



PATRIMONIO ALIMENTARIO DE CHILE

PRODUCTOS Y PREPARACIONES DE LA
REGIÓN DE COQUIMBO

Sonia Montecino y Alejandra Alvear



CHILE LO
HACEMOS
TODOS



PATRIMONIO ALIMENTARIO DE CHILE
PRODUCTOS Y PREPARACIONES DE LA REGIÓN DE COQUIMBO

SONIA MONTECINO Y ALEJANDRA ALVEAR

*

Con la colaboración de

María Elena Acuña, Enrique Cerda, Patricio Cerda, Paula Hernández, Mariane Lutz,
Manuel Matamala, Halszka Paleczek, Romi Rodríguez,
Inguer Peña y Rolando González.

Patrimonio alimentario de

LA REGIÓN DE COQUIMBO

PRODUCTOS Y PREPARACIONES

*

Sonia Montecino y Alejandra Alvear



Publicación realizada con
recursos FIC-R del
Presupuesto del Gobierno
Regional de Coquimbo



CHILE LO
HACEMOS
TODOS



DOCUMENTO PREPARADO POR:

Investigadora responsable:

Sonia Montecino

Recopilación de terreno:

Alejandra Alvear, Paula Hernández, Sonia Montecino, Manuel Matamala, Halszka Paleczek

Sistematización, escritura y edición de la información:

Sonia Montecino, Alejandra Alvear

Fichaje bibliográfico:

María Elena Acuña, Patricio Cerda, Sonia Montecino, Romi Rodríguez, Alejandra Alvear

Investigación organoléptica:

Mariane Lutz

Investigación arqueológica:

Rolando González, Inguer Peña, Halszka Paleczek.

Fotografía:

Enrique Cerda y Jorge Latrille

RPI

Nº A- 298486

ISBN

978-956-328-233-7

Diseño y diagramación

Ximena Morales Sanhueza

Edición de texto

Cristine Molina

Impresión

CYC impresores

Citar este documento como:

FIA, 2018. Patrimonio alimentario de Chile. Productos y preparaciones de la región de Coquimbo. Santiago, Chile.

“Somos la gente de esta zona de Elqui, mineros y agricultores, en el mismo tiempo. En mi valle el hombre tomaba sobre sí la mina, porque la montaña nos acerca de todos lados y no hay modo de desentenderse de ella; la mujer labraba en el valle. Antes de los feminismos de asamblea y de reformas legales, 50 años antes nosotros hemos tenido allá en unos tajos de la Cordillera el trabajo de la mujer hecho costumbre. He visto de niña regar a las mujeres a la medianoche, en nuestras lunas claras, la viña y el huerto frutal; las he visto hacer totalmente la vendimia; he trabajado con ellas en la ‘pela del durazno’, con anterioridad a la máquina deshuesadora; he hecho sus arropes, sus uvates y sus infinitos dulces llevados de la bonita industria familiar española”.

Gabriela Mistral, Un valle de Chile, Elqui, 1933, 2015, p. 35

ÍNDICE

00. Presentación.....	15
01. Agradecimientos.....	17
02. Agradecimientos de FIA	19
03. Introducción.....	23
+ Semblanza arqueológica	34
+ Semblanza histórica	37

INVENTARIO

1. ANIMALES

ANIMALES DOMÉSTICOS 43

Vacuno..... 45

Carraca	47
Cazuela de vacuno	47
Cazuela del hueso redondo	48
Hervido	48
Salón de vacuno	48
Guiso	49
Bistec frito	49
Pequenes	49
Carbonada seca	49
Requesón	50

Caprino..... 51

Usos de la leche de cabra	59
Manjar de leche de cabra	59
Mate de leche de cabra	59
Grasa y mantequilla de leche de cabra	59
Queso de cabra	60
Queso de cabra fresco	63
Queso de cabra frito	63
Queso de cabra asado	65
Requesón de leche de cabra	65
Causeo de queso de cabra	65

Charqui	67
Charqui asado	68
Ensalada de charqui	68
Charquicán o guiso	68
Charqui de guata	68
Chicharrones de cabra	70
Hervido de cabro	70
Cabrito a la olla	73
Ajiaco de cabrito	73
Cabro o cabrito al jugo	75
Salón de cabro	75
Cazuela de salón	76
Cabro al vapor	76
Cabro al vino blanco	77
Cabro con chuchoca	77
Cabrito asado	77
Cola de cabro	77
Prieta de cabra	77
“Asaúra” o asadura de cabra	78
Chanfaina	78
Guatitas de cabro	78
Panita de cabra	78
Patitas de cabra	78
Locro de cabeza de cabra	79
Criadillas de cabro	79
Causeo de cabra	79
Empanadas con pino de cabro	79

Porcino..... 82

Cazuela de chanco	83
Cazuela de chanco con chuchoca	83
Chancho asado	84
Chancho a la cacerola	84
Paté	84
Patas rellenas	74
Prieta o sangre de chanco	74
Manteca de cerdo	85
Arrollado	85

Equino	88
Burro	89
Leche de burro	89
Bistec de burro	89
Burro a la cacerola	89
Burro a la parrilla	89
Salchichón de burro	89

Cordero	91
Causeo	91
Prietas	92
Caldo de guatas con patitas de cordero (o cabra)	92
Asado de cordero	92
Criadillas	92

Guanaco	93
Charqui de guanaco	94
Locro con charqui de guanaco	94

AVES DE CORRAL 95

Gallina/pollo	96
Gallina rellena	97
Caldo de gallina	97
Cazuela de ave	97
Cazuela de ave con trigo majado	97
Cazuela de ave nogada	97
Cazuela de gallina negra	97
Cazuela de ave con chuchoca	98
Cazuela de gallina	98

Pavo	100
Cazuela de pava	101
Pavo asado	101
Locro de pavo	102

ANIMALES SILVESTRES 103

Conejo	104
Conejo escabechado	104

Liebre	106
Liebre a la cacerola	106

Liebre al jugo	106
----------------	-----

Codorniz

Estofado de codorniz	107
Codorniz en escabeche	107

2. VEGETALES

CEREALES 111

Maíz

Chuchoca	112
Chuchoca mortereada o "morteriá"	115
Chuchoca molida	115
Chuchoca quebrada	115
Chuchoca pelada	115
Chuchoca guisada	116
Mote	116
Receta de mote mei	116
Pastel de choclo	117
Mazamorra de choclos	117

Trigo

Trigo majado	121
Porotos con trigo majado	122
Punchi	122
Trigo remolido	122
Arroz chileno	123
Mote de trigo o trigo mote	123
Mote con leche	123
Porotos con mote	124
Locro con mote	124
Mote guisado	124
Mote "alverjado"	124
Sopa de mote	124
Harina	126
Churrasca	126
Pan amasado en hornilla	128
Telera	128
Bollos o pan dulce	128
Carraca	129

Sopa de Juanita o sopa de pan	129	PLANTAS SILVESTRES	155
Soporrotones o socotorrones	130	Bledo	156
Pantrucas, tira la olla o resfalosas	130	Guiso de bledo	156
Harina tostada	132	Ensalada de bledo	156
Cocho	132	Chagual	157
Cocho sanco	133	Ensalada	157
Cocho desbarrancado	133	CONDIMENTOS	159
Cocho dulce	133	Ají	160
Cocho guisado	134	Morrón	163
Ulpo	137	Ají color	163
Muño	137	Color	164
TUBÉRCULOS Y LEGUMINOSAS	139	Comino	165
Arvejón	140	Orégano	166
Harina de arvejón	141		
Cocho con harina de arvejón	141		
Carne de chanco untada con harina de arvejón	142		
Papas con harina de arvejón	142		
"Alverjones" con papas y zapallo	142		
Mazamorra con harina de "alverjón"	142		
Guiso de arvejón	142		
Puré de harina de arvejón	143		
Arvejón con majado	143		
Arvejón con mote	143		
Papa	144		
Papas cocidas	145		
Charquicán	146		
Charquicán con pescado seco	146		
Papas cocidas con luce	146		
Poroto	148		
Porotos con trigo majado	150		
Porotos con trigo y chicharrones	150		
Porotos con cebada y cuero de chanco	150		
Porotos con mote	151		
Porotos con mote y cuero de chanco	151		
Porotos con mote y chicharrones	151		
Porotos con cochayuyo	152		
Sopa de pichín	152		
		3. FRUTAS	
		Alcayota	172
		Dulce de alcayota	172
		Empanada de alcayota	173
		Camote	174
		Dulce de camote	174
		Chirimoya	175
		Postre de chirimoya	178
		Torta de merengue con chirimoya	178
		Ponche de chirimoya	178
		Helado de chirimoya	178
		Helados falsos de chirimoya y frutas	178
		Leche con chirimoya	178
		Damasco	179
		Damascos secos	180
		Mermelada de damasco	180
		Durazno	182
		Huesillo o descarozados	184

Almendruco	184	Aceitunas arregladas	208
Durazno con merengue	184	Aceitunas al tomillo	208
Jugo de durazno	185	Pan con aceitunas	208
Mermelada de durazno	185		
Dulce de durazno	185	Palta	212
Higo	186	Palta chilena cruda	214
Higo seco	187	Palta chilena con cebolla	214
Torta de higo con nuez	188	Palta rellena	214
Arrope de higo	188	Causeo de palta	214
Higo relleno con nuez o higo borracho	189	Palta con charqui	214
Helado de higo	189		
Café de higo	190	Papaya	215
Lúcuma	191	Jarabe de papaya	217
Torta de bizcocho con lúcuma	191	Papaya en conserva/al jugo	217
Bavarois de lúcuma	193	Papayas con crema	217
Postre de merengue y lúcuma	193	Compota de papaya	218
Manzana	195	Bombones de papaya	218
Dulce de manzana	195	Papaya confitada	218
Compota de manzana	195	Bolitas de papaya	218
Empanaditas de manzana	195	Serena libre	219
Membrillo	198	Mermelada de papaya	219
Jarabe de dulce de membrillo	199	Miel de papaya	219
Dulce de membrillo	199	Papaya cruda con azúcar	219
Membrillo asado	199	Papaya frita	219
Membrillo seco	199	Pepino dulce	222
Mermelada de membrillo	199	Pera	224
Nuez	201	Pera al rescoldo	224
Cachito de nuez	203	Empanada de pera	224
Mermelada con nueces	203	Compota de pera en café	225
Nueces escabechadas	204	Uva	227
Piñonates	204	Uva de mesa	230
Olivo	205	Pasas	230
Aceitunas sajudas	207	Pisco artesanal	231
Aceite de oliva	207	Vino artesanal / vino dulce / vino añejo	332
Aceituna seca	208	Chacolí	233
		Chatre	233
		Enguindado	233
		Mistelas	235
		Arrope de uva	237

FRUTOS SILVESTRES	241
Algarrobo	242
Copao	244
Chañar	246
Arrope de chañar	247
Mermelada de chañar	247
Helado de chañar	249
Chicha de chañar	249
Mollaca	250
Molle	251
Chicha de molle	251
Tuna	253
Tunante	253

4. PECES, MARISCOS Y ALGAS

Blanquillo	258
Ceviche	258
Caballa	259
Escabeche de caballa ahumada	260
Congrio	261
Congrio seco	262
Congrio frito	262
Chupín de congrio	262
Paté de hígado de congrio	262
Congrio al horno	263
Hígado de congrio apanado	263
Caldillo de congrio	263
Jurel	264
Jurel frito	265
Jurel a la parrilla	265

Palometa	266
Palometa al horno	266
Caldillo de Palometa	266
Pejesapo	267
Pejesapo frito	267
Pichiguén	269
Pichiguén al horno	269
Pichiguén papillon	269
Tollo	270
Caldillo de tolo	270
Charquicán de tolo o pejegallo	270
Empanadas fritas de tolo	271
Tollo al horno	271

CRUSTÁCEOS Y MARISCOS **273**

Choro	274
Choros a la parmesana con queso de cabra	274
Choros al vapor	274
Choros en ensalada	274
Erizo	275
Lapa	277
Chupe de lapa	277
Salpicón de lapa	277
Gordura de lapa	277
Picante de lapas	278
Loco	281
Chupe de locos	282
Tomate relleno con loco	282
Carbonada de loco	283
Perol o cebiche de loco	284
Macha	286
Macha cruda	287
Macha a la parmesana	287
Caldillo de machas	288

Ostión.....	290	Encaje inglés	310
Ostiones al vino blanco	291	Punche	312
Empanada de ostión	291	Macho ruso o macho rucio	313
Ostión a la parmesana	292	Muño	314
Sopa de ostión	293	Turrón con nuez	314
Piure.....	294	REPOSTERIA	315
Piure fresco	296	Dulces	315
Piure al pilpil	296	Dulces de La Paloma	315
Caldillo caletero	296	Dulces El Molle	317
Arroz con papas y piure	296	Dulces de los Choros o Dulce Chorero	320
		Torta negra o torta catalana	321
Camarón de Río	297	Torta de manjar	321
Sopa de camarón de río	297	Torta serenense	321
Caldo de camarón de río	297		
Chupe de camarón de río	298	HELADOS	322
Empanada frita de camarón de río	298	Helado de canela (Cinnamomum verum)	323
ALGAS	299	OTRAS PREPARACIONES DULCES	326
Luche	300	Calugas de café con leche	326
Fritos de luche	302	Mermelada de cáscaras de sandía	326
Cebiche de luche	302	Chascones	326
Luche frito	302		
Papas con luche	302	Bibliografía	331
Porotos con luche	303	Nota aclaratoria	339
Cochayuyo.....	304		
Cochayuyo guisado	304		
Empanada de cochayuyo	304		
Ensalada de cochayuyo	304		
Porotos con cochayuyo	304		

5. POSTRES, REPOSTERIA Y HELADOS POSTRES

Blanquillo	309
Budín de arroz	309
Crema de huevo	309
Corazón de café	309
Leche con mote	309

0.0

Presentación

En FIA, entendemos la innovación como un cambio de mentalidad, replantearse la forma que tenemos de hacer las cosas para encontrar una mejor, más sustentable, más eficiente, con un mayor impacto. La innovación es una potente herramienta hacia el desarrollo de una comunidad o territorio.

En especial, cuando hablamos de los pequeños y medianos productores agrícolas. La innovación no está solo en las universidades o centros tecnológicos. Está en el campo, en el terreno, en el contacto vital con la tierra. Los agricultores y agricultoras de hoy existen gracias a que muchos otros, antes que ellos, fueron también innovadores y comenzaron a explorar distintas maneras para obtener de la naturaleza una fuente inagotable de alimento para la vida. Los de hoy, herederos de ese impulso innovador, son también un motor permanente de nuevas ideas para optimizar los métodos tradicionales que han recibido como legado.

Así, la innovación no surge desde cero, sino que se nutre de la historia. Para innovar, partimos siempre desde un recurso original que nos recuerda cuánto hemos avanzado para llegar a él y, a la vez, nos invita a repensar las formas en que podemos seguir potenciándolo.

El propósito de esta serie de publicaciones es justamente hacer un reconocimiento a todos aquellos compatriotas chilenos, grandes innovadores, que a lo largo de nuestra historia han sido capaces de recoger el alimento de la tierra y, generación tras generación, transformarlo en una expresión cultural que hasta el día de hoy distingue e identifica a las comunidades de nuestra nación. Es también un reconocimiento a los productores agrícolas que hoy, desde sus campos, llevan a nuestras mesas esas nobles materias primas que nos alimentan y, a la vez, configuran nuestra cultura nacional.

Documentar el patrimonio alimentario de cada una de las regiones de Chile es una tarea valiosa que contribuye a potenciar el proceso de desarrollo del sector agroalimentario en cada territorio, con el fin de reconocer y revalidar el aporte de las comunidades agrícolas productoras de los alimentos que constituyen nuestra identidad como país.

Álvaro Eyzaguirre P.

Director Ejecutivo

Fundación para la Innovación Agraria

Ministerio de Agricultura de Chile

0.1

Agradecimientos

La investigación plasmada en este libro no hubiera sido posible sin el respaldo de muchas personas que con generosidad y afecto nos apoyaron y brindaron puentes, datos y contactos que nos abrieron las puertas al rico mundo del patrimonio alimentario de la región de Coquimbo. En primer lugar, nuestra gratitud a aquellos que nos permitieron aproximarnos a los cultores, mujeres y hombres relacionados con las cocinas y los productos patrimoniales: a Viviana Benz por su cálido recibimiento, compañía y valiosas conexiones con el valle de Elqui y las maestras de la repostería de Coquimbo; asimismo, por su permanente solidaridad y estímulo. A Beatriz Lizana de INDAP que nos acogió, dedicó tiempo y nos facilitó los nexos con personas expertas de su institución, como Fabián Díaz, Cristián Álvarez, Francisco Cortés y Tonya Romero. A Beatriz debemos también el conocer a Raúl Ruilova, quien nos mostró el mundo culinario de Punitaqui, y a Raúl Cortés, con quien pudimos aproximarnos al patrimonio alimentario de Los Choros. Asimismo, a Mariano López ex encargado regional de FIA de Coquimbo y César Valenzuela del FIA, quienes nos hicieron valiosas conexiones con quienes laboran en Fomento Productivo de la Municipalidad de la Serena: Irma Petit y Rodrigo Gutiérrez. A Adriana Peñafiel debemos su valiosa información sobre el

pasado y presente del patrimonio de la región. Agradecemos, especialmente, al Gobierno Regional los soportes para que este primer intento de indagar en el patrimonio alimentario-culinario de la región de Coquimbo se hiciera realidad.

La familia Paleczek Alcayaga fue nuestra generosa anfitriona y a través de ella pudimos adentrarnos en mucho del pasado de la región, así como en un emblema local: el ají diaguita. Halszka contribuyó con investigaciones en el área de la arqueología y entrevistas; Mariana, con numerosas recetas y saberes, y Piotr, con su hospitalidad. En su casa nos sentimos formando parte de un comensalismo que extiende sus manteles y que identifica a las viejas familias de la región. Agradecemos también la acogida de la familia de nuestro fotógrafo, Enrique Cerda, y los valiosos contactos que nos abrió en Unión Campesina, especialmente el habernos presentado a Fantina Briceño, quien nos brindó su amistad y los saberes de las mujeres de su localidad.

A nuestro colega y amigo Patricio Cerda debemos largas conversaciones y entrega fecunda de conocimientos, bibliografía oportuna y valiosos datos que han complementado la indagación de terreno. Por ello, lo hemos incluido en el equipo de investigación, pues sin sus valiosos aportes historiográficos no hubiera

sido difícil delimitar los contornos patrimoniales de algunos productos incluidos en el inventario.

Paola Díaz, en Monte Patria, fue una maravillosa guía y nos hizo conocer los tesoros patrimoniales guardados en su localidad. A ella y al Liceo Técnico Profesional de Monte Patria les debemos las pesquisas allí realizadas; nuestra gratitud a su directora, María Celeste Rojas, y a los profesores Franco Vicencio y Eduardo Toledo.

Del mismo modo, Mayling Tang, a través del chef Manuel Matamala, hizo posible que pudiéramos acercarnos a la constelación de las algas, peces y mariscos, empapándonos de los conocimientos y saberes de los pescadores de Tongoy y Los Vilos. A ellos debemos la aproximación que presentamos de productos del mar.

A los locatarios de la Feria de Ovalle debemos su generosa colaboración y paciencia con la información y registros fotográficos.

Asimismo, nuestra gratitud a Agustín Ruiz y a Rafael Contreras por sus valiosos contactos en la zona de Andacollo. A Ernesto Contreras por su amabilidad en facilitarnos productos derivados del burro. También a los colegas que nos acompañaron en la primera exploración de terreno Jesús Contreras, Isabel Aguilera, Carolina Franch, y a Loreto Rebolledo por su apoyo permanente.

Por último, no podemos dejar de expresar nuestro reconocimiento a Soledad Hidalgo del FIA por su compromiso inalterable con la investigación sobre patrimonio alimentario y por la confianza que ha depositado en nosotras. Asimismo, agradecemos a Daniela Muñoz, por su permanente apoyo y seguimiento al trabajo realizado; y a Rosita Pacheco, de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Chile, por su trabajo logístico y administrativo.

Agradecemos a todos los entrevistados de las distintas provincias y localidades de la región, pues solo gracias a ellos este inventario de productos patrimoniales pudo escribirse:

En Los Choros: Osvaldo Cortés, Mauricio Véliz y Juan Rojas Cortés, Miguelina y Felisa Morales, Gui-

llermo Morales, Eduardo Morales, Manuel Zuricueta, Arturo Contreras, Julia Barraza, Orfelina Guerrero, María Morales, Silvia Ortiz y José Rosas.

En La Serena y Coquimbo: Irma Petit, Tonya Romero, Zenobia Anais, Patricio Cerda, Felipe Rivera, Estermila Álvarez Mariana Alcayaga, Piotr Paleczek, Dina Álvarez, Marcia Ossandón, Sonia Ramos, Raquel Salinas, Nancy Álvarez, Carolina Herrera y Roberto García. En Pan de Azúcar: Jackeline Cabezas, Mario y Javier Yáñez.

En El Molle: Alicia Rojas Mery, Francisco Collao, María. En Vicuña: Rodrigo Alcayaga Rojas. En Pisco Elqui: Berta Nelly Salazar. En Elqui: Alex Rojas. En Peralillo: Liliana Espejo, Mario Miranda, Mónica Rodríguez y Rubén Arias. En Tongoy: Rodrigo Muñoz, Benjamín Cortés, Víctor Véliz, Marcos Torrejón, Danilo Bueno.

En Ovalle: Julio Rojas, Mery Reyes, Berlinda Estrella, Consuelo Barraza, Paula Olmedo, Sara Tapia, Beltrán Valdivia, Juana Araya, Roxana Campaña, María Cecilia Piñones, Georgina Cortés (Feria Ovalle), José Marín (Feria Ovalle), Maximiliano Castillo (Feria Ovalle), Eusebio Pozo (Feria Ovalle), Guillermo Ogalde (Feria Ovalle), Leopoldo Pizarro, Fabián Yáñez, José Salfate, Sebastián Dabed, Roxana Campaña, María Cecilia Piñones, César Valenzuela, Guillermo Aquiles y José Bolvaran.

En Limarí: Patricia Julio. En Unión Campesina: Norma Pizarro, Fantina Briceño, Emilia Barraza, María López y Samuel Cepeda. En Batauco: Carmen Rojas. En Barraza: Luis Tabilo. En Canelilla Baja: Silvia Muñoz y Eliecer Maluenda. En Monte Patria: Liliana Rodríguez, Paola Díaz, Maritza Cortés, Paulina Adaro, Eduardo Toledo, Franco Vicencio. En La Paloma: Patricia y Olga Godoy y Clara Arancibia; en Chilecito Hugo Díaz. En Tulahuén: Mariano Requena y Sergio Narea. En Chañaral de Carén: Julio Taborga. En Las Mollacas: Bernardita Gallardo. En Punitaqui: María del Carmen Rivera, Raúl Ruilova y Roberto Díaz. En Las Majadas: Juan Ruilova.

En Andacollo: Juan León, Petronila del Carmen Ibacache, Norma Valenzuela y Gladys Ite. En Los Vilos: Miguel Ángel Collao, Héctor Vicencio, Carlos Huerta y Gabriel Rojo.

0.2

Agradecimientos de FIA

El patrimonio cultural de una nación es una enorme e intrincada red de colores, sabores, sonidos, experiencias, sensaciones, ideas, símbolos y tradiciones que se mantiene viva y en crecimiento gracias al aporte único y original de cada época, de cada generación y de cada persona que ha existido en ella. Así, cada chileno, por el hecho de nacer y crecer en el seno de una comunidad nacional, es propietario de una enorme riqueza personal e irrepetible que se constituye en una pieza fundamental en la construcción del patrimonio del país.

Esto se manifiesta de manera especialmente vívida en el caso de los alimentos, ya que las comidas son en nuestra nación, y probablemente en el resto de las culturas del mundo, uno de los principales factores de cohesión cultural. En otras palabras, la comida chilena es cultura chilena. Las recetas patrimoniales son, entonces, piedras basales para nuestra idiosincrasia como país.

Este inventario fue elaborado gracias a la valiosísima donación de cientos de recetas y preparaciones patrimoniales, por parte de cultores, productores, campesinos, mujeres y hombres de la región de Coquimbo que quisieron aportar de manera generosa esa riqueza cultural que les pertenece, para ponerla

en valor y compartirla con sus compatriotas de hoy y mañana.

La Fundación para la Innovación Agraria (FIA) quiere agradecer con especial gratitud a todas las personas que aportaron desprendidamente sus conocimientos históricos sobre ingredientes propios de la región y las maneras más propias de prepararlos. Gracias a ellos, Coquimbo hoy atesora su patrimonio alimentario en un registro que permite perpetuar para las generaciones venideras lo que hoy, en los albores del tercer milenio, es para su gente su patrimonio alimentario.

FUNDACIÓN PARA LA INNOVACIÓN AGRARIA (FIA)







0.3

Introducción

+ Semblanza arqueológica y Semblanza histórica

El presente texto se enmarca en los trabajos impulsados por la Fundación para la Innovación Agraria (FIA), dependiente del Ministerio de Agricultura, relacionados con la elaboración de un conjunto de inventarios de productos y preparaciones patrimoniales en cada una de las regiones del país. Esta iniciativa surgió de las conclusiones realizadas por el Comité de Patrimonio Agrogastronómico en el año 2005, que planteó la necesidad de contar con estos inventarios de cara al desarrollo de una política agrogastronómica integral y como fuentes documentales para impulsar proyectos vinculados con la función cultural y económica de los productos alimenticios a nivel regional. A partir del año 2012, y en una labor conjunta de FIA y de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Chile, se creó una metodología común de investigación¹ y salieron a la luz los primeros inventarios regionales.

Desde el inicio de nuestro quehacer en la región de Coquimbo sabíamos que el universo de productos y preparaciones patrimoniales era de una enorme riqueza y vastedad, y que la tarea de investigación que realizaríamos solo podría representar un primer intento de registro y de captura de ese precioso caudal. Por otro lado, el estilo particular de la cultura gastronómica de la región, dado por las tradiciones de los pueblos colla, diaguita y chango, así como de la población mestiza que vive en la zona, suponen conocimientos productivos y de consumo de larga data importantes de detectar para conocer la historicidad de los acervos alimentarios. Del mismo modo, las actividades agrícolas, de pesca y recolección, las de la ganadería, con su vertiente transhumante, y de la minería, propias de la región, implican modelos de desarrollo

¹ Se puede consultar esta metodología en el sitio web de la Fundación para la Innovación Agraria (FIA) en <http://www.fia.cl/documentos-para-la-innovacion-agraria/serie-patrimonio-alimentario-de-chile/> y un análisis de su adecuación para la presente investigación en el artículo de Montecino, Alvear y Hernández (2017) "Inventario de productos y preparaciones patrimoniales en la región de Coquimbo. Una revisión de herramientas de investigación para el estudio del Patrimonio Alimentario", *RIVAR* (12), pp. 111-122.

y devenires productivos que construyen identidades familiares, locales y territoriales que se expresan en la mantención de determinados platos y productos, así como en costumbres alimentarias diversas. Nuestro universo de estudio comprendió las tres provincias que constituyen la región de Coquimbo, a saber: Choapa, Limarí y Elqui, seleccionando algunas comunas de ellas, como se apreciará en los testimonios y relatos de las personas entrevistadas². Por esa razón, este inventario solo representa un mosaico del panorama del patrimonio alimentario regional, una primera mirada a sus tradiciones culinarias, abarcando, sin embargo, los productos considerados emblemáticos por los cultores y cultoras sus preparaciones más características. Dejamos, así, abiertas las puertas para que los investigadores regionales u otros prosigan con la labor de enriquecer y ampliar el conocimiento sobre estos importantes acervos.

El inventario que presentamos es un intento de fijar, valorar y rescatar la memoria que aún permanece en las comunidades y en las personas de la región, y esperamos les sirva como una base para la identificación de parte de su patrimonio alimentario. La información que contiene puede, asimismo, aportar a las diversas iniciativas de desarrollo que persiguen un turismo sustentable, donde los actores locales tengan protagonismo, así como a la creación de nuevos planes y programas, públicos o privados, relacionados con el ciclo de la producción, preparación y consumo de productos patrimoniales. Pero, también, puede aportar a la puesta en marcha de acciones ligadas a la apropiación, valoración y reconocimiento de saberes y prácticas de quienes los resguardan y transmiten: los cultores y cultoras que hacen posible su continuidad en el tiempo.

Es importante señalar que el concepto de Patrimonio Alimentario ha ido adquiriendo gran relevancia y se ha convertido en uno de los fenómenos contemporáneos de interés intelectual, cultural, económico y político a nivel global. La Unesco, desde el año 2003, lo ha incluido como parte del Patrimonio Cultural Inmaterial, definiendo este último como:

• Tradicional, contemporáneo y viviente a un mismo tiempo: *el patrimonio cultural inmaterial no solo incluye tradiciones heredadas del pasado, sino también usos rurales y urbanos contemporáneos característicos de diversos grupos culturales.*

• Integrador: *podemos compartir expresiones del patrimonio cultural inmaterial que son parecidas a las de otros. Tanto si son de la aldea vecina como si provienen de una ciudad en las antípodas o han sido adaptadas por pueblos que han emigrado a otra región, todas forman parte del patrimonio cultural inmaterial: se han transmitido de generación en generación, han evolucionado en respuesta a su entorno y contribuyen a infundirnos un sentimiento de identidad y continuidad, creando un vínculo entre el pasado y el futuro a través del presente. El patrimonio cultural inmaterial no se presta a preguntas sobre la pertenencia de un determinado uso a una cultura, sino*

² Esta selección se hizo de común acuerdo con FIA y obedece también a los límites impuestos por los recursos destinados a este trabajo.

que contribuye a la cohesión social fomentando un sentimiento de identidad y responsabilidad que ayuda a los individuos a sentirse miembros de una o varias comunidades y de la sociedad en general.

• **Representativo:** *el patrimonio cultural inmaterial no se valora simplemente como un bien cultural, a título comparativo, por su exclusividad o valor excepcional. Florece en las comunidades y depende de aquellos cuyos conocimientos de las tradiciones, técnicas y costumbres se transmiten al resto de la comunidad, de generación en generación, o a otras comunidades.*

• **Basado en la comunidad:** *el patrimonio cultural inmaterial solo puede serlo si es reconocido como tal por las comunidades, grupos o individuos que lo crean, mantienen y transmiten. Sin este reconocimiento, nadie puede decidir por ellos que una expresión o un uso determinado forma parte de su patrimonio³.*

Desde esta perspectiva⁴ entendemos los productos patrimoniales como todo lo que sea considerado por la comunidad como alimento (animal, vegetal, hongo) cuya producción y consumo posea una larga duración en la región y/o provincia, con procesos productivos que impliquen saberes transmitidos transgeneracionalmente, y cuyos productores y consumidores lo entiendan como parte de su memoria social. Pueden ser producidos e ingeridos por pequeñas colectividades o formar parte de un consumo corriente a nivel regional, o bien tratarse de elementos en vías de desaparición o de productos vigentes. En este sentido, se hace hincapié respecto a la recolección, la cosecha, las tecnologías utilizadas y las formas de intercambio o comercialización. Por otro lado, las características organolépticas del producto son consideradas tanto desde la percepción del productor como de los especialistas. Especial relevancia cobran los saberes asociados al producto, tomando como ejes: el género y la generación; quiénes han transmitido los saberes y cómo; los criterios de selección y consumo, tipos de cuidado, los sistemas de almacenaje y conservación, y la ritualidad asociada.

Asimismo, definimos las preparaciones patrimoniales como toda técnica (recetas) de transformación de los alimentos, así como los símbolos que las acompañan, transmitidas al menos por cuatro a cinco generaciones y estimadas como propias o tradicionales por sus realizadores y consumidores. Pueden ser preparaciones de algunas familias o bien de consumo amplio en la provincia o región. El valor especial que tienen las recetas es su calidad de reservorio de saberes heredados y mantenidos a través de las generaciones, fundamentalmente entre mujeres.

Finalmente, anhelamos que nuestra indagación contribuya a fortalecer y valorar las identidades que construyen, en cada producto y en cada plato, un símbolo y un sentido

3 Para más información ver: <<http://www.unesco.org/culture/ich/es/que-es-el-patrimonio-inmaterial-00003>>

4 Chile ha ratificado y forma parte de la Convención del Patrimonio Cultural Inmaterial desde el año 2009 y por ello nos basamos en sus definiciones para orientar nuestros conceptos y mapas teóricos y metodológicos.

de pertenencia para las comunidades que los reproducen. Nosotras, en el recorrido por pueblos, campos, ciudades, ferias y mercados de la región de Coquimbo, hemos vivenciado el apego de las mujeres y de los hombres que conocimos a las tradiciones culinarias legadas por sus antepasados. Por ello se nos han hecho entrañables, y a través de sus relatos aprendimos a quererlos y a comprobar la existencia, en esta parte de Chile, de un tesoro patrimonial que cuidar y reconocer.

Las constelaciones patrimoniales de las cocinas regionales de Coquimbo

La región de Coquimbo⁵, situada en lo que se ha denominado el “norte chico”, es una suerte de archivo de la antigua presencia humana en sus costas, valles y cordilleras, y también es testigo de la comparecencia de los cambios económicos y las transformaciones sociales que la han marcado a lo largo de su historia. Quizás como en ningún otro sitio del país, han quedado impresos en sus sistemas culinarios los rastros de los diversos procesos que caracterizan el devenir de nuestro territorio: desde los surcos prehispánicos hasta las trazas actuales, en las cuales apreciamos la continuidad del consumo de peces, mariscos y algas, así como los mestizajes hispano-indígenas con el cultivo de cereales y frutales, y especialmente con la ganadería caprina. Asimismo, es posible reconocer hoy día parte de los tráficos de productos alimenticios desde la costa al valle y la cordillera, y de allí a los rincones marítimos en lo que hemos definido, metafóricamente, como la “Dieta Pacífica”⁶, es decir, el abrazo de los alimentos oceánicos con los de la tierra en un diálogo y un acto constructor de vínculos entre espacios geográficos y sociales. Como señales e indicios de la historia y el habitar de la región, encontramos

5 La región de Coquimbo tiene como capital La Serena, está formada por tres provincias: Elqui, Limarí y Choapa, y posee 15 comunas. Alberga 757.586 habitantes, siendo el 51,3% mujeres y el 48,7% hombres. Asimismo, su índice de ruralidad al año 2014 era del 19,2%, y la Encuesta Casen del año 2015 señala que el 13,8% de la población vive en situación de pobreza, lo que corresponde al 12,2% de los hogares de la región. Además, esta encuesta menciona que Coquimbo se encuentra por sobre la media nacional del porcentaje de hogares en situación de pobreza multidimensional. A nivel productivo, la región de Coquimbo se caracteriza por una economía agrícola, ganadera y minera, así como turística, y por la fertilidad de sus valles transversales. A nivel silvoagropecuario, la región concentra el 3,4% de la superficie nacional dedicada a este sector, donde los frutales, plantas forrajeras, viñas y parrones y hortalizas concentran el 90,3% de los suelos de cultivo. Respecto a las hortalizas, estas son de suma importancia en el consumo interno nacional, ya que concentra las producciones de pepino dulce (87,3%), apio (70%), alcachofa (57,6%) y ají (49,1%), las cuales se ubican en La Serena, Coquimbo y Ovalle. Dentro de los frutales, se destaca la producción de clementina (72,5% de la producción nacional). Por su parte, las viñas y parrones de Ovalle, Salamanca, Monte Patria y Vicuña producen el 93,4% de la producción de uva pisquera a nivel nacional (fundamentalmente la variedad Pedro Jiménez). A nivel de ganadería, concentra el 56,9% de cabezas de asnales, el 52% de mulares y el 54,8% de caprinos del total del ganado nacional. Por otra parte, la región es uno de los destinos turísticos sobre todo doméstico, siendo La Serena y Coquimbo los lugares de la región con más visitantes nacional (140.156 y 204.001 pernoctación en la temporada 2012-2013 y la región contó con 983.310 pernoctaciones en EAT el año 2015). Asimismo, La Serena concentró el 5,6% del flujo aéreo nacional el año 2015. Cada una de sus provincias constituye un universo cultural diferenciado ligado a su historia y al devenir actual de su desarrollo socioeconómico. Para mayores datos de la fisonomía actual de la región, consúltese Encuesta Casen año 2015, Anuario de Turismo de Sernatur del año 2015, Informe año 2018 de ODEPA, Catastro Frutícola año 2015, Censo Agropecuario del 2007, Catastro Vitícola, entre otros. También más información en: <<http://www.inecoquimbo.cl/>>

6 Cf. Conferencia dictada en Casa América, “Chile y su patrimonio alimentario: una historia de sabores”, Madrid, 18 de mayo de 2016.

hoy día productos que son vestigios de las prácticas prehispánicas de la caza y de la recolección marina presentes en el consumo del congrio, de las machas y del cochayuyo, entre otros. También las marcas de los primeros asentamientos agrícolas, que se evidencian en el consumo del maíz y sus subproductos, como la chuchoca, en su diversidad de molindas, y las huellas del proceso colonial en el cultivo y consumo del trigo, de la uva, la aceituna y el ganado caprino y ovino. El acontecer republicano, con sus diversas fases económicas, hasta las nuevas explotaciones destinadas a la exportación de frutas, especialmente uva, con la producción de vino y pisco, forman parte del actual paisaje regional que, impregnado de viejas y nuevas tradiciones, ofrece un ejemplo privilegiado del patrimonio culinario.

Por otro lado, como hemos dicho antes, la combinación histórica de la pesca, la agricultura y ganadería y la minería otorgan un semblante cultural múltiple, flexible y habitado por cruces y mestizajes que provienen de diversas fuentes. Este rostro heterogéneo aún es audible, a pesar de los cambios experimentados por la urbanización, la modernización y los nuevos capitales mineros, agrícolas, marítimos y turísticos que dominan y operan dentro de escenas productivas modernas. Sin duda, la fuerza de las tradiciones mestizas se aprecia de manera prístina en la religiosidad popular, en los modos de vida rurales y en la mantención de un tipo de propiedad de la tierra: las “comunidades agrícolas”. Su origen arranca en la Colonia con la existencia de una propiedad colectiva⁷ de tierras que permitió asentarse a una población diversa de indígenas, mestizos y españoles. Durante este periodo, y producto de distintas fragmentaciones de la tierra, estas comunidades fueron aumentando y con el advenimiento de la república se mantuvieron, hasta que en 1968 el DFL N.º 5 las legalizó. Cada una de ellas posee una historia particular, como sostiene Schneider (2006), que a la luz de una mirada patrimonial da cuenta de lo podríamos llamar una porfiada permanencia frente a la concepción de la propiedad privada de la tierra como base del desarrollo⁸.

Las hebras de la continuidad —en la memoria y en algunas prácticas familiares y colectivas— de las cocinas regionales, en tanto un lenguaje donde se ponen en escena las identidades y los viejos usos como parte de la vida cotidiana y de la festiva, modelan lo que designamos “constelaciones culinarias patrimoniales”. Usamos el concepto de constelación en su acepción astronómica de “Conjunto de estrellas que, mediante trazos imaginarios, forman un dibujo que evoca una figura determinada” y como “Conjunto, reunión armoniosa” (RAE). Desde la perspectiva de los productos patrimoniales y sus preparaciones, cuando nos referimos a una “constelación” estamos aludiendo a

7 “En este período ya se constata la diferenciación que hacen los encomenderos españoles y mestizos acerca del territorio local, el seco versus los territorios que tienen irrigación hídrica. ‘Los valles del Copiapó, Huasco, Elqui, Limarí y Choapa al igual que los pueblos de indios son distribuidos entre los once y luego ocho primeros conquistadores encomenderos. Por disposiciones en la legislación sobre mercedes de tierra ningún conquistador puede ser propietario de un valle entero con las aguas corrientes sino solo de una parte. También quedan fuera de sus dominios las quebradas e interfluvios adyacentes a los mismos, estas tierras reciben el nombre de estancias’. Este es el punto de partida del origen de las comunidades agrícolas de seco” (Schneider, 2006, s/n).

8 Sin embargo, y siguiendo al autor citado, estas comunidades se han visto sujetas a cuatro grandes procesos: la instalación en ellas de personas cuyas identidades no son “comuneras”, sino ciudadanas; el abandono de las comunidades por la vida urbana; descoordinación de las acciones de las instituciones estatales y escasa representación política de los campesinos/el caudillismo (Schneider, 2006, s/n).

un conjunto de productos con los cuales se puede trazar un grupo de preparaciones que al reunirlos conforman, tanto para cultores como para comensales —y para quien los observa y analiza—, un acervo reconocible de gustos y principios de condimentación que giran en torno a ciertos ejes gustativos dados por uno o varios alimentos. Este conglomerado de preparaciones (recetas en el sentido de técnicas aplicadas a los productos) generalmente es concebido como “comidas antiguas” o platos que se siguen consumiendo a pesar de los cambios. También se los denomina “los platos de mi abuela o de mi madre”, relacionados muchas veces con ciertos productos alimenticios que todavía se recolectan, pescan, cultivan o crían. En algunos casos, se aprecia que en estos conjuntos las formas de producción han variado o se han perdido sus confecciones artesanales, como en el caso del mote, pero se mantienen las recetas, o se han sustituido ingredientes (por ejemplo, en el ají color, se da el reemplazo de la manteca por el aceite). De este modo, lo que se aprecia en relación con estas constelaciones es, por un lado, su estilo y dominancia respecto a preparaciones que no forman parte de un universo de significados y, por otro, la identidad que la población les otorga a partir de la larga duración de sus gustemas⁹. En este sentido, en las constelaciones se preservan productos, recetas, maneras de consumo y ciertas ideas asociadas a este, así como diversas simbolizaciones al interior de un sistema culinario compartido. De este modo, los conjuntos de acervos culinarios que trazan mapas claros de conocimientos y saberes emergen como elementos claves de las cocinas en tanto cultura inmaterial de la región que, aunque amenazadas por un sinnúmero de peligros, logran realizar una transmisión transgeneracional y salvaguardar sus constelaciones del paso del tiempo y de los cambios.

Encontramos en la región las constelaciones culinarias de la tierra y el mar, y estamos seguras de que en el futuro una investigación más profunda podrá describir con densidad histórica, antropológica, culinaria y agropecuaria los distintos trazos que se pueden encontrar en su construcción. Por ahora hemos descubierto los siguientes campos de significación patrimonial en los conjuntos de productos y recetas encontrados.

Constelación de las frutas y de lo dulce. Este conjunto está compuesto, por un lado, por frutales nativos como la papaya, la lúcuma, la chirimoya, el pepino dulce, el copao y la tuna. Entre ellas la papaya y el copao adquieren un valor emblemático; la primera, porque traspasa las fronteras regionales y adquiere desde muy antiguo una marca de origen, ya sea en conserva o como confite, y el segundo, porque se asocia al mundo prehispánico y a la actividad de recolección. Por el otro lado, la uva, el durazno, la manzana, el damasco, el higo, la nuez, el membrillo y la pera construyen un grupo asociado a la adopción de alimentos y técnicas hispano-coloniales que son la base de la elaboración de muchos postres, “dulces”, destilados y bebidas que caracterizan a la región.

En este trazado, el higo y la nuez configuran un polo identitario a partir de la elaboración, con el primero, de confites, tortas, arropes y helados, y del conocido “cachito de nuez”. Por su lado, los duraznos convertidos en fruto seco (descarozados) se inscriben

9 Este término es de Lévi-Strauss (1968) y designa a las unidades mínimas del gusto que caracterizan a una cocina.

como signos de gran relevancia simbólica, pues su consumo está inmerso en una memoria donde lo colectivo y lo comunitario se asoman para actualizar el pasado campesino, la cooperación y la reciprocidad de un modo de vida que se apaga lentamente, pero que permanece vivo en el recuerdo de muchos habitantes.

En el caso de manzanas, membrillos y peras, la factura de “dulces” amoldados es característica de valles como el Elqui, evocando las antiguas formas de mantención y conservación de las frutas para los meses invernales. El dulce de membrillo y de manzana configuran hoy día un trazado que se conecta con el sustrato de los gustemas dulces. Sin embargo, la producción de estas frutas se ha visto amenazada frente al modelo productivo y exportador actual, el cual ha puesto en riesgo su diversidad y continuidad, pese a los esfuerzos que se han gestado desde algunos organismos estatales por conservar los antiguos modos de producción campesinos.

En esta constelación la uva posee un gran campo de significaciones. Por un lado, representa una larga historia de producción y preparación que constituye un acervo campesino artesanal ligado a la tradición de bebidas alcohólicas como el vino, aguardiente y pisco, y sus derivados en mistelas y chichas. Por el otro, encarna la modernidad de la producción capitalista con las grandes empresas exportadoras de pisco y vino que irrumpen en medio del paisaje de cerros y valles con sus denominaciones de origen y su producción en gran escala.

La constelación de las frutas es abigarrada en su tejido histórico y en las variadas formas en que sus componentes son producidos. Muchas de las frutas crecen en las arboledas de casas y pequeñas propiedades, así como en espacios más amplios, pero en la mayoría de los casos, a excepción de la uva, su transformación en alimento, asentado en el polo de lo dulce, es obra de las mujeres. La producción artesanal de papayas, de confites, de tortas y repostería destinada a la comercialización está en manos femeninas, y lo mismo sucede con la dedicada al consumo doméstico. Podríamos sostener que esta constelación está estrechamente ligada al trabajo de las mujeres que son y han sido capaces de dibujar en ella múltiples estilos y sabores.

Al interior de este conjunto, las uvas presentan un semblante mixto, toda vez que los hombres aportan a su transformación en las distintas fases de producción de las bebidas alcohólicas, ya sea artesanales o industriales; pero las mujeres son las artífices de su recolección y corte, en el caso del trabajo agroindustrial y familiar. Sin duda las uvas dan paso y existencia a una cultura del vino y de los destilados que permanece desde tiempos coloniales y que también posee raigambre precolombina con las chichas elaboradas por los pobladores primigenios.

Constelación de los cereales. Su trazado se inicia con el cultivo precolonial del maíz y con la técnica de la molienda, que dará lugar a diversas formas asociadas a recetas de muy antigua raigambre. Dentro de ellas, la chuchoca, en sus variantes de mortereada, molida, quebrada y pelada, adquiere una significación especial derivada de su uso específico en algunos platos: la mortereada para guisos de carne roja o con porotos, la molida para carnes blancas, la quebrada para cazuelas, y la pelada para las conocidas papas con chuchoca. Sin duda, la chuchoca constituye un tropo emblemático de esta

constelación y pone de manifiesto la memoria gestual de la mano de moler como imagen de larga duración en la culinaria de la región. El trigo, símbolo colonial y del proceso de adopción y mestizaje de la producción y consumo alimenticio, se instala con su blanca aureola. En sus variantes de majado, remolido o “arroz chileno”, da cuenta de la tensión entre símbolos: si el maíz con sus tipos de triturados evoca el polo indígena, el trigo y sus machacados evoca lo “criollo” o mestizo. El llamado “arroz chileno”, es decir, el trigo seco y pelado que se usa entero, sin partirlo para cazuelas y sobre todo para los porotos, es una alegoría de la posibilidad de diálogo entre culturas. El plato de porotos con “arroz chileno” restituye una operación simbólica que escenifica lo “originario” combinado con lo colonial, representado por el trigo, pero ese término a su vez muta en “chileno” en el proceso de transformación del trigo en “arroz” (es decir, como sustituto de un cereal más blanco y que debe ser comprado).

Sin duda, el mote representa en este conjunto una técnica arcaica de origen precolumbino, aplicada a la transformación del maíz en alimento y cuyos procedimientos se mantienen hasta la actualidad. Sin embargo, también el trigo-mote alcanza un enorme protagonismo, reemplazando muchas veces al del maíz, siendo utilizado en varias recetas, ya sea con leche, en sopas o en guisos. Si bien el mote es un gustema ampliamente compartido en el país, en la región se consume no solo en la fórmula de “mote con huesillos”, sino también en preparaciones saladas. Por ello es una técnica y un símbolo que sobresale en esta constelación.

Además, en el conjunto es posible delinear otro grupo de preparaciones patrimoniales que se derivan del trigo convertido en harina: por un lado, las diversas variaciones de “cocho” confeccionado con harina tostada y, por el otro, los panes y las masas de repostería. En el primer caso, el cocho sanco, el guisado y el desbarrancado constituyen platos de larga data y que en el pasado formaron parte indispensable de la dieta campesina en tiempos de escasez, pero también consumidos y considerados sabrosos hasta hoy día. Hermanas de estas recetas son las pantrucas y soporrotones, pero como variación de la harina cocinada en caldos (especialmente de charqui). En el segundo caso, las churrascas, la telera y el pan amasado en hornilla configuran un elemento indispensable en las mesas regionales, combinadas con queso de cabra a la hora del mate, desayuno u once. Estos panes son indispensables y trazan un camino reconocible en esta constelación.

Desde el polo de lo dulce, en este conjunto se observa la figura de las diversas masas relacionadas con la repostería de clara identidad colonial, ejemplificada en los bollos o panes dulces y en las diversas recetas de pasteles y tortas.

Trigo y maíz, entonces, permiten dibujar una constelación que marca fuertemente el patrimonio alimentario de la región de Coquimbo, envolviendo en esos granos y en sus técnicas de preparación y consumo un devenir de enorme riqueza social y simbólica.

La constelación de las legumbres, por su lado, no es tan profusa como las dos anteriores; sin embargo, en ella aparece una díada emblemática compuesta por los porotos y el arvejón. Nuevamente enfrentamos el cara a cara, el diálogo entre un alimento originario y uno colonial. En el primer caso, se detecta una antigua presencia del consumo de porotos en la región desde los tempranos períodos donde el desarrollo alfarero permitía

la cocción de esta legumbre. La versatilidad de las recetas patrimoniales pasa por la mezcla entre el mar y la tierra, con platos como los porotos con cochayuyo o luche (una preparación que también se relaciona con la Dieta Pacífica), que suponemos son gustemas de larga data. Asimismo, se dibujan diversas combinaciones con mote, trigo majado y “arroz chileno”. De ese modo, esta constelación en su base indígena —representada por el poroto— se intersecta con la de los cereales para constituir un acervo claramente delineado. En el polo del arvejón, de data colonial, es posible leer un emblema culinario asociado al mundo campesino y a la escasez o pobreza, pero no por ello signado negativamente. Ya sea como harina, entero o partido, el arvejón tuvo —y aún continúa teniendo, en algunas zonas— un protagonismo y una relevancia dada por su cualidad de ser un alimento “llenador” y sabroso desde el punto de vista de los comensales. En tanto harina, se emplea en muchas recetas similares a la de trigo, como cocho, mezclada con color para algunas carnes y en platos específicos como el puré de arvejón, la mazamorra, mezclado con papas y como guiso con zapallo. Al igual que los porotos, admite un vínculo con el trigo majado y el mote dando fuerza a comidas vegetarianas, propias de momentos de carencias, tal como se ha instalado en la memoria de muchos de los habitantes. De este modo, podríamos decir que la constelación de las legumbres muestra una fisonomía donde lo heredado y lo adquirido relumbran y al mismo tiempo conectan y cruzan sus fulgores con el conjunto patrimonial del trigo y del maíz.

Entre los alimentos de la tierra, encontramos alimentos singulares que conforman en sí mismos significaciones derivadas de un tejido compacto que podríamos definir como *constelación de los condimentos*. Este es el caso del ají y de un conjunto de aliños como el comino, el orégano y la canela, así como del pimienta morrón seco y molido convertido en el preciado “ají color”, los cuales les dan especificidad a las demás constelaciones, construyendo lo que conocemos como los principios de condimentación que dan identidad a las cocinas de la región.

El ají, enraizado en los gustemas precoloniales, no deja de estar presente en las recetas de algunos guisos, pero sobre todo consumido en verde, seco y ahumado (ají cacho de cabra) y en pasta constituye un elemento fundamental de la sazón, y combinado con pan es un alimento cotidiano. El comino y el orégano resultan aliños indispensables para darles sabor a diversas recetas saladas, y la canela, presente en la constelación de las frutas, posee también una larga historia productiva y de consumo en la región. Pero entre todos estos aliños, la constelación está marcada por la presencia del “ají color”, que en el pasado fue un principio de condimentación transversal y que hoy se mantiene más que nada en las localidades campesinas, pero está igualmente presente en varios platos como los chupes, locros y diversidad de guisos. Este conjunto, que define las marcas gustativas, es de vital importancia a la hora de definir los estilos culinarios y los patrimonios alimentarios presentes en Coquimbo como región y como espacio cultural.

Mención aparte requiere la presencia de un cuerpo único que se esboza dentro de representaciones singulares. Nos referimos a la *constelación de la aceituna*, cuyos trazados se inician en la colonización temprana de la región y se erige como patrimonio comunitario sobre todo de algunas localidades, como Los Choros. La aceituna conforma un gustema propio y de larga duración que convoca el devenir, pero también las

transformaciones. Desde lo artesanal a lo semindustrial conviviendo al mismo tiempo, la producción de aceitunas de mesa y para aceite dan una fisonomía clara al paisaje culinario regional y a un gustema que, si bien es compartido en otras regiones, adquiere en sus mesas un sentido identitario audible y sensible. Las aceitunas con pan y como alimento presente en muchas ocasiones de la vida cotidiana y festiva constituyen una constelación que devela la historia de la colonización española y de tradiciones y saberes arraigados en las comunidades que las producen.

En el espacio de los valles, de la precordillera y de la cordillera, reverbera una constelación dibujada por animales inconfundibles que pueblan el paisaje regional. Nos referimos a la *constelación de la cabra* (que ya tiene su identidad en el firmamento) y que evidencia una cultura culinaria, arraigada en periodos coloniales, en torno a sus subproductos y a la carne, pero sobre todo porque se asienta en un estilo de vida y en comunidades reconocidas y valoradas: la de los crianceros que ocupan un lugar espacial y simbólico de gran relevancia. Dos grandes trazos emergen de esta constelación: en primer lugar, la cultura del queso, y, en segundo lugar, las diversas técnicas de consumo de su carne. La leche de cabra es un bien preciado como base de la elaboración de una industria quesera que abarca desde la producción artesanal y familiar a la semiindustrial. El queso de cabra es un gustema que produce una fuerte marca en los comensales locales y regionales y en muchos casos porta un sello a nivel nacional (los quesos de Ovalle, por ejemplo, son comunes en ferias y recintos comerciales del país) y local con los saberes y conocimientos asociados a su fabricación y consumo. Utilizado en variadas preparaciones, el queso frito es valorado en el trazado de su ingesta y toma variantes dulces y saladas que lo convierten en un ícono de la constelación. Por otro lado, la carne de cabra, ya sea en sus variaciones frescas o conservadas (charqui), da origen a una multiplicidad de recetas que descansan en el sabor inconfundible de cazuelas, hervidos, guisos y distintos asados que son parte habitual de las mesas cotidianas y festivas. La constelación de la cabra, sin duda, presenta un conjunto de dibujos que delatan su permanencia y la fuerte identificación que tienen las cocinas de la región con ella.

La constelación de las algas, peces y mariscos, aposada en el mar, otorga los gustemas de una multiplicidad de recetas que configuran una cocina costera de viejas raíces. Podríamos decir que su configuración nace de las líneas más arcaicas de los asentamientos humanos de la región y que se mantiene gracias a las comunidades de pescadores y recolectores que han transmitido, por una parte, sus saberes productivos-extractivos y, por la otra, los conocimientos impresos en sus preparaciones. Testigo de los intercambios entre costa, valle y cordillera, esta constelación posee la silueta de una cultura de la pesca y recolección que bebe de los saberes de los viejos habitantes de la costa (changos), así como de formas de conservación y consumo de larga data, unidos a los aportes de las distintas poblaciones europeas y mestizas que se emplazaron en la región. En la vertiente de los peces, sean estos de roca, profundidad, de orilla o estacionales, las recetas hablan de técnicas de secado, hervido (caldillos y sopas), a las brasas, al horno, entre otros, utilizando todos sus componentes y órganos. La densidad histórica se actualiza en la gran diversidad de maneras de consumo y en el aprovechamiento de todas las partes comestibles de los peces, llegando esta

constelación a su esplendor con el paté de hígado de congrio, muy apreciado por los pescadores. Asimismo, los mariscos, bivalvos y moluscos conforman este conjunto trazando una profunda línea que arranca de los cazadores recolectores marinos hasta la actualidad. Ocupan un lugar central, ya sea crudos o cocidos, teniendo el ostión, la lapa, la macha y el loco un sitio de dominio. Son consumidos en una amplia variedad de recetas, pero su versión cruda es apreciada, a excepción del loco, que, aunque puede ser preparado como ceviche, es preferido cocido con salsa verde. Los ostiones alcanzan en esta constelación una amplia valoración y sus lugares de crecimiento o bancos dan lugar a denominaciones con identidad (como los ostiones de Tongoy o de Coquimbo). Las algas, el luche y el cochayuyo, por su lado, dan una fisonomía especial a esta constelación y la coronan de diálogos y cruces con otras, especialmente con la de cereales y legumbres, trazando puntos comunes y mestizajes que constituyen acervos gustativos regionales.

Esta constelación, en tanto patrimonio alimentario, está amenazada por la extinción de algunos peces y bivalvos, a causa de las formas de extracción industriales que han modificado el paisaje productivo marítimo, y por la exportación en gran escala que deja a los habitantes sin la posibilidad de consumir como en el pasado reciente. La tensión entre pesca artesanal y pesca industrial, si no es resuelta, redundará en la pérdida de especies y el empobrecimiento de las múltiples líneas que configuran esta crucial constelación para el devenir de las cocinas regionales.

Por último, es preciso señalar que, como todo patrimonio, su continuidad se ve amenazada por las transformaciones propias de la globalización alimentaria; así, muchos constatan que: *“Las cosas han cambiado ahora, los nogales antiguos los han cortado, la exportación ha hecho cambiar todo, va muriendo lo antiguo. El trigo majado que se vende lo compran las gentes mayores; la juventud, el pollito y las papas fritas, el fideíto”* (Guillermo Ogalde, Feria de Ovalle). Las nuevas generaciones han cambiado sus costumbres alimentarias y los gustos tradicionales son valorados especialmente por los mayores, por ello es relevante el gesto de las mujeres cocineras de empeñarse en seguir preparando recetas a sus descendientes, así como múltiples esfuerzos de chefs, colegios técnico-profesionales (como el de Monte Patria, que contempla en su enseñanza la cocina tradicional de la región), cultores e instituciones del Estado como FIA, INIA e INDAP en mantener vivo el patrimonio alimentario agrícola, marítimo y ganadero de la región de Coquimbo. Esperamos que nuestro trabajo sea una contribución a esos esfuerzos y estamos ciertas que este libro y su inventario constituyen solo un primer paso para elaborar, a futuro, un repositorio que contemple los múltiples acervos culinarios albergados en cada comuna de la región. Queda así planteado el desafío de enriquecer, superar y profundizar esta indagación y nuestro descubrimiento de las constelaciones patrimoniales presentes en el rico y variado patrimonio alimentario de Coquimbo.



SEMBLANZA ARQUEOLÓGICA¹⁰

Las investigaciones arqueológicas son un aporte de gran relevancia para el conocimiento del patrimonio alimentario, sus continuidades y cambios, y nos permiten deducir que las poblaciones que habitaron lo que hoy conocemos como la región de Coquimbo se caracterizaron, en primera instancia, por un modo de vida cazador-recolector, incluyendo actividades de pesca, y que sus dietas fueron variadas debido a los desplazamientos entre zonas del interior y la costa. Los estudios realizados permiten aproximarnos, interpretar y reconstruir la alimentación de los proto pobladores de la región. A través de la arqueobotánica conocemos las plantas que existieron en el pasado estudiando los residuos de frutos y semillas, mediante el raspado de las superficies de vasijas o instrumentos de molienda con los que se procesaron los alimentos. Asimismo, los complejos habitacionales, fogones, sitios de procuramiento y de descarte, como los artefactos para la obtención, procesamiento y almacenamiento de las especies consumidas, brindan pistas para recuperar parte del sistema culinario del pasado.

La temporalidad alimentaria se aprecia desde el Periodo Arcaico (separado en Temprano, Medio y Tardío) hasta el Periodo Tardío (es decir, desde 9000 a.C. al 1500 d.C.), siendo en este último donde se intensifica el consumo y producción de alimentos como el maíz, la quínoa y los mariscos¹¹ (particularmente las machas), observándose también la introducción de nuevos productos y variedades de alimentos ya

10 Este esbozo arqueológico ha sido hecho en base a las investigaciones de Inguer Peña, Rolando González y Halszka Paleczek.

11 Particularmente en el Valle del Mauro, Provincia de Choapa. Troncoso, 2004.

existentes como consecuencia de la incorporación de este territorio al imperio inca. Por otro lado, la evidencia arqueológica corrobora la hipótesis que señaláramos anteriormente de la Dieta Pacífica, en tanto desde el Arcaico se evidencia el tránsito de alimentos desde la costa, valle y cordillera.

Durante los periodos Arcaico y Tardío apreciamos la existencia de una *constelación de los camélidos*, vinculada al guanaco y la llama, que han sido fundamentales en la dieta y en la cultura de la zona. En relación con el guanaco, se han encontrado registros en el Complejo Cultural Huentelauquén¹² y en el valle del Limari¹³, donde se han reconocido restos de su procesamiento y consumo. Más adelante, en el Periodo Medio (desde el 900 d.C. hasta el 1200 d.C.) se advierte la relevancia de este animal a nivel simbólico, dada su abundancia en contextos funerarios asociados al complejo Las Ánimas en Elqui; y en el Periodo Intermedio Tardío (desde el 1200 d.C.) la caza de guanaco en el valle de Illapel¹⁴. Por otra parte, en el Arcaico Tardío (ca. 3.000 a ca 0 años a.C.) encontramos las primeras huellas de elaboración de charqui de guanaco, presentes en el sitio del estero Mauro¹⁵ (MAUO85). Respecto a la llama, nuevos trabajos en el Periodo Intermedio señalan que su incorporación es relativamente tardía y que iría de la mano con la influencia del Tawantinsuyu¹⁶, teniendo una fuerte presencia en el Periodo Tardío¹⁷. Asimismo,

12 Méndez y Jackson, 2005; Jackson, 1996, en Jackson, 2004.

13 En sitio San Pedro Viejo de Pichasca. Troncoso et al., 2016.

14 Troncoso, 1999.

15 López et al., 2016.

16 Becker, 2004, Troncoso et al., 2009, en López et al., 2015.

17 López et al., 2015.

mo, estudios de arqueofauna presentes en sitios del valle del Mauro —al sur de Illapel— dan cuenta de la incipiente introducción de este camélido doméstico comenzando a utilizarse como complemento económico de los asentamientos dispersos con sustento agrícola¹⁸. Se piensa por ello que estos animales podrían haber servido como llamas cargueras en redes de circulación e intercambio de bienes, para la elaboración de artefactos óseos y como recurso alimentario en forma directa y transformado en charqui¹⁹.

Respecto a la *constelación de los peces y mariscos*, esta merece especial atención dado que se han encontrado restos malacológicos desde el Periodo Arcaico, lo que revela su larga duración como patrimonio alimentario en la región. Se constata la presencia de ostiones desde este periodo en el Elqui²⁰, y de estos y erizos en el Valle del Encanto, Tamaya 1, Hurtado²¹ y Rapel²²; choros en el Limarí²³; machas en el Complejo Cultural Huentelauquén desde el Arcaico²⁴, en Elqui²⁵ en el Intermedio Tardío y en el Choapa²⁶ en el Periodo Tardío; el almejón²⁷ también en Choapa²⁸ y vinculado a la cultura Los Morrillos²⁹; y almejas y lapas en el Elqui³⁰ en el Intermedio Tardío (1200 d.C. al 1400 d.C.), asociados a materiales diaguitas. En relación con los peces, se han identificado restos de jurel desde el Arcaico en el Choapa³¹, en el

Periodo Intermedio Tardío en el Elqui³² y en el Tardío en el Choapa³³; y la corvina, también desde el Arcaico, en el Choapa³⁴. Asimismo, se advierte desde el Arcaico la presencia de chungungos y lobos marinos. Esta constelación se ve reforzada por los tempranos hallazgos de restos materiales asociados a la pesca, tales como puntas de proyectil, raspadores, pesas de anzuelo, barbas de anzuelo, barbas de arpón y anzuelos de concha en la zona de Guanaqueros y La Herradura³⁵.

Por otra parte, la *constelación de los cereales* se hace presente desde el Periodo Arcaico a través del registro de las primeras evidencias vinculadas a microrrestos y artefactos ligados a la molienda (piedras tacitas, morteros, molinos y manos de moler en el Elqui³⁶). Pero, sin duda, es en el Periodo Alfarero Temprano (que va del 0 al 900 d.C.), con el inicio de la tradición alfarera —y, por tanto, la posibilidad de cocción en agua directa al fuego—, propia del Complejo Cultural El Molle, donde se encuentran las primeras evidencias de manejo hortícola³⁷, las cuales se consolidarán en el Periodo Intermedio Tardío. Respecto al maíz, hay evidencias en el Periodo Intermedio Tardío en el Limarí³⁸ y en el Mauro³⁹, pero será en el Periodo Tardío cuando se intensifique su cultivo en el valle de Choapa debido a la incorporación de este territorio al imperio inca, donde además se introduci-

18 Becker, 2004, Troncoso et al., 2009, en López et al., 2015.

19 López et al., 2012.

20 En alero Pichasquita. Troncoso et al., 2016.

21 En alero El Puerto.

22 En alero Roca Fértil.

23 En sitio San Pedro Viejo de Pichasca. Ampuero y Rivera, 1971.

24 Méndez y Jackson, 2008.

25 Troncoso et al., 2016.

26 En el sitio Punta Chungo-Agua Amarilla (L.V. 166). Troncoso, 2009.

27 *Eurhomalea rufa*.

28 En el sitio Dunas Agua Amarilla (L.V. 166).

29 Gambier, 1985, en Jackson, 2004.

30 Troncoso et al., 2016.

31 En el sitio Dunas Agua Amarilla de la Provincia del Choapa (L.V. 166).

32 Asociado a la cultura diaguita. Troncoso et al., 2016.

33 Zona Punta Chungo-Agua Amarilla, sitio LVO99-B. También se han hallado vasijas cerámicas mayoritariamente de tipo restringido, tanto las monocromas como las decoradas, pudiendo haber servido como contenedores para el transporte de los productos marinos hacia tierras del interior, articulando de este modo a LVO99-B de manera logística y funcional en los circuitos de intercambio propios del Tawantinsuyo. Troncoso et al., 2009.

34 En el sitio Dunas Agua Amarilla. Vargas, 1996 en Troncoso, 2009.

35 Kuzmanic y Castillo, 1986.

36 En sitios como Punta de Teatinos, El Pimiento, El Sauce, La Rinconada y El Cerrito. Schiappacasse y Niemeyer 1964.

37 Troncoso et al., 2016.

38 En el alero de San Pedro Viejo de Pichasca. Ampuero y Rivera, 1971.

39 Belmar, Quiroz y Riquelme, 2012.

rán nuevas variedades⁴⁰. También se han encontrado restos de quínoa y madi desde el Alfarero Temprano en el valle de Chalinga⁴¹, en Illapel y Chalinga desde el Periodo Intermedio Tardío⁴², y en el Periodo Tardío en Choapa⁴³ e Illapel⁴⁴. Se aprecia un aumento en el tamaño de la semilla de la quínoa en el Intermedio Tardío, lo cual según Belmar y Quiroz (2003) daría cuenta de un proceso de domesticación asociado a una mayor sedentarización.

Asimismo, hay evidencias de porotos en este periodo en el valle del Elqui⁴⁵ y en el Limarí⁴⁶, los cuales se diversificarán (se registran restos de poroto pallar) en el Periodo Tardío⁴⁷. Desde el Periodo Alfarero Temprano hay evidencia de cucurbitáceas (zapallo) en el Limarí⁴⁸, cuya producción y presencia aumentará en el Periodo Tardío.

Además, se han encontrado restos de algarrobo y palma chilena pertenecientes al Alfarero Temprano en el Limarí⁴⁹; para el Periodo Intermedio Tardío se encontraron evidencias en Illapel y Chalinga de maqui y quila o mollaca⁵⁰, vasijas cerámicas en

Combarbalá⁵¹; y en el Periodo Tardío vemos la emergencia de los primeros restos de familia de ají en el río Illapel⁵². Finalmente, los datos recogidos del Periodo Alfarero Temprano en el valle del Mauro dan cuenta de una predominante dieta de vegetales de sus habitantes⁵³, lo cual refleja la importancia de estos alimentos desde muy temprana data. Asimismo, estudios bio-antropológicos del Periodo Intermedio Tardío realizados en esqueletos encontrados en el Elqui dan cuenta de que la alimentación de los habitantes diaguitas preincaicos estaría compuesta mayoritariamente por recursos terrestres por sobre los marinos⁵⁴. Por otro lado, estudios en esta misma área han detectado un elevado índice de patologías orales en la población diaguita.

40 Tal como señala la evidencia del valle del Mauro. Belmar, Quiroz y Riquelme, 2012.

41 En sitio San Agustín 12 y en Bato 1. Belmar y Quiroz, 2003 y Belmar y Quiroz, 2002.

42 Asociada a la primera fase diaguita en sitios como Césped 1 y Las Burras 2 y 5. Belmar y Quiroz, 2003.

43 En el valle del Mauro. Belmar, Quiroz y Riquelme, 2012.

44 Asociados a sitios incaicos. Belmar y Quiroz, 2006.

45 Niemeyer et al., 1989 y Castillo, 1986, en Troncoso y Pavlovic, 2014.

46 En el alero de San Pedro Viejo de Pichasca. Ampuero y Rivera, 1971.

47 En el valle del Mauro por incorporación al imperio inca. Belmar, Quiroz y Riquelme, 2012.

48 En el alero de San Pedro Viejo de Pichasca. Ampuero y Rivera, 1971.

49 En el valle del Encanto. Troncoso et al., 2016.

50 Belmar y Quiroz, 2000. Es posible que los frutos de quilo hayan sido utilizados para almacenar o fermentar chicha en los grandes contenedores cerámicos, como se conoce etnográficamente para el pueblo mapuche. Wilhelm de Mösbach, 1999:75, en Belmar y Quiroz, 2000. En el Periodo Tardío también se aprecia en Loma Los Brujos. Troncoso, 2003.

51 En el alero Los Zorros. Méndez y Jackson, 2008.

52 Quiroz y Belmar, 2003.

53 Pacheco y Gómez, 2012, en López et al., 2016.

54 Rosado, 1998, en Troncoso, 1999.



SEMBLANZA HISTÓRICA

La colonización española cambió el panorama alimentario de los habitantes primigenios de la región, quienes adoptaron muchos de los productos traídos por los peninsulares (especialmente los animales domésticos y el ganado caprino, vacuno y equino, así como el trigo y frutales), pero mantuvieron otros (como el maíz, el ají y los porotos). Si bien no poseemos bibliografía especializada que dé cuenta del momento de contacto a través de los alimentos y de los inicios del periodo colonial, a través de las investigaciones de Jorge Pinto (2015) y Roberto Páez (2010) podemos esbozar una breve imagen de algunos aspectos de las cocinas regionales en los siglos XVIII y XIX. También, a través de entrevistas con el etnohistoriador Patricio Cerda, hemos podido reconstruir ciertas tramas históricas; asimismo, la escritura de Gabriela Mistral nos ha ayudado a recuperar algo de la memoria sobre los alimentos a inicios del siglo XX, especialmente en el valle de Elqui.

Los primeros habitantes de la región fueron comunidades protomapuches⁵⁵; luego, a fines del siglo XVIII, con una colonización de más dos siglos, se contaba con más de la mitad de la población categorizada como española, un 16% de indios, un 5% de mestizos y 19% de negros: “Los tres primeros conformaban un grupo en el que era difícil distinguir quién era quién porque los mestizos se españolizaban y los indios se amestizaban” (Pinto, 2015, p. 16).

Desde tiempos coloniales la minería, la agricultura y la ganadería fueron las principales fuentes productivas de la región que hoy denominamos Coquimbo, generándose equilibrios o dominancias de una sobre otra dependiendo del periodo histórico

(Pinto, 2015, p. 30). El cultivo de trigo y vides fue el que dio la fisonomía productiva agrícola dominante, pero también la de hortalizas y legumbres. La ganadería y sus subproductos (sebo y cueros para los minerales) fueron relevantes, especialmente el charqui, que servía de alimento a los peones.

Sobre la *constelación de las frutas*, a principios del siglo XVIII, es posible rastrear que en La Serena, aunque en emplazamientos urbanos aún modestos “... las manzanas que forman son también de la misma medida, cada una con su acequia; pero, los pocos habitantes, la incomodidad de las calles sin pavimentar, la pobreza de las casas edificadas de barro y cubiertas con rastrojos, la hacen parecerse un campo, y las calles y avenidas de jardines pues están orladas de higueras, olivos, naranjos y palmas que les dan agradable follaje...” (Pinto, 2015, p. 20). Por otro lado, el autor nos informa, respecto a la carne, que en Peñuelas se mantenía parte del ganado vacuno “...que se sacrificaba para abastecer sus carnicerías” (p. 20).

Ya en este siglo se vislumbra claramente la cultura del vino y el aguardiente, que se manifestaba en la ciudad de La Serena en los bodegones y pulperías “...frecuentados por los parroquianos del sector que acudían...a gastar unos realillos en el vino y el aguardiente que se traía del interior...las autoridades se veían obligadas a dictar reiterados bandos prohibiendo los juegos de azar y ordenando a las pulperas, que casi siempre eran mujeres, a cerrar sus negocios a las 9 de la noche so pena de castigos en dinero y azotes...” (Pinto, 2015, p. 21).

Asociadas a esta cultura vitivinícola, las fiestas religiosas también implicaban un consumo de esos

55 Entrevista personal a Patricio Cerda, Coquimbo, agosto 2017.

productos. Por ejemplo, se consigna que, en Andacollo, ya en el siglo XVIII la fiesta de la Virgen tenía la magnitud de la que hoy ostenta y “...los comerciantes encontraban la oportunidad, tal como lo hacen hoy, para expender mercaderías, para lo que se preparaban con bastante anticipación fabricando velas, dulces, mistelas y cuantas cosas podían vender” (Pinto, 2015, p. 133). Los pobres de la región, devotos de la Virgen, debían gastar en vino y aguardiente para saludar a su imagen venerada y también cuando se juraba el estandarte real o la llegada de un nuevo corregidor.

La cultura del vino, al parecer, era tan preciada que un testimonio del siglo XVIII sostiene que los hombres estaban más inclinados a beber que a las mujeres: “... Prefieren la embriaguez a la satisfacción de sus necesidades físicas...menos es la afición que tienen al otro sexo que a la bebida; por esta gustan de la comida, ella los advierte en los concursos que se procuran pues rara vez se embriagan solos, deleitándose en gastar cuanto tienen con su compañeros...Aman el celibato y si se casan naturalmente se reforman en mucha parte. Entonces dejando el cuidado del ganado cabrió a sus mujeres, se aplican más a la agricultura y, es bien de notar que aunque trabajando en las minas el tiempo que invierten desde que disponen de la tierra hasta que cosechan, logren el salario y alimento cuatro o seis veces mayor que el fruto...Los que no lo consiguen se contentan con ir a servir a otros labradores en las estaciones correspondientes...” (Pinto, 2015, pp. 264-265).

Pero también quienes ostentaban las fortunas de la región requerían en sus fiestas domésticas (tertulias) agasajar a los invitados con mistelas, “...dulces de chancaca y los infaltables helados de verano” (Pinto, 2015, p. 161). En el siglo XVIII todo el valle de Elqui estaba destinado a la vitivinicultura y el de Limarí era muy relevante, pues “...tendió a un equilibrarse la minería, la agricultura y la ganadería, con un leve predominio de la primera...a orillas del río se cultivaban trigos y vides y algunas legumbres que se comercializaban en los poblados vecinos y en la propia ciudad de La Serena” (Pinto, 2015, p. 26).

A mediados del siglo XVIII Coquimbo es descrita como una zona de numerosos valles en los cuales vivían sus moradores sin formar pueblos “...dedicados al cultivo del trigo y de la vid” (Pinto, 2015, p. 46), y donde se producían 20.000 arrobas de vino y no abundaba el ganado, pero sí muchas minas. El mismo autor presenta una tabla de precios de fines del siglo XVIII que da cuenta de los alimentos que se consumían: trigo, harina, cebada, lentejas, frijoles, papas, higos, nueces, vino, aguardiente.

Es interesante constatar que Jorge Pinto (2015) hace una diferencia entre lo que comían las clases acomodadas (hervido, nogada de gallina negra, corvina a la mantequilla, camarones de río, paco y cordero al palo) y lo que comían las clases pobres, que tenían como base “...la harina, el frangollo, el charqui y los porotos sazonados con sal, ají y pimiento seco. Por ejemplo, los peones de mina recibían una ración diaria de 715 gramos de charqui, 688 gramos de harina, 400 gramos de frangollo y una cantidad adecuada de sal y ají para condimentarlos” (p. 27) y esa era su comida de lunes a sábado. A los indios de encomienda se les cambiaba el frangollo por cebada o maíz y el charqui por un trozo de carne de cabra u oveja, de acuerdo con la riqueza del encomendero. También había diferencias de clase en el consumo de alcohol: los pobres bebían chicha y el *punchi*; los otros, vinos de buena calidad y aguardiente refinado que a veces venía de Cataluña.

En el siglo XIX Páez constata la mantención de la cultura del vino, el aguardiente y el pisco, agregando la de las chichas, especialmente de Elqui. En 1887, las zonas productoras eran este último valle, Ovalle e Illapel. Así, en Elqui se produjeron “...18.552 arrobas de aguardiente, 7.037 de chicha 5.332 de vino mosto, 3.512 de chacolí, 1.842 de Burdeo nacional y 1.267 de coñac nacional” (2010, p. 29).

Este autor también da cuenta de cómo a inicios del siglo XIX diversos viajeros consignaron la relevancia de la *constelación de las frutas*, destacando la producción de lúcumas, naranjas, limones y aceitunas. Las

chirimoyas y manzanas fueron señaladas por William Raischenberg en 1832 y el propio Darwin señaló "...que los higos y uvas del Valle de Elqui eran de gran renombre" (Páez, 2010, p. 31). También Domeyko registró los higos secos, las pasas, los duraznos, los melones y la uva. El mismo autor señala: "De todos los testimonios extraña el silencio ante la papaya, que ha ocupado un lugar de mayor identificación con la ciudad, en estos últimos años de nuestro siglo. El silencio parece justificado, ya que es una de las escasas frutas que no se come cruda" (2010, p. 31). Sin embargo, el autor constata que en el Hotel Central se ofrecía compota de papaya y que en las casas se la consumía como dulce, jugo o mermelada y en la prensa local se alababan sus cualidades terapéuticas.

Por su lado, y como testigo privilegiado de la región, Gabriela Mistral nos aporta valiosas imágenes y datos del paisaje del valle de Elqui, así como la influencia que tuvo en su biografía y en la memoria que permaneció con ella, pues no retornó a vivir allí. Sin duda la fuerza cultural de ese entorno es la que quedó en su retina emotiva y escritural. Las semblanzas que nos entrega, ya sea desde su prosa o su poesía, ponen en evidencia que para ella ciertos alimentos, más que nutrientes biológicos, fueron sustentos de su identidad y de su devenir vital. Así, nos dice:

Yo sigo hablando mi español con el canturreo del valle de Elqui; yo no puedo llevar otros ojos que los que me rasgó la luz del valle de Elqui; yo tengo un olfato sacado de esas viñas e higuerales y hasta mi tacto salió de esos cerros con pastos dulces o pastos bravos; yo sigo alimentándome cada vez que me libero del hotel odioso y de la pensión fea de las mismas cosas que me hicieron el paladar en el sentido teológico de la sal en el bautismo, y hasta hoy estoy segura de que me han quedado casi puros mis gestos de allá: la manera de partir el pan, de comer las uvas, de poner pie con pesantez en el suelo quebrado, de llevar la cabeza como las personas criadas con poco cielo encima y la emoción fuerte cuando me reencuentro con el mar, que es la de aquellos que no lo han tenido... (Páez, 2010, p. 31)

En su poesía abundan las referencias a la *constelación de las frutas*, especialmente la uva y el vino, y también a la de la aceituna, como en "La mano": "Se ha secado mi mano como / en la áspera siesta la resina / y la aceituna negra en el verano...Un día, al despertar, yo la he mirado / seca como la uva en otoño / como el lagar vaciado" (Mistral, 2017, p. 81). Las frutas como emblema de la región de Coquimbo tuvieron un papel central, como lo expresa, precisamente, en el poema que lleva ese nombre: "Veo en la luz de Montegrande, / veo la fiesta de canastas, / a las de uvas nos echábamos / como abejas las muchachas. / La mano de tordo de Juan / nos la llenaba y rellenaba / y las manos de las chiquillas / en un instante la vaciaban" (Mistral, 2017, p. 81).

Los frutos secos se mencionan en "La almendra": "Las almendras arrugadas / que de soles se quemaron, / como no puedes con ellas / me las tiras a la falda / y a golpe y a golpe mío / sueltan siete dientes blancos / Muerde ahora, come y ríe, / comilón enfurruñado, / llena su leche tu boca / como cuando eras de un año / y recuerdo leche mía / de que me había olvidado" (Mistral, 2017, p. 81).

Es posible leer sobre la *constelación de la cabra* en "Criollas": "1. Cabra / Cabra loca saltando / las peñas vivas / los ojos salvajotes, / leche tan fina. / Cola de pelos duros / huesuda arpía / y en la leche la misma / ¡Virgen María!" (Mistral, 2017, p. 87).

De este modo, los pocos relatos históricos y literarios que encontramos develan que ciertas constelaciones de productos patrimoniales poseen un antiguo enraizamiento en la región y por ello portan un conjunto de significados que los hacen reconocibles en el tiempo y relacionados tanto con las identidades colectivas como con el semblante productivo. En todo caso, emprender el camino de la investigación del devenir de las cocinas locales es un imperativo para avanzar en el conocimiento de la densa cultura alimentaria de la región de Coquimbo.

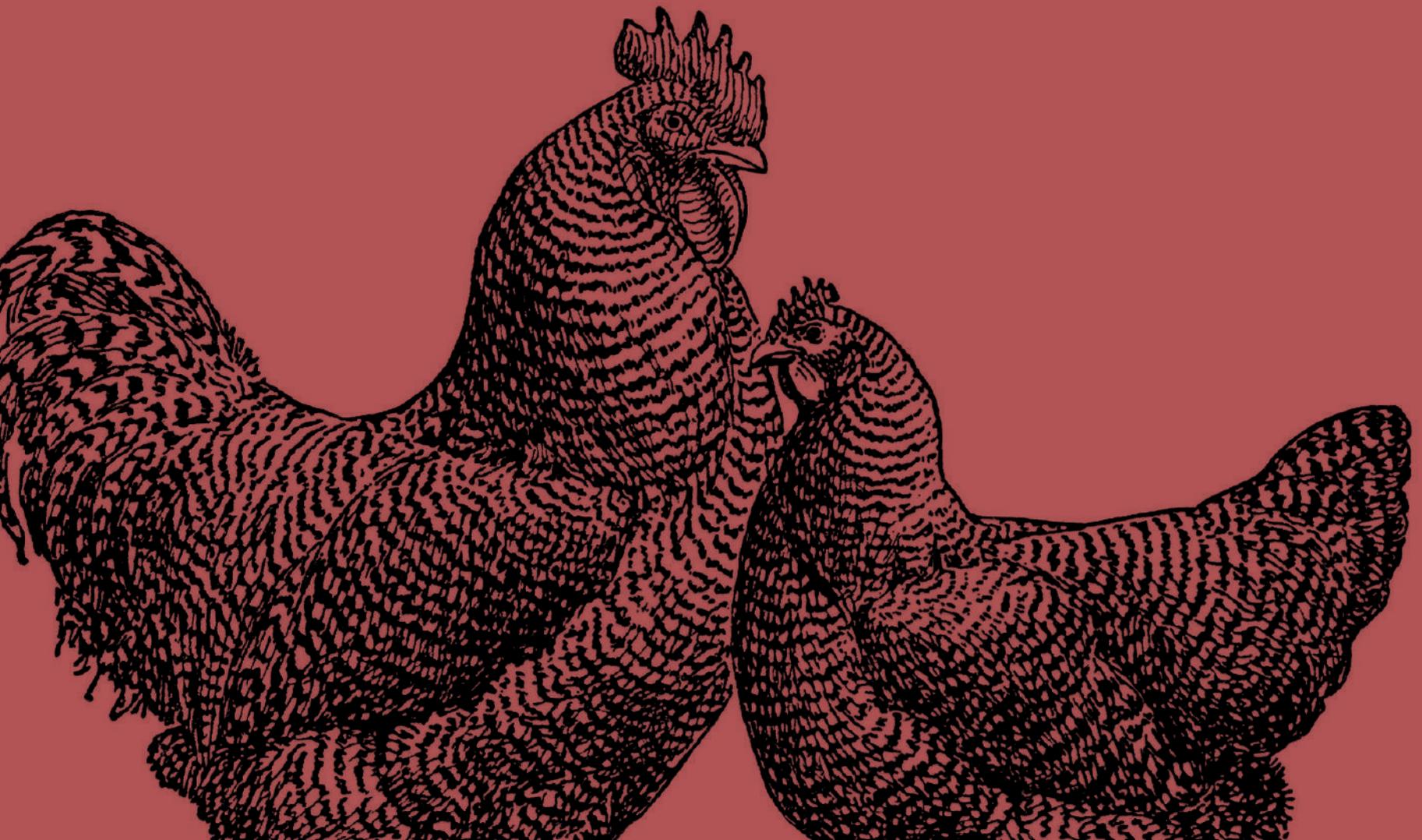


INVENTARIO

* * *

*En todos los testimonios recogidos para esta investigación
hemos respetado las formas y expresiones propias de los
cultores y cultoras.*

1
Animales



Animales domésticos

“Entre otras cosas, (en 1738) Doña María Rosa declaró tener una casa en La Serena, una hacienda en Limarí, una viña vieja, 200 vacas, 500 ovejas, tres mil cabras, 10 yuntas de bueyes, 100 caballares, 4 esclavos...” (Pinto, 2015, p. 156).

La tabla que presentamos abajo da cuenta de la cantidad de animales domésticos (e incluye también algunos silvestres, como conejos) que hay en la región de Coquimbo y nos permite observar el cuadro actual de su peso en esta y su relación con el país. Una somera mirada a sus contenidos pone de manifiesto que, respecto a los productos patrimoniales, estamos frente a una cultura de crianza de animales donde domina la *constelación de la cabra*, representando más de la mitad de la producción de Chile. Del mismo modo, se observa que en el ámbito de los asnales y mulares también estos representan más de la mitad de la producción del país. Sin duda, ambas producciones están ligadas, en tanto los asnales y mulares sirvieron y sirven aún para los traslados que hacen los crianceros a las veranadas cordilleranas, donde llevan a pastar sus ganados de cabras y, en general, sus animales en tiempos de sequía, y en los normales, constituyendo una tradición que da fuerte identidad a quienes se dedican a ello, y otorga una fisonomía a la región en general. Asimismo, los mulares han tenido una gravitación en la producción de la pequeña minería. De los datos extraídos en terreno, cabras y asnos presentan un universo patrimonial de productos alimenticios, y las relaciones que sus criadores establecen con ellos son de proximidad y afecto, pues están ligados a la sobrevivencia desde períodos coloniales. Asimismo, se aprecia un conjunto de conocimientos, saberes y prácticas sobre los ciclos reproductivos de estos animales, así como sobre sus capacidades y potencialidades alimentarias.

A continuación, reproducimos la tabla hecha por la Oficina de Estudios y Políticas Agrícola (ODEPA), en su informe respecto a la región de Coquimbo del año 2018⁵⁶:

56 <https://www.odepa.gob.cl/wp-content/uploads/2018/03/Coquimbo.pdf>

EXISTENCIA DE GANADO EN NÚMERO DE CABEZAS

ESPECIE	REGIÓN	PAÍS	REGIÓN / PAÍS
CAPRINOS	405.058	738.887	54,8%
OVINO	84.366	3.938.895	2,1%
BOVINOS	41.323	3.789.697	1,1%
CABALLARES	25.704	320.740	8,0%
ASNALES	8.796	15.463	56,9%
MULARES	3.858	7.424	52,0%
CERDOS	3.784	3.292.707	0,1%
CONEJOS	2.930	45.582	6,4%
CUYES	114	2.381	4,8%

Fuente: elaborado por Odepa a partir de información de VII Censo Nacional Agropecuario y Forestal; Odepa-INE, 2007.

La tradición culinaria ligada a preparaciones con carnes de vacuno, cabra, cerdo y cordero, así como a los asnos, es amplia y puede rastrearse tanto en la memoria oral como en la documental. Las fiestas religiosas están signadas por el consumo de carnes. Es así como en las cercanías de Cogotí, en Combarbalá, en las celebraciones de la Virgen de la Piedra “...hay casas que se transforman durante la fiesta en cocinería o en improvisados restaurantes que en el día ofrecen cazuela de cabrito y cordero asado” (Juan Collado citado por Ugalde, 2010, s/n). Por su lado, Ángel Álvarez cuenta: “En la fiesta de la Virgen de Lourdes en Tamaya...en la calle principal del poblado se instalaban los negocios, había de todo...las cocinerías estaban al aire libre y vendían exquisitos almuerzos, cazuelas, empanadas, asado de cordero, cabros y los ricos costillares de cerdo a las brasas, era el plato predilecto de nuestro padre” (Álvarez, 2015, p. 114).

Todas estas preparaciones forman parte del acervo gustativo de los viejos y nuevos habitantes de la región de Coquimbo, como apreciaremos en los datos recopilados en terreno y que entregamos a continuación.

VACUNO

Nombre científico: *Bos taurus*

Actualmente la masa de ganado bovino en la región, como se aprecia en la tabla ya citada, es de 41.323 cabezas de ganado, lo que representa el 1,1% a nivel país (según el VII Censo Nacional Agropecuario y Forestal, 2007).

Sin duda, los conocimientos asociados al ganado vacuno son de data colonial (Pinto, 2015) y los registrados por nosotras a través de la tradición oral provienen de la experiencia en la hacienda, la que tuvo una gran influencia en los saberes allí obtenidos, conformando una parte de la memoria sobre los productos patrimoniales de los habitantes de la región. Es así como algunas personas que vivieron y trabajaron al interior de una hacienda relatan:

“En este sector había once agricultores, y después fueron miles con el reparto de tierra, esta era una zona ganadera y ellos trabajaban el trigo, el maíz, que usaban para la alimentación del ganado; cuando se repartió esto, ya cambió la ganadería por cultivos... Aquí en este sector el hombre tenía como 300 vacas lecheras más la crianza, los terneros” (Hermanos Mario y Javier Yáñez, Pan de Azúcar, La Serena).

Por otro lado, respecto a la leche y al trabajo en la lechería de las haciendas:

“Me recuerdo que en la casa se sacaba la leche manual, estaba recién llegando el año 64, las ordeñadoras que eran las mujeres principalmente, sacaban leche. Y en mi casa eran tres mujeres las lecheras a las que les daban ración. Habían nueve litros de leche todos los días. “¿Ud. cree que el repartidor de la leche le iba a dar los tres litros?” ¡Le daba con yapa, po! Con eso hacíamos mantequilla, arroz con leche, sémola con leche, se hacía queso” (Julio Rojas, Ovalle).

Asimismo, se conservan saberes tales como que:

“Para capar a un animal tenía que ser con la luna menguante, que fuera achicándose... no cuando iba creciendo, porque si no el animal moría... Con la luna menguante todo se va achicando, entonces la herida se cierra mejor y no le entran infecciones al animal” (José Marín, Feria de Ovalle).

◀ Preparaciones y consumo ▶

Hemos rastreado el consumo de la carne de vacuno bajo distintas modalidades: como bistec (frito), carne a la cacerola, cazuela, hervido, carraca, empanadas pequenes y asado a la parrilla. La alta valoración de la

carne de vacuno se expresa en que en el pasado muchas veces representaba la proteína principal para las fiestas navideñas (Adriana Peñafiel, Coquimbo).



* Carraca

Bajo este nombre se denomina a diversas preparaciones (véase también harinas); por un lado, se trata de un plato caliente que se confecciona con las carnes que quedaron del asado. Jorge Pinto señala que carraca es una “... especie de pan duro hecho con cebolla y grasa” (2015, p. 277). Por su parte, Pereira Salas (1977) dice: “Es típico un pan duro, con cebolla, color y grasa llamado carraca” (p. 57).

Nuestros entrevistados describen así este plato:

Versión 1: “La carraca es parecida al cocho sanco, solo que la carraca lleva caldo de vacuno o gallina, eran platos muy fuertes para los viejos que cocinaban antes” (Julio Rojas, Ovalle).

Versión 2: “La carraca se hace con papas cortadas en cuatro, cebolla pluma, zanahoria, ají color, charqui, y al final se le echa un huevo. Mi abuelita siempre le colocaba el ají que tuviese en la casa, pero que fuera

bien picante, de ese ají rojo cacho de cabra. Actualmente yo le echo merquén” (Irma Petit, La Serena).

Versión 3: “Pan remojado, la leche de la cabrita, el charqui que ellos mismos preparan, y el queso de cabra (...) un poquito de cebollita y al fin y al cabo un chupe” (Franco Vicencio, Monte Patria).

Se consigna en La Paloma otro uso del término carraca: “Los niños le llamaban carraca cuando se iban con el bolso: ‘Me llevo la carraca hoy día’, porque se le echaba la vianda, se le echaba el pan, el jugo...” (Olga Godoy, La Paloma). Asimismo, en Los Choros, se dice que carraca se llamaba a cualquier comida de preparación rápida y con ingredientes que se tuvieran a mano, normalmente reunidos en una sopa o guiso.

* Cazuela de vacuno

La preparación de la cazuela en diversas modalidades es considerada por la mayoría de los entrevistados como un plato emblemático de la región. Su distinción respecto al resto de las cazuelas nacionales es que lleva distintas combinaciones de cereales, especialmente la “chuchoca mortereada” y vegetales de acuerdo con la estación. Asimismo, está dentro de los platos que se sirven en las fiestas navideñas.

Versión 1:
“La cazuela de vacuno es del invierno. Se hace con chuchoca, con pedazos de choclo, papa y zapallo” (Sara Tapia, Ovalle).

Versión 2:
“Se hace igual que la cazuela de gallina, pero se deja remojando la chuchoca quebrada en la noche y después se echa a cocer junto a la carne; es muy rico, muy rico. La mejor chuchoca es la del maíz antiguo, ese que usted siembra por toda la vida, con eso queda rica la cazuela” (Sara Tapia, Ovalle).

Versión 3:
“La cazuela lleva la carne de vacuno, chuchoca o arroz y la papa” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

* Cazuela del hueso redondo

La receta proviene de Tulahuén. “Ingredientes: hueso redondo del vacuno, papas por mitad o enteras, trigo remolido o majado, sal, grasa, color de chanco, condimentos. Preparación: se consigue con la vecina el hueso redondo del vacuno, se hace hervir por unas 3 horas, la cocción del hueso da al caldo un gusto sabroso que lo da la médula y los nutrientes del hueso. Este servirá

para preparar el almuerzo o la comida de varios vecinos. Después de esas 3 horas de cocción se le agrega el trigo remolido y el resto de los ingredientes y de esta manera se puede servir a la mesa. También se le agrega una cucharada de color de chanco para darle mayor color y realce” (Pizarro, 2006, p. 40).

* Hervido

El hervido es una preparación de larga data, como sostiene Jorge Pinto: “La buena mesa de Coquimbo estaba adornada de exquisitos platos, entre los que destacaban el hervido de carne con toda clase de verduras” (2015, p. 277). Podríamos decir que se trata de una variante de la cazuela, pero su característica es que “...lleva porotos verdes, zapallo y verduritas” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

La diferencia fundamental entre la cazuela y el hervido es que “...la cazuela es el caldo con papa... El hervido acá es con choclo, papas y porotos verdes” (Liliana Rodríguez, Monte Patria).

Versión 1:

“Hay una modalidad que aquí en la zona se utiliza mucho, es como la misma cazuela, pero además le

agregan porotos verdes. Y es el hervido. El hervido es la típica cazuela, pero con porotos verdes y un trozo contundente de carne. Después la papa entera, zapallo, choclo y perejil o cilantro para terminar” (Paola Díaz, Monte Patria).

Versión 2:

“Al hervido hay que ponerle la carne y un hueso sustancioso, los porotos verdes, zanahoria, zapallo, el pedazo de zapallo tiene que ir primerito, después se deshace, zapallo, morrón, el monte verde: el cilantro y el perejil y se deja a hervir nomás, ah, claro, un pedazo de choclo y se pone a hervir ahí nomás” (Alicia Rojas, El Molle).

* Salón de vacuno

Marcos Torrejón, de Tongoy, recuerda que luego de una fuerte lluvia, “bajó la quebrada”, arrastrando a los animales a su paso. Ante tanta devastación, para conservar esa enorme cantidad de carne se utilizó la técnica del salón, secándola y pudiendo así preservarla para ser consumida.

“Cuando el año 57 me vuelvo allá, vivíamos allá en Puerto Velero, entonces llovió día sábado, domingo y lunes, día lunes eran como las cuatro de la mañana, estábamos arriba ya, cuando sonaba un ruido tan grande, era la quebrada que venía, la anchura que tenía, y aquí dejó el desastre nomás. Se trajo vacuno, se trajo cabras, chanchos, Barros, piedra. Al segundo día pudimos encontrar la

quebrada, había un toro ahí, estaba ahogado, y aquí otro; por allá arriba habían como tres, cuatro, la gente llegaba, los descueraba, llevaban más carne. Al final mi papá llevó una pierna en un burro, claro, si eran bueyes, así que la pasamos re bien, en vez de que no teníamos nada,

y después hicieron las carnes, las hicieron salones que llamaban, las recortaban, las hacían hervir, y después la ponían en malla así, y las secaban, y después las hacían comida en las cazuelas” (Marcos Torrejón, Tongoy).

Guiso

“El guiso de vacuno se hace con porotos verdes y choclo en el verano” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

Bistec frito

“Para que quede bueno, acá le ponemos harto comino, así le da el gusto” (Julio Rojas, Ovalle).

Pequenes

Son empanadas pequeñas que llevan más cebolla que carne: “En Salamanca hay una leyenda que explica el origen de los pequenes: se dice que carne es muy suave-cita porque es de niñitos muy chiquititos que un hombre cazaba, los mataba y los hacía empanadas. Por eso estas empanadas se llaman pequenes, por los pequeños” (Feriante Ovalle, puesto N.º 3).

Carbonada seca

Se denomina así “...a la carne con zanahoria, arvejas y papa y arroz... La carbonada que era tipo caldo era con todo eso menos el arroz” (Adriana Peñafiel, La Serena).





Requesón

Se trata de una forma de utilizar la leche.

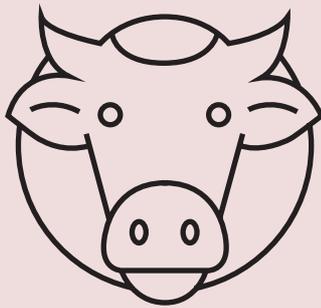
Versión 1:

“Cuando la vaca paría y estaba muy gruesa la leche, mi mamá la cocía, la cortaba y después la preparaba con harina tostada” (Georgina Cortés, Feria de Ovalle).

Versión 2:

“Mi mamá ponía a hervir la leche gorda, se cocía y apartaba. Era como una masita donde estaba el suero para un lado, lo otro lo sacaban, lo apiñaban, le echaban azúcar y lo comían” (Carmen Rojas, Batuco).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Desde el punto de vista nutricional, la carne de vacuno es una fuente destacada de proteínas (un 20% en promedio, con un rango de 18% a 23%), con un contenido graso que varía entre 3% y 6%, según el corte (Schmidt-Hebbel et al., 1990). Al igual que otras carnes rojas, es un excelente aportador de hierro de buena absorción, así como de otros minerales de importancia nutricional (zinc, cobre) y vitaminas, especialmente del complejo B, tales como tiamina (B1), riboflavina (B2), niacina, B6 y B12 (Strasburg et al., 2008)

CAPRINO

Nombre científico: *Capra hircus*

Se trata del producto alimenticio con mayor carácter patrimonial en la región, constituyendo una constelación cultural de gran densidad, especialmente en el mundo rural, conformando un sistema productivo de distribución y consumo que caracteriza a la región. Según consta en el informe anual del año 2018 elaborado por ODEPA⁵⁷, el año 2017 la región cuenta con 310.916 cabezas (en explotaciones de 20 y más), es decir, representa el 69,5% de la producción nacional. Cabe destacar que en los últimos 11 años ha habido una disminución de este ganado, pero aun así sigue siendo la región que capta la mayor cantidad de caprinos.

ductos enfrenta los mismos problemas que el queso de cabra. Cada criancero vende en promedio cerca de 5 a 15 animales menores para carne por temporada, venta que se manifiesta principalmente en primavera o verano. No se ha podido establecer ningún análisis de montos o precios al respecto, debido a que la encuesta aplicada en la comunidad solo se centró en el queso y la carne. Por último, según lo señalado por los comuneros, cerca de un 50% a 60% de los caprinos mueren cuando se producen períodos de sequía que sobrepasan los dos o tres años, haciendo de la actividad caprina y la producción de sus derivados una acti-

EXISTENCIA DE GANADO CAPRINO EM EXPLOTACIONES DE 20 CABEZAS Y MÁS, SEGÚN REGIONES SELECCIONADAS

REGIÓN	EXISTENCIAS DE GANADO CAPRINO (NÚMERO DE CABEZAS)				
	2007	2010	2013	2015	2017
COQUIMBO	396.67	435.236	292.804	249.989	310.916
PARTICIPACIÓN REGIONAL	65,3%	65,2%	63,4%	60,6%	69,5%

VII Censo Agropecuario y Forestal 2007, Encuesta de caprinos 2010, 2013, 2015 y 2017
Fuente: elaborado por ODEPA con antecedentes del INE.

De acuerdo con la tesis de licenciatura de Rodrigo Rocha, la producción y venta de carne de caprinos depende de la estación y las características del animal. El consumo estacionario de la cabra se inicia en septiembre u octubre con los lechones o cabritos, siguiendo en diciembre o enero con los chivitos o cabritones y en marzo o abril con la cabra adulta y sus interiores. Dependiendo del tamaño y peso del animal, los precios varían considerablemente. La venta de estos pro-

ductos en extremo fluctuante, pero, a la vez, una forma de regulación del total de animales existentes en el área de estudio. De ahí la importancia de la transhumancia (Rocha, 2008, p. 104).

Los datos recopilados en terreno nos indican que los crianceros ocupan el sistema de veranadas dentro del ciclo reproductivo del ganado caprino. Ellos arriendan en la cordillera sitios a los que van cada año:

57 <<https://www.odepa.gob.cl/wp-content/uploads/2018/03/Coquimbo.pdf>>



“...cuando los años son muy malos, como el año pasado, más de la mitad de la gente no sube la cordillera, se queda abajo arrendando con mucha dificultad para alimentar sus animales y así poder pasar el verano” (Francisco Cortés, INDAP Ovalle).

Los caprinos están destinados a la elaboración de quesos, leche, charqui, carne para la venta y el autoconsumo y a la comercialización de los cueros. La división sexual del trabajo coloca a las mujeres en la elaboración de los quesos y a los hombres en la comercialización del producto. El viaje a las veranadas, que es generalmente de todo el grupo familiar, constituye un momento de congregación e identidad no solo de cada núcleo, sino también de la identidad colectiva de los crianceros. El testimonio de Paola Díaz, de Monte Patria, lo verifica:

“Mi abuelo toda la vida fue criancero. Tenía muchas cabras. Y obviamente que los hijos iban adquiriendo todas las tradiciones de sus papás, se iban a la cordillera, a las veranadas, en Argentina y todo eso cuando estaba permitido obviamente”.

“Uno antiguamente iba a la cordillera, así como en este tiempo [abril], ahora anda toda la gente en la cordillera. Mi papá nos llevaba porque tenía que trabajar, así que nos iba a dejar con el ganado, y a veces a la semana hacíamos una carga de queso o dos cargas. Bajábamos con las cargas y mi hermano nos venía a dejar. Allí a veces sacábamos leche para tomar. A veces nosotros mismos hacíamos el pan en la cordillera, porque la mamá se quedaba en casa. Nosotros que éramos más grandes nos hacían ir a la cordillera y nos dejaban a cargo de todo el ganado. Yo quedaba solo en la cordillera con todas las cabras” (Mariano Requena, Tulahuén).

Raúl Ruilova, de Punitaqui, nos ofrece una detallada descripción de las veranadas de la región:

“Aquí se seca el pasto en verano, las cabras comen esas cositas verdes, principalmente las cabras. En noviembre o diciembre se empieza a secar, y en noviembre ya suben a las veranadas. Cuando yo trabajaba en el Servicio Agrícola Ganadero (SAG) abríamos la temporada el primero de

noviembre y durante diciembre, enero, febrero, marzo, abril. Normalmente van en grupo, con las vacas van los vaqueros, los viejos machistas no mandan mujeres con las vacas. Los animales que suben a la cordillera son, el último año subieron 35.000 vacas, 8.000 caballos, 5.000 ovejas, 125 cabras en la cuarta región. Esos son los números, que a mí me gusta decir porque la gente cree que suben tres, no, no, suben ganados grandes. Con las cabras van las señoras, el perro, el gato, la guagua, el abuelo, todos. Cierran la puerta, los huasos se visten de huaso, se ponen sombrero, yo no sé por qué se ponen camisa limpia y todo, porque a la media hora van llenos de tierra. Cierran la puerta y salen de sus casas impecables. Ellos se van a vivir a la cordillera por cinco o seis meses; ¿de qué depende eso? De cuándo se seca el pasto aquí; de cómo estuvo el invierno pasado, si se van en noviembre o diciembre. Y cuándo bajan, depende, en marzo o abril, de cómo empieza la cuestión allá”.

Otra modalidad es la vivida por Paola Díaz, de Monte Patria:

“Se iban los hombres a las veranadas y nosotras nos quedábamos en la casa. Mientras ellos estaban arriba, como mi abuelo tenía un terreno grande, ellos sembraban, cultivaban todo para comer, porque ellos bajaban una vez al mes. Se bajaba a Ovalle a comprar azúcar, harina, aceite, esas cosas”.

La noción de cordillera construirá un paisaje que es definido así:

“La cordillera ¿qué es lo que es? Son ríos, los ríos tienen afluentes, los afluentes tienen más afluentes, acá y acá. Entonces aquí hay una agüita en la última parte del cerro que es donde está la nieve, que sale de ahí, está la fuente, entonces sale aquí y de estos hay cientos así y se va haciendo un árbol de los afluentes y al final está el río Limarí. Entonces, aquí, por ejemplo,

en Limarí, hay como veinte cordilleras, el SAG les llama cordilleras, que son ríos más o menos importantes. Al lado del río se ponen las vacas porque el pasto está más grande, y de ahí se van poniendo las cabras para arriba. Y es todo con nombre, dirección y apellido y tú sabes que don Pedro Pérez, porque sacó los papeles acá abajo, está en la quebrada Tucumán, en la postura Agüita Verde, con 325 cabras, tres perros, llevó un chanco para comérselo arriba, una señora y tres hijos de tal edad. Todo esto está registrado y está registrado porque los viejos se quedan hasta el último día y de repente vienen nevazones y ha habido situaciones en que se han quedado allá arriba y es la única forma de saber” (Raúl Ruilova, Punitaqui).

Respecto al ganado, Mariano —ya citado— recuerda que antes había una raza de “cabra chilena” y ahora hay cabra mezclada; “hay ahora diferentes razas”.

Se observa que existe una diferencia entre los “viejos” y “nuevos” crianceros. En el caso de los primeros, acostumbran a vender sus quesos solo en la temporada de primavera (noviembre) a compradores que llegan hasta ese sitio a comprarlos. Los segundos, sin embargo, tienen una producción de quesos de todo el año como algo que les permite vivir de ese trabajo. La otra diferencia es la cantidad de cabezas de ganado: los más viejos tienen mayor número de ganado, pero menor producción. En cambio, los más jóvenes, gracias al mayor acceso a proyectos de fomento productivo, tienen menos animales, pero con mejor rendimiento. El vínculo de los antiguos crianceros con su ganado es estrecho y de gran afecto; esto se expresa, por ejemplo, en la imposibilidad de sacrificar a los animales más viejos:

“Mi abuelito tenía unas cabras que eran sus regalonas, esas no las mataba, las dejaba. Eran como mascotas” (Paola Díaz, Monte Patria).

“...una cabra que tiene ocho años que no tiene dientes no se elimina, no, porque la Chepita la tengo de guagüita y ¿cómo la voy a matar?,

prefiero que se muera sola; lo mismo ocurre con el charqui, aunque saben que es mejor ocupar las mejores cabras, las nuevas bien alimentadas, ellos hacen el charqui con cabras muy viejas y ese charqui es de mala calidad” (Francisco Cortés, INDAP Ovalle).

Este estrecho vínculo y los conocimientos tradicionales sobre los animales se observan también en el siguiente ejemplo:

“La cabra se nota que anda triste [cuando está enferma] media decaída igual que uno con el dolor de cabeza que uno anda decaído” (Mariano Requena, Tulahuén).

Asimismo, los animales adquieren distintas denominaciones de acuerdo con su ciclo vital:

“Cuando tiene cuatro meses lo llamamos cabrito, después guatón y después capado. La hembra es hembra no más, pero se llama cabrillona cuando ha tenido una sola cría. Cuando ya pare dos veces es cabra y ya tiene otro sabor. El cabro tiene la carne más dura. La cabra es como el adulto, es el

animal grande, que tiene más tiempo. En cambio, el chivo o el cabrito son más pequeños. El chivito, chivo o el cabrito es como de meses y la carne se supone que es más tierna, más blandita y por eso más sabrosa. El cabro es como el término medio y ya la cabra o el chivato, digamos, es el adulto” (Paola Díaz, Monte Patria).

Los saberes de los crianceros sobre sus animales se vinculan con su destino productivo:

“El criancero sabe hacer queso y necesita razas de cabra, las razas se caracterizan por eso, son razas lecheras, que hay un concepto que se llama ‘rusticidad’, que tiene que ser una cabra no de pata fina. Le trajeron una blanquita que es de patas muy finas y la llevan a la cordillera y la pobre llega caminando de rodillas, entonces la ‘Saanen’ no sirve, porque la Saanen produce seis litros de leche diarios, pero al viejo no le sirve para subir al cerro porque la Saanen es muy delicada, hay que tenerla aquí, produce seis litros, pero si yo la tengo aquí con alfalfa todo el día y harta agua, eso lo saben los viejos” (Raúl Ruilova, Punitaqui).





Por otro lado, en Los Choros, se describe así los tipos de carne:

“El cabrito de acá de la zona del sector es muy apetecido... Ahora con estas variedades, estas razas nuevas, hay unos que son muy de carne que a la gente le gustan mucho...en otros sectores que es el ‘llano’ de arena, entonces el animal pasta ahí, no se cría fibroso como el de cerro...”
(Arturo Contreras, Los Choros).

Respecto a su faena, Samuel Cepeda, de Unión Campesina, nos relata:

“El día de la faena, hay que dejar al cabrito aislado para que no coma ese día, hay que dejarlo separado porque si no, no sale bueno, sale pasado a pasto... La técnica es clavarle un cuchillo en la vena más grande que tiene en el cuerpo, que es en el cuello, debe ser en el lugar preciso para no pasar a cortar el cuello y que salga pasto. Con el corte ahí, se queda quietito. Una vez muerto, se cuelga y el primer corte se hace arriba del pecho, a lo largo del cuerpo para poder despegar el cuero. Después se mete el puño para ir despegando el cuero del animal, y lo enterramos no más, no tiene buen precio. El animal se debe faenar en las tardes para que no hayan moscas, y es necesario





dejarlo oreando de un día para otro, para que la carne amanezca durita. Se limpia bien, una vez que se le saca el cuero y se abre desde el esternón para ir retirando los interiores. Lo primero que se saca es el estómago y se corta la tripa gorda. Luego el pene, los riñones quedan pegados, y se saca la pajarella del animal. Después viene el pulmón, el hígado y la hiel, que se tira arriba del techo para que cunda el ganado. Al final le saca el corazón”.

En la actualidad, la importancia patrimonial de la cultura caprina se refleja en la celebración de la “Fiesta del Cabrito” el 1 de febrero. De manera más o menos general, en las celebraciones del 18 de septiembre se prefiere el consumo del cabrito asado, técnica asociada a lo festivo. En las fiestas religiosas, sin embargo, pese al deseo de los participantes, ello no es posible debido a las exigencias sanitarias. Así, por ejemplo, Norma Valenzuela, de Andacollo, relata: “Una vez in-

tentamos hacer uno de estos cabritos asados, pero la municipalidad me lo prohibió porque tienen que venir todos con su timbre, y uno, como es de campo... ¿cómo va a andar pagando?”. Muchas fiestas familiares, por su lado, se ven coronadas con el asado de cabrito como signo de congregación y disfrute social.

Asimismo, es importante señalar que muchos entrevistados sostuvieron que la carne de cabrito debe comerse con vino, lo cual implica que opera un sistema de consumo, y comensalismo, que activa la inclusión de otro producto patrimonial clave de la región, como son las uvas, y con ellas el trabajo de elaboración de diversos vinos y destilados. Dentro de los gustemas asociados a la carne de cabro están las costillas, que son consideradas muy sabrosas, sobre todo las costillas asadas (Orfelina Guerrero, Los Choros). Asimismo, dependiendo de la cantidad de lluvia, la carne de los caprinos será más o menos sabrosa. El gusto también varía de acuerdo con la edad: “La cabra cambia de sabor cuando



ha parido más de dos veces, la edad mejor del cabro es cuando tiene de seis meses a un año... Cuando estamos extremistas lo comemos al mes” (Clara Arancibia, La Paloma). Sin duda, la mayoría coincide en que lo más delicioso son los “cabritos tiernos”, esos que tienen entre dos y tres meses, y los llamados “cabritos de leche”: “...mayo es el mes de venta, los cabritos son paridos en el verano, están nuevitos y gorditos, son los lechoncitos, esos se deshacen en la boca” (Paola Díaz, Monte Patria). En contraste, “el ‘castrón’ [cabro no capado], ese no se come en general porque tiene un olor muy fuerte y no hay cómo sacarlo” (Norma Valenzuela, Andacollo).

Por otra parte, se reconocen las grandes propiedades del guano de cabra para el abono de la tierra: *Sembraba papas... le iba bien en las cosechas, porque traía guano, puro guano de cabra (...), así que sembraban hartos porotos verdes, en ese tiempo estaba el Tofo*” (Guillermo Morales, Los Choros).

◀ Preparaciones y consumo ▶

Usos de la leche de cabra

1

Manjar de leche de cabra

De raigambre patrimonial en la región, el manjar de leche de cabra se utilizó, y en algunos lugares sigue vigente, como relleno en algunas recetas de dulces locales y como acompañamiento para el pan. Según Mariana Alcayaga, el manjar debe quedar “líquido, nunca oscuro, pero tampoco blanco, es como intermedio”. Los habitantes de El Molle señalan que antiguamente se elaboraba con mayor frecuencia el manjar de leche de cabra, el que tiene un sabor particular y es “más cundidor” que el de vaca, ya que esta leche tiene más grasa. Sin embargo, actualmente cuesta conseguir la leche de cabra, pues la mayor parte de la producción está destinada a la fabricación de quesos. Por su lado, Norma Valenzuela, de Andacollo, dice: “...se hierve la leche con azúcar hasta que se vaya endureciendo. Después se le pone un poco de canela y naranja”.

2

Mate de leche de cabra

“Es para el invierno, cuando hace frío, usted le coloca la leche de cabra caliente y un poquito de trago fuerte” (Julio Rojas, Ovalle).

3

Grasa y mantequilla de leche de cabra

En la zona de Los Choros hay recuerdos de la factura de mantequilla:

Versión 1:

“El suero que sacaban de la leche de la cabra lo hervían y formaba una masita... Yo la vi hacer porque mi tía, mis suegros también hacían eso. Hacían la mantequilla, la mantequilla blanca” (Guillermo Morales, Los Choros).

Versión 2:

“Se hace con la nata de la leche. Pero eso hay que hacerlo en la mañana para que se vaya endureciendo. Cuando uno va cociendo la leche va botando la leche, se va separando” (Norma Valenzuela, Andacollo).

Versión 3:

“La mantequilla la hacíamos con la nata. Era fácil, rápida, toda la nata se juntaba cuando hervía, cuando hacíamos la leche, y la sacábamos y empezábamos a batirla a tenedor” (Liliana Rodríguez, Monte Patria).

Asimismo, en el pasado, “La grasa de cabra la usaban mucho para hacer pan también” (Eduardo Morales, Los Choros).



4 Queso de cabra

Se trata de una preparación de larga data —como lo consigna Jorge Pinto, quien señala que ya en el siglo XVIII los quesos de Limarí eran preciados (2015, p. 278)— y que constituye un acervo de conocimientos que se traslucen en la diversidad de tipos de quesos que se producen en la región. En la actualidad se mantienen los métodos tradicionales de fabricación en los quesos producidos principalmente en el período de verano en la cordillera, coexistiendo con métodos modernos, en los que se han estandarizado e higienizado los procedimientos, permitiendo una producción constante durante todo el año y acorde a las normativas sanitarias del país para la venta de quesos frescos.

“El queso se hace allá [en la cordillera] y, como te digo, el queso no tiene contaminantes, pero hay otra característica, el queso después de treinta días que madure, el queso fresco puede tener contaminantes, pero el queso en la medida

que madura, por los efectos fisicoquímicos que tiene adentro, mientras más maduro está el queso, menos contaminantes tiene. La misma reacción química que se produce adentro del queso elimina los bichos, entonces un queso que dejas treinta días ya no tiene bichos patógenos que te puedan hacer mal. La costumbre chilena eso sí es agarrar pan y, mientras más fresco el queso, mejor” (Raúl Ruilova, Punitaqui).

El mismo Raúl relata el proceso de la producción de quesos en la cordillera:

“Entonces el queso se queda allá arriba, empieza a madurar, ese queso es más grasoso, más nutritivo, más todo, entonces, el viejo cuando junta 100, 150 kilos o más, se junta con otros viejos y bajan con las mulas. A las viejas las dejan arriba con los niños, haciendo más queso (...)” (Raúl Ruilova, Punitaqui).

Respecto a los métodos de producción, Mariano Requena, de Tulahuén, narra:

“Una vez ordeñada la cabra, a la leche se le pone cuajo. Antiguamente, el cuajo era de las tripas del cabrito, el que se secaba como una especie de charqui. Ahora se utiliza cuajo sintético. Antes se sacaba la leche en la tarde y ahora que hay quesera hay que dejar todo preparado y tiene todo su equipaje, ahora hay que hacer los quesos bien limpiecitos. Ahora el sabor del queso es más rico porque el animal come pura alfalfa y antes comía puro monte⁵⁸ no más. Y salía el gusto del queso como a monte; antes también, a veces, el queso salía con gusto a guano. Pero siempre cambia el sabor del queso con la mano. Nosotros acá tenemos leche todo el año. Cuando las cabras están paridas sacamos ocho o diez quesos, los hacemos chicos, porque el queso grande la gente no lo compra. Cuando las cabras ya están viejas y no dan leche las ocupamos para charqui. Acá siempre hemos hecho queso entre puros hombres no más. Nosotros sacamos la leche a mano, pero ahora tenemos una máquina que estamos recién usando. El queso debe ser dejado a 35 grados como máximo, el calor es lo que le hace mal, mucho calor no conviene... Aquí se hace el queso en la mañana y al mediodía después de almuerzo se saca ahí y lo mandamos al refri”.

Sobre el cuajo, Silvia Muñoz, de Canelilla Baja, nos comenta: *“Hay una parte del cabrito, cuando es joven, le sacaban una parte del estómago y se la llenaban con leche, y la colgaban ahí por varios días. Porque antes no había con qué cortar la leche y con eso se podía hacer”.* Por su lado, Franco Vicencio, de Monte Patria, opina: *“Cambia notablemente el queso de cabra con un cuajo artificial o con el que sacan ellos de la tripa del animal. De verdad cambia. Es un sabor diferente”.*

58 Con este término se refiere a “Hierba, maleza o matorral que crece naturalmente, sin cultivo” y asimismo a la “hierba o pasto que se toma en una infusión caliente, y con o sin azúcar, generalmente después de las comidas”; en Morales Pettorino, op. cit.:1810.

Respecto a los saberes ligados a la leche, Mariano Requena, de Tulahuén, relata: *“Hay que tener cuidado que a veces acá se golpea y uno tiene que sacarle la leche, limpiarle las tetitas, porque así uno le aprieta la teta para que salga la leche para ver si la tiene buena o mala; porque a veces se golpea el pezón y hacen de camino y ahí uno tiene que inyectar la cabra para que esto se le pase. Es importante detectar si la leche está buena o no, porque toda la leche de la cabra mala no se saca”.*

Los conocimientos y prácticas asociados a la leche de cabra y a la preparación de sus subproductos es algo que se aprendía con la socialización de las niñas. Así lo relata Liliana Rodríguez, de Monte Patria:

“Nosotros éramos de Los Corrales y allá se usaba mucho el cuajo normal. Yo acá conocí el cuajo en polvo. Pero antes, uno hacía de chica el queso de cabra, hacía los quesillos, eso uno lo aprendió de chiquitita. A sacar la leche de las cabras, la mantequilla”.

Por otro lado, el sabor de la leche dependerá de la alimentación del animal:

“Lo que sí se conoce es la variedad de hoja que se le da a la cabra y según eso es el sabor de la leche y del queso; hoy unos quesos muy buenos donde a las cabras las alimentan sólo con hojas de olivo. Otro caballero sólo las alimenta con fruta, porque tiene puras frutas, entonces comen eso. Según lo que come el animal es el sabor de la leche” (Franco Vicencio, Monte Patria).

» VARIETADES DE QUESOS REGISTRADAS:

Recogimos los siguientes tipos de quesos de cabra: “el adobero”, que designa a un queso grande; los “quesos de suero”, como se denomina a los grasosos: *“Cuando el pasto empieza a brotar y ya está madurando, empieza a salir el queso más rico”* (Samuel Cepeda, Unión Campesina); y los quesos de costa, producidos en las zonas de secano. También está el “requesón”, que tiene consistencia entre pasta y queso, muy común en la



cordillera. Asimismo, el queso “oreado” o “maduro”, que comúnmente se encuentra en la Feria de Ovalle, es el máspreciado; se lo denomina “queso cordillera”, producido durante las veranadas en la cordillera, entre diciembre y marzo:

“A pesar de que son las mismas cabras, el queso es diferente. El queso de cordillera es más aceitoso, un poquito más grasoso, el de acá es como más puro, no tiene tanto aceite” (Elicer Maluenda, Canelilla Baja).

“El de cordillera es el más top, que se ve en la feria, que es mantecoso y siempre vale como 10% o 20%

más que los otros. Ese es el de verano, porque es el que bajan de la cordillera. El queso mientras menos hoyos tiene es mejor. Eso depende de la prensada que le hagan; si lo prensan más y tiene mejor proceso, es más liso. Ahora el queso para venta es sin prensar, porque se deja que baje solo por su propio peso. El queso cordillera es el más mantecoso y sabroso, un poco es la joya, porque se hace con el pasto de cuando suben a las veranadas los arrieros. Ese es súper cotizado. Siempre es más caro que el queso de costa, la diferencia es gigante. El de cordillera es mucho más cremoso y se da para las veranadas solamente. Hay fotografías en que los bajan en cajones en burro. El otro queso

uno lo puede dejar secar y va cambiando el sabor, va madurando. Si dejas secar el de cordillera te queda como un parmesano” (Eduardo Toledo, Monte Patria).

“A mí me gusta el queso cordillera, lo bajan los crianceros a Quenahuel, hay una persona que los va a buscar y los traen a vender a Ovalle, todos los años es lo mismo. Acá lo vemos como una vez al mes, ellos lo maduran arriba, la costra, la corteza del queso es más firme, es más gruesa;

allá los almacenan con piedras, con cosas por el estilo. Como que se tiende a partir ese queso, es mantecoso, muy bueno. Si le sacas la corteza es casi untable” (Paola Díaz, Monte Patria).

También está el “queso fresco” o “quesillo”, que es consumido de inmediato por los crianceros con pan y té y es común también en campos, pueblos y ciudades con churrasca, tanto al desayuno como a la hora de once.

Recetas de queso de cabra

El consumo de queso de cabra está aparejado con la preparación de la churrasca y muchas veces con la ingesta de mate. A esto Franco Vicencio, de Monte Patria, ha denominado “la trinidad” de la región de Coquimbo: “Churrascas, mate y queso de cabra es lo que define a la gente de acá”.

1

Queso de cabra fresco

El queso fresco lo consumen de inmediato los crianceros con pan y té y es común su consumo en campos, pueblos y ciudades con churrasca tanto al desayuno como a la hora de once.

2

Queso de cabra frito

Esta manera de preparar el queso de cabra es generalizada en la región y posee una variante salada y otra dulce; según Mariana Alcayaga, debe hacerse idealmente con queso fresco y sin sal. En Monte Patria puede consumirse en la hora de once con una churrasca, como señala Eduardo Toledo, o en el desayuno, de acuerdo con Paola Díaz.

Versión salada:

“En una pailita, echa un pedazo y lo fríe con aceite, se lo come en el desayuno y la once con pan que puede ser amasado o churrasca” (Julio Rojas, Ovalle).

Versión dulce o queso de cabra frito con azúcar. Se consume como postre.

Versión 1:

“Lo hacíamos con quesillo, porque es neutro, lo puede hacer salado o dulce. Ese uno lo hacía, tiene que ser hirviendo, caliente. Y después uno lo dejaba de un día para otro, que se oreara, le llamábamos nosotros, y después uno lo cortaba y lo empezaba a freír, con azúcar. Le echábamos un poquito de azúcar y quedaba como caramelizado” (Liliana Rodríguez, Monte Patria).

Versión 2:

“Se pone un poquito de azúcar en un sartén, se deja quemar un poquito y se le agrega el queso” (Tonya Romero, La Serena).

Versión 3:

“El queso fresco usted lo fríe con aceite en rebanaditas en una paila y le espolvorea azúcar encima, cosa que le rechinen los dientes cuando está mordiendo” (Julio Rojas, Ovalle).



3

Queso de cabra asado**Versión 1:**

“Nosotros cuando éramos chicos era típico con la abuela que partía el queso de cabra y lo cortaba en triángulos, te pescaba y te ponía un tenedor y como siempre estaba el brasero ahí, nosotros con el tenedor empezábamos a asarlo por todos lados. Nos pasábamos como 15 minutos asándolo y cuando se iba cayendo para un lado, lo íbamos dando vuelta. Después abríamos la churrasca y lo poníamos entero. Y lo aplastaba mi abuela, como estaba tan derretido quedaba así como...” (Liliana Rodríguez, Monte Patria).

Versión 2:

“En el campo todavía se usa, o cuando los crianceros suben a las veranadas, puede ser en un brasero o directo al fuego ensartado en un palo, usted va asando el queso de cabra, le queda muy rico así. También le puede poner azúcar” (Julio Rojas, Ovalle).

papas con lechuga, queso fresco, aceitunas, choclo y ají. El origen de la palabra es quechua y proviene de causa, que significa ‘vida, sustento’. De allí se derivaría causear, “...merendar. Comer alguna cosa fiambre fuera de las horas de las comidas principales especialmente el guiso arriba indicado...” (Lenz, 1910, p. 187); causeo sería la acción de causear y lo que se come en tal ocasión.

Sin duda, ese es el origen de la denominación que se utiliza en la región para nombrar un tipo de consumo del queso de cabra relacionado con las sobras o lo que también se designa como “picadillo de queso de cabra”, que según Julio Rojas, de Ovalle, se prepara así: *“Se corta el queso en cuadrados, se le coloca aceitunas y pickle”*.

En Monte Patria, nos cuenta Liliana Rodríguez: *“Le llamábamos causeo a lo que hacíamos con queso, tomate y ajo. Eran como para la once”*.

4

Requesón de leche de cabra

“Cuando hay cabritos chicos, se espera uno o dos días con la leche y después se le cose, se corta la leche al cocerla y así se consigue el requesón. Eso se puede comer fritita, se hace en una sartén con azúcar” (Norma Valenzuela, Andacollo).

5

Causeo de queso de cabra

El término “causeo” proviene de *causa*: “...ciertos comestibles fiambres que se suelen comer de merienda... generalmente se compone de una especie de ensalada de papas y carne fiambre con cebolla, lechuga, aceitunas, aceite i ají. Se vende junto con ‘arrollado de chanchó’ i ‘tortillas’ u otro pan en canastas en las plazas i calles por vendedores ambulantes” (Lenz, 1910, p. 187). De acuerdo con el autor citado, se trata de un plato muy común en Lima; se come frío y consiste en un puré de

“Causeo tiene un significado súper importante dentro de esta región y de aquí para el norte. Causeo es como la familia, es reunirse, volver de nuevo a juntarnos, juntarse todos en torno a lo que quedó del día del asado. Es una reunión de alimentos. Generalmente el causeo se hacía con lo que sobraba, el asado del día anterior, la carncita se pescaba, hay un montón de formas de hacerlo. Por ejemplo, mi abuela hacía un causeo, uno de los tantos, pescaba el queso de cabra, lo cortaba en cuadritos, cebolla en cuadritos y le tiraba aceituna y la pelaba, la descorazaba ella a mano y en la mañana nos comíamos eso como causeo. Había otro causeo que ella pescaba y le sacaba todos los huesitos que había sobrado del asado del día anterior, les sacaba toda la carne y preparaba el guiso con queso de cabra. De repente mezclaba, le tiraba tomate, si es que quedaba cebolla, usaba aceitunas y todo lo que quedara” (Franco Vicencio, Monte Patria).



.....*.....

Charqui

El charqui, de data precolombina, es la base de varios guisos, como la carraca, el ajiaco, el charquicán. Lenz (1910) lo define como carne “cortada en lonjas delgadas casi siempre ligeramente salada, i secada al sol para conservarla; tasajo, cecina. Para consumir el charqui se le asa un poco i se machaca o muele en la piedra; molido se come crudo, machacado sirve para guisos”. Agrega: “Por su fácil conservación i valor alimenticio el charqui junto con la harina tostada todavía guarda su importancia para la vida del chileno en el campo, las minas i sobre todo en viajes” (p. 361). Respecto a los sentidos metafóricos del término, por su pertinencia uno nos llama particularmente la atención; este señala: “*Llegó charqui a Coquimbo*, se dice cuando llega una visita inoportuna i molesta, alguien que perturba la fiesta” (p. 362). Su explicación se sitúa en el acontecimiento histórico del arribo del pirata Bartolomeo Sharp a Coquimbo en 1680, atacando la ciudad de La Serena; informando de esta noticia, el nombre de Sharp fue pronunciado como “Charpe”, y “Cuando se olvidó el nombre i no se comprendió el adajio se cambió *Charpe en Charque i Charqui*” (Lenz, 1910, p. 362).

Este producto tiene un peso muy fuerte dentro de la constelación de las cabras y, por ende, al interior de los sistemas culinarios de la región, y sus técnicas, saberes y consumos poseen raigambre precolonial. Sus formas de producción actual implican la existencia de sujetos particulares llamados “matanceros”⁵⁹, esto es, los que destinan parte de su ganado para la fabricación de charqui.

“El matancero, sabe calcular cuántos kilos de charqui arroja una cabra según su estado físico, más sus derivados como la grasa, cuero y huesos” (Álvarez, 2015, p. 20).

Para la preparación del charqui se escoge la carne que tenga muy poca grasa y se deja secar al sol en colgaderos de alambres; generalmente son las piernas, las paletas, lomo y costillar (Silvia Muñoz, Canelilla Baja). Hay un tipo de charqui llamado “salón” cuya particularidad es que se seca la carne junto al hueso (Revista *Paula*, 3 de julio, 2010). El salón es una técnica muy utilizada para conservar la carne (Fantina Briceño, Unión Campesina).

En el pasado, la preparación y el consumo de charqui gozaron de gran valor por la posibilidad de conservación de una proteína preciada. Julia Morales, de Los Choros, nos cuenta: “*Mi mamá, los viejos, ellos eran muy provisorios, guardaban el charqui con salsita en unas tinajas de madera y los quesos... luego los tapaban, lo amarraban con un saquito blanco, esos que salían como antes, que salían como hilo. Y ahí los guardaba para el invierno cuando no había*”.

59 Este término es un americanismo que alude a “Jifero, el que mata las reses y las descuartiza. En general, carnicero”. Alfredo Neves, Diccionario de Americanismos, Editorial Sopena, Argentina, 1973, p.374.

Recetas con charqui

1

Charqui asado

Esta preparación se logra asando en un tostador o brasero el charqui y luego se machaca, para añadirle cebolla, limón, cilantro u otras hierbas: *“El charqui se asa en una parrilla, y después que está asado, se lo echa a una budinera y le echa agua caliente y después lo sacude, lo pone en una piedra de esa [mortero], con un martillo lo machuca bien machucado, que le queden los pedacitos chiquititos. Y usted lo puede hacer con cebollita para tomar once, porque antes se usaba así en el campo, desayuno de plato y once de plato (...). Entonces, usted lo machuca el charqui, lo desmenuza bien desmenuzadito, amortigua un poco la cebolla y lo une con la cebolla y si quiere poner unas papitas al ajo, le pone unas papitas y le queda un plato”* (Olga Godoy, La Paloma).

Algunas cocineras prefieren lavarlos antes del tostado, para sacarle un poco la sal. Silvia Muñoz, de Canelilla Baja, agrega que *“Cuando se le machaca, se le puede poner unas capas de cebolla para que se impregne con su jugo”*.

Por su lado, Paola Díaz, de Monte Patria, relata: *“El charqui se hacía desmenuzadito para la once. Me acuerdo que hacían, por ejemplo, para el pan, cebollita picada así como pluma y con el charqui. Lo asaban y después lo desmenuzaban. Entonces una vez que estaba dorado y desmenuzado le ponían la cebolla. Eso se aliñaba con comino, un poco de jugo de limón y aceite”*.

2

Ensalada de charqui

“Se asa el charqui en las brasas y después se machuca y se come con cebollita que está lista en un plato, se va mezclando y se aliña con aceite, limón y sal” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

3

Charquicán o guiso

La preparación es similar a la de la zona central, “con papas en cuadritos, zanahorita, poroto verde, y le agrega el charqui de cabra, es más sabroso que el de vacuno” (Sara Tapia, Ovalle).

4

Charqui de guata

“Hay gente que lo sigue haciendo, se saca la guata grande y se limpia, se seca, y después se deja pal tiempo del frío” (Eduardo Morales, Los Choros).





Chicharrones de cabra

Cuando el animal se faena, la grasa se echa a un fondo a fundirse y se preparan allí los chicharrones.



Hervido de cabro

El hervido es una receta particular de la región. No obstante parecerse a la cazuela, muchas culturas la distinguen de esta porque solo incorpora “verduras” y un poquito o ningún cereal (como locro, fideos, arroz o chuchoca), tal como lo explica María López, de Unión Campesina:

“Es que el hervido lleva pura verdura, la carne, se entiende. Si es con cabro es mucho mejor porque como que le da otro sabor, otro toque la carne de cabro, yo no lo hago con otra carne (...). Y se le echa pura verdura, el zapallo, el choclo, porotos verdes, la papa, la carne y se entiende que hay que echarle aliños, orégano, ajito, morrón si uno tiene, esas cosas” (María López, Unión Campesina).

“Se echa a cocer la carne y después se le puede poner porotitos verdes, zapallo, choclo, papitas o se puede preparar también con trigo remolido. Con lo que haya. Es como una cazuela, pero con poquitito o sin arroz” (Norma Valenzuela, Andacollo).

“Casi siempre se hace con el lomo del cabrito. La carne tienes que lavarla con agua fría y después tirarle agua hirviendo, para limpiarlo y sacarle el mal sabor. Hay que dejarle las grasitas a la carne... porque si no queda muy paliducho, muy blanca el agua. Primero tienes que dorar en aceite la carne en una olla honda. Después le agregas la cebolla picada en cuadritos, zanahoria rallada para el sabor, el ajo, orégano, comino y sal. Dejo

que se sofría todo eso, y le pongo agua hirviendo. Cuando la carne ya esté casi cocida, le agrego a la olla las papas, zapallo, choclo (hay que calcular un trozo por persona), porotos verdes y morrón. Opcionalmente se le puede poner un poco de arroz. Eso se deja hasta que la carne esté lista... Eso lo puedes saber con el tacto, la tocas y debe estar blandita. Si el animalito es nuevito, se demora como 30 minutos en olla normal. Hay que fijarse que a todos los platos les toque de todo” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

Del hervido de cabro hay versiones según las estaciones del año:

Versión de verano:

“El hervido, antes se hacía mucho para las trillas de caballo, se hacen unas presas bonitas de cabra, de chivo, pero de cabrita, y se le echa porotos verdes finitos como para ensalada; pero no a punta, sino a mitad; una cebolla; choclo, papas, zapallo y al final cuando se termina, esa cebolla verde se pica bien chiquitita como para el pebrequito, se le echa un poquito de orégano y se le echa encima con ají de color” (Sara Tapia, Ovalle).

En Canelilla Baja se come sobre todo después de la trilla y, a diferencia de las recetas anteriores, sí incorpora cereales. Su preparación es la siguiente:

“Se echa a cocer generalmente el espinazo del cabro, se echa a hervir como media hora y cuando





está listo se empieza a armar. Se le echa la papa, los trozos de zapallo, choclo, poroto verde, cebollitas como aliño, pero entera igual para que no se desarmen adentro, así que hay que cortarle un poquito atrás. También se le puede echar un poquito de arroz, pero normalmente va con chuchoca. Si se le pone chuchoca, se le pone unos cinco minutos antes de retirar la olla” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

En la versión de invierno del hervido, los cereales también ocupan un lugar protagónico:

Versión de invierno:

“En el invierno, al hervido se le echa, igual que a la cazuela de vacuno, chuchoca de choclo para que tenga más sabor, y papitas, zanahoria, lo que hay en el invierno no más” (Sara Tapia, Ovalle).

.....*..... **Cabruto a la olla**

“Primero, hay que lavarlo bien con agua tibiecita. Y el cabro ya más grande, el capado que uno le llama, mi suegra lo dejaba bien lavado y bien aliñado de un día para otro, y bien adobadito con vino. Le ponía ajo, el comino, un poquito de ají de color. Ella lo ponía primero al horno hasta que ya estaba a punto y luego lo cambiaba a una olla grande. Y soltaba un vapor y quedaba exquisita. Yo creo que nadie preparaba el cabrito como mi suegra. Yo sigo su receta, pero nunca me queda como a ella” (Gladys Ite, Andacollo).

“Hay que poner las presitas de cabrito en la cacerola, le echa zanahoria, ¡harta cebolla! Y el comino, que a nosotros nos gusta mucho, no puede faltar, hierbitas como orégano. Uno sabe más o menos el tiempo que demora en cocerse, 25 minutos, y después lo acompaña con ensaladita, con arroz o papitas salteadas, y también puede ponerle papas a la olla. Si le pone papas, las corta en cuatro y la zanahoria también” (Orfelina Guerrero, Los Choros).

.....*..... **Ajiaco de cabrito**

“La carne hay que ponerla a cocer en el caldo, y una vez cocida la carne, la cebolla a la pluma y las papitas en pluma, usted le echa el pan tostado a la olla. No se le pone arroz ni nada. El puro pancito va espesando con la papa” (Norma Valenzuela, Andacollo).



* Cabro o cabrito al jugo

Este es uno de los platos emblemáticos y más vendidos en las cocinerías de la Feria Modelo de Ovalle. Los cabritos son obtenidos de un proveedor de la zona que despacha los “más jóvenes, que son más blanditos”. Se utiliza para la cocción olla a presión y en los negocios se sirve acompañado de puré casero.

“Primero tiene que limpiar la cebolla, morrón, zanahoria y ajo. Después hay que lavar el cabrito, primero con agua fría y luego con agua tibia para sacarle el sabor ese que tiene. Si es un bellaco, es mejor cocerlo un poco antes en agua tibia. Se ralla la cebolla y zanahoria en la olla, la idea es que se haga con ese juguito. El morrón se pone más enterito, como en cuartos. Eso se aliña con un buen poco de orégano, comino, la sal se le pone al final cuando ya empieza a hervir. Se dora todo, se va dando vueltas y se le pone una taza de agua

con el fuego al mínimo, porque es al jugo no es caldo, no es ná sopa. Hay que cocinarlo como una hora. Cuando la carne empieza a despegarse de los huesitos es porque ya está. Al final se le pone un poquito de ají de color. Se acompaña con arroz, fideos o puré” (Carmen Rojas, Batuco).

Otras recetas domésticas lo describen así:

“Se hace a la cacerola, que le quede bien jugoso, y se acompaña con papas mayo, ensaladas o arroz graneado” (Mario Yáñez, Pan de Azúcar).

“Yo le echo zanahoria en redondelas, cebolla a la pluma, morrón, orégano y todo a la ollita. Después le agregó vino blanco. Se demora como una hora y tanto en estar listo” (Norma Valenzuela, Andacollo).

* Salón de cabro

Como un modo de conservar la carne de los caprinos, el llamado “salón” fue una de las formas privilegiadas para ello.

Cuenta Liliana Espejo, de Perallillo, que es un plato de crianceros, ya que “los huesitos, esos que van quedando, los crianceros se hacen esa comida. Se llevaban los huesitos, los hervían, y cuando la carne se cocía volvía a su estado natural como si estuviera fresquita”.

“Aparte del charqui, quedaban unos huesos que se llamaban salón, que eran unos huesos con carne y eso también, todo deshidratado, todo seco y eso también lo utilizaban en caldo, guiso” (Paola Díaz, Monte Patria).

“Antiguamente se usaba mucho hacer el salón, se cocían trozos de carne de cabro, se cortaban en presas y las guardaban en un mueble especial para que no entraran los moscos, porque no había refrigerador antes, lo hacían después como cazuela o al jugo” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

“Antes se hacía mucho y se guardaba en sacos para comer todo el año. Incluso a veces se enviaban al norte entre 1960-1970, en ese tiempo no era prohibido” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

1

Cazuela de salón

Es famosa en Ovalle la “cazuela de salón”, un antiguo plato campesino. Leopoldo Pizarro, funcionario de la Municipalidad de Ovalle, heredó esta receta de su abuela Demófila, oriunda de Río Hurtado:

“Esta cazuela lleva trigo majado, que es trigo pelado en un mortero de piedra para sacarle la corteza, y salón, una especie de charqui de cabra cuya particularidad es que se seca con el hueso⁶⁰. Este hueso le da una consistencia distinta al caldo: otro sabor, más aroma. Originalmente se hacía con salón de vacuno, pero eso ya no se encuentra y por eso se usa el de cabra... Esta receta es conocida en el campo, en algunos fundos de la zona, los cocineros modernos no tienen idea que existe. Es un plato en extinción, un plato de gente que sabe”.

“Ingredientes:

1 kilo de salón
 1/4 kilo de trigo majado
 1/2 kilo de zapallo
 4 cebollas
 4 dientes de ajo picados
 2 tomates
 8 papas
 Perejil, orégano, comino, pimienta, ají y sal



(1)

60 El salón de cabra se consigue en algunas queserías de la Feria Modelo de Ovalle.

“Preparación:

Un día antes de preparar la cazuela se debe dejar el salón remojando en agua tibia. El trigo majado se remoja en agua helada dos horas antes de cocinar. En una olla con dos litros de agua hirviendo se echa el salón con todos los condimentos, el ajo picado, las cebollas en pluma y los tomates cortados en cuadrados chicos. Se cocina por 30 minutos; luego se agregan las papas y, una vez que el salón está blando, se incorpora el zapallo en cubos grandes. Se cuece 15 minutos más y se sirve en platos hondos, con perejil picado fino encima” (Revista *Paula*, 3 de julio, 2010). En Tulahuén la cazuela de salones se prepara así:

“Ingredientes: trigo mortereado, remolido o chuchoca; papas por mitad o enteras; color de chancho; grasa; sal; condimentos. Preparación: se echan a cocer los huesos de cabra secos, que se llaman salones, junto con el trigo y esta cocción dura más o menos 2 y ½ horas, luego se le agregan los otros ingredientes y se dejan cocer por una hora más. Y al cabo de estas horas está listo para servir a la mesa. También se le agrega una cucharada de color de chancho a cada uno de los platos para darle mayor color y realce” (Pizarro, 2006, pp. 38-39).

***Cabro al vapor***

En Unión Campesina se estila al siguiente modo: “Al vapor es cuando la carne que ya está [cocida], si tiene tomate, le pica una cebollita para que exprima el jugo, le pica tomate, le echa ajos, aliños, incluso una vez le eché hasta merquén encima” (María López, Unión Campesina).

“Se echa a hervir las presas de cabrito con harto ajito, cilantrito, orégano, cebolla en torrejitas y papas, y cuando está todo cocido ya se sirve” (Georgina Guerrero, Los Choros).

.....*

Cabro al vino blanco

“Un cabrito de unos tres meses, se hace solo al vino blanco. Primero, lavo y seco bien las presas y las pongo en la olla, ahí le coloco vino blanco con una hojita de laurel, nada más y un poquito de sal” (Olga Godoy, La Paloma).

.....*

Cabro con chuchoca

“Se echa a remojar la chuchoca, se deja remojando en la noche y al siguiente día se echa a cocer. Ya cuando está que uno vea que está lista, se le pone la carne de cabro y todas las cositas, zanahoria, morrón, cuando ve que va a estar la carne, le echa cebollita y una tira de zapallo” (Carmen Rojas, Batuco).

.....*

Prieta de cabra

“Aquí antiguamente se comía prieta de cabra... Lo desollan, se saca la sangre y se va batiendo y va calando así y hay una persona que lo va batiendo.. Le quitan toda la fibra que trae.. y después ya sacándole todo eso y se deja de nuevo, y se prepara a gusto: se aliña con cebolla, orégano, comino. Después se saca el tripal del animal, se lavan y se dejan listas. Se llena con eso y se echan a cocer como media hora... Hay que darle el tiempo justo, porque muchos se rompen” (Guillermo Morales, Los Choros).

.....*

Cabrito asado

“El asadito de cabro es tradición para el 18 de septiembre. Se acompaña con ensalada, pero más que nada generalmente las papitas, a veces iba a la parrilla, pero generalmente el cabrito va el horno con papitas, si es chiquito, usted compra un cabrito de dos meses, las pariciones de las cabras son estos días de agosto, al 18 de septiembre usted compra el cabrito, al horno se deshacen” (Francisco Collao, El Molle).

.....*

Cola de cabro

Su consumo es preferentemente a la parrilla (Samuel Cepeda, Unión Campesina).

Por su parte, en Unión Campesina, Fantina Briceño nos relata: “La sangre del cabrito la hacía prietas mi mamá. Se lava toda esa parte de la guata, se lava bien y después la sangre se prepara con cebollita, con yerba buena se le ponía y la hacían (...). Ahí se llenaba con lo que estaba preparado y se ponía a hervir”.

Asimismo, Samuel Cepeda (Unión Campesina) comenta que “para hacer las prietas hay que sacar la sangre más limpia, en un balde limpio. Ahí mismo después usted le puede picar cebolla, todos los aliños y después se fríe dentro de las tripas del animal”.

.....

“Asaúra” o asadura de cabra

“Viene con el pulmón que es el bofe y el corazón y el hígado... Eso se sacan y mucho... El hígado y corazón se hacen fritos... Se come en la once generalmente... y con el pulmón se hace un guiso con ensalada de cebolla, papa y aceituna” (Eduardo Morales, Los Choros).

.....

*Chanfaina*⁶¹

“Para la chanfaina se echa a cocer el hígado con el bofe, se le pica chiquitito y después se prepara con cebollita así a la pluma. Al final se le echa una mazamorrita de harina” (Norma Valenzuela, Andacollo).

En la recopilación de tradición oral de las mujeres de Tulahuén aparece la siguiente receta de este plato:

“Ingredientes:

asaduras (de cabro, oveja o vacuno); papas; cebolla; zanahoria; sal; grasa; condimentos. Preparación: se lavan bien las asaduras y en una olla se echan a cocer el tiempo necesario. Al mismo tiempo las verduras se lavan, pelan y se cortan en cuadritos (menos la cebolla, que se corta en forma de pluma), una vez cocidas las asaduras se pican en cuadritos y en una cacerola se juntan todos los ingredientes, se echan a cocer por unos 15 a 20 minutos, al cabo de ese tiempo la preparación de la comida queda en forma de guiso ya lista para servirla” (Pizarro, 2006, p. 28).

61 En su Diccionario Ejemplificado de Chilenismos, Morales Pettorino define este plato como: “Guiso que se prepara con carne de oveja o de cordero: ‘Lo que más comíamos era cazuela, carbonada, porotos, pollo arvejado, panas con bofe y chanfainas’ (Nicanor Parra en Mercurio...)”; también habla de él como un cocimiento de intestinos de cordero (2006, p. 522). La diferencia sería que en la región de Coquimbo se utilizan los interiores de la cabra para prepararlo.

.....

Guatitas de cabro

“Eso lo hacía mucho yo antes. Hay que limpiar bien la guatita y después uno lo guarda o lo prepara en el mismo instante u otro día. Entonces uno lo cocía, tal cual como cuece una carne, pero después se saca la guatita y la pica chiquitita, larguita, y después, casi igual que el mote guisado, se le echa la verdurita, de todo. Entonces se quedaba ahí y en vez de echarle arroz, uno le echaba pan remojado. Siempre la guatita, en el campo por lo menos, siempre yo las vi hacerlas con pan remojado, como a la gente le sobraba pan duro. Uno lo tomaba, lo remojaba en agua, lo molía y se lo echaba a la guatita o a los porotos” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

.....

Panita de cabra

“[El hígado] se podía comer frito o cocido, con cebolla. Como le decíamos nosotros la parte que es como el hígado, pero como uno le dice la pana. Porque hay un parte que es blanca y hay una parte que es más oscura del hígado. También se comía cocido con cebolla o se podía freír. Así como bistec se lleva a la sartén” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

.....

Patitas de cabra

Las patitas de cabra pueden ser consumidas de varias formas, como ensalada: *“Se limpian, se pelan y con eso después se puede preparar en ensalada con tomate, trigo. Se puede preparar también con arroz”* (Norma Valenzuela, Andacollo). También admiten ser consumidas como *“...un causeo, y también un caldo con las patitas”* (Samuel Cepeda, Unión Campesina).

.....*..... *Causeo de cabra*

“Los interiores de la cabra se hacen cocidos, el hígado, todo, y eso se cocina con papas y cebolla” (Paola Díaz, Monte Patria).

.....*..... *Empanadas con pino de cabro*

La característica de estas empanadas es que saben a dulce, pues el pino lleva azúcar, nos cuenta Eduardo Toledo de Monte Patria: *“Yo he comido en Elqui empanadas de cabro dulce”*. De acuerdo con Paola Díaz, de la misma localidad: *“El pino se hace con azúcar porque a la cebolla se le agrega un poco de azúcar para que cambie la acidez o fuerte. Es algo como de las abuelas, a todos los pinos les ponen azúcar”*.

.....*..... *Criadillas de cabro*

“Se ponen a hervir. Cuando ya están listas, se sirven y se les pone ajito y un poquito de comino y pimentón” (Carmen Rojas, Batuco). Según Samuel Cepeda, de Unión Campesina, las criadillas están listas cuando estas revientan.



(2)

.....*..... *Locro de cabeza de cabra*

Se trata de una modalidad de caldo, denominado en Los Choros como locro, utilizando la cabeza de la cabra:

“...la cabeza se pone completa, con los ojos, la lengua... y antes se le saca el cuero, tiene que estar limpia y se le botan los cachos. Se mete entera o partida a hervir... y ese caldito es el locro. Después los sesos se sacan y se hacen ensalada. Ese caldito aliñado puede hacerlo como cazuela con papas o trigo majado entero, no el remolido, o molido o chuchoca o lo que haya a mano” (Eduardo Morales, Los Choros).

“La cabeza de la cabra se puede hacer cocida, pero se le sacan los sesos, que se fríen, pero la cabeza se come bien cocidita” (Paola Díaz, Monte Patria).

Variante de locro: *“Se hace con guatitas o con la carne del cabro, porotos verdes, choclo, la papa y trigo. Es un caldo, pero no tiene que quedar aguachento” (Norma Valenzuela, Andacollo).*

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



CABRA

Desde la vertiente de sus aportes nutricionales, la cabra tiene un contenido de proteínas similar al vacuno, con un aporte de grasas algo menor (promedio 5%). En cuanto al tipo de grasas, el caprino contiene más ácidos grasos poliinsaturados que el vacuno y el cerdo (Strasburg et al., 2008). Mientras más tierno el cabrito, su contenido graso es menor. Al igual que otras carnes rojas, el caprino es buena fuente de minerales y vitaminas del complejo B.



QUESO DE CABRA

Desde su composición nutricional y organoléptica el queso de cabra es un alimento proteico por excelencia, ya que contiene alrededor de 25% de proteínas; sin embargo, también destaca su elevado contenido de grasas, con un porcentaje similar (Schmidt-Hebbel et al., 1990). Estas características le otorgan a este producto una alta palatabilidad en cuanto a su textura, sabor y aroma, y es un alimento que posee un alto aporte calórico.



PORCINO

Nombre científico: *Sus scrofa domestica*



“En ese tiempo se hacía fiesta cuando se mataba un chanco, y habían personas que eran caperuzas en clavarle el cuchillo al chanco en el corazón, lo mataban y después hacían tiras de arrollado, y se hacían fiestas. Se compraba vino y en las noches se jugaba cacho, naipe, se rifaban las costillas, los arrollados, la cabeza, y, si estaban libres, se ponían a bailar cueca. En el campo se hacía fiesta. Ahora todavía lo hacen parecido, hacen esas rifas, pero ya no es lo mismo, antes donde se estaba haciendo el arrollado, uno iba a sopear...” (Elicer Maluenda, Canellila Baja).

La cría y el consumo de cerdos es, sin duda, de data colonial en la región. En el siglo XIX ya tenemos esta imagen: “Las ninguas que aquí llamaban piques i que habían cesado en algún modo, desde que aminoró considerablemente la cria de puercos i se acabaron los lodazales que ellos formaban dentro de la ciudad” (Concha, 1871, p. 134). Su producción actualmente no es de gran significación regional. Según el Censo Nacional

Agropecuario y Forestal del año 2007, encontramos 3.784 cabezas de cerdos en esta región, lo que representa el 0,1% a nivel nacional⁶².

En algunas comunidades campesinas, el cerdo es consumido en su totalidad, tal y como lo hicieron en el pasado los habitantes de la región: “La manteca era para el pan, para todo lo que era fritura. Los interiores, la cabeza, los arrollados, todo, todo. No se perdía absolutamente nada. Sacaban el cuero y después eso lo usaba como tocino de cerdo y lo hacían sofrito para las legumbres. Yo me acuerdo que mi abuela hacía con el tocino del cerdo, del chanco, hacía para los porotos, para los garbanzos, las lentejas. Y la misma manteca también, hacía los sofritos con eso” (Paola Díaz, Monte Patria).

La importancia que posee el cerdo en el patrimonio culinario de la región se afincó, en el pasado, en la

⁶² Para más información ver informe regional 2018 de ODEPA. Disponible en: <<https://www.odepa.gob.cl/wp-content/uploads/2018/03/Coquimbo.pdf>>

utilización de su grasa para cocinar y obtener el preciado “color”. Hoy día en las familias de raigambre campesina esto se mantiene y dentro de los gustos locales constituye una carne muy valorada. Esto se verifica en la realización de la “Fiesta del Chanchito”, momento en que vecinos y amigos de las zonas

rurales se congregan. La fiesta se inicia con una familia que decide faenar un chanchito para venderlo: “Los costillares, arrollados, pernils, tamangos⁶³ y la cabeza convenientemente cosida y adobada, son vendidos o rifados entre los participantes” (Ugalde, 2010, s/n).

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Cazuela de chanchito*

Se trata de una preparación similar a la cazuela de la zona central: *“Se hace con papas, zanahoria, aliños, como una cazuela, pero le pone la carne del chanchito”* (Fabián Yáñez, Ovalle).

“La cazuela de chanchito se hacía como con el ‘oso-buco’, se usaba la parte de la pierna, una mezcla entre hueso y harta carnecita” (Paola Díaz, Monte Patria).

.....*..... *Cazuela de chanchito con chuchoca*

“Ingredientes:

2 cdas de color chilena (ver receta adjunta), 4 trozos de carne de cerdo (costillas, pulpa, chuletas, etc.), 2 litros de agua hirviendo, 4 papas medianas peladas, ½ taza de arvejas, ½ taza de porotos verdes en juliana, 1 zanahoria en trozos, 1 cebolla en cuartos, 4 trozos de zapallo, ¼ taza chuchoca, 1-2 yemas de huevo, perejil picado.

“Preparación:

En una olla derretir la color y dorar la carne de cerdo por todos lados. Una vez dorada, verterle el agua hirviendo, llevarla a ebullición y reducir el calor.

“Agregar al líquido las papas, arvejas, porotos verdes, zanahorias y cebolla. Nuevamente llevar a ebullición, reducir el calor y cocinar a fuego bajo durante una hora o hasta que la carne esté blanda. Agregar el zapallo y chuchoca en forma de lluvia; dejar cocinar 20

minutos a fuego bajo. Cuidar que no se deshaga el zapallo y no sobrecocer la chuchoca.

“Color chilena: en un sartén derretir 500 g de mantequilla o calentar 2 tazas de aceite y añadir 2 dientes de ajo pelados. Freír hasta que los ajos estén quemados y eliminar. Retirar el sartén del fuego y agregarle 5 cucharadas de ají dulce o pimentón molido (paprika), revolviendo sin cesar con cuchara de madera hasta que se integre bien. Colar caliente en un colador de metal y sobre un recipiente, preferentemente de greda. Esta preparación se puede guardar indefinidamente porque no se pone rancia. Para 2 tazas” (La Serena a la carta, 1990, p. 32).

63 Calzado rústico de cuero (Neves, 1973).



Manteca de cerdo

Fue de uso común en el pasado para cocinar, y fue la base del “ají color”. Aunque se ha dejado de emplear, la memoria recuerda los sabores de los guisos preparados con la manteca: *“Todo tenía un mejor sabor con la manteca, y el ají color quedaba muy bueno, en todas las casas había; ahora también se usa, pero menos, y se compra en el supermercado, no se prepara en la casa”* (Julio Rojas, Ovalle).



Chanco a la cacerola

“El secreto para que le quede rica la carne de chanco a la cacerola es que debe cocerla con una rama de hierbabuena y un poquito de vinagre, después la aliña y le pone cebollita y la deja en la olla hasta que esté blandita” (Julio Rojas, Ovalle).



Paté

Hemos registrado una tradición casera de confección de paté, pero actualmente, de modo más generalizado, se compra en tiendas especializadas.



Patatas rellenas

“Antes era bien común, ahora se hace poco: echaban toda la carne de la pata del chanco o de la pierna, eso mismo se lo sacaban todo, después hacían una combinación de carne compuesta con varias cosas, y se la volvían a meter en la pata. Eso se hervía y lo dejaban ahí unos días, se comía de a poco” (Eliecer Maluenda, Canelilla Baja).



Prieta o sangre de chanco

“Eso se hacía mucho antes, ahora a veces no más; lo hacía en una sartén mi mami; mataba el animal mi papi y sacaba la sangre, le ponía en el sartén y le echaba la sal, ajo, cebolla y lo freía con ají de color” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

.....*

Chancho asado

Es la forma más apetecida de consumirlo, ya sea a las brasas o a la parrilla, destacándose el adobo que corona la preparación.

“Cuando compramos cerdo, siempre dejamos unos kilos aparte para hacerlo asado, a la parrilla, bien asadito, así les gusta acá” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

“Mire, al horno, usted lo adoba y le pone una salsa, también le sirve si lo hace a la parrilla o a las brasas: se pone harina de arvejón, se hace una color en la sartén, cuando se va a comer carne de chancho, se le pintan los labios, que se le llama así, se untan con ese ají color, que lleva aceite, vinagre y sal. Tiene que poner un poquito de vinagre para el chancho” (Julio Rojas, Ovalle).

.....*

Arrollado

Esta es una de las recetas que da identidad a la región y que está asociada a un conjunto de saberes y prácticas relacionadas con la preparación y con el consumo del cerdo.

Las maneras tradicionales de preparar el arrollado son descritas así por Emilia Barraza, de Unión Campesina, quien bordea los 90 años:

“El chancho hay que matarlo, hay que descuerarlo, hay que hacerlos correas, pa amarrarlo arriba, pero hay que desaguarlo. Después que se mató el chancho, se lavó, se hizo correa y se colocó, antes usábamos las bateas de madera (...). Después supongamos así, el chancho hay que medir así no más la correa, entonces esta correa, después que mató el chancho, se desaguó en la batea con agua, se echa con agua, un poco de sal, un poco de vinagre y se deja. A la mañana, se sacó el agua, se lavó, de esta correa que le sacó, en la mesa que estruje y se le da otra enjuagada y ahí recién se compone el chancho para arrollado, no antes (...). Entonces ya se sacaba y se colocaba ahí en la mesa, se desaguaba y se sacaba esta correa y aquí se colocaba, ahí, un poco de carne hecho correíta y se echaba medio, por ejemplo, según el chancho que se matara, usted podía hacer medio kilo, un cuarto de ají pimentón y comino, la sal, se echaba arriba

de la carne, así un poco de sal y se iba revolviendo, revolviendo y podía dejarse medio día para que saliera bueno el arrollado. Así lo hacen los ‘Pobres Flacos’ allá en Punitaqui. Entonces ahí se hacía el arrollado, se iba llenando el arrollado, pero aquí se coloca una pita y se va poniendo el arrollado, se enlaza ahí y se va tirando acá. Así hasta llegar acá donde saliera la correa que llamamos”.

Posterior a este proceso, el arrollado se cuece en un fondo hasta que esté blando y una vez frío se pinta con una pasta hecha con comino, ajo y pimentón molido, caldo de la cocción y vinagre.

La valoración del arrollado y otros productos derivados de la crianza de cerdos se aprecia en su fabricación artesanal en diversos locales reputados regionalmente. Es el caso de El Pobre Flaco, en Punitaqui, sitio obligado tanto para degustar como para llevar a casa perniles, arrollados, patés y jamones elaborados con todos los procedimientos de antaño y que logran por ello despertar los antiguos recuerdos de sabores y olores en los clientes que lo siguen fielmente. Desde mediados del siglo pasado la familia Díaz Rivera guarda las recetas que el ya fallecido “Flaco”, el padre —que, por lo demás, cuentan los parroquianos, era gordo—, utilizó desde los inicios en su negocio. Veamos el relato que hacen de la fabricación del arrollado:

“La preparación del cuero viene en plancha, hay que echarle una limpiada más, pasarle la máquina de afeitar. Afeitar el cuero y las torrejitas se van cortando. Ahora al llegar, primero se limpia la pulpa, se le saca la carne y la grasa. Después como que se filetea y queda la carne lista para tiras, y una vez que está en tiras se lava todo eso. Una vez lavado, se estruja y de ahí ya van los distintos condimentos. Condimentos lleva orégano, lleva comino, lleva sal, vinagre, ajo, pimienta. Bueno, después, tiene que tener un tiempo de maceración y de ahí viene después la preparación de los cueros y se le coloca abajo, y ahí se le monta toda esta carne que está en tiras. Una vez que ya eso está en tiras, está el arrolladito hecho, y ahí ya queda listo para cocerlo. Una vez hervida el agua tiene que darle hirviendo 45 minutos, una hora para ir cociendo el arrollado y ahí se saca, se estila un poco el arrollado, se pinta con ají de color, con el que es más picante” (Roberto Díaz, Punitaqui).

Existirían, además, dos variantes de esta versión: el aprensado y otro que permanece 24 horas en desagüe.

“Hay otro arrollado que le llamamos aprensado, tiene la misma preparación, con la única diferencia que aquel se cuece con mantel, es un paño para

poderlo apretar y botarle más grasa, se aprieta ahí, aparte de las pitas, con otra pita afuera y ahí se cuece. Después se saca de ahí, vuelve a pasar por un paño y ahí queda más compacto.

“Otra forma, es el que está en desagüe, tiene que tener por lo menos un día, 24 horas en desagüe. Y el desagüe le va dando ese color que tiene, más opaco que el anterior, que tiene un color más rosadito, más jamonado. El artesanal usted lo puede echar como un sartén y se disuelve fácilmente, se sofríe y lo puede echar al pan, le echa un huevito, a los porotos”.

Una de las prácticas de consumo asociadas a la factura del arrollado es la “sopeada”, que consiste en untar el caldo de la cocción con pan:

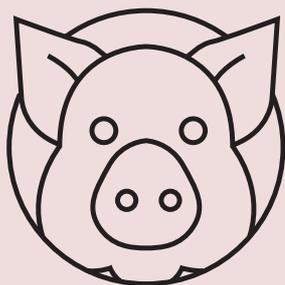
“En muchas casas se cocina el arrollado, es costumbre de esta zona, y hay una celebración que se llama ‘Sopeada’, eso es el día en que se hace el arrollado” (Fabián Yáñez, Ovalle).

“En la sopeada, cuando se estaban cocinando las presas de chancho, el agua estaba con nata, eso lo sopeábamos con pan” (Elicer Maluenda, Canelilla Baja).





PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



La carne de cerdo contiene 21% de proteína en promedio, siendo la grasa el componente que más varía entre un corte y otro, con un promedio de 6%. En general, mientras menos agua tiene un corte del animal, mayor es su contenido de grasa y, en consecuencia, su aporte calórico (Schmidt-Hebbel et al., 1990; Strasburg et al., 2008).

EQUINO

Nombre científico: *Equus ferus caballus*

Desde muy antiguo, los equinos han formado parte de la vida de los habitantes de la región, ya sea relacionados con el trabajo de la minería, las labores de los crianceros o como transporte en general. Los rodeos de burros, caballos y yeguas fueron —y siguen siendo aún, como en Los Choros— actividades tradicionales de carácter festivo para el mundo rural. Un testimonio de inicios del siglo XX señala que en esos rodeos:

“Los potrillos de ponche de chacolí con panales, no alcanzaban a besar en la boca a todas las damiselas que ocupaban los bancos de la Fonda. Tal era la afluencia de ellas. La escasez de cabritos asados no se hizo sentir en esta ocasión como en años anteriores...” (Páez, 2010, p. 52).



(3)

BURRO

Nombre científico: *Equus africanus asinus*

Este animal posee un alto valor histórico y actual para los habitantes de la región. Esto queda de manifiesto en que el ganado de la zona representa el 56,9% del total del país, según el informe regional 2018 de ODEPA. Son fundamentales para las actividades de los crianceros y de la pequeña minería; del mismo modo, su consumo aparece con una gran fuerza patrimonial, pero poco mencionado explícitamente, pues está marcado por signos de clase (se trataría de un consumo popular, de “pobres”).

Actualmente la crianza de burros está esencialmente dedicada a la venta de carne para las fábricas de embutidos. La fábrica Medina, en La Serena, es conocida por comprar carne de burro para hacer un salchichón artesanal que lleva una mezcla de burro y equino.

En la zona de Los Choros a este arreo, que se sigue produciendo hasta hoy día, se lo conoce como el

“repunte”: *“...juntan a los animales en un rodeo, lo llevan al corral y se marcan... Lo hacen unas dos o tres veces al año... Juntan cerca de mil”* (Arturo Contreras, Los Choros). La crianza de burros está esencialmente dedicada a la venta de carne para las fábricas de embutidos; *“cuando se ve que el animal ya está aportando poco, está envejecido, los venden a las cecinas”*. Por otra parte, *“el burro por años se ha comprado para embutidos, lo que es el salchichón, el chorizo. Quienes crían burros lo hacen para carne. Una vez al año se produce un arreo de burros, usted ve cien burros, ve mil burros”* (Mario Yáñez, Pan de Azúcar).

La carne de burro es apreciada también como comida de la vida cotidiana y se la tiene por “sabrosa”: *“Es muy rica, se prepara igual que la de vacuno, pero es mejor, mucho mejor”* (María Morales, Los Choros).

◀ Preparaciones y consumo ▶

.....*..... *Leche de burro*

Antiguamente se consumía *“en algunos lugares aún es posible encontrar una persona que tenga una burrita en la calle...”* (Guillermo Morales, Los Choros).

.....*..... *Bistec de burro*

“En bistec, fritito y con comino, así lo comemos, puede ser al desayuno o al almuerzo también” (Mario Yáñez, Pan de Azúcar)

.....*..... *Burro a la cacerola*

Versión 1:

“La señora lo aliña bien, le pone papas, verduras, queda muy sabroso eso a la olla” (Javier Yáñez, Pan de Azúcar).

Versión 2:

“Se pone a cocer un pedazo de carne de burro, con los huesitos se echa a cocer y usted prepara una salsa igual que la del chanco con ají color, le pone un poco de cebolla. Se acompaña con arroz o puré” (María Morales, Los Choros).



.....*.....
Burro a la parrilla

Se trata de una modalidad muy apetecida para consumir el burro:

“Acá lo hacemos así también, asado a la parrilla es lo mejor porque la carne de burro tiene cero grasas, usted come y come y come y no se quita el apetito por el rico sabor que tiene” (Mario Yáñez, Pan de Azúcar).

.....*.....
Salchichón de burro

Se trata de una preparación casera:

“Este salchichón de burro no está en el supermercado, está en las poblaciones más marginales, porque es un producto que lo consume la gente del pueblo, el ricachón no consume esto, las señoras saben prepararlo y hay pequeñas fábricas artesanales también que lo hacen. Se condimenta bien, y se sirve con un huevo frito” (Mario Yáñez, Pan de Azúcar).

CORDERO

Nombre científico: *Ovis orientalis aries*



Su consumo data del temprano periodo colonial. Ya Alonso de Ovalle, en su *Histórica relación del Reyno de Chile*, señala con respecto a su paso por La Serena que “[la ciudad] va toda cuesta abajo, de manera que no impide la vista al mar, donde remata en una bien proporcionada bahía... ni es inferior la del tiempo e carne, porque demás de la del carnero, que es muy sustancial y de buen sabor...” (Ovalle, 1969, en Ampuero y Vera, 2011, p. 30).

Su carne es preciada y asociada al consumo festivo en celebraciones religiosas o familiares. Sobre

todo, se la valora en la vertiente del asado: “*Los corderos chicos se hacen asados, creo que la oveja muy vieja es de mucha grasa, más hay que hacer un chicharrón para comer que carnes asadas*” (Guillermo Morales, Los Choros).

Por su lado, quienes trabajaron o fueron parte de las haciendas de la zona en la modalidad de inquilinos recuerdan haber consumido frecuentemente corderos, utilizando la cabeza, la lengua y los interiores, como sesos y pana (Fantina Briceño, Unión Campesina).

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Causeo*

“*La pana del cordero se fríe con cebollita y aliños, como quien hace un bistec, y también el corazón se hace así*” (Fantina Briceño, Unión Campesina).



Prietas

“Primero, mi papá le cortaba el cogote al cordero para que se desangrara, en una palangana limpia se ponía la sangre, con un poco de sal para que no se cuaje. Mi mamá hacía las prietas de cordero, hervía las tripas,

las lavaba bien antes y la sangre la preparaba con cebollita y yerbabuena. Rellenaba las tripas con eso y las ponía a hervir, eso quedaba muy bueno. La prieta se comía sola o con alguna verdura” (Fantina Briceño, Unión Campesina).



Caldo de guatas con patitas de cordero (o cabra)

En la tradición oral de Tulahuén se encuentra esta receta:

“Ingredientes: chuchoca o trigo remolido; papas al cuadro; guatitas; patitas de cordero o cabro; sal; grasa; color de chanco; condimentos. Preparación: se hacen hervir las patitas de cordero o cabro con las guatitas por

un lapso de dos horas aproximadamente, después se le agrega el trigo mortereado o chuchoca. Luego se agrega el resto de los ingredientes y se deja hervir por 1 hora más y estará en condiciones de poder ser servida a la mesa. También se le agrega una cucharada de color de chanco a cada uno de los platos para darle más color y realce”

(Pizarro, 2006, p. 34).



Asado de cordero

“Ahora no se come mucho el cordero al palo porque estamos acostumbrados al ‘asado apurado’, y usted sabe que para hacer un asado al palo se necesita tiempo; pero de vez en cuando alguien invita en el campo y se va muy feliz. Se hace al horno también y queda muy bueno” (Julio Rojas, Ovalle).



Criadillas

“Cuando matamos un cordero, las criadillas son para los que saben, a los jóvenes no les gusta mucho. Se cocinan en una olla con agua y cebolla, cuando se parten echan una salsa muy rica, cuando ya se abrieron están listas las criadillas” (Julio Rojas, Ovalle).

GUANACO

Nombre científico: *Lama guanicoe*



Su nombre deriva del quechua *wanacu* y pertenece a la familia *Cameliadae* propia de Sudamérica. En su crónica, Rosales (1877) señala que en la lengua propia de los chilenos su nombre era *luan*, y los describe como animales extraños para Europa y muy difíciles de encontrar en otras partes del territorio, exceptuando Perú:

“Tienen por su ordinaria estación los llanos o pampas de la Pouiencia de Cuyo, y tambien en las demas cordilleras, y sus faldas, y rara vez se dejan ver por las partes maritimas. Son del tamaño de un jumento largos de piernas, y cuello, la cabeza pequeña, y la uña endida, y la cola corta, el color es pardo claro, y anteado, entreuerado de blanco, y en algunos manchados de uno, y otro color. Son ligerissimos en correr, en especial cuesta abajo, la lana es corta, blanda, y suaue, la carne enjuta, sabrosa, y de buena calidad, especialmente hecha zezina, y los pequeños lecheros igualan en el sabor, y regalo al cordero, y al cabrito” (Rosales, [1877] 1989, p. 291).

El guanaco es actualmente un animal doméstico, pero no siempre lo fue. Su proceso de domesticación y registro arqueológico es distinto en los valles del norte semiárido, donde hay dos zonas con desarrollos históricos diferenciales. La primera de ellas está en los valles de Elqui y Limarí y la segunda, en Combarbalá y Choapa (Troncoso et al., 2016a). La primera zona presenta mayormente el registro de camélidos domésticos, como la llama, mientras que en la segunda zona se presentan con mayor frecuencia camélidos en estado silvestre, como el guanaco.

Desde períodos precolombinos los primeros habitantes de la zona cazaron el guanaco para obtener sus carnes y lo consumieron, manteniendo con este animal un vínculo cultural profundo que pervive en la memoria de muchos habitantes de la región. Es así como hay numerosos relatos que lo representan: en el caso colla, como *Yastay*, un guanaco que protege las manadas y a quien no se puede herir con balas; asimismo indica a los cazadores cuando terminar la

caza y recompensa a quienes tratan bien a los guanacos. Asimismo, el imaginario mestizo reconoce a “Patás de Guanaco”, un niño que se crió entre ellos y se convirtió en el rey de los guanacos, a quien se le dejaban ofrendas para poder cazarlos (Montecino, 2015). Sin duda, estos relatos se vinculan con la actual prohibición de cazar, pero se sabe que clandestinamente muchos pobladores lo hacen, básicamente para el consumo de su carne, especialmente bajo la modalidad de charqui.

Los habitantes de Los Choros recuerdan que hasta no hace mucho se cazaban guanacos en la cordillera, lugar donde se elaboraba el charqui: “*Cuando yo era cabro chico iba a la cordillera y ahí mismo mi papá hacía el charqui. Se llevaba para Ovalle a vender y se comía en la casa. Es un charqui muy bueno ese*” (Manuel Zarricueta, Los Choros).

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Charqui de guanaco*

“*Se hace parecido al de cabra, pero es mucho más sabroso, de vez en cuando no más uno puede encontrar, como está prohibida la caza, ya nadie se arriesga*” (Julio Rojas, Ovalle).

.....*..... *Locro con charqui de guanaco*

“*Se hace con trigo majado, se le ponen papas, zapallo, choclo y el charqui de guanaco. Es mucho más sabroso que cualquier otro charqui*” (Manuel Zarricueta, Los Choros).

Aves de corral



GALLINA/POLLO

Nombre científico: *Gallus gallus*

Desde tiempos coloniales la gallina ha formado parte del consumo alimenticio de la región. Alonso de Ovalle nos dice que en La Serena: "...hay mucha abundancia de gallinas, pavos y perdices y buena caza" (Ovalle, 1969, en Ampuero y Vera, 2011, p. 30). Jorge Pinto consigna que la "...nogada de gallina negra catalana" (2015, p. 277) era un platopreciado en las mesas de la región. Es así como a fines del siglo XIX en los hoteles de La Serena y Coquimbo se aprecia la oferta de "Cazuela de ave a la moda de Andacollo" (Páez, 2010, p. 71), y lopreciado de la cazuela de gallina se puede leer en esta noticia que publicó el diario *El Coquimbo* en 1893:

"Amigos de cazuelas: a la policía fue conducido anoche un individuo que entró a un Café de la calle de la Recova y emplumó con una gallina. Antes de desplumarla para confeccionar la cazuela fue sorprendido y llevado a la policía" (Páez, 2010, p. 63).

El consumo preferencial de pollos y gallinas está ligado a lo que se denomina "cazuela de ave" y posee diversas variantes, de acuerdo con lo que se le agrega para darle identidad, es decir, el tipo de molienda del trigo (majado, partido o molido) y el maíz (chuchoca fina, mortereada, partida), así como a las nueces (nogada). La cazuela es definida en la región como

"...nuestras comidas que vienen del pasado" (Mario Yáñez, Pan de Azúcar) y, según Norma Valenzuela, de Andacollo, la cazuela de ave es un emblema culinario de las celebraciones de las fiestas patrias.

Los(as) entrevistados(as) cuentan que antes era común cocinar con la enjundia⁶⁴ de la gallina: "*Mi mami lo que hacía con la enjundia es que la separaba, la freía en aceite y después lo servía con arroz*" (Norma Valenzuela, Andacollo).

Por otro lado, la relevancia de las aves de corral en el consumo festivo queda expresada en la costumbre del pasado de regalar "cuelgas" en ocasiones de santos o cumpleaños. La cuelga salada estaba compuesta precisamente de aves y se denominaba "cuelga alada": "*Existía, por ejemplo, la cuelga alada, que era como gallina, aves cocidas o pavo, con huevos duros y papas cocidas en una fuente. Era una gallina entera, cocida, desde la uña hasta la cresta*" (Paola Díaz, Monte Patria). Bernardita Gallardo, de las Mollacas, agrega: "*La cuelga consistía en un pollo cocido adobado con ajo, aceite, ají color y comino. Se acompaña con papas cocidas. Se cocía primero el pollo y después se pasaba por ese adobo*".

64 Este término se refiere a la "gordura que las aves tienen en la overa... unto y gordura de cualquier animal" (RAE).

< Preparaciones y consumo >

Pollos y gallinas

.....*

Gallina rellena

“Con los interiores de la gallina se hacía una especie de pino como el de la empanada, con eso se rellenaba y se asaba al horno. Muchas veces lo que se le echaba aquí en vez de vino era un poco de pisco” (Adriana Peñafiel, Coquimbo).

.....*

Caldo de gallina

“Antes era muy común que a las parturientas se les diera un caldo de gallina y un mate amargo. Ese caldo era bien concentrado de la gallina y le daba fuerza a la mujer” (Orfelina Guerrero, Los Choros).

.....*

Cazuela de ave

“Lo típico es hacerla con el poroto verde, el choclo, papa y el zapallo” (Adriana Peñafiel, Coquimbo).

.....*

Cazuela de ave con trigo majado

“Para hacerla con el trigo majado, o con el trigo partido, es mejor dejar remojando el trigo en la noche o unas horas, así se le cuece más rápido. También con el trigo, que le decimos ‘arroz chileno’, queda muy rica, más espesita, porque el trigo le saca un almidoncito” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

.....*

Cazuela de ave nogada

“La cazuela nogada la hacemos cuando ya las nueces se han cosechado, las nueces recién sacadas del árbol son las mejores; se muelen y se echan a la cazuela de ave, también se puede hacer como una salsita con las nueces y se agrega al agua hirviendo, cuando ya está a punto” (Julio Rojas, Ovalle).

.....*

Cazuela de gallina negra

Al igual que el caldo de gallina, se atribuye a la cazuela de gallina negra efectos positivos para preparar el parto:

“Aquí en Mialqui en verano se hace una fiesta que se llama ‘La fiesta de la cazuela de gallina negra’, porque dicen que antiguamente la gallina negra tenía usos medicinales sobre todo para las mujeres que iban a parir” (Liliana Rodríguez, Monte Patria).



Cazuela de gallina

“Se le pone trigo majado cuando le falta un poquito más ablandarse la carne, cuando está más o menos cocido. Yo le echo por cucharadas. Si somos cuatro, cuatro cucharadas” (Miguelina Morales, Los Choros).

“Yo hago para la pascua cazuela, a veces mato una gallina y hago un caldo para la nochebuena” (Julia Morales, Los Choros).

“Ingredientes:

1 gallina de 2 kilos, 1-2 cebollas en cuartos, 1 zanahoria en trozos pequeños, 1 ramo de olores, 1 nabo en trozos pequeños, sal y pimienta, 2 ½ litros de agua hirviendo, 6 papas medianas peladas, ¼ - 1/3 taza de chuchoca.

“Preparación:

Limpiar la gallina, despresarla y quitarle la grasa, reservar. En una olla derretir la grasa de la gallina (si faltara, agregar un poco de color chilena), freír las presas a fuego alto por todos lados hasta dorar. Reducir el calor a medio. Añadir la cebolla, zanahoria, ramo de olores, nabo, sal y pimienta. Una vez doradas las verduras añadir el agua, revolver, reducir el calor a bajo y cocinar 2-3 horas. Unos 30 min antes de servir añadir las papas y chuchoca en forma de lluvia. Cocinar hasta que las papas estén cocidas. Retirar del fuego y servir de inmediato. Para 6 personas” (La Serena a la carta, 1990, p. 33).



Cazuela de ave con chuchoca

Esta cazuela constituye un plato emblemático en toda la región y está asociada a momentos festivos, como relata Julia Barraza, de Los Choros: *“La cazuela de ave con chuchoca no podía faltar para los santos”*.

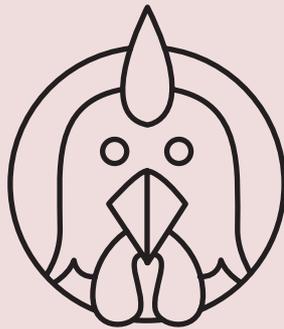
“Mire, cuando usted tiene ya lista la cazuela, todo cocido, le echa al final la chuchoca, eso le da el gusto a la cazuela de ave” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

“Tiene que ser con chuchoca, a veces le echaban papitas, porque no era hervido, se le echaba papa no más. En la cazuela solamente va la presa hervida y la papa, y como le digo, todo tipo de aliño, harto ajo, comino no se le echa mucho, zanahoria y morrón rojo” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

“Yo pongo la gallina, si es gallina, la pongo temprano, pero si son pollos los pongo más tarde porque se cuecen muy luego y la hago con chuchoca, una papa, unas torrejitas de morrón y le echo pimienta entera, unos granos de pimienta y lo dejo ahí pa que hierva (...) esa es cazuela de ave, no es hervido, porque toda la gente le pone a la cazuela de ave zapallo, porotos verdes, no, yo le digo esa no es cazuela de ave, es un menestrón, no, no, ¿si probara las cazuelas de ave hago yo..!” (Alicia Rojas Mery, El Molle).



PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Las aves de corral (gallina, pollo) contienen en promedio 23% de proteína, y una cantidad de grasas cercana al 1-2%, cifra bastante más baja que las carnes de vacuno, caprinos y cerdo (Strasburg et al., 2008). La mayor parte de la grasa se encuentra bajo la piel, por lo que es fácil de eliminar si se quita esta parte al consumir el alimento.

PAVO

Nombre científico: *Meleagris gallopavo*

Esta ave de origen mexicano se encuentra extendida a lo largo de Chile y hay datos de su consumo y crianza en el siglo XIX: “Las gallinas, ánades, gansos, pavos son ahora mui comunes en todo el país, i observaré solo que la crianza de los pavos es difícil en las provincias del sur, i que en compensación los gansos de esta son más sabrosos que los que se crían en la pro-

vincia del norte” (Phillipi, 1885, p. 101). El pavo forma parte del conjunto de aves de corral que se crían en muchos sectores rurales de la región, y su consumo está asociado a ocasiones festivas familiares, formando parte del universo patrimonial de las cazuelas, pero también de los asados.



(4)

◀ Preparaciones y consumo ▶

.....*..... *Cazuela de pava*

“Se prepara con chuchoca y queda muy buena. La pava es exclusivamente para la cazuela” (Julio Rojas, Ovalle).

.....*..... *Pavo asado*

Versión 1:

“Lo hacemos al horno, con aliñitos, para el asado sirve el pavo no más, en la Navidad, Año Nuevo lo comemos” (Julio Rojas, Ovalle).

“Y lo otro es que yo me recuerdo que la hacía mi abuela. Yo toda la vida, hasta el día de hoy, yo te preparo el pavo relleno, o sea, para el Año Nuevo o para Pascua, infaltable, el pavo relleno, entero en la mesa. Y no se bota ni un hueso. Ni un hueso. Al otro día, hay que hacer el locro” (Zenobia Anais, La Serena).

Versión 2: Pavo asado relleno.

“Ingredientes:

1 pavo de 4 ½-5 ½ kilos, limpio; sal y pimienta; 12 tazas de relleno (ver receta adjunta); 1 cda de aceite; 2 cdas de caldo de ave o agua; 2 dientes de ajo machacados (optativo); 2 cdtas de paprika o pimentón molido; 1 taza (240 ml) de agua; 1 cebolla, en rodajas finas.

“Preparación:

Lavar el pavo y secar con papel absorbente. Espolvorear la cavidad con sal y pimienta. Precalentar el horno a temperatura media.

“Rellenar la cavidad con el relleno, sin apretar, dejando un poco de espacio para que pueda expandirse al cocinarse. Rellenar también la cavidad del cogote. Coser con hilo (recomendamos el hilo dental) las cavidades rellenas.

“En un recipiente preparar una mezcla con el aceite, caldo o agua, ajo y paprika o pimentón molido. Con la ayuda de un pincel repartir esta mezcla por toda la piel del ave. Colocar el pavo sobre una rejilla en una fuente de horno que lo contenga holgadamente. Verter el agua al fondo de la fuente y agregar la cebolla. Cubrir el pavo con papel aluminio y hornear 4 ½-5 horas, retirando el papel y rociando el ave con los jugos varias veces durante la última hora de cocción. Para asar un pavo sin rellenar, reducir el tiempo de horno en 30 minutos.

“Para servir, retirar el relleno del pavo y colocarlo aparte en la fuente. Dejar reposar el ave unos minutos antes de trincharlo. Para 12-14 personas” (La Serena a la carta, 1990, p. 111).

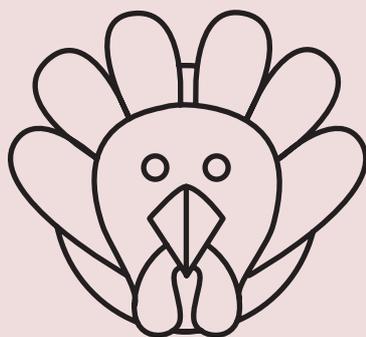


Locro de pavo

“Y eso sí que me lo enseñó mi abuela, juntaban todos los huesos, de que quedaban del quelón del pavo. Entonces, todo el quelón del pavo, al otro día lo echabas en una olla, a cocer, y quedaba todo desmenuzado, entonces tú lo colabas, sacabas toda la carnecita de los huesitos, botabas estos huesos, y tenías, aparte, el trigo remojado, el trigo majado. Zapallo, papa, y preparabas el locro, es que te mueres. Es que la cosa más exquisita que te puedas imaginar (...). En Vicuña

lo empecé, allá lo comí por primera vez. Porque mi abuela y mis tías, todas hacían esto después del Año Nuevo, un poco como para arreglar la caña, como el ajiaco, después del asado, el ajiaco. Era algo así. Pero yo te voy a decir que yo seguí con eso hasta el día de hoy. Y ahora mis nietos igual pues, ellos esperan el locro después de Año Nuevo” (Zenobia Anais, La Serena).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Su carne es una buena fuente de proteínas, con un contenido cercano al 22-24%, con 1% a 3% de grasas en promedio. Al igual que en otras aves, las partes más magras corresponden a la carne blanca, es decir, pechuga, en tanto que las piernas y alas contienen más grasa (Schmidt-Hebbel et al., 1990; Strasburg et al., 2008).

Animales silvestres



CONEJO

Nombre científico: *Oryctolagus cuniculus*

La carne de conejo es una de las carnes apetecidas en la región. Se crían en las casas para el autoconsumo y también para la venta, y su crianza representa el 6,4% del total del país⁶⁵. También se cazan, pero es menos frecuente: *“El conejo generalmente aquí lo crían en las casas para comerlos, pero también cazan, hay gente que anda con perros y salen a cazar en las noches, aunque no es muy habitual”* (Mario Yáñez, Pan de Azúcar). En el pasado fue común la caza de

las liebres, sobre todo cuando eran plagas: “Don Eulogio Cerda, haciendo mérito a su puesto de administrador, salía a recorrer y a reconocer los campos de Tulahuén. Montaba una hermosa yegua negra de cara blanca, acompañado de 15 perros galgos especiales para pillar liebres. En esos años la liebre era como una plaga que había llegado quizás de dónde, trayéndole serias dificultades y pérdidas a los agricultores porque arrasaban con las plantas y siembras recién aflorando en la tierra” (Álvarez, 2015, p. 84).

◀ Preparaciones y consumo ▶

“El conejo se prepara cocidito, igual que el chanchito. Se cocía bien cocido. Primero se mata, lo inflan con una cañita para poder pelarlo, porque es muy duro de pelar... Se le ponía la caña en la piernecita, se le hacía un hoyito y por ahí se inflaba. Después se le metía un

cuchillo para sacarle la piel y se le cortaba el cogote, se destripa y se ponía a desaguar en vinagre de un día para otro o de la mañana a la tarde. Había que matarlo antes que comiera pasto, para que tuviera el estómago vacío” (Georgina Cortés, Feria de Ovalle).



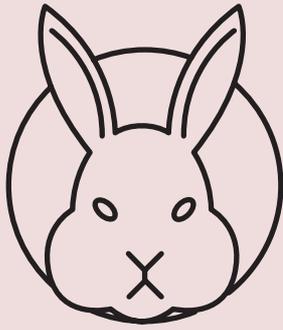
Conejo escabechado

“Esta es la mejor forma de preparar el conejo, casi siempre se lo hace así, eso sí hay que condimentarlo bien para sacarle el olor fuerte que a veces tiene” (Irma Petit, La Serena).

“Antes se cazaba o criaban conejos, se tiene que dejar desaguando de un día para otro, al otro día se cocinaban escabechados o al jugo” (Paola Díaz, Monte Patria).

65 Según informe del 2018 elaborado por ODEPA sobre la región. Disponible en: <<https://www.odepa.gob.cl/wp-content/uploads/2018/02/Coquimbo.pdf>>

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Desde el punto de vista nutricional el conejo es una buena fuente proteica, con un contenido cercano al 20% de proteínas en su carne, con un promedio de 3-4% de grasa, cifra que varía según el corte (Schmidt-Hebbel et al., 1990).

LIEBRE

Nombre científico: *Lepus aeuropaeus*



El consumo de liebre en el pasado fue muy frecuente; hoy día se mantiene sin la regularidad de antes, pero se aprecia su carne.

< Preparaciones y consumo >

Liebre a la cacerola

“La liebre primero debe desaguarse con sal y vinagre. Luego se cuece y se prepara como el chanchito, se adoba con ajito, con ají de color, aceite. Se le pasa esa pastita a la liebre y se echa a la cacerola” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

Liebre al jugo

“Es muy seca la carne, pero bien jugosa, bien recocida en buena. Hay que prepararlo con harta sal, vinagre, se deja de un día para otro, bien lavado, después se cose... primero se le da un hervor primero y se le saca todo eso... y después se condimenta recién y ahí se aliña. Se le pone ajo, la cebolla, la zanahoria, le toma otro gusto. Pero la liebre se come una vez cada cierto tiempo, no se puede comer todos los días” (Guillermo Morales, Los Choros).

CODORNIZ

Nombre científico: *Callipepla californica*



La codorniz era frecuentemente consumida en los hogares junto a otras aves de caza, como tórtolas y “pajaritos”. Esta actividad fue más común en el pasado, pero aún pervive, así como las recetas para prepararlas.

◀ Preparaciones y consumo ▶

Estofado de codorniz

“Es una fiesta cuando se come eso, acá lo preparamos con arvejas, igual no más que hacemos el pollo arvejado, con verduritas y bien condimentado” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

Codorniz en escabeche

“Para hacerlas mi abuelita primero las sellaba en abundante aceite vegetal y después le agregaba pimienta entera, bastante laurel, cebolla, zanahoria y vino blanco” (Paola Díaz, Monte Patria).

2

Vegetales





“Uno se encariña con la planta, usted sabe que la planta es vida y cuando uno hace el trabajo con cariño le entrega, le da todo lo que la planta necesita y ella responde de esta manera; si usted deja una planta abandonada y sucia, la planta también siente, y no hay fruto. Cuando uno tiene la producción bonita llega a dar pena echarlo abajo”
(Javier Yáñez, Pan de Azúcar).

La región de Coquimbo ha sido históricamente importante en la producción de vegetales para el consumo nacional. A continuación, una tabla elaborada para la región de Coquimbo el año 2018 por la Oficina de Estudios y Política Agrícolas (ODEPA), donde nos muestra la superficie regional por rubro silvoagropecuario.

SUPERFICIE REGIONAL POR RUBRO SILVOAGROPECUARIO

RUBRO	REGIÓN (ha)	CULTIVO/REGIÓN	PAÍS (ha)	REGIÓN/PAÍS
FORRAJERAS	82.867,1	54,5%	513.190,8	16,1%
FRUTALES	30.922,6	20,3%	310.046,5	10,0%
VIÑAS Y PARRONALES	12.227,4	8,0%	130.440,8	9,4%
HORTALIZAS	11.399,6	7,5%	95.953,7	11,9%
PLANTACIONES FORESTALES	6.309,6	4,1%	2.706.038,8	0,2%
LEGUMINOSAS Y TUBÉRCULOS	3.552,0	2,3%	71.389,6	5,0%
CEREALES	3.060,2	2,0%	480.602,6	0,6%
HUERTOS CASEROS	823,4	0,5%	16.138,2	5,1%
FLORES	403,3	0,3%	2.176,4	18,5%
CULTIVOS INDUSTRIALES	401,4	0,3%	69.998,0	0,6%
SEMILLEROS Y ALMÁCIGOS	116,9	0,1%	42.511,1	0,3%
VIVEROS	53,2	0,0%	3.103,1	1,7%
TOTAL	152.136,7	100,0%	4.441.589,7	3,4%

Fuente: elaborado por Odepa a partir de información de VII Censo Nacional Agropecuario y Forestal; Odepa-INE, 2007.

HARINA
TOSTADA

POROTO
Cajacabón

HARINA,
ARUERJÓN

RTITA

OLINTO

CHUCHUCA
MORTERIA

M

Cereales

Según los informes regionales de la Oficina de Estudios y Política Agrícola (ODEPA) contamos con los siguientes datos respecto a la superficie regional de cereales por especie desde el año 2012 al 2017⁶⁶:

SUPERFICIE REGIONAL DE CEREALES POR ESPECIE

ESPECIE	SUPERFICIE REGIÓN 2012/2013 (HA)	SUPERFICIE REGIÓN 2013/2014	SUPERFICIE REGIÓN 2014/2015	SUPERFICIE REGIÓN 2016/2017
TRIGO	337	1.418	392,7	409
CEBADA	44	40	276,3	117
MAÍZ	37	68	18,2	155

66 Informe año regional año 2018, disponible en: <<https://www.odepa.gob.cl/wp-content/uploads/2018/03/Coquimbo.pdf>>

MAÍZ

Nombre científico: *Zea mays*

Su cultivo y consumo posee larga data en la región. Se observa que en los sectores centrales de la región de Coquimbo, esencialmente en el valle del Limarí, la evidencia arqueológica disponible para el Periodo Alfarero Temprano sugiere el manejo de elementos vegetales cultivados y silvestres. En el alero de San Pedro Viejo de Pichasca existe presencia de macrorrestos vegetales de maíz (*Zea mays*), porotos (*Phaseolus sp.*), además de cucurbitáceas (Ampuero y Rivera, 1971), mientras que, en el Valle del Encanto, trabajos en la recuperación de microfósiles vegetales en las piedras tacitas presentes en el sitio del mismo periodo cronológico han mostrado el procesamiento de vegetales cultivados como maíz. Por otro lado, el registro de maíz en el curso superior del río Illapel se concentra en el sitio Césped 3, siendo el único asentamiento en todo el valle que presenta restos de maíz, además de quínoa (Rodríguez et al., 2004). Sin embargo, no queda claro si allí se conformaba algún proceso de domesticación o si fue introducido duran-

te el Periodo Tardío con el inca (Belmar y Quiroz, en Rodríguez et al., 2004).

Por otro lado, el cronista Gerónimo de Vivar describe en su paso por la zona de Coquimbo que en estos valles “dáse maíz y frijoles y papas y quínoa y zapallos. E darse han todas las plantas y árboles de nuestra España y hortaliza que en él se pusiere” (Vivar 1979, en Ampuero y Vera, 2011, p. 20).

Los actuales campesinos y cultivadores poseen un conjunto de saberes sobre este cereal, que ocupa, además, un lugar especial en el establecimiento de relaciones sociales:

“Aquí los campesinos somos organizados, también hacemos intercambios de semillas, por ejemplo, el maíz camelia es un maíz que se cultiva poco y hay otras variedades, pero el que produce maíz camelia lo intercambia, el otro maíz no es lo mismo desde el punto de vista nutritivo y no pierde su sabor” (Mario Yáñez, Ovalle).

< Preparaciones y consumo >



Chuchoca

Es el producto de la molienda gruesa del choclo tierno, previamente cocido y secado al sol. Se trata de una preparación patrimonial de raíces indígenas cuya función fue el poder guardar los granos de choclo durante el invierno. Se la ha definido como “choclos ya deshojados que se cuecen en agua y que se desgranar

antes de secarlos. Los granos secos guardados se suelen moler en la piedra antes de usarlos...maíz tostado o cocido para secar y guardar... el origen de la palabra es quechua, y el mismo procedimiento se llama en mapudungun ‘cunarquen’” (Lenz, 1910, p. 280).

Las piedras para moler los granos, especialmente el maíz y el trigo, jugaron un papel esencial en las técnicas de molienda que darán lugar a una diversidad de grosores, finos y más gruesos, los que a su vez sirven para determinadas preparaciones. Así, casi siempre en las cocinas campesinas se aprecia una “piedra repasadora...generalmente un bloque de granito (que) tiene una forma cuadrangular y de superficie plana. La respectiva mano presenta bordes curvos, lo que le permite oscilar entre sus dos extremos distales, con un periódico movimiento pendular. Esa compresión graduada a voluntad facilita la obtención de una serie de productos alimenticios en diversas etapas de fractura. En las cocinas también se suele adaptar las piedras cóncavas que se hallan en los yacimientos indígenas. Con estas piedras chancuanas de superficie curva, se utiliza una mano de superficie plana, que sirve para golpear y arrastrar las semillas triturándolas finalmente” (Iribarren, 1984, p. 94).

Lenz la define como “...una preparación de choclos (maíz medio maduro) para poder guardar los granos durante el invierno” (1910, p. 320), cuya etimología es quechua⁶⁷.

Maritza Cortés, de Monte Patria, recuerda:

“Nosotros sabíamos hacer la chuchoca. Tirábamos el choclo arriba del zinc que estaba con las brasas, después lo desgranábamos. Teníamos grapas de madera para raspar, ¡era mucho el maíz que teníamos! Se usaban tambores grandes para cocerlos, se cocía todo el choclo ahí y los tiernecitos los comíamos con mantequilla, los otros que quedaban los hacíamos chuchoca. Después la cerníamos no más, la aventábamos mucho con la idea de sacar toda la pajita que quedaba en la chuchoca”.

En la región se distinguen al menos tres tipos de chuchoca, que se diferencian entre sí por el grosor y tipo de molienda, cada una utilizada para determinados platos, sobre todo para hervidos o cazuelas. Los infor-

mantes sostienen que la mejor chuchoca de la región es la que se prepara en el pueblo de Barraza. Antiguamente se elaboraba a partir de la variedad de maíz “Camelia”, perdida en la actualidad, por la introducción de granos híbridos que aseguran una mayor producción a los campesinos. Asimismo, las técnicas para su elaboración han variado en el tiempo. Un relato de cómo se prepara la chuchoca actualmente nos lo entrega Luis Tabilo, pequeño productor del pueblo de Barraza:

“Entonces ese [el chinguillo] va dentro del fondo, con estas cosas es más aliviado porque antes se sacaba con palas, y con palas increíble porque era un castigo, había que estar ahí en el humo, en el fuego, la temperatura y así [con el chinguillo] usted enganchó y se retiró y uno de acá levanta y lo sacan fuera del lugar y se aplica una carretilla (...) me acuerdo que tenía unos tíos, que la trabajaban [la chuchoca] en unos costales, costales son un asunto de cuero y ahí con palos los golpeaban y después iban sacando las corontas, el grano que iba quedando lo iban sacando. Ahora es distinto. Aquí lo que se siembra tradicionalmente es el maíz rojo, de una variedad camelia que no está llegando. El año pasado nosotros tuvimos que plantar anaranjado, nos servía por el color, pero no da el mismo sabor.

Para la chuchoca se necesitan varias horas de mano de obra porque en este momento, pensemos que estamos sembrando maíz, después viene el proceso de esperar un tiempo, que hay que limpiarlo, no sirven los herbicidas; después viene la cosecha, hay que quebrar. Lo más complicado es quebrar, es decir, sacar el choclo de la mata, porque para deshojar hay mucha gente que están desocupados en ese tiempo de febrero, en marzo cuando se cosecha, vienen. La gente trabaja por saco. Después ya viene cocer los choclos, los fondos son estables con leña y están hirviendo, uno saca y altiro cambia estando hirviendo. Porque, por ejemplo, uno puede cocer dos días con esa misma agua y con el fuego se mantiene. Le sale

67 Los mapuche la denominaron cunarquen, maíz tostado y cocido para secar y guardar (Lenz, 1910, p. 320).



“Para preparar la chuchoca se puede hacer con el maíz más tierno y se le da un cocimiento de 40 minutos, de repente 35 minutos y el choclo ya está cocido. Luego se van a secar, eso depende del sol. Si hay una temperatura de 30 grados pueden ser 12 días. Después tenemos una máquina que desgrana. Antes se hacía a mano o con tractor. Antes mi papá tenía tres máquinas y se desgranaba rápido, 1.000-1.200 kilos al día, tres personas. Pero con esta maquinita nueva se puede desgranar 5.000 kilos con tres personas. Después se avienta. Antes se tiraba a la era. Se tiraba el maíz y se esperaba un rato, en una hora, en dos se aventaba un mundo.

“Después se manda al molino a moler. La mortería es la más cara porque el proceso es más caro porque hay pérdida.

“Si usted se fija es sacrificada la chuchoca, hay que tener leña, el agua a mano, las paceras donde se caen. El maíz se seca en la era, donde antes se hacían las trillas. En esos tiempos todos los años se preparaba y se ponía duro, que era como cemento el piso, ahora no sé, se le puede tirar una malla rachel, pero es muy peligrosa la malla porque la chuchoca se amarga, entran los hongos muy rápido. Cuando se sacan del fondo caliente y una las va a depositar al tiro a las paceras se amarga, le entran hongos.

“Yo sigo haciendo chuchoca, pero hay gente que se aprovecha y me pasa el maíz pasado, porque la chuchoca hay que hacerla como a tiempo para que quede buena. La gente sabe eso sí que yo soy cuidadoso y que mi mercadería está buena y por eso la eligen”.

1

Chuchoca mortereada o “motería”

Molido medio, tradicionalmente realizado en casa con piedra de moler, posteriormente con molinillo y de manera más reciente se puede adquirir en los diferentes mercados ya molida de manera industrial en

las ferias locales. Se agrega a las sopas, particularmente a las cazuelas. Georgina Cortés, de la Feria de Ovalle, relata que la chuchoca mortereada se hace con el maíz colorado y que se utiliza preferentemente para los charquis, las carnes duras y los porotos: *“Se pone a remojar todo junto al mismo tiempo. Con el poroto burro queda muy sabroso”.*

“Nosotros le decimos chuchoca mortería al choclo fresco que lo cocían. Después de cocerlo, pero con la coronta entera, lo secaban al sol. Luego lo cocían de nuevo, como que lo pelaban. Y después se hidrataba, se molía y se comía en sopas y caldos” (Paola Díaz, Monte Patria).

En Los Choros, Julia Morales relata: *“Mi mamá hacía la chuchoca, ella cocía los choclos, los desgranaban después, los molía en una piedra, ese maray que se muele la aceituna... ahí se hacía la chuchoca”.*

2

Chuchoca molida

Esta chuchoca requiere de un grado mayor de molienda; está recomendada para las carnes blandas, como ave o pavo, a las cuales se agrega papas y zapallo (Georgina Cortés, Ovalle).

3

Chuchoca quebrada

Es el grano partido que se utiliza para cazuelas y algunos guisos (Luis Tabilo, Barraza).

4

Chuchoca pelada

Es la chuchoca entera que se utiliza para hacer la cazuela con chuchocampelada y las papas con chuchoca pelada. Consiste en utilizar el caldo donde se cuece la chuchoca, al que se agregan las papas cocidas enteras o en mitades (Luis Tabilo, Barraza).

5

Chuchoca guisada

Preparación similar a la de la harina de arvejón o "alverjón". Se cocina la chuchoca en poca agua hasta obtener una pasta espesa, tipo puré, que se condimenta a gusto con sal, ajo y aceite. Se puede acompañar con huevo frito o papas doradas y bistec (Luis Tabilo, Barraza).

"Me acuerdo que hacían un típico sofrito de cebollita picadita con aliño y después le echaban a veces leche de vaca o cabra, o agua. Luego espesaban con chuchoca. Ese guiso se servía como acompañamiento" (Paola Díaz, Monte Patria).

**Mote**

Lenz lo define como "...maíz cocido sancochado en lejía hasta que suelte el hollejo; este se separa por completo lavando el mote en agua (pelar mote)...⁶⁸" (1910, p. 512); su etimología es mapuche.

Es la misma preparación del mote de trigo y se usa de preferencia en guisos, como los porotos con mote. Cabe señalar que esta combinación es de larga data en la región; por ejemplo, Páez consigna que en 1884: "...el menú de los presos de la cárcel local [estaba] compuesto de frejoles con mote o arroz todos los días de la semana, con excepción de los jueves y domingos, donde se consumía carne con verduras" (2010, p. 85).

La memoria de los entrevistados hace referencia a los modos de prepararlo:

"Sale el pellejito del mote, del maíz y el piquito, ya está bueno, se lavó y se harneó y se puso a hervir, a sin nada de ceniza porque solito el maíz, otra vez, ya se puso a hervir en la olla y se tapó, se está viendo que quede sequito. Crece así el grano, amarillito queda" (Emilia Barraza, Unión Campesina).

"Mi mamá pelaba el mote cuando llovía... El mote de maíz es muy bueno para bajar la leche para la persona que amamanta" (Georgina Cortés, Feria de Ovalle),

1

Receta de mote mei⁶⁹

De Tulahuén:

"Ingredientes: maíz, ceniza. Preparación: en un tarro se prepara la lejía (que es agua y ceniza), se deja asentar y se cuela, después se echa al tarro la ceniza colada, se agrega el maíz, y se pone a hervir 1 hora revolviéndolo, se le agrega mollaca o romero. Se saca y se refriega para sacar el hollejo del maíz y se lava con agua fría hasta sacar todos los residuos de ceniza y se pone a cocer nuevamente en agua por un lapso de 1 hora más hasta que esté semipartido. Luego se saca en una fuente y está en condiciones de servir (este se sirve tibio)" (Pizarro, 2006, p. 43).

68 Según el autor, la expresión "pelar mote" en sentido metafórico se usa para "pelar al prójimo, hablar mal de uno, decir chismes" (Lenz, 1910, p. 512).

69 Esta fórmula, "Moteemei pela'o buen medio, calentito", fue usada por los vendedores callejeros para diferenciar el mote de maíz del de trigo (Lenz, 1910, p. 515).

.....*

Pastel de choclo

Esta preparación, común en toda la zona central de Chile, en la región tiene la particularidad de llevar dos capas de pastelera y en el medio el pino. Otra singularidad es que la pasta de choclo se prefiere más bien dulce y se lleva al horno sin precocer y mezclada con huevos batidos.

Versión 1:

“El choclo se muele, bien molido. Después que lo tiene molido, en un tiesto bate huevo, quiebra dos, tres, cuatro huevos, le echa azúcar, le echa un poquito de comino y lo bate bien batido. Y el pino, con cebolla, con carne, con lo que usted quiera hacerlo, pasas y huevos. Entonces usted le echa a la budinera un

poco de maíz abajo y le pone todo el pino que le va a poner, con aceituna, todo. Después le pone el otro maíz arriba, le echa un poquito de aceite y lo mete al horno” (Emilia Barraza, Unión Campesina).

Versión 2:

“Si vamos a hacer pastel de choclo, molemos el choclo, hacemos el pino, si va a ser de pollo, si es de carne picada o molida, huevito y aceituna. Hay que aceitar la budinera, poner una capa de choclito, pino, aceituna, huevito al medio y otra capita de choclo. Se pone orégano al pino, para los sabores” (Liliana Espejo, Peralillo).

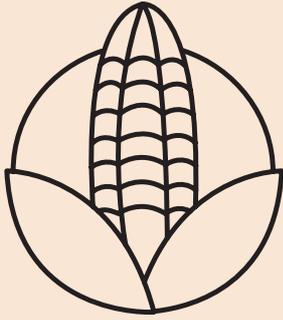
.....*

Mazamorra de choclos

En Tuluahuén:

“Ingredientes: choclo: cebolla al cuadro; sal; grasa; color de chanco; condimentos. Preparación: se lavaban bien los choclos, luego se rebanaba el grano en una fuente y se molía en piedra chanchuana. Se ponía a hervir 15 minutos, después se le agregan los ingredientes, se hace hervir 15 minutos más y está en condiciones de servir a la mesa. También se le agrega una cucharada de color de chanco a cada uno de los platos para darle mayor color y realce” (Pizarro, 2006, p. 37).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Nutricionalmente el maíz contiene alrededor de 9% a 12% de proteínas, 75% a 80% de almidón y 5% a 7% de grasas (USDA, 2016). Su contenido de fibra es de 3,5%, del cual 3,1% corresponde a la fracción insoluble y 0,4% a la fracción soluble (Pak, 2000a).



CHUCHOCA

La chuchoca, al ser un choclo seco, tiene un contenido de fibra dietética mucho más importante que el fresco, alcanzando un 22,8% del peso del alimento (Pak, 2000a).

TRIGO

Nombre científico: *Triticum vulgare*

Desde el proceso de colonización, este cereal posee protagonismo entre los cultivos de la región, y su consumo se realiza bajo diversas modalidades, formando parte de una de las principales constelaciones del patrimonio alimentario regional. Hay numerosos testimonios de mediados y fines del siglo XIX que dan cuenta de su arraigo en la dieta. Así, por ejemplo: “Una parte de la vega, a la márjen izquierda del rio, estaba sembrada de trigo, i éste encontrándose en estado de madurez, presentaba un tinte amarillento que la luz de la luna hacia más pronunciado; el viento lo mecía, dándole cambiantes de luz, i además como la semen-

tera aparecía, a la vista del observador, formando un mismo plano u horizonte con el mar, de aquí el haber tomado por espacio inundado lo que en realidad era trigo” (Concha, 1871, p. 177). Por otro, lado datos del internado del Liceo de la Serena ponen de manifiesto que en 1895 los alumnos consumían “frijoles, harina flor, té superior, aceite de comer, leche, grasas, papas, pan...” (Páez, 2010, p. 78); apreciamos por esta cita que la harina y el pan forman una dupla indisoluble. También, en el hospital, en ese mismo año, la dieta de los enfermos incluía: “...carne, leche, verduras...sémo-la, sal, trigo, chuño, maíz...” (Páez, 2010, p. 78).



En las haciendas el cultivo del trigo fue común, y la trilla, un evento que congregaba a los inquilinos, constituyendo una práctica que reproducía —y aún lo hace— las identidades campesinas, tanto cultural como laboralmente. Las labores agrícolas, especialmente las relacionadas con la producción y cosecha del trigo, permanecen en la memoria masculina: “Para los hombres segadores de alfalfares cebadas y trigales, los trabajos eran a trato o por tareas...Hasta los años 1940...el trabajo era muy sacrificado para los hombres que debían trabajar en cuclillas, eran jornadas de trabajo duras y muy mal pagadas” (Álvarez, 2015, p. 127). La memoria de algunos entrevistados guarda prácticas culturales del trabajo en común: “No sé si ustedes saben, que cuando siegan el trigo, en el medio de la era, ponían antes una chuica de 15 litros de vino y después se va echando el trigo ahí hasta que queda tapado. Entonces, la tarea era descubrir la chuica” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

También, el recuerdo de los molinos en las distintas localidades constituye parte de la memoria relacionada con el trigo (y por cierto del maíz), y es así como en Punitaqui había un molino que es tenido

por relevante, toda vez que las personas de los alrededores “...bajaban al pueblo cuando tenían que moler cantidades mayores de trigo” (Elicer Maluenda, Canelilla Baja).

La relevancia del trigo en la cultura culinaria de la región queda en evidencia por el lugar central que ocupa el pan (la churrasca) y por las distintas molindas del trigo seco que son utilizadas en lo que se llama “hervido” o en las cazuelas, que, de acuerdo con los entrevistados, son los platos patrimoniales más característicos de la región. Sin duda, hay un enorme conocimiento y saber en los modos de moler el trigo para darles densidad y consistencia a los caldos, como se verá a continuación. Estos saberes y prácticas de molienda hunden sus raíces —como vimos en la semblanza arqueológica— en el mundo precolonial, en el Período Alfarero, y sus vestigios son visibles hasta hoy día en muchas casas donde las piedras de moler y los morteros se siguen utilizando. Sin duda se trata de una técnica transmitida de generación en generación de mujeres y da cuenta de un sistema tecnológico relacionado con recetas patrimoniales.

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Trigo majado*

Se consigue descortezando el trigo por medio de la molienda. Es interesante señalar que el término majado es un americanismo del noroeste argentino y de Chile y designa “al trigo o maíz remojado en agua caliente que se tritura y se come guisado de distintas maneras. También guiso o postre hecho del maíz o del trigo así preparado” (Neves, 1973 y RAE). Los

habitantes regionales dicen: “Este es un trigo normal, pero pelado, y se quiebra. Se llama majado. Se usa en la cazuela y con porotos. Es un producto muy bueno para las personas que tienen neumonía: cuece el trigo majado y se toma su agüita” (Feriante, puesto N.º 20).



Recetas

1

Porotos con trigo majado

“Antes nos criábamos comiendo porotos con trigo majado, bien aliñadito era muy común” (Fantina, Unión Campesina).

2

Punchi

“Así se llama el trigo majado hervido con leche. Mi papá me decía que era el desayuno de ellos, cuando tenían que salir, por ejemplo, a ver el ganado, comían de esto que era el trigo majado hervido en leche de cabra o de vaca. Le podían poner azúcar o sal” (Paola Díaz, Monte Patria).



Trigo remolido

Una vez majado el trigo, se tritura hasta dejarlo en pedacitos; también se lo llama “trigo partido”. Se utiliza de preferencia en el hervido o cazuela. “...el trigo pelado hay que hincharlo en un tarrito con agua, después se bota el agua. Se tiene que dejar reposar para que quede suelto el hollejo” (Georgina Cortés, Feria de Ovalle). Iribarren (1984) define al remolido como una

etapa más avanzada del frangollo, obteniéndose un producto más desmenuzado. El frangollo resulta de humedecer el trigo para extraerle la corteza con la piedra repasadora. Tanto el frangollo como el remolido se utilizan especialmente en las preparaciones con porotos.



.....*

Arroz chileno

Es el trigo seco y pelado entero que se utiliza para cazuelas, pero preferentemente para hacer los porotos (Feriante, puesto N.º 20).

.....*

Mote de trigo o trigo mote

Es el grano cocido, descortezado con lejía alcalina, mojado y lavado con agua potable para liberarlo del álcali. Se utiliza para cocinar porotos con mote o como postre en el mote con huesillos. Un relato de la preparación del mote dice así:

“Nosotras cocinábamos con leña, entonces las cenizas de la leña se echaban a cernir en un harnero. Se echaban en un tarro, por ejemplo, de esos tarros, pero de lata, no de estos de plástico, se hace el fuego, se pone una parrilla, o sea, un tarro y en el fuego se hace hervir la ceniza, se saca harneadita, que no tenga carbón ni que tenga piedras la ceniza, se pone a hervir, como está la olla ahí, supongamos. Más grande, así tanto, porque es un buen poquito. Entonces pone un poco de trigo y uno lo revuelve y va saliendo el orujo, se saca un poquito acá y lo restriega, ya está bueno porque se pone verdecito el trigo con

la ceniza hirviendo. Se saca, se echa en el harnero o en el tarro con agua y se va revolviendo hasta que queda el puro trigo verde tal como ese de ahí” (Emilia Barraza, Unión Campesina).

En las trillas el mote fue una comida preciada: *“Cuando habían trillas, mi mamá, mis tías, yo veía como preparaban el mote. Ponían a hervir el trigo con ceniza, después se limpiaba y se abría. Se llevaba a la acequia para lavarlo, y cuando ya estaba listo lo llevaban a los que estaban en las trillas trabajando”* (Maritza Cortés, Monte Patria).

Para pelar el trigo: *“...los campesinos inventaron de los árboles un palo así tan grueso más o menos, le hacían un hoyo en el medio así un poco más o menos, y después con otro palo o con una cuña de fierro le iban haciendo así y se pelaba el trigo”* (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

Recetas

1 **Mote con leche**

Versión 1:

“Él [mi marido] me decía a veces, como teníamos antes animalitos teníamos leche, pedía mote con leche, sus dos platos era, favorito, pero eso va con sal, no con azúcar. Uno lo cuece primero el mote y después cuece la leche y después que esté hirviendo la leche una le echa, que no vaya con ese jugo que uno

coció el mote porque si no se puede cortar la leche (...) entonces que dé un hervor porque usted ya lo retiró, recién le pone la sal porque también se corta, la sal lo corta, después se puede entibiar no más pa servírselo, no que hierva (...) mote con leche o leche con mote, como usted quiera decirlo, vale igual la palabra” (María del Carmen Rivera, Punitaqui).

Versión 2: Mote con leche de cabra

“Usted lo hace igual que el mote con leche de vaca, pero con la leche de cabra como que queda más sabroso” (José Salfate, Ovalle).

2**Porotos con mote**

(ver en la sección “Porotos”).

3**Locro con mote****Versión 1:**

“Por ser yo cociné hartito el locro que le llaman. Uno lo hace con zapallito, con papas de cuadros, un poquito de carne, si es que uno tiene, si no, no, no más, con pura verdurita no más, lógico, todo picado en cuadritos y el mote” (María del Carmen Rivera, Puntaqui).

Versión 2:

“Ingredientes: mote de trigo; cebolla; papas; grasa; condimentos; color de chanco. Preparación: Se sancocha el mote en una olla, una vez precocido se le agregan las papas y la cebolla en cuadro y el resto de los ingredientes, en un lapso de 30 minutos de cocción estará en condiciones se servir a la mesa. También se le agrega una cucharada de color de chanco a cada uno de los platos para darle mayor color y realce” (Pizarro, 2006, pp. 38-39).

Versión 3:

“Se pone trigo majado y se echa a hervir con el charqui. Después le echa choclo, zapallos, papas grandes. Esa era comida de nosotros cuando niños. A mi mamá le quedaba exquisito” (Georgina Guerrero, Los Choros).

4**Mote guisado**

“El mote cuando está seco yo lo echo a casi así no más. Cuando está cocido, usted le pica zanahoria, cebolla, y toda verdura que usted quiera echarle. Principalmente se le pone papa y morrón. En la sartén usted viene y le echa ajito, puede ser zanahoria rallada si no le ha puesto directamente en la olla, y fríe todo el aliño que quiera ponerle. Lo fríe bien fritito, le pone un poquito de ají de color, comino, todo eso. Entonces poco antes de retirar la olla usted le echa todo eso y lo deja 10 minutos para que se pase, tiene que quedar medio espesito, lo retira, y queda el mote guisado” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

5**Mote “alverjado”**

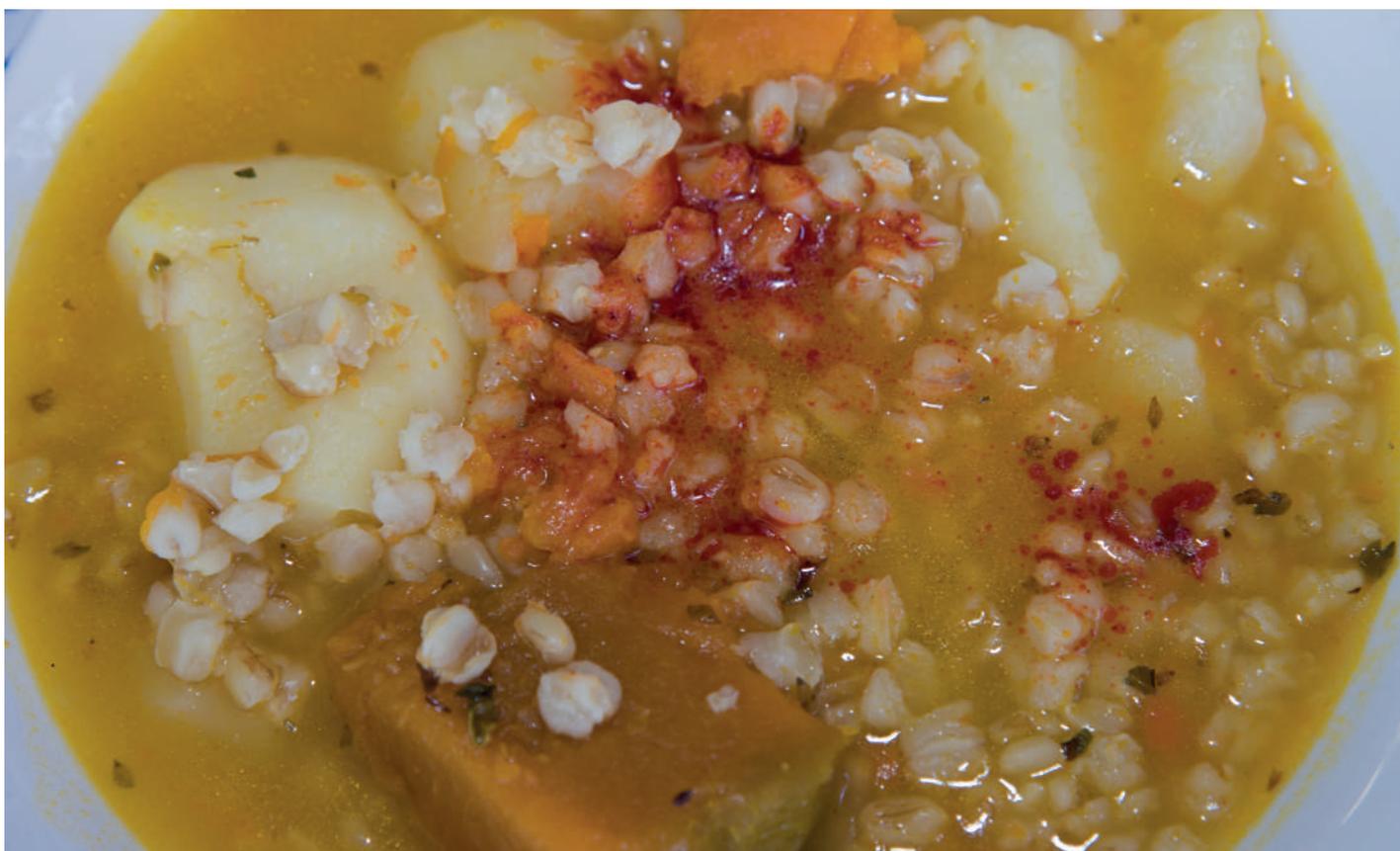
“El mote guisado también le decimos alverjado. El mote se tiene cocido. Se hace un sofrito y se junta con el mote, las alverjitas cocidas también, se le agregan, se revuelve todo y se deja un ratito, ya está listo” (Georgina Guerrero, Los Choros).

6**Sopa de mote****Versión 1:**

“Una vez que el mote está preparado se guarda, aparte se fríe una cebollita picada, con zanahoria, con papitas, todo se fríe y después se le echa un poco de agua, cuando está a punto se mezcla con el mote, se aliña con comino y ají de color” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

Versión 2:

“Se deja remojando el mote el día anterior con agua helada. Se pone a cocer por unos 30 minutos, hasta que esté espesito. Mientras tanto, se pica el morrón, la cebolla, el ajo, la zanahoria, el zapallo, también se le echan papitas enteras. En una ollita se pone a freír el ajo en aceite. Aparte, se ponen a cocer las papas, pero no completamente, ya que deben terminar su cocción con la sopa” (Carmen Rojas, Batuco).



*
Harina

Base de la repostería de la zona y de la fabricación del pan. A comienzos del siglo XIX se consignaron en La Serena cinco panaderías, y a fines de ese mismo siglo habían subido a ocho (Páez, 2010, p. 83); sin embargo, la confección doméstica del pan se mantuvo hasta fines del siglo pasado y aún en la actualidad en algunos hogares rurales y en pueblos y localidades se sigue fabricando artesanalmente. “No siempre la calidad del pan fue buena en el medio siglo. Tanto en La Serena y otras ciudades de la provincia, el medio

rural cosechaba más el trigo amarillo que el blanco. Con el primero se fabricaba comúnmente el pan candeal, en forma de ‘teleras’, para los peones de las haciendas, algo similar sucedía con los yacimientos mineros” (Páez, 2010, p. 83). La gente urbana y de las élites prefería el pan blanco, el que operaba como una distinción de clase.

Recetas de pan

1 Churrasca

Es una preparación considerada patrimonial por los habitantes de la región; acompaña al queso de cabra, al pebre y es inseparable del modo de vida campesino y a la ingesta del mate. Es más liviana que una tortilla. Se prepara con harina, sal, agua y manteca y polvos de hornear o levadura, amasando hasta lograr una masa suave. Se asa por ambos lados en la parrilla, el brasero o en un tostador. Una forma común de comerla en el centro de la ciudad de Ovalle es abierta, acompañada de un trozo de queso de cabra. También en los paseos en familia al río o a la playa se acostumbra encender fuego para asar carne de pollo, cerdo o vacuno bajo la modalidad de “fierritos” acompañados de churrascas que se preparan en el mismo lugar.

“(…) aquí uno va al río en las tardes de calor y la gente lleva su mate, su tetera y eso [la churrasca] lo preparan rápido, las abuelitas son expertas, cortan los bollitos y la estiran así, con las manitos no más. Entonces es algo muy tradicional. Con leñita o carbón se lleva, en el mismo rescoldo que queda del asado, las preparan ahí (...) queda una brasa caliente, porque lo ideal para la churrasca es que la brasa esté en su punto, para que se pueda no arrebatarse y

cocerse por los dos lados y que no quede cruda, porque cuando está muy caliente la brasa se quema por los dos lados y al medio queda cruda” (Margarita, Panadería Modelo, Ovalle).

La misma Margarita nos habla del origen del nombre: *“Se llaman churrascas porque la mamá antigua cortaba la masita así como cuando uno hace pantrucas, que va cortando la tirita. Entonces, cortan los bollitos y ese bollito lo hacen, entonces queda como achurrascadito, por eso se llaman churrascas. Uno con la misma mano las va apretando”*⁷⁰.

Sobre las ocasiones de consumo de churrascas, se nos dice: *“Siempre que hay bingo aquí, típico la churrasquita con pebre o con palta”* (Mónica Rodríguez, Peralillo).

También admiten variantes, como la señalada por Paola Díaz, de Monte Patria: *“Las churrascas se pueden preparar también con chicharrones de cerdo o de cabra”*.

⁷⁰ Para Neves, churrasco es una voz americana que se refiere a algo “asado, hecho sobre las brasas” y *churrasquear*, en el Río de la Plata, hacer y comer churrasco” (1973, p. 218).



2

Pan amasado en hornilla

El pan amasado formó parte esencial de la cultura alimentaria campesina. En el pasado se cocía en las llamadas “hornillas”. Fantina Briceño, de Unión Campesina, cuenta:

“Mi mamá amasaba el pan y se hacía en hornilla, nosotros llamamos así a un tipo de horno que se hace de adobe, es cuadrado y lleva latas adentro, y en esas latas va el pan. Se coloca fuego arriba y brasas abajo. Mi mamá usaba harina, levadura y agua o un poco de leche. Antiguamente para la levadura dejaban un pedazo de masa y con esa hacían pan de nuevo. Eso era lo más antiguo”.

“Antes todo el pan se hacía en la casa, en horno de barro, pero lo más típico eran las hornillas, que eran como el de barro la estructura de los lados, y les ponían unas planchas lisas como la lata del horno, y brasas abajo y el fuego fuerte arriba. Había que saber, porque si no se quemaba el pan, había que temperar bien el horno” (Paola Díaz, Monte Patria).

“El pan amasado llevaba grasa de cerdo o de las cabras, era como la misma manteca, la guardaban en tarros y a veces le colocaban chicharrones” (Paola Díaz, Monte Patria).



3

Telera

El término telera se utiliza en Europa y España para denominar a una serie de panes, y en la región se lo define así:

“Ese pan cuadrado. Es que lo que pasa es que siempre cuando tú terminas de hacer la preparación de las hallullas, especiales, sobre todo, quedan trocitos de masa, entonces para finiquitarlo todo, tú cortas una tira y ahí sacas la telera” (Panadero, Panadería Modelo, Ovalle).

“La telera era como un pan grande, cuadrado. Estiraban la masa y la cortaban y la tiraban al horno y después la porcionaban en trozos y la repartían” (Paola Díaz, Monte Patria).



4

Bollos o pan dulce

Para las Fiestas Patrias y la Navidad se preparaba en las casas el pan dulce. Este consistía en una masa hecha con harina, leche, huevos, levadura y azúcar. Las preparaciones se diferenciaban para cada una de estas ocasiones del siguiente modo: para la Navidad se le agregaba betún de huevo y “pastillas”, mientras que en el 18 de septiembre el bollo iba sin betún ni adornos.

“Los bollos eran para los cumpleaños, para las fiestas, Navidad, 18 de septiembre, Año Nuevo, los bo-

llos eran de la misma masa que los pajaritos” (Paola Díaz, Monte Patria).

“Cuando una mujer paría se le daba caldo, mate amargo y le hacían pan dulce, bollos se llamaban. Eran larguitos, se cortaban en forma de triángulo. Se hacían con huevito, con un poquito de levadura, bicarbonato y eso se les daba. Porque antes se cuidaba mucho a las mujeres, 40 días se cuidaba” (Orfelina Guerrero, Los Choros).

**Carraca⁷¹**

De acuerdo con Iribarren (1984), se trata de un guiso de los viajeros que consiste en pan, cebolla, color y charqui” (P.112). Por su lado, Pereira Salas (2008) lo designa como un plato con pan duro, cebolla, color y grasa (P. 76). Lenz registra la voz caraca como “...una especie de charquicán con pedazos de pan”; posiblemente su etimología sea quechua (1910, p. 178).

En la localidad de Los Choros se define esta preparación como: *“Es cualquier invento. Por último, cebolla frita. Son platos que se sirven más en el almuerzo, son platos energéticos. Pero ahora muy poca gente*

lo hace, la gente más antigua a lo mejor aún hace”. (Eduardo Morales, Los Choros).

En la misma zona rastreamos también que *“la carraca era como vianda que llevaban los niños a la escuela. Mi mamá lo hacía. Se molía el trigo en una piedra, se quema en una olla y se prepara como un guiso, con papas, verdura, zanahoria. Tiene que quedar más sequito que una sopa. Es como hacer un plato de mote o de trigo”* (Orfelina Guerrero, Los Choros).

**Sopa de Juanita o sopa de pan**

Se trata de una preparación de consumo cotidiano, aprovechando el pan que haya quedado del día anterior, el que se remoja para darle consistencia y sabor a una sopa que contiene verduras.

“A mí me gusta mucho la comida que es muy antigua, yo creo que soy la única que la como todavía. Nosotros le pusimos ‘sopa de Juanita’, porque salía una lectura en un silabario: la mamá le hizo a la niña una sopa de pan, con papitas y carne, muy rica, y a la niña no le gustó y no quiso comerlo en la mañana, y le preguntó en la tarde cuando llegó: ‘Mamá, ¿qué me hiciste de comida?’. ‘Hay sopa de Juanita, hay sopa de Juanita’. ‘Ah, voy a comer’. Se

71 Este término posee una semántica múltiple en la región; puede designar a un pan, un guiso o una sopa. En América Central y Colombia, según Neves, significa “Mandíbula o quijada seca de algunos animales” (1973, p. 117).

la comió toda. Entonces nosotros le pusimos ‘sopa de Juanita’.

“Se prepara con pan francés, se echa a remojar la miga, se le saca toda la cáscara, se echa a remojar y cuando está remojado se le saca toda la parte de arriba y se pone en una olla con cebollita, condimentos —porque eso sí que yo soy salerosa, a mí me gustan las comidas muy condimentadas—, con ají, le pongo yo, este comino, orégano, pimentón; zanahoria no,

porque no soy muy zanahoriosa, y después se pone ahí con el fuego, se sofríe todo eso y después se le ponen las papas y después ya cuando las papas están medias cociditas, se le pone el pan remojado, bien estrujadito, arriba y se le echa un poquito de agua y se tapa, queda pero así, la muerte” (Alicia Rojas Mery, El Molle).



Soporrones o socotorrones

Versión 1:

“Tiene que hacer un batido bien firme primero, después lo va echando a la olla, yo los hago larguitos, como pescaditos y con la colita de la cuchara los voy echando a la olla a cocer con leche o con caldo de charqui de cabro o también con caldo de huesos blancos” (Clara Arancibia, Embalse la Paloma).

Versión 2 (de Tulahuén):

“Ingredientes: harina cruda; cebolla al cuadro; papas al cuadro; grasa; sal; color de chancho; condimentos. Preparación: se echa agua tibia a una fuente, se le agrega la harina hasta que quede espesa. Luego en una olla se prepara la cebolla y papas al

cuadro, condimentos, grasa y la sal. Una vez cocidas las papas y el resto de los ingredientes se le agrega la masa que es un poquito en una cuchara sopera, hay que tener cuidado de no echar muchos porque puede quedar en la olla una verdadera mazamorra. Se hace hervir por unos 10 minutos para poder servir. También se le puede agregar huevo y charqui molido, esto se agrega para que el alimento tome otro color. El huevo se puede agregar con la olla hirviendo pues la yema se cortará. También se le agrega una cucharada de color de chancho a cada uno de los platos para dar mayor color y realce. En otras partes del país, especialmente en el sur se les llama ‘macho ahogado’” (Pizarro, 2006, pp. 37-38).



Pantrucas, tira la olla o resfalosas

Este fue un plato emblemático en el pasado, pero aún se cocina en muchos lugares de la región en las zonas rurales y en restaurantes, como los de Andacollo.

Versión 1:

“Es una masa con sal, mi mamá la hacía mucho, se hacía la masa y después las tendía, muy delgaditas. Las tenía que uslerear hartito, cuando estaba delgadita la masa cortaba tiritas, preparaba un caldo y ahí las echaba. Hacía el caldo con papitas, con ali-

ños, como se hacía antes” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

Versión 2:

“Se prepara con harina, con un poco de manteca y se hace la masita igual que esa para hacer churrascas. Después se estira bien finita y se va picando para echarla a la olla con el agua hirviendo con el caldo” (Norma Valenzuela, Andacollo).

Versión 3:

“Yo las hacía con la masa finita, delgadita, bien uslereadas; después las pongo en un mantel y ahí las voy echando a un caldo de locos o de patitas de cabra” (Orfelina Guerrero, Los Choros).

Versión 4 (de Tulahuén):

“Ingredientes: harina de trigo; papas al cuadro; cebolla al cuadro; color de chanco; sal; grasa; condimentos; huevo. Preparación: se prepara una masa con la harina y grasa, como para hacer sopaipillas,

posteriormente se preparan los otros ingredientes (papas y cebolla). Luego se pone a hervir una olla con agua donde se cocerán los ingredientes como la cebolla, las papas, la grasa y los condimentos. Después de 20 minutos de cocción, se le agrega los pedazos de masa al caldo y se van revolviendo, se deja cocer por unos 15 minutos para que se pueda cocer la masa y se le agrega 1 o 2 huevos dependiendo de la cantidad y estará en condiciones de poder servir” (Pizarro, 2006, pp. 34-35).



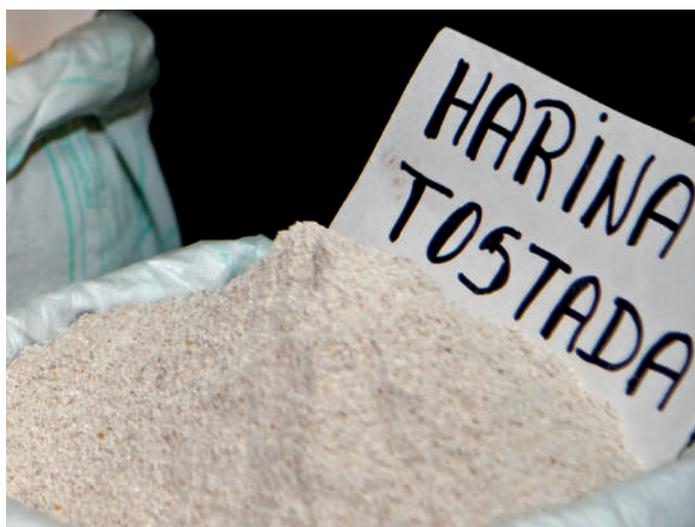


Harina tostada

La harina tostada se puede consumir en preparaciones saladas o dulces, fría o caliente, y se usa también para espolvorear higos. La técnica casera de prepararla consiste en recalentar el trigo en una callana (tiesto de greda) que contiene cierta cantidad de arena, “...puesto al fuego, el trigo tostado se cierne en un harnero de hojalata perforado con agujeros finos que escurren la arena y retiran los granos. Molidos en la

piedra se obtiene una harina ligeramente dorada” (Iribarren, 1984, p. 112).

Versiones contemporáneas relatan así el proceso de factura: “Primero se parte con la trilla del trigo, cuando sacábamos el trigo lo tostábamos en una callana, que era una especie de cuadrado de zinc, lo tostábamos y después lo molíamos y teníamos la harina tostada” (Maritza Cortés, Monte Patria).



Recetas

1 Cocho

Esta harina es la base para una preparación emblemática de la región: el cocho, cuya gravitación es tal que en el lenguaje coloquial hay dichos como “este es como cocho”, que se dice cuando “alguien viene espeso” (Mariana Alcayaga, La Serena). Asimismo, la harina tostada es fundamental para agregar a la malta con huevo, una bebida que sigue siendo popular en la región (Orfelina Guerrero, Los Choros). Otro carácter del cocho queda explicitado en Iribarren, para quien es “...comida frecuente entre pastores y arrieros en la que intervienen harina tostada o harina de arvejonas, sal, grasa y cebollas, guisando el producto a fuego vivo” (1984, p. 112). Del mismo modo, en la zona de Tongoy

este plato formó parte del sistema culinario: “Lo hacíamos de forma casera y viajaban los viejos hasta Ovalle para comprar trigo, el que tostaban y molían en las casas para después hacer el cocho” (Benjamín Cortés y Rodrigo Muñoz, Tongoy).

El cocho, de acuerdo con Paola Díaz, de Monte Patria, puede ser preparado con cualquier tipo de harina: “El cocho era para el desayuno. Era una mezcla de, por ejemplo, harina de arvejón, que le hacían un sofrito con cebolla, aliño, ají de color, un poco de manteca, de esta misma manteca que se producía de cerdo y le agregaban estas harinas, que podían ser de arvejón o harina tostada. Los hacían salados, y quedan como un guiso más líquido”.

2

Cocho sanco

Versión 1:

“Se usa mucho para el desayuno, sobre todo el día domingo. Usted pica carnecita, de lo que tenga, y la fríe con la cebollita, cuando está listo le pone agua al sartén y le va poniendo la harina tostada para que espese, lo aliña con sal y puede colocarle un huevito frito encima. Con ese desayuno ya las personas tienen un buen ánimo y no se quedan dormidos” (Julio Rojas, Ovalle).

Versión 2:

“Se freían las cebollas bien fritas con grasa de cabra y la condimentaban y le ponían harina tostada... Eso se acompañaba de huevo, con bistec si quiere o así no más...” (Guillermo Morales, Los Choros).

Versión 3:

“Se comía al desayuno. Ese se prepara con agüita, con aceite, todo se cocó con cebollita frita a la pluma en una sartén y se guisan. Se le pone ají de color al final” (Norma Valenzuela, Andacollo).

3

Cocho desbarrancado

Jorge Pinto sostiene que el plato “...que alcanzó más fama en nuestra zona fue el desbarrancado o pircado, que consistía en un guiso hecho con harina, agua, grasa, sal y algún condimento...” (2015 p. 277). Iribarren (1984) sostiene que lleva harina tostada, grasa, caldo, cebolla y color (al que se puede agregar un huevo).

Versión 1:

“Es un tipo de cocho, pero se le hace un caldo aparte y se le echa en medio. Se prepara igual que el normal, pero se le hace un hoyito al medio y se le echa el caldo” (Norma Valenzuela, Andacollo).

Versión 2:

“En el desbarrancao en el sartén uno hacía como un caldito, con todo aliño y después se le dejaba caer agua. Cuando estaba listo, se le ponía en la mitad

de la sartén un montón de harina, entonces después con la cuchara usted iba comiendo y le iba sacando la harina, la mojaba y se la comía, por eso se llamaba desbarrancao. Yo con mi abuelo casi me agarraba a cucharazos. Todos comíamos del mismo plato” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

Versión 3 (de Tulahuén):

“Ingredientes: harina tostada; cebolla; cebolla en tallo verde; sal; color de chanco; condimentos. Preparación: se hace hervir en una olla agua, a este se le agregan algunos ingredientes como los dos tipos de cebolla picada al cuadrado, el comino, orégano, sal y el color de chanco. Se deja un ratito que se cosan los ingredientes, luego se echa en un plato hondo un poco de harina tostada con algunas cucharaditas del caldito preparado, con la unión de estos ingredientes quedan unos pelotones de harina, de inmediato se le agrega más caldito preparado y caliente al plato que está listo para servir a la mesa. Su duración es de 15 a 20 minutos” (Pizarro, 2006, pp. 28-30).

4

Cocho dulce

De acuerdo con Eduardo Morales, de Los Choros: “El cocho con azúcar, es como tradicional cuando uno está apurado y tiene hambre, entonces se hace un cocho azucarado”.

Versión 1:

“Uno estaba acostumbrado como cabro chico al cocho: harina tostada, ojalá leche, pero, si no había leche, agua. Pero con azuquítar. A los cabros chicos nos gustaba lo dulce. Entonces, cuando llegábamos al campo, donde las tías, ¿qué tenían ellas? Cabras, leche de cabra, harina, trigo: cocho...” (Raúl Ruilova, Punitaqui).

Versión 2:

“Se hace con harina tostada, agua y azúcar, ese el dulce” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

Versión 3:

“Se puede hacer también con leche en polvo. Se le pone la leche, harina, azuquítar y agüita hervida arriba” (Liliana Espejo, Peralillo).

5**Cocho guisado****Versión 1:**

“Se fríe un poco de cebolla con ajo, orégano, bien fritita y después el agua. Y cuando el agüita hervía le echa la harina tostada y ya queda espesito. La finaíta donde yo trabajé, le gustaba el cocho guisado, pero sí, cuando se hacía, había que hacer un poco de caldillo al lado, ¡qué cosa más rica! El cocho, con caldillo de charqui, con cebollita” (Olga Godoy, La Paloma).

Versión 2. Cocho guisado con chicharrones:

“De eso hago siempre, nunca faltan los chicharrones de chanco. Hacía hervir el agua y le echaba los chicharrones, cebollita y enseguida la sal. Al final la harina y listo” (Georgina Cortés, Ovalle).

Versión 3:

“Esta receta la aprendí de mi mamá. Primero, hay que cortar cebolla en cubitos finitos y picar ajo. Eso se pone en una sartén y se aliña con orégano y un poquito de caluguita para el sabor. Todo eso hay que

ponerlo a hervir y cuando eso pasa, se le espolvorea la harina tostada. Cuando esto ya esté espesito, a mí al menos me gusta así porque a otros le gusta cuchara parada. Se saca, se le pone un huevo frito arriba y color. Antes los colores eran con grasa, ahora ni la grasa ni la manteca nos dejan. Se come con tenedor este cocho” (Carmen Rojas, Batuco).

Versión 4:

“El cocho guisado era agua no más, con sal y cebolla en juliana. La cebolla la tirábamos para que se cociera un poquito, le incorporábamos la harina tostada y eso lo comíamos en las mañanas nosotros en el desayuno” (Liliana Rodríguez, Monte Patria).

Versión 5. Cocho guisado o pavo:

“Ingredientes: harina tostada; cebolla; grasa; sal; condimentos. Preparación: se hace hervir agua en una olla, una vez hervida se le agrega la grasa, comino, orégano, sal y cebolla picadita en cuadro, posteriormente se le agrega el caldito preparado con todos los condimentos la harina tostada, esta una vez en la olla se tiene que revolver para disolver los pelotones de harina que se puedan hacer, estando ya semi espesa está lista para servir en platos planos u hondos, calientita. Esta preparación no lleva más que unos 15 minutos de preparación” (Pizarro, 2006, p. 29).





.....

Ulpo

Lenz lo define como “bebida o mazamorra de harina tostada con agua fría i, a veces, con azúcar” (1910, p. 758), cuya etimología es mapuche.

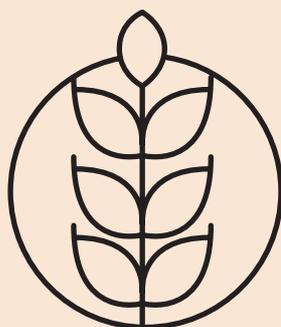
En Monte Patria, Liliana Rodríguez recuerda: “Lo servíamos al almuerzo, como bebida... Podría ser con agua o con leche”; y Paola Díaz, de la misma localidad, nos dice de su consumo actual: “El ulpo es harina tostada, pero con agua fría. Es como refrescante cuando hace mucho calor. Es con azúcar”.

.....

Muño

“Esta preparación consiste en harina tostada, pero con arroyo de uva. Mi abuelita hacía unas especies de dulces, como unas tortillitas, y esas eran las colaciones que se llevaban para media mañana o media tarde. Lo mezclaban y quedaba como una pasta bien consistente. Y eso lo amoldaba y eran como ‘galletitas’, para la energía. Muchas veces las llevaban también para las veranadas” (Paola Díaz, Monte Patria).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



El grano de trigo contiene alrededor de 12% de proteínas, en tanto que la harina de trigo refinada contiene alrededor de 8% de proteínas. El principal aporte de la harina de trigo es el almidón (76-80%), en tanto que las grasas alcanzan un 1-2% (Schmidt-Hebbel et al., 1990).



Tubérculos y leguminosas

Los tubérculos y leguminosas son productos de gran influencia en la zona y que cuentan con variedades locales. A continuación, podemos apreciar la superficie regional que se destina a estos cultivos⁷²:

SUPERFICIE DE LEGUMINOSAS Y TUBÉRCULOS POR ESPECIE

ESPECIE	SUPERFICIE REGIÓN 2012/2013 (HA)	SUPERFICIE REGIÓN 2013/2014	SUPERFICIE REGIÓN 2014/2015	SUPERFICIE REGIÓN 2016/2017
PAPA	2.546,00	2.197	1.874,90	2.193
POROTO	25	50	0	41

⁷² Síntesis de datos provenientes de los informes realizados por la Oficina de Estudios y Políticas Agrarias respecto a la región de Coquimbo del año 2015 y 2018, en base a la superficie sembrada de cultivos anuales del INE.

ARVEJÓN

Nombre científico: *Pisum sativum*



Planta de la familia de las fabáceas, el arvejón o “alverjón” representa un símbolo culinario de la región. *“El arvejón es parecido a la arveja, pero más grande, y se consume en seco, como el poroto”* (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar). Sin duda formó y forma parte de la *constelación de las legumbres*, siendo un alimento que marca el consumo de los campesinos en los tiempos de escasez:

“Nosotros, que trabajábamos para el fundo, no comimos arvejones como la gente antiguamente consumía mucho arvejón: lo cosechaban, lo guardaban como para todo el tiempo que no era de cosecha, y lo comían mucho porque no había otras cosas para comer. Mi papá cuenta que mi abuelita trabajaba sacando leche y le daban unos panes grandes y que había que guardar estas comidas de arvejones, mi papá pasó mucha necesidad, pero él no lo cuenta triste” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

Los arvejones se consumen enteros o molidos como harina. Para lograr el producto, se deben tostar los arvejones en una cayana y después moler con un molinillo.

Respecto a su producción, Georgina Cortés — oriunda de Ovalle— nos dice: *“Para los antiguos antes era muy importante eso porque era un alimento grande”*, y agrega que el arvejón se planta en octubre y ya en diciembre está saliendo. Luego se secaban y se guardaban para el invierno. El secado se realizaba así: *“Una vez en la mañana temprano cuando no hacía sol, porque el sol abre la vaina, entonces en la mañana iba la persona, arrancaba la mata, la amontonaba y la llevaba. Después se machacaban con un palo, o si era mucho con animales, como una trilla”*. Liliana Rodríguez, de Monte Patria, sostiene que el arvejón era un equivalente a los porotos en la dieta de su infancia.

◀ Preparaciones y consumo ▶

Una de las maneras clásicas de consumo es el arvejón convertido en harina, pero también se prepara entero o partido en guisos.

.....*..... *Harina de arvejón*

“Para la harina de arvejón usted lo muele y después se sopletea por la pajita”
(Georgina Cortés, Ovalle).

1 **Cocho con harina de arvejón**

Versión 1:

“Se le coloca cebollita, carnegita y la harina arvejón se tuesta para darle más saborcito, tostada le da otro toquecito” (Julio Rojas, Ovalle).

Versión 2:

“Mi mamá ponía la harina al fuego con un poquito de agua y la empezaba a calentar de a poco y a espesar. Tenía que revolverla constantemente. Además, le hacía un aliño con cebolla y ajo, pero picado bien finito, que ni se notara que estaba” (Georgina Cortés, Ovalle).

2

Carne de chanco untada con harina de arvejón

“A esto se le llama ‘pintar el labio al chanco’; se hace una color en el sartén, con ají color, vinagre, sal y un poquito de harina tostada de arvejón. Con eso se unta la carne del chanco” (Julio Rojas, Ovalle).

3

Papas con harina de arvejón**Versión 1:**

“Se cortan las papitas en cuadros, se echan a cocer, se le coloca la harina de arvejón para espesar y encima el ají de color” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

Versión 2:

“Yo la preparaba con papita. Le hacía como un guisito a la pluma la papita y también con la cebolla, ají de color y después harina de arvejón. Se le ponía un bistec de hígado de vacuno al lado. La panita, que le llaman mayormente. Y si no teníamos, un huevito arriba. Se ponía la harina de arvejón y arribita el huevito” (Norma Valenzuela, Andacollo).

Versión 3:

“La harina de arvejón se hacía espesita, con la papa y colorcita, aceite y ají de color, ¡tan rica que era! Cuando la papa estaba lista ahí se le ponía color y lista para comer” (Georgina Guerrero, Los Choros).

4

“Alverjones” con papas y zapallo

De Tulahuén:

“Ingredientes: alverjones; papas, zapallo, grasa; color de chanco, sal; condimentos. Preparación: se dejan remojando los alverjones de un día para otro. Al otro día temprano en la mañana se echan a cocer por 2 y ½ hos. Posteriormente se le agregan los otros ingredientes, como papas, zapallo al cuadro, grasa, sal y condimentos. Se deja cociendo unos ¾ de hora más aproximadamente para la cocción de los nuevos ingredientes y poder servir a la mesa como plato de fondo. También se le agrega una cucharada de color de chanco a cada uno de los platos para darle mayor color y realce” (Pizarro, 2006, p. 25).

5

Mazamorra con harina de “alverjón”

De Tulahuén:

“Ingredientes: alverjón tostado; cebolla; papas; color de chanco; sal; grasa; condimentos. Preparación: en una callana de greda o lata se tuesta el alverjón y luego se muele en una piedra chancuana, posteriormente se prepara una olla con los ingredientes como papas y cebollas al cuadro, condimentos, grasa y se hace hervir ½ hora. Luego se agrega la harina y se va revolviendo, teniendo la precaución que no sea mucha ni muy poca y en un lapso de 10 minutos está lista para llevarla a la mesa y servirla como segundo plato. También se le agrega una cucharada de color de chanco a cada uno de los platos para darle mayor color y realce. Esta se puede servir con un huevo frito o un trozo de carne como bifé dependiendo del cariño de la cocinera” (Pizarro, 2006, p. 36).

**Guiso de arvejón****Versión 1:**

“Se hace hervir el agua con papitas chiquititas, con zanahorita; cuando eso esté cocido, usted toma la harina de arvejón y la disuelve en un poquito de agua, lo echa ahí y la va revolviendo por 10 minutos,

y está lista. Tiene que revolverla siempre, si no, se le pega. Después le pone cebollita frita y se lo puede servir con un huevo o con bistec, es muy rica, casera” (Berlinda Estrella, Ovalle).

Versión 2:

“Aquí la harina de arvejón se come prácticamente como las lentejas. Se hace un sofrito con cebolla, tomate, ají de color, mucho ajo y laurel. La gente también le pone un bistec encima o un huevo frito.

También lo hace con cuchara pará, ¿qué es cuchara pará? Usted le entierra la cuchara y tiene que quedar derecha” (Franco Villavicencio, Monte Patria).



Puré de harina de arvejón

Versión 1:

“Se hace como un caldo, incluso usted le puede echar a cocer un poco de carne, de hueso, y después se sacan los huesos y se aliña la carnegita. Al final le agrega la harina de arvejón. Queda como un puré, pero tiene que hacerla con un caldito para que quede sabroso. Si quiere al final le puede poner un huevo o un bistec” (Silvia Muñoz, Canellila Baja).

Versión 2:

“Se le echa sal, la cebolla bien picadita, enseguida se disuelve porque esta se hace grumo, entonces con una agüita helada se le va disolviendo, en cinco minutos ya está listo el puré” (Georgina Cortés, Feria de Ovalle).



Arvejón con majado

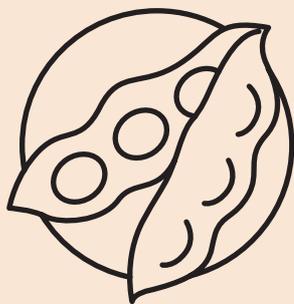
“El arvejón pelado es mejor porque se cuece más rápido, se junta con el majado y queda bien sabroso si le coloca colorcita” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).



Arvejón con mote

“Se remojan y cuecen juntos el arvejón y el mote. Después hace un aliño y fría cebollita y mezcla todo. Yo lo hago siempre para el almuerzo” (Georgina Cortés, Feria de Ovalle).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Los arvejones contienen aproximadamente 78% de agua, con 5% a 6% de proteínas y 15% a 20% de almidón, con un buen aporte de fibra dietética, de 5-6% (USDA, 2016).

PAPA

Nombre científico: *Solanum tuberosum*



Este tubérculo forma parte del patrimonio alimentario americano y chileno. Originaria de nuestro continente, fue llevada por los españoles a Europa. Los mapuche la llamaron *poñu*, pero se adoptó el término papa, que es quechua, para denominarla entre el mundo mestizo y criollo (Lenz, 1910).

La papa, o *Solanum tuberosum*, no tuvo en el pasado amplias zonas de cultivo en la región. Los saberes que guardan los campesinos antiguos se han ido complementando con las innovaciones producto de las políticas agrarias del Estado. El cultivo masivo de papas comenzó en la década del '70, pues la región era ganadera y triguera. El maíz se usaba para alimentar el ganado, y posteriormente se introdujo el cultivo de papa. Sin embargo, podemos decir que hay un conocimiento transgeneracional respecto a este cultivo:

“...cuando la semilla es buena, la guardamos cuando es hija, nieta y bisnietas a veces. Esto sucede cuando la madre está certificada y la hija es la primera descendencia y la nieta es la descendencia de la hija. Desde que vivíamos dentro de la hacienda hasta el asentamiento y las parcelas han pasado por aquí muchas variedades de papas. Ahora para vender usamos las papas cardenales. Hay nuevas variedades que llegan, pero no tienen aceptación de la gente. Antiguamente se sembraba la pura papa blanca, cuando llegó la colorada nadie quería y ahora usted lleva papa blanca y no la quiere nadie” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

Respecto al tipo y uso de papa, algunos informantes nos relatan: *“Fue variando el uso de la papa, la papa tenía muy buen sabor, pero se deshacía en el caldo, más*

bien servía para frita. Lo bueno es que la papa cardinal de adapta a todo. Pero desgraciadamente ya está quedando obsoleta, no tiene rendimiento” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

Actualmente, existe una variedad que caracteriza a la localidad de La Serena: la llamada “papa serenense”, que se cultiva en Pan de Azúcar y en el Romero. De acuerdo con algunos informantes, se trata de:

“...un primor cuando en el sur la cosecha es en marzo, nosotros tenemos la papa pelona que suple la falta de la papa del sur; en los meses de septiembre, por ejemplo, está la papa primor de acá de la zona, la papa pelona se le dice así porque aunque la cascara aún está dura, entonces la piel se sale muy fácilmente” (Irma Petit, La Serena). Por otra parte, *“hace más o menos como 30 años que estamos plantando la papa de La Serena, que tiene muy buen sabor, no es como la que se cultiva en Santiago. Nosotros no consumimos acá la papa del sur, no nos gusta. La gente siempre apetece la papa de la zona”* (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

En la zona de Tongoy se distingue a las papas silvestres como “papas del diablo”:

“Nosotros, había una vez que estábamos pescando aquí a la red, entonces los hombres se olvidaron de las papas. No había papas para echarle a la comida.

“—Oye, ¿y las papas? —le dije.

“—¡Ah, se quedaron en la casa! —respondió—. Allá en la casa comerás papas.

“Así que como en agosto, no, antes, como en julio, me voy para arriba. En el campo hacíamos eso, había una quebrada y encuentro un corte de papa, papa del diablo que le llaman, eran grandes, pero se trasluce para el otro lado. Como ocho papas. Llegué, las pelé, guisé la carne, era pescado. Entonces le echo las papas en torreja, las rebané. Estaba listo y llegaron los que andaban pescando y yo ya tenía lista la comida. Empezaron a preguntar por las papas.

“—Quédate callado —le dije yo.

“—Embustero —me dijo.

“Creía que había ido yo allá a pedir papas. Si eran papas del diablo. Se encuentran en el campo, son silvestres. Son iguales, pero son transparentes. Cuando la pela es transparente. De sabor es igual. Y quedan bien ricas. Con los años malos no salieron más papas silvestres” (Marcos Torrejón, Tongoy).

◀ Preparaciones y consumo ▶

Las papas son infaltables en la región en la confección de guisos, cazuelas, hervidos y como acompañamiento. Aquí registramos solo las recetas que adquieren un carácter identitario.

.....*..... *Papas cocidas*

“La mejor papa cocida es la de la primera cosecha, la papa recién sacada; se saca, se lava y se echa la olla con cuero, hay que comérsela al tiro, tiene otro gusto. Las del otro día no tienen el mismo sabor” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

.....*

Charquicán

Esta preparación, de carácter patrimonial en todo Chile, lleva papas y verduras combinadas con algún elemento no vegetal, como carne o algún alimento marino, como algas.

.....*

Charquicán con pescado seco

“Por ejemplo, el charquicán de tollo. El tollo este que pescaba el Chango Robert en sus redes en la balsa de cuero de lobo, se usaba mucho para hacer el charquicán de tollo. Con la cebolla, la papa, el zapallo, se conseguía en Carrizalillo o en otros lugares donde el Chango Robert llevaba sus pescados secos y mariscos, y cambiaba en los puertos con la gente campesina...” (Felipe Rivera, Coquimbo).

.....*

Papas cocidas con luche

En las localidades costeras es una preparación común. En Los Choros, de acuerdo con Julia Morales, *“se comía hasta dos veces por semana, mi mamá siempre preparaba, a ella le gustaba mucho y yo lo sigo haciendo”*.

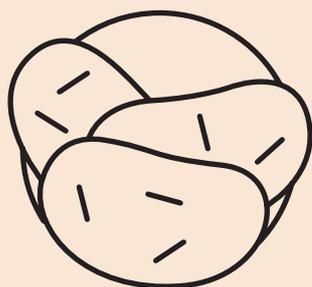
“Aquí comemos papas con luche. El luche primero lo hidrata con vinagre en un bol para que suelte las piedrecillas. Lo limpias bien y haces un sofrito de cebolla con tomate, perejil, ajo, zanahoria y todas las verduritas que dan el sabor, hasta albahaca cuando está el tiempo. Le pones papas cocidas como acompañamiento y es un plato muy rico. Lo compramos seco nosotros, pero cuando uno va a la playa también come” (Miguelina Morales, Los Choros).

“Cuando es fresco hay que comerlo al otro día, ese lo como con papas fritas, fritas en aceite de oliva” (Miguelina Morales, Los Choros).

“Lo lavo bien lavado porque trae cositas, arañitas de mar, las conchitas... Se lava bien lavado y después se echan a una olla y se empieza a guisar con aceitito y se le echan las papitas. Hago un sofrito con cilantrito, cominito, le hecho todo un sofrito, lo bato. Queda pero muy rico. El luche lo hacen en Punta de Choros, como un pancito lo dejan” (Julia Morales, Los Choros).



PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



La papa cocida tiene cerca de un 75% de agua. Su contenido de proteínas es inferior al 2%, y su principal aporte es el almidón, que alcanza del 15% al 23%, según la variedad (Muñoz, 2014). Su aporte de vitamina C es de 13 mg/100 g (USDA, 2016), parte importante de la que se pierde al cocerla sin cáscara. También contiene 1,1% a 1,8% de fibra dietética, predominando la fracción de fibra insoluble (Pak, 2000a).

POROTO

Nombre científico: *Phaseolus vulgaris*



El poroto es un producto emblemático chileno. Lenz nos dice: “...el fruto, el grano de la misma planta, comida favorita de todo el pueblo...tanto los indios peruanos, como los de Chile i México han cultivado el poroto independientemente mucho antes de la llegada de los españoles. Los incas habrían importado a Chile el pallar, pero el poroto existía con su nombre *degull* como planta de cultivo entre los mapuches...el género *Phaseolus vulgaris* es oriundo de la América del Sur, esp. de Perú y Chile, donde sin embargo solo existe i puede existir en su estado cultivado...se han encontrado simientes en viejas tumbas peruanas (huacas)...Los porotos se encuentran en efecto, según los cronistas en casi todos los países desde México al sur hasta Chile, i según los lexicógrafos son unos de los más importantes alimentos populares, tal vez el más importante junto con el trigo, el maíz y la papa” (1910, p. 629).

En la región el poroto posee data arqueológica; ya en el Valle del Encanto se consigna su existencia, preparación y consumo (Troncoso et al., 2016b). De ingesta transversal, es tenido como un producto patrimonial en la región, y forma parte de la dieta común de sus habitantes. Es costumbre prepararlos en casa y comerlos el día lunes. Hay diversas variedades que se cultivan: blanco, rosado, negro, gris plomo, etc. De acuerdo con la Arca del Gusto (2014), en la región se cultiva el poroto bayo y el toronjil. Asimismo, en el Catálogo de Semillas Tradicionales de Chile (2012)⁷³ se menciona el poroto barbudo de Ovalle, el poroto el mono de Canela, el ganzo, el hallado, el pallar y el sin hila.

73 <<http://www.terram.cl/images/DOCotros/catalogo-semillas-tradicionales-de-chile.pdf>>

Los relatos de Alex Rojas, de El Elqui, y Rubén Arias, de Peralillo, nos ilustran los actuales saberes del cultivo de porotos. La familia de Alex Rojas ha plantado diversos tipos de porotos durante varias generaciones en la cordillera de El Elqui. Respecto al proceso de siembra, nos comenta:

“Uno tiene que primero limpiar y traer el agua por canales y ahí empezar a guiarla para que moje. Uno hace una larga agüita y empieza a guiarla hasta que llega a los porotos. Hay que tener mucho cuidado, porque si no, como son cerros, se te hacen barrancos y pierdes la semilla. Cuando ya está todo limpio y con el canal para el agua hay que regar. Ya al día siguiente se planta, se planta entre parejas, una persona va con un azadón haciendo un hoyito y otra va tirando entre cuatro a cinco semillas, que son cinco porotitos... y con el mismo pie, para no andar agachándose, lo tapas con una pisadita suave para dejarlo parejito. Hay que dejarlo dos semanas y cuando se va a ver ya están de este porte los porotitos. Ahí se empieza a regar una vez a la semana... La primera de la plantada son 15 días, incluso hay gente que le da 21 días, tres semanas, depende del terreno, si no es muy chupador de agua puede durar eso”.

Generalmente este trabajo comienza en octubre y finaliza con la cosecha en abril.

Respecto a las semillas, estas se guardan secas de un año para otro; *“se guarda lo que se va a plantar no más. Pero siempre hay que plantar un poco más, ya que los conejos o los ratones tienden a menguar la siembra”*. Las semillas para plantar al año siguiente pasan por un proceso de selección que se hace a mano: *“Lo hacemos con*

mi señora y mi hijo. Ponemos en un tarro los porotos y los extendemos sobre la mesa. Ahí le sacamos todas las pajas y piedrecitas que pudieron quedar. Después se empiezan a elegir las que estén más enteras y esas se guardan”.

Para la cosecha, se hace con cooperaciones y *“después uno le hace como en parte de pago con porotos. Por ejemplo, si tú le cortas el agua el 30 de abril, que es más o menos cuando se termina de cosechar, tienes que cortar el agua como el 10 o 12. Entonces el poroto empieza a secarse en la mata, y empiezas a arrancarlas o cortarlas a ras de pies, se saca la mata completa y se acumulan en chigua, que son unas mallas con unos palitos con alambre, tiene un palo en la orilla”*. Rubén Arias agrega: *“es importante que no haga mucho calor para su cosecha ya que pueden ponerse tiesos y duros”*.

Luego, nos dice Alex Rojas:

“Todo eso tú lo llevas a la era y lo dejas por unos días, dándole vueltas para que no se te pudra el poroto. Después de una semana o 10 días que ya la mata está seca completamente, tú vas con animales y haces la trilla, el viento también ayuda a limpiar, porque el mismo viento se lleva toda la paja y va cayendo el puro poroto, después de nuevo se pasan los caballos, pero esta vez sin herradura porque vienen bajando de la cordillera, cuando se echan se van con zapatitos nuevos, pero cuando vuelven lo hacen a pata pelada para el último remate. Después de todo ese proceso, se bajan a la bodega y se guardan; ese poroto no se burbujea ni apolilla, porque el hielo de la cordillera no lo permite”.

Nos advierte que este es un cultivo muy sensible a la lluvia, por lo que *“si el poroto se moja, florece y se pierde la cosecha”*.

En Peralillo, Rubén Arias comenta que azufran los porotos antes de guardarlos para que no se apolillen y para evitar los hongos.

◀ Preparaciones y consumo ▶

La región de Coquimbo se caracteriza por la combinación de esta leguminosa con cereales como el trigo, con algas como el cochayuyo y el luche. Los entrevistados poseen un amplio espectro de conocimientos

sobre los porotos y sus mejores mezclas para lograr un plato sabroso. Así, se nos informa: *“Mire, el poroto bayo se cocina con trigo majado y el coscorrón se usa para el poroto granado cuando no hay. El poroto*

burro, tórtola y manteca dan agua blanca, el bayo da agua colorada” (Georgina Cortés, Ovalle). Berta Salazar de Pisco Elqui sostiene: “Se le llama pichín al agua o caldo que sobra cuando se cuecen los porotos. Con este se hacían ajiacos y sopas con pan remojado y no

se puede botar este líquido en cualquier parte, ya que tiene un olor muy fuerte”.

Por otro lado, en los sectores rurales los porotos se pueden consumir en el desayuno o en el almuerzo, siendo la primera modalidad muy común en el pasado.



Porotos con trigo majado

Versión 1:

“Echamos a remojar el poroto de un día para otro, junto con el majado; al otro día lo echamos a la olla, prendimos la cocina, se le echa el ajo, morrón cebollita y zapallo, le ponemos el ají de color y así lo comemos. Se cuece en el mismo caldito que va dando” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar).

Versión 2:

“La medida son dos tazas de porotos; los pongo a cocer con bastante agua, eso debe hervir como media hora. De ahí le cambio el agua a eso, lavo la olla de nuevo, echo los porotos, le pongo el agua y el trigo. Tiene que hervir eso un rato y, cuando están casi más blandos que duros, se le pone la cebollita y que siga hirviendo. Después se apaga y se le pone zapallo. También se puede aliñar con ají de color” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).



Porotos con trigo y chicharrones

De Tulahuén:

“Ingredientes: porotos; majado de trigo; chicharrones; color de chanco; cebolla; sal; grasa; condimentos. Preparación: se echan a cocer juntos los porotos y el majado de trigo como a las 8 horas de la mañana, una vez cocidos bien los porotos (11 horas de la mañana), se le agregan los otros ingredientes, chicharrones, cebollita al cuadro, orégano, comino, sal

y color de chanco. Se dejan cocer por lo menos una hora más y como al medio día están en condiciones de servir al hombre que viene cansado y con hambre al trabajo. La color de chanco es para colorear la comida; una vez servido en la mesa se le echa una cucharadita sopera en forma individual a cada plato” (Pizarro, 2006, p. 32).



Porotos con cebada y cuero de chanco

De Tulahuén:

“Ingredientes: porotos, cebada mortereada; cuero de chanco; cebolla; sal; color de chanco; condimentos. Preparación: se cuecen juntos los porotos con la

cebada mortereada por unas tres horas aproximadamente, luego se agregan los cueros de chanco y el resto de los ingredientes, cebolla al cuadro, orégano, comino, sal y un poco de color de chanco. Se deja

cocer por casi una hora más para que hiervan los nuevos ingredientes y posteriormente poder servir en la mesa como plato de fondo. También se le agre-

ga una cucharada de color de chanco a cada uno de los platos para darle mayor color y realce” (Pizarro, 2006, p. 33).

.....*

Porotos con mote

Este plato posee un enorme arraigo en la región.

Versión 1:

“Mi abuela y mi mamá se levantaban a las 5 a.m. para prender el fuego y comenzar a pelar el mote. Al mismo tiempo ya, se ponían a cocer los porotos, y después los juntaban con el mote. Este era el primer plato del día que se les daba a los hombres a las 7 a.m., antes de ir a trabajar” (Carolina Herrera, Coquimbo).

Versión 2:

“Se remojan los porotos durante la noche y por la mañana se ponen a cocer. Se calcula la misma cantidad de porotos que de mote (de trigo), la preparación debe quedar más bien seca, no ‘caldúa’. Se sazona con orégano, alguna verdura que se tenga disponible, cilantro, sal y muy poca cantidad de cebolla. Se sirve con ají de color” (Georgina Cortés, Ovalle).

.....*

Porotos con mote y cuero de chanco

De Tulahuén:

“Ingredientes: porotos; mote de trigo; cueros de chanco, sal, grasa, condimentos. Preparación: se echan a cocer los porotos como a las 8 horas de la mañana, aparte se cuece el mote que son unos 20 minutos solamente, una vez cocidos bien los porotos (11

horas de la mañana), se le agregan el mote y los cueros de chancos y el resto de los condimentos. Se dejan cocer unos tres cuartos de hora más y ya está para ser degustado en la de mantel largo (mesa familiar). Es importante mencionar que esto se hacía en olla de greda” (Pizarro, 2006, p. 30).

.....*

Porotos con mote y chicharrones

De Tulahuén:

“Ingredientes: porotos; mote de trigo; chicharrones; color de chanco: sal; grasa; condimentos. Preparación: en una olla de greda se echan a cocer los porotos como a las 8.30 horas de la mañana, una vez cocidos bien los porotos (11 horas de la mañana), se le agregan el mote y los chicharrones y el resto de los

ingredientes, color de chanco, orégano, comino, sal, etc. después de casi una hora de cocción de todos los ingredientes, se está en condiciones de servir como plato de fondo a la mesa. La color también se echaba calentita en forma indicada al plato, para dar mayor colorido” (Pizarro, 2006, p. 31).

.....✻.....

Porotos con cochayuyo

Es una preparación patrimonial de la región y representa la perfecta relación entre el mar y la tierra de la Dieta Pacífica.

Versión 1:

“Se dejan remojando los porotos de la noche anterior, también lo mismo se hace con el cochayuyo. Después se cocina primero el poroto, se pica en cuadritos el cochayuyo y se le agrega” (Feriante, puesto 15 Ovalle).

Versión 2:

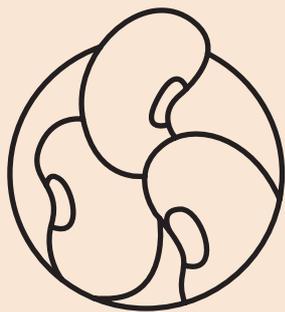
“Hay que remojar bien el cochayuyo, con agua con vinagre toda la noche; remojar los porotos. Al otro día, usted hace un fritito, con cebollita, color, ahí pone los porotos a cocer y cuando estén un poquito cocidos le agrega el cochayuyo. También puede cocer el cochayuyo solito y se lo agrega a los porotos, le pone un poquito de esa agüita con que se coció” (Marcos Torrejón, Tongoy).

.....✻.....

Sopa de pichín

“Se fríe un poco de cebolla con ají de color, si se tiene comino también se le pone. Se le agrega el pichín y se le va poniendo de a poco pancito chiquito, no tiene que quedar tan espeso, sino que como una sopa” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Entre los alimentos de origen vegetal, las leguminosas destacan por su aporte proteico. Los porotos contienen aproximadamente 8% a 10% de proteínas y menos del 1% de grasas, además de cerca de un 23% de almidón, y constituyen una buena fuente de fibra dietética, con más de 6-7% (Pak, 2000a; USDA, 2016).



Plantas silvestres

En el pasado se realizaba mucha recolección de plantas silvestres para utilizar en las comidas. Hoy, en la medida que no hay escasez —como lo plantearon muchos entrevistados—, se utilizan muy pocas especies silvestres; entre ellas, las que consignamos a continuación.



BLEDO

Nombre científico: *Amaranthus retroflexus*

El bledo es una hierba que crece en los potreros, entre siembras, especialmente de maíz. Es originaria de América y se ha convertido en maleza.

“Tiene una forma una hojita así con un tallito con varias hojas, ¡es muy sabroso el bledo! (...) Claro, se llama así por el dicho, ‘me importa un bledo’, porque estaba en los potreros ¡me importa un bledo! Antes, nos visitaban mucho algunos

escritores y nosotras salíamos a recolectar el bledo, me recuerdo que Roque Esteban Scarpa adoraba el bledo y venía especialmente a comerlo en ensalada, en tortilla” (Adriana Peñafiel, La Serena).

En Monte Patria Liliana Rodríguez nos habla de su versatilidad: *“El bledo se puede hacer en jugo, en tortilla, en guiso. Generalmente sale debajo de las parras”.*

< Preparaciones y consumo >



Guiso de bledo

“Se le colocan papitas y cebolla a la pluma. Se puede poner con tallo y todo” (Gladys Ite, Andacollo).



Ensalada de bledo

Versión 1:

“Se ponen las hojas crudas, mi suegra la amortiguaba con limón. Incluso a veces le echaba unas gotitas de vinagre para sacarle cualquier bichito” (Gladys Ite, Andacollo).

Versión 2:

“Se hace generalmente en ensalada, con aceite, vinagre, orégano, con limón y sal. Pero ahora ya no hay tanto, porque antes salían en los potreros, pero ahora son otras las siembras” (Adriana Peñafiel, Coquimbo).

CHAGUAL

Nombre científico: *Puya chilensis*



Su consumo es de larga data en la región y en otras del país. Lenz nos dice que su etimología es quechua (chaguar); se trata de una “...bromeliácea grande con troncos escamosos i flores verdosas...especialmente los troncos, la vara de la inflorescencia de la planta, por las hojas se llama cardón” (1910, p. 239).

“Acá nosotros lo llamamos chaguar y lo comemos como ensaladita. Tiene un sabor como el nabo, picadito con limón, aceite y sal nada más. Yo lo iba a cosechar con mi papá. Después de las lluvias, a la semana comienzan a salir. Es algo especial, una comida rica, porque si no llueve no hay” (Paola Díaz, Monte Patria).

< Preparación y consumo >

.....*..... *Ensalada*

Se lava bien, se estila y se aliña con aceite, vinagre, orégano, limón y sal.



Condimentos

La región de Coquimbo es conocida por la elaboración de especias, sobre todo en el Pueblo de Canela, que probablemente debe su nombre a ello.

Las cocinas se definen por ciertos principios de condimentación que les son característicos, les dan identidad y las particularizan. En la región encontramos que la base del sofrito está sin duda en la cebolla, la zanahoria, el pimiento morrón (en su variante de “ají color”) y en aliños como el comino y el orégano. Por otro lado, el ají adereza los caldos, guisos o se consume separado y sirve para untar el pan. Exponemos a continuación los productos que representan las principales marcas gustativas que dan un sello a las cocinas patrimoniales de la región de Coquimbo.

AJÍ

Nombre científico: *Capsicum annum var. Longum*

El consumo de ají es muy antiguo en la zona; el cronista Rosales nos dice respecto de sus cualidades medicinales:

“El Agi, es un genero, que en España llaman pimientto de las Indias: es admirable remedio para quando pasa hora por una persona por causa de frio coger dos dozenas deste agi, y tostarlos en el rescoldo, que no se quemem. Y abrirlos, y refregar el aldo que esta adormecido, y se ha de hazer dos vezes cada dia: y a los ocho, o nueue dias queda el tal lado bueno, sin lesion ninguna. Y cocidos dos agies destos, hasta que se hinchan, o llenarlos de agua y enterrarlos en el rescoldo, y aquella agua echarla en los oydos del que esta sordo dos, o tres gotas, y taparlos con un poco de lana negra, quando es por causa de frio, a seis, o siete dias, cobra salud, y oye bien” (Rosales, [1877] 1989, p. 224).

Por su lado, Lenz nos informa: “...la planta y el fruto de la misma que se llama en España ‘pimientto’ y ‘guindilla’...se conocen muchas variedades que se usan en diferentes formas como *ají verde*, la vaina nueva; *ají colorado*, la vaina madura; *ají dulce*, el que no pica i se usa como materia colorante de ‘la color’ usada en abundante en la cocina chilena (grasa vacuna derretida con ají dulce molido); *ají picante*, *ají molido...ají pimentón*, grande redondo, muy picante; *ají chileno*, el ají verde una vez seco; *ají cacho cabra*, etc.”. Sitúa su origen etimológico en Haití (del taíno *axi*), los quechuas lo llamarían *uchú* y los mapuche, *thapi* (trapi) (1910, p. 13).

El ají pertenece a la familia de las solanáceas y es un producto patrimonial que da el sello a las cocinas indígenas y mestizas de Chile. Es un producto también emblemático de la región, existiendo una concentración de la producción en Ovalle y en Barraza.

A nivel estadístico, la producción de ají representó el 49,1% de la producción nacional el año 2015⁷⁴.

Hay productores que venden a pequeñas empresas que realizan un proceso de secado y envasado para comercializar. Se trata de un ají que no es tan picante, y ello se debe a que pasa por un proceso desde el color verde al más amarillento y al más rojo. En esta última fase, los cultivadores dicen que se “amorrón”, y este es el que se utiliza para vender a las empresas que lo envasan y comercializan.

Respecto al ají en la región:

“(...) Por eso el ají [de la variedad cacho de cabra], aquí se aprovecha el clima, el ají se pone arriba del techo y por el valle del Choapa hacia Salamanca, en este tiempo (noviembre) tú entras y es precioso porque al otro lado del río hay cuadrados donde se está secando el ají y se ve rojo, pero de verdad que se ve bonito, porque es un color rojo intenso, del ají que se está secando, tienen que moverlo, con una palita (...). Es muy bonito ese espectáculo, porque cuando tú entras por primera vez, son como canchas rojas en diferentes tonalidades de rojo porque han ido colocando el ají en diferentes momentos, porque hay que poner uno al lado del otro prácticamente y es muy lindo. Después uno sabe que es puro ají en el suelo...” (Raúl Ruilova, Punitaqui).

En la región se produce el “ají cristal” (*Capsicum baccatum* L.), de color verde, pero que cuando está maduro adquiere un tono rojo. En Peralillo se emplaza

⁷⁴ Información obtenida del Informe Regional 2018 elaborado por la Oficina de Estudios y Planificación Agraria (ODEPA). Disponible en: <<https://www.odepa.gob.cl/wp-content/uploads/2018/03/Coquimbo.pdf>>



una empresa familiar que confecciona el muy famoso “ají diaguita”, y que lleva en actividad más de medio siglo. La idea nace de la antepasada de la dueña:

“A mi mamá le encantaba innovar, entonces comenzó a hacer pasta para comer en la casa... conversando después se los ocurrió que en el mercado no había de este producto, así es que mi papá empezó con esta cosa, de forma experimental y artesanal. Con el tiempo ya fuimos perfeccionado las tecnologías, pero durante décadas hemos usado máquinas inventadas por mi papá que se han ido modificando de acuerdo a los conocimientos y a buscar más rapidez, pero siempre dentro de lo artesanal” (Mariana Alcayaga, Peralillo).

Para obtener la cantidad necesaria de ají, la empresa dona plantas a los agricultores de la zona con compromiso de venta y “...muchas personas plantan los ajíes bajo las viñas para aprovechar la humedad y sombra” (Mario Miranda, Peralillo). Los productores entregan a la pequeña empresa una remesa de ají verde y luego de ají rojo sin el palo. Luego, este producto es molido, guardado y envasado. La molienda del ají se realiza entre enero y abril, pero, dados los periodos de sequía y la baja en el rendimiento de la producción, las

cosechas en el último año (2016) han sido más tardías (Mario Miranda, Peralillo). El “ají diaguita” es, sin duda, un producto que da identidad a la región y que es consumido a lo largo del país, moldeando los paladares de muchas generaciones de chilenos⁷⁵.

El ají es consumido en la región como pasta para untar el pan, como ají verde en las ensaladas y como “ají de color” en una variedad de guisos. En el recetario *La Serena a la carta* se registra el ají en conserva:

“Ingredientes:

20 ajíes verdes frescos, sin tallos; 1 cda de sal, aceite.

“Preparación: frotar los ajíes con las palmas de las manos (esto ayuda a impregnar la pulpa con lo picante de las semillas). Con un cuchillo afilado, cortar los ajíes en mitades a lo largo; eliminar las semillas, lavar y secar bien. Moler los ajíes con la sal en la máquina de moler carne. Colocar en frascos de vidrio cubriendo la superficie con una película de aceite. Tapar y sellar” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 196).

⁷⁵ Es interesante señalar que este emblema del “ají diaguita” aparece en una película del cineasta Raúl Ruiz, y en entrevistas con su viuda, la también cineasta Valeria Sarmiento, nos ha relatado que siempre que viene a Chile “compro las remesas de ají diaguita para tener en las cenas y en mi comida de diario” (Entrevista personal, septiembre, 2017).



PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



El aji fresco contiene un 88-89% de agua. Su contenido proteico no sobrepasa el 2%, con 0,2% de grasas y 9,5% de hidratos de carbono, con un elevado contenido de vitamina C, de 243 mg/100 g (USDA, 2016). En la actualidad se lo valoriza por sus compuestos bioactivos saludables, incluyendo los responsables del picor, como la capsaicina. Es una buena fuente de fibra dietética, con un aporte de fibra soluble de 1,1% e insoluble de 2,7%, lo que da un total de 3,8% (Pak, 2000a).

MORRÓN

Nombre científico: *Capsicum annuum var. annuum*



El pimiento morrón o morrón pertenece a la familia de las solanáceas. En la región de Coquimbo encontramos algunas variedades específicas de este fruto, denominadas *el trompito* y *el cuadrado*. Este último

también es llamado *pimentón de cuatro cascós* y además es conocido en la región como *morrón ovallino* o *pimentón ovallino*.



Ají color

El morrón, en términos culinarios, se emplea en el sofrito o para determinados guisos, pero de manera especial para el “ají color”, que consiste en secar y moler el morrón hasta dejarlo como un polvo que

luego servirá para preparar lo que se denomina “color” y que otorga el gustema característico a muchos de los platos patrimoniales (cochos, porotos, cerdo) que hemos registrado en este inventario.

1 Color

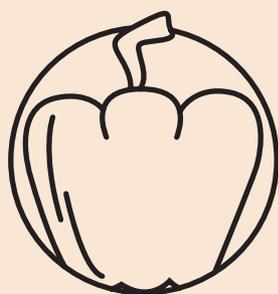
Se denomina también como “colorcita”, “la color”. Morales Pettorino nos dice: “Grasa derretida o aceite a la que se agrega pimentón en polvo de tono rojizo o rojizo amarillento que sirve para condimentar los guisos...”, y agrega que se trata de un americanismo que designa a una “...substancia parecida al achiote y el azafrán, que se emplea principalmente para dar color a las comidas...condimento usado para el locro

o para caldos, hecho con grasa, ají, cebolla de verdeo y abundante pimentón rojo...” (2006, pp. 660-661).

Los entrevistados sostienen que hoy día no se utiliza mucho la grasa, sino el aceite, aunque en algunos sectores rurales se mantiene la tradición del uso de manteca para lograr el sabor requerido. Casi la mayoría recuerda que “...antes, en la cocina, había de esos tarros grandes que se llenaban con color, eso lo usaban siempre, con eso se cocinaba” (Norma Valenzuela, Andacollo).



PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



En su estado fresco el morrón contiene un 94% de agua, 0,9% de proteína y 4,5% de hidratos de carbono, con 80 mg de vitamina C por 100 g (USDA, 2016). El pimentón, al igual que el ají, es reconocido por su contenido de compuestos saludables que le otorgan su característico picor o pungencia, atribuido especialmente a la capsaicina. Sin embargo, la atención sobre este compuesto se ha centrado en su acción termogénica, es decir, el proceso de transformar la energía de los nutrientes en calor o termorregulación, contribuyendo a la mantención del peso corporal (Stohs y Badmaev, 2016).

COMINO

Nombre científico: *Cuminum cyminum*

El comino es una planta herbácea perteneciente a la familia *Apiaceae*, cuyas semillas aromáticas se usan como especia. Es originaria de la cuenca del Mediterráneo y difundida en América. Este producto se puede utilizar en grano o molido, siendo recomendable molerlo antes de su empleo. Es posible que el cultivo del comino en la región se deba a la influencia española, la cual usa de manera amplia esta especie en su cocina tradicional. Se cultiva en tierras de secano y los entrevistados asocian su siembra a las lluvias.

El pueblo de Canela es la única zona productora de comino: *“El comino de Canela tiene la característica de ser muy aromático”* (Tonya Romero, La Serena). Por su lado, Beatriz Lizana, de INDAP La Serena, informa: *“A comienzos de siglo, en Puerto Oscuro, había un puerto exclusivamente dedicado al comino de exportación”*.

Este condimento es muy utilizado en los sofritos, que son la base de los guisos regionales: *“Nos gusta harto aliñar con comino, eso no puede faltar, también se le echa al betún para freír el pescado”* (Norma Valenzuela, Andacollo). Asimismo, se registró la modalidad de condimentar la ensalada de cebolla blanca con comino (Beatriz Lizana, La Serena).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Desde el punto de vista nutricional, las especias no solo entregan características organolépticas o sensoriales destacadas a las preparaciones, sino que además son excelentes fuentes de compuestos alimentarios saludables, que tienen acciones beneficiosas para el organismo, a través de efectos que reducen factores de riesgo de diversas enfermedades (Lutz, 2012).



ORÉGANO

Nombre científico: *Origanum vulgare*

El orégano se produce en Canela y, al parecer, es menos aromático que el del resto del país (Tonya Romero, La Serena). Esta especie herbácea pertenece a la familia *Labiatae* y produce flores que varían desde el color blanco a púrpura.

De acuerdo con los entrevistados, este condimento no se utiliza en todas las preparaciones: “¿Sabe que el orégano se le echa a algunas comidas? porque anti-

guamente no se le pone a las comidas que tienen que salir claritas. Por ejemplo, no echaban a la cazuela, porque la ponía oscura. Entonces sí se pone en guisos, al hervido también, porque como lleva de tanto color, pero a la cazuela de gallina de campo no” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

3

Frutas





Cuando alguien dice: fruta... yo recuerdo a La Serena. Para mí el norte está representado así, en color, en sabor, en olor, en productos. Va uno caminando por La Serena y se aboca con una calle aparentemente desierta; avanza y, de repente, desde el fondo de una “piezuca” oscura, salta violentamente a los ojos, a la nariz, a la boca el olor, el color, el sabor de la fruta de los valles cercanos.

Paltas, lúcumas, membrillos, pepinos, granadas, caquis, papayas, chirimoyas, uvas, limones, toda la gama del olor y del color. ¡Qué bendición! Y encima de todo eso docenas de canarios cantores repiqueteando como tamboriles de cristal.

Paltas de Paihuano.

Uvas de Elqui.

Peras y manzanas de Salamanca.

Un canarito patrón. Son re cantores.

Las calles están llenas de fruterías; los caminos llenos de carretas cargadas con frutas; los campos, los árboles, la cercas, llenos de frutas.

Cuando Gabriela Mistral hablaba de las maravillas frutícolas de su valle de Elqui, los que escuchábamos sonreíamos incrédulos. Hasta que una vez en La Serena, una hermana de ella nos sirvió como postre un racimo de uva de Elqui. Era un racimo con el cual no se hubiera atrevido ni el mismo don Ismael Valdés Alfonso: le faltaban cien gramos para los dos kilos.

Por eso es que cuando alguien dice: frutas... yo recuerdo a La Serena.

Manuel Rojas, 2015, pp. 17-18

Desde períodos coloniales la región se ha caracterizado por *la constelación de las frutas y de lo dulce*, construida a partir del cultivo y la plantación de frutales, y por albergar especies nativas como la papaya, el pepino dulce y la chirimoya. Sus fértiles valles y sus temperaturas son propicios para el crecimiento de variados frutos de carácter patrimonial, reconocidos dentro del país por lo que podríamos llamar su sello de “identidad local”, mucho antes de la creación oficial de las denominaciones de origen, como las papayas de La Serena, el ají diaguita, la uva de Elqui, entre otros. Las frutas han sido desde hace mucho la base de los postres y de la repostería que caracterizan a la zona. Los helados poseen una larga data de factura, como lo consigna Jorge Pinto: “Para los postres se recurría a los helados en el verano y a la fruta con arropo en compota en invierno” (2015, p. 277)

Sin duda, quien ha dado cuenta del carácter emblemático de las frutas, así como de sus profundas significaciones en los valles de la región, ha sido Gabriela Mistral. A través de sus escritos podemos apreciar el sentido vital y su función en la memoria de los habitantes: “La calidad de la fruta confiesa la casi tropicalidad de los valles felices del norte que se llaman Huasco y Elqui, mío el primero por mi padre y por mi madre el último. Con razón se da allí un higo que es como el de la Palestina y la chirimoya tan buena como la de Michoacán...” (2015, p. 25). En otro texto nos dice: “Los cultivos dominantes los forman desde hace muchos años el durazno, la viña y la higuera, un trío bíblico y clásico de plantas que son de poca exigencia respecto de las calidades del terreno... La viña acapara la mitad de los terrenos mejores, que son los de agua, sol y limos... El duraznero venía después de la viña y la higuera y ahora parece se ha subido a la categoría de primer cultivo del valle...” (2015, p. 28).

La tradición oral, por su lado, también da cuenta de la importancia de la fruta en los ciclos de vida: “Para los santos se regalaban cuelgas. Eran unas bandejas de manzana, naranja y de todas las frutas que había y se le ponía un papelito así. Esos eran los regalos. Entonces con papel celofán los hacía así y los colgaba. La gente lo recibía con cariño. También se podía llevar unas canastitas con una gallina o algo así, para cocinar. Amarradito así con unos sacos blancos y se entregaba el regalo” (Norma Valenzuela, Andacollo). Paola Díaz, de Monte Patria, agrega: “La cuelga es como los regalos que antiguamente llevaban para los cumpleaños. Había cuelga salada y dulce. La cuelga dulce, que eran empanaditas, y de repente dulces. Vino dulce o chicha. Cosas por el estilo. Y esos eran los típicos regalos de cumpleaños”.

La diversidad y abundancia de las frutas en el pasado también se observa hoy en las estadísticas realizadas a partir del Catastro Frutícola de la región de Coquimbo del año 2015, efectuado por la Oficina de Estudios y Políticas Agrarias (ODEPA) y el Centro de Información de Recursos Naturales (CIREN), donde se da cuenta de la variedad de especies mayores y menores presentes en la región y la permanencia de los productos patrimoniales de esta constelación identitaria ya enunciados.

DISTRIBUCIÓN DE LA SUPERFICIE FRUTAL POR PROVINCIAS
(Región de Coquimbo - Año actualización 2015 - Tipo propietario: Todos)
(Superficie ha)

ESPECIE	CHOAPA	ELQUI	LIMARÍ	TOTAL REGIONAL (HA)
CHIRIMOYO	0,48	295,82	39,53	335,83
DAMASCO	252,12	6,58	4,50	263,20
DURAZNERO CONSUMO FRESCO	0,07	1,00	22,31	23,38
DURAZNERO TIPO CNSERVERO	13,88	1,86	22,79	38,53
GRANADO	15,94	140,60	194,03	350,57
HIGUERA	8,03	17,91	2,95	28,89
LIMONERO	63,43	852,97	328,33	1.244,73
MANDARINO	131,03	594,91	1.904,56	2.630,50
MANZANO ROJO	0,00	0,02	0,00	0,02
MEMBRILLO	0,00	3,88	0,00	3,88
NARANJO	138,12	310,65	605,51	1.054,28
NECTARINO	1,31	0,54	2,65	4,50
NÍSPERO	0,00	0,85	5,81	6,66
NOGAL	1.439,24	105,11	921,75	2.466,10
OLIVO	132,28	804,44	2.782,82	3.719,54
PALTO	1.904,59	460,26	2.659,17	5.024,02
PAPAYO	28,47	88,54	10,00	127,01
PERAL	0,00	0,00	42,71	42,71
TUNA	0,12	42,23	47,23	89,58
VID DE MESA	57,93	2.801,41	5.862,25	8.721,59

Fuente: ODEPA - CIREN

ALCAYOTA

Nombre científico: *Cucurbita ficifolia*

Es una cucurbitácea de origen mexicano “...cuyos frutos sirven para la preparación de un dulce” (Lenz, 1910, p. 127). Es un fruto de cáscara muy dura, por lo que sirve para la guarda. No se puede comer crudo, pero su preparación como mermelada o dulce es una tradición de la región. Normalmente se deja secando al sol sobre los techos de las casas; Carolina Herrera,

de Coquimbo, recuerda que en la de sus abuelas “se sacaban medias verdonas las alcayotas y se dejaban asoleando arriba del techo hasta que estuvieran listas. Se podían demorar dos o tres meses, porque se tenían que poner amarillas”.

< Preparaciones y consumo >



Dulce de alcayota

“La alcayota, el fruto es como la sandía, se quiebra, se le saca lo que trae dentro, y se pone en la paila a hervir hasta que esté blandito, de ahí se le bota todo lo que es pepa y la cáscara, y se prepara para darle punto ya el toque final con la azúcar y lo demás. De la otra forma, a veces por tiempo lo hacemos en el horno, se echa completo al horno, se le da ese mismo trabajo, después se hace la limpieza, pero se le mete completo al horno. Esta forma la hacemos por un tema de tiempo, entonces esto lo sacamos, después se corta así, usted lo abre y le va sacando las pepas, esas hebras, después se lava y lo deja estilando, después va la cantidad de azúcar; esto es azúcar y cascarita de naranja picada chiquitita, y usted lo deja, le da punto, no sé, depende de las proporciones el tiempo. Y la otra forma es que usted lo va quebrando, esto es duro; usted lo quiebra y le saca unas hebras que trae, parecido

así como los gajos de las naranjas. Entonces esas las saca y después lo va poniendo a cocer, y una vez que usted nota que tiene consistencia, usted lo va sacando y hace lo mismo, le termina de sacar la pepa” (Francisco Collao, El Molle).

“Mi mamá la partía en cuatro, lo ponía en una olla para que diera un hervor. Cuando la carne se despegaba de la cáscara, le sacaba la carne y la dejaba en un colador. Cuando eso se enfriaba, nos llamaba a todos los niños para sacarle las pepas y a deshilar. Con eso hacía el dulce y al final le ponía nueces” (Mónica Rodríguez, Vicuña).

Respecto a la consistencia, Carolina Herrera, de Coquimbo, comenta que “el verdadero sabor de la alcayota es cuando tú le diste la coloración con el azúcar, la canela y el clavo de olor. Si está blanca y tiesa, le falta; si está ámbar, eso está a punto, si está café es porque se



te pasó". Dentro de sus saberes sobre la preparación está el del punto de cocción: "Se sabe que la alcayota está cocida en el horno porque suena como si algo se rompiera".

.....*.....

Empanada de alcayota

Es una preparación de la repostería muy popular en la región y consiste en una masa dulce horneada rellena con dulce de alcayota.

CAMOTE

Nombre científico: *Ipomoea batatas* (L.) Lam. var. *batatas*



Dulce de camote

“Primero echo a cocer los camotes, después los pelo, los junto, y lo muelo y le echo leche condensada, tres yemas y después con las claras hago un betún, lo pongo arriba y al horno. También le puedes agregar nueces y almendras”

(Beatriz Lizana, INDAP, La Serena).



CHIRIMOYA

Nombre científico: *Annona cherimola* Mil.



Las descripciones antiguas de este fruto ponen de manifiesto su sello patrimonial: “Fruta de un bonito árbol siempre verde que se cultiva en los parajes más templados de Chile, el norte i hasta Quillota en el centro. Es mui apreciada, casi redonda de 5 a 10 i más centímetros de diámetro, contiene una pulpa blanca mui dulce que rodea las semillas” (Lenz, 1910, p. 305). Su etimología es incierta; Lenz sostiene que es indígena y peruana, posiblemente quechua (chiri: ‘frío’; muyu: ‘círculo’, lo que podría significar “la fruta redonda fresca”). Se piensa que el chirimoyo llegó a Chile desde los Andes peruanos y ecuatorianos. De acuerdo con algunos datos históricos, la fecha de ingreso de la chirimoya en el país sería a comienzos del siglo XIX, y recién en 1940 habría empezado su cultivo masivo.

Hay una variedad local de chirimoya en la región, denominada “local serena”, de la cual se desprenden tres variedades: la “serenense lisa”, la “local serena” típica y “juliana”. Estas variedades están relacionadas con la época de cosecha. Últimamente ha sido un cultivo muy afectado por la sequía, por lo que a muchas personas que tenían chirimoyos en sus casas se les secaron (Adriana Peñafiel, Coquimbo).

A continuación, reproducimos las gráficas que muestran la distribución de los huertos de chirimoya en la región, elaborada por la Oficina de Estudios y Políticas Agrarias (ODEPA) y el Centro de Información de Recursos Naturales (CIREN)⁷⁶. Asimismo, aquella pre-

⁷⁶ Disponible en: <<http://www.odepa.cl/odepaweb/agrodatos/mapasfrutales/chirimoyo.pdf>>

sentada en el Catastro Frutícola del año 2015, la cual vemos que coincide con la preeminencia de huertos en la zona de Coquimbo y La Serena, y en menor medida en Ovalle⁷⁷. Respecto a las variedades, este mismo

catastro señala —y concuerda con la gráfica del 2005— que en orden decreciente las más comunes en huertos son la variedad conchalisa (con 115.25 ha), local serena (96.38 ha) y bronceada (63.26 ha).

DISTRIBUCIÓN DE LA SUPERFICIE CHIRIMOYOS, NÚMERO DE HUERTOS Y ÁRBOLES, DETALLADO POR COMUNA

(Región de Coquimbo - Año actualización 2015 - Tipo propietario: Todos) (Superficie ha)

(Número de árboles según rango de edades)

PROVINCIA	COMUNA	N.º HUERTOS	NÚMERO ÁRBOLES	TOTAL (HA)
CHOAPA	Canela	2	232	0,37
	Illapel	1	92	0,11
ELQUI	Coquimbo	16	75.210	144,31
	La Serena	41	70.535	137,60
	Vicuña	6	7.912	13,91
LIMARÍ	Ovalle	3	27.962	39,53
TOTAL		69	181.943	335,83

Para distribuir la información por rango de edad se considera para el cálculo el año de plantación y el año actual.

Fuente: ODEPA - CIREN

⁷⁷ Información disponible en: <<https://reportes.odepa.gob.cl/#/catastro-superficie-fruticola-regional>>

DISTRIBUCIÓN DE LA SUPERFICIE FRUTAL, NÚMERO DE HUERTOS Y ÁRBOLES, DETALLADO POR VARIEDAD
(Región de Coquimbo - Año actualización 2015 - Especie chirimoyo - Tipo propietario: Todos)
(Número de árboles según rango de edades)

VARIEDAD	N.º HUERTOS	NÚMERO ÁRBOLES	TOTAL (HA)
AMARILLA	1	18	0,09
BRONCEADA	39	29.464	63,26
CANARIA	2	536	0,86
COLMENA	1	2	0,01
CONCHA CORRIENTE	1	8	0,04
CONCHA DE CLAVOS O CONCHA CLAS	11	4.680	9,18
CONCHALISA	58	61.305	115,25
CUERO DECHANDO	2	299	0,49
DANY	1	7	0,03
DORADO	1	68	0,17
JULIANA	22	38.567	49,87
LOCAL DURA	1	2	0,01
LOCAL SERENA	51	46.946	96,38
MARIN	1	5	0,02
TERCIOPELO	1	3	0,01
TUMBA	1	14	0,07
VERDE OSCURO	1	19	0,09
TOTAL	195	181.943	335,83

Para distribuir la información por rango de edad se considera para el cálculo el año de plantación y el año actual.

Fuente: ODEPA - CIREN

< Preparaciones y consumo >

Postre de chirimoya

Se consume la fruta cruda, pelada y se le extraen las pepas. Puede llevar jugo de naranja; este postre es “chirimoya picada con jugo de naranja fresco” (Adriana Peñafiel, La Serena).

Torta de merengue con chirimoya

Elaborada en algunas pastelerías de La Serena y también preparada en las casas.

.....*

Ponche de chirimoya

“Se hace de vino blanco con chirimoya o con champañá. A mi papá le gustaba que partieran la chirimoya y le echaba champañá” (Adriana Peñafiel, La Serena).

.....*

Helado de chirimoya

“Se hacía un batido de chirimoya con leche y azúcar y le tirabas hielo. Ese era el helado casero. Algunos lo ponían en un vaso y le ponían un pedazo de caña, como si fuera un palito” (Carolina Herrera, Coquimbo).

.....*

Helados falsos de chirimoya y frutas

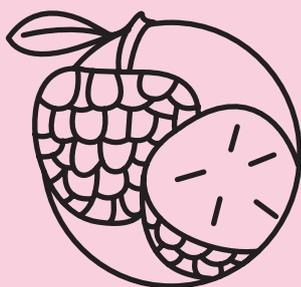
“Mi mamá nos daba mucho de esto, se hacía una crema pastelera y arriba molía harta chirimoya, manzana con plátano, duraznos, la fruta que había. Era lo más exquisito que hay. La leche, la crema pastelera no era dura. Este postre se servía en copas” (Bernardita Gallardo, Las Mollacas).

.....*

Leche con chirimoya

Se trata de un batido de leche con la fruta y azúcar comúnmente consumido en el verano, según algunos entrevistados.

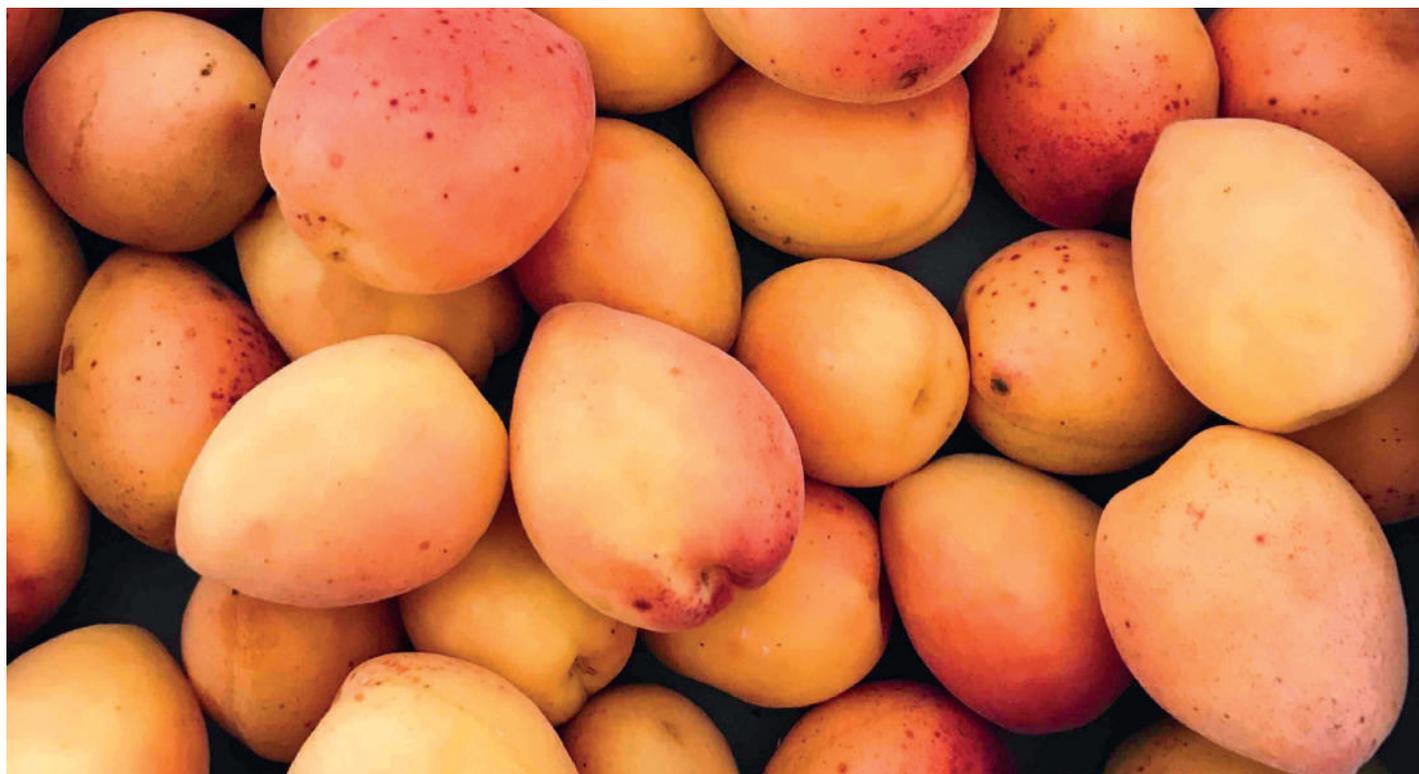
PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



La chirimoya es un fruto que contiene entre 73% y 83% de agua, y su aporte de proteínas varía de 1% a 3%, en tanto que las grasas se encuentran en muy baja cantidad (0,5%), siendo el resto hidratos de carbono digeribles y no digeribles (Schmidt-Hebbel et al., 1990). La fruta contiene 3,8% de fibra dietética total, predominando la fracción de fibra del tipo insoluble (2,4%) (Pak, 2003).

DAMASCO

Nombre científico: *Prunus armeniaca*



Según el último Catastro Frutícola de la región (del año 2015)⁷⁸, la distribución de la producción del damasco, así como sus variedades, son las siguientes:

DISTRIBUCIÓN DE LA SUPERFICIE DAMASCOS, NÚMERO DE HUERTOS Y ÁRBOLES, DETALLADO POR COMUNA (Región de Coquimbo - Año actualización 2015 - Tipo propietario: Todos) (Número de árboles según rango de edades)

PROVINCIA	COMUNA	N.º HUERTOS	N.º ÁRBOLES	TOTAL (HA)
CHOAPA	Illapel	8	1.956	4,86
	Salamanca	192	92.051	247,26
ELQUI	La Serena	1	42	0,03
	Paigüano	5	1.794	6,55
LIMARÍ	Río Hurtado	2	4.165	4,50
TOTAL		208	100.008	263,20

Para distribuir la información por rango de edad se considera para el cálculo el año de plantación y el año actual.

Fuente: ODEPA - CIREN

78 Información disponible en: <<https://reportes.odepa.gob.cl/#/catastro-superficie-fruticola-regional>>

DISTRIBUCIÓN DE LA SUPERFICIE DAMASCOS, NÚMERO DE HUERTOS Y ÁRBOLES, DETALLADO POR VARIEDAD

(Región de Coquimbo - Año actualización 2015 - Tipo propietario: Todos)

(Número de árboles según rango de edades)

VARIEDAD	Nº HUERTOS	Nº ÁRBOLES	TOTAL (HA)
CASTLE BRITE	3	474	1,19
DAMASCA	3	754	2,27
DINA	117	42.668	106,50
EARLY KING	1	31	0,11
EARLY KINGCOT	1	143	0,70
IMPERIAL	3	1.165	4,60
KATY	2	314	1,13
MODESTO	26	6.533	16,13
PATTERSON	7	1.843	4,27
PAVIOT	5	802	3,58
PERFECTION	1	1.666	2
TILTON	130	42.928	119,04
TILTON LIGERO	3	687	1,68
TOTAL	302	100.008	263,20

Para distribuir la información por rango de edad se considera para el cálculo el año de plantación y el año actual.

Fuente: ODEPA - CIREN

< Preparaciones y consumo >

.....*

Damascos secos

El proceso de secado de los damascos sigue los mismos pasos que el de los duraznos para confeccionar huesillos: “Había que abrirlos, sacarles el cuesco y secarlos al sol, igual que los duraznos” (Mónica Rodríguez, Vicuña).

Berta Nelly Salazar, de Pisco Elqui, agrega: “Se parten y se echan en azufre para que no se pongan negros. Era con un azufrador especial antes, ahora lo hago con un tarro, tengo listo el azufre con un papel, y eso arde. Se pone un canasto y otro canasto para que les llegue el humo, quedan blanquitos. Así no se apolillan”.

.....*

Mermelada de damasco

“Se necesitan tres platos soperos de damasco y uno de azúcar. Hay que revolverlo e ir quebrando los damascos. Se sabe que está lista porque se arruga. Antes se hacía con paila de cobre, pero ahora uso la que tengo no más” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).



DURAZNO

Nombre científico: *Prunus persica*

Desde antiguo el durazno ha formado parte emblemática de los cultivos de frutas en la región. Gabriela Mistral, en 1933, lo consignó del siguiente modo: "...el duraznero...se ha vuelto en los últimos años la exportación más segura, a causa de la fama del descarozado elquino. Los duraznos de Elqui, como los cerezales japoneses, al comienzo de la primavera manchan de blancos y rosados violentos y rejuvenecen hasta la puerilidad aquel valle austero..." (2015, p. 28).

Los duraznos pueden ser consumidos frescos, pero uno de los rasgos característicos de la región es su transformación en huesillos o descarozados. Esta tradición es de larga data y está marcada por un trabajo colectivo, la "pela del durazno". En *Leyendario de Combarbalá* encontramos esta descripción:

"El dueño de la cosecha invita a vecinos y amigos a trabajar prometido como recompensa una buena cena, baile, chicha y vino al final de la jornada. Las labores parten al amanecer cuando todos recogen los frutos para llevarlos a la casa donde se hace una pila sobre toronjil, yerbabuena o alfalfa y rodeando un barril con algún licor que será bebido al final...la idea es que este sea descubierto después de la ardua tarea. Cuando se han cosechado los duraznos llegan las mujeres y niños con cuchillos y canastos a pelar. Es en esta labor donde se comienza a compartir más, pues se sientan todos alrededor de la pila y se pelan los frutos con paciencia mientras se comparten las novedades. Al llegar la noche se llevan los duraznos a la 'azufradora' donde se les da una pasada por el humo de azufre para protegerlos de las polillas y luego se ponen sobre el techo a secar. Mientras se hace ese proceso, se barren las hojas y se limpia la base de la pila, se comienza a beber el barril que estaba oculto".

Según relata el autor Bartolomé Ponce: "...mientras tanto el dueño de casa estimula las apuestas pre-

miando con un trago de mistela, vino o aguardiente a quien primero complete un canasto con duraznos pelados. Cerca de la medianoche se sirve mate con churrascas calientes o sopaipillas; en el intertanto se escucha alguna tonada, un canto a lo divino, cuentos, adivinanzas, casos de aparecidos, leyendas" (Ugalde, 2010, p. 53).

Relatos recogidos en Las Mollacas nos acercan a esta tradición:

"Mi abuelo era dueño casi de la mitad del pueblo. Él tenía en el patio de su casa un corredor largo con el puro techo y la pared atrás. Al frente de eso había un corredor de unos tres metros. Al frente tenía puros de estos somieres antiguos, con alambres y al otro lado en el piso había unos bollos donde pelaban con soda. Entonces la corrida de gente, estábamos todos en la corrida sentados, echando carreras sobre quién pelaba más rápido, cada uno llevaba su cuchillo. Empezaban las historias, en las noches de peladura a ti te invitaban a pelar, te decían 'oye, te invita a la noche a pelar'.

"Se juntaban personas de diferentes partes. Donde mi abuelo lo hacían en el día, en las otras casas lo hacían de noche porque era menos. Entonces tenían una ruma de duraznos en el medio, en canastos, y todos sentados alrededor. Por supuesto que estaba el brasero con el quesito de cabra, el pancito. Entonces iban pelando, iban tomando mate y conversando. En las noches las historias de peladura, después nadie se quería ir. Era pero muy entretenido. Ahí estábamos hasta la una, dos de la mañana a veces pelando" (Bernardita Gallardo, Las Mollacas).

Generalmente la “pela” se efectuaba entre mediados de enero hasta fines de marzo. Por las mañanas bajaban a recolectar la fruta y luego subían los hombres con los canastos para vaciarla bajo ramadas donde se amontonaba la hierba fresca y alrededor del montón se iniciaba la faena. “Durante algunas horas quedaba la fruta bajo la acción del anhídrido sulfuroso, después se retiraba y con cierto método se distribuía sobre la ramada. A los tres o cuatro días se retiraba de allí para extraerles el ‘hueso’ mediante un fierrecito aguzado, el ‘descarozador’ o simplemente una hoja de tijeras viejas a las que se les amarraba un trapo para defenderse las manos de la injuria del movimiento equivocado. Nuevamente el producto era llevado a las varas hasta su desecamiento total. Los huesos se apilaban en un rincón cualesquiera, mientras las cáscaras se secaban sobre una piedra como reserva invernal para las gallinas” (Iribarren, 1984, p. 108). También se podía combinar esta faena con el mingaco en el cual los participantes eran “retribuidos” con mostos y el trabajo se convertía en una alegre jornada.

En el pasado en los valles de Elqui y Hurtado se realizaban figuritas con pulpa de durazno. En 1955 Clarisa Guerrero las hacía con los conocimientos heredados de su parentela desde hacía medio siglo. “Para la factura de estas figurillas se elegían en especial duraznos dulces y de carne amarilla... Los duraznos una vez mondados, se cortaban en tiras gruesas y se ponían al sol. Una vez secas se repasaban en la piedra de moler, agregándoles un pequeño rocío para darle plasticidad a la pasta y poderle amasar. Esa pulpa en manos de doña Clarisa iba tomando la forma definitiva de las figurillas: gallinitas en sus nidos, nidos de huevos, ramos de flores, cántaros con frutas, perritos con una cesta en el hocico, pollos, frutas. La tarea era rápida y simple, un corte con la tijera y ya se tenía el desarrollo plástico de un ala, un puntazo delicado moldeaba la cavidad de un ojo, que luego rellenaba con semilla negra y brillante del ‘bledo’, planta espontánea que crecía en el huerto familiar o en las orillas de la acequia del potrero vecino” (Iribarren, 1984, p. 98).

Alex Rojas, de Elqui, describe la práctica de la “pela del durazno” en la actualidad como una tradición mantenida por adultas mayores:

“La pela es un proceso donde hoy se juntan mi mamá con hartas amigas de ella, de su edad, mi mamá tiene 80 años y pasan todo el día pelando en todas las canastas, y los pelan, después lo pasan por una azufradora que es el único aditivo químico que se le adhiere, como para que no se apolillen... Eso después se tira a un techo y se espera tres a cinco días”.

Los lugareños pueden distinguir distintos tipos de duraznos, como señala Paola Díaz, de Monte Patria:

“Está el blanquillo, que es ese típico, el conservero, que es ese amarillo grande. Y el otro que me acuerdo que comía cuando chica que también se está perdiendo es el prisco, que era un durazno que se partía y adentro era como rosadito y era muy sabroso. Uno lo apretaba un poquito y se abría al tiro por completo”.

Respecto a su producción actual de durazno fresco, el Catastro Frutícola del año 2015⁷⁹ nos señala que en ese año los huertos se concentran principalmente en la zona de Monte Patria y en menor medida en Ovalle. Respecto a sus variedades, este catastro nos indica que existen 6.347 árboles de blanquillo americano, 5.070 de doctor Davis, 3.200 de Pomona y 3.980 de blanquillo elquino, entre otros.

79 Información disponible en: <<https://reportes.odepa.gob.cl/#/catastro-superficie-fruticola-regional>>

< Preparaciones y consumo >



Huesillo o descarozados

Duraznos pelados, sin semilla y deshidratados, que posteriormente se cuecen en agua y sirven con mote como un postre o bebida refrescante. Los testimonios recogidos nos informan sobre los saberes y prácticas asociadas a esta técnica:

“Los duraznos blanquillos se ponían a secar en una ramada. Se juntaban hombres y mujeres a preparar el huesillo, porque es mucho trabajo. Se juntaban en las tardes, porque se dejan de un día para otro. No hay que dejarlos al sol, porque si no se ponen negros. También hay que azufrarlos para secarlos” (Norma Valenzuela, Andacollo).

“Había que recogerlos cuando estaban a punto, porque si todavía estaba húmedo se amargaban. Entonces había que recogerlos al medio día, porque en la tarde podían tener un poco de humedad o en la mañana también. Entonces se sabana a mediodía para que estuvieran bien

secos, y se guardaban en sacos para ir cociendo durante el año” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

“Yo de lo que me recuerdo, te digo que del valle [de Elqui] eran, estos, por ejemplo, los huesillos. Pero te hacían todo el proceso de los huesillos: sacar el durazno de la mata, lo pasaban por lejía le llamaban ellos, por cenizas. Y después se lavaban bien lavados y se ponían a secar. Y recién se preparaban. Y recuerdo que nosotros ayudábamos, cuando se hacía el descorazado, le ayudábamos a sacar el cuesco, a pelar. La pela de duraznos era toda la fiesta: claro, en la noche, en el verano, y los más grandes contando de estas penaduras, que la Llorona, qué sé yo, y nosotros chicos asustados. Los viejos tomaban, pos. Los viejos tomaban vino me acuerdo o chicha, chicha se tomaba mucho en ese tiempo. Lo que más cuento yo son las historias de penaduras, de los hombres largos, vestidos de negro, que aparecía en tal parte, qué sé yo, era terrible” (Zenobia Anais, La Serena).



Almendruco

“Era el durazno de campo, el primer durazno, como uno que se llama blanquillo. Entonces se dejaba secar, eso se tiene que hacer en almíbar, no al jugo. Era un plato muy fino, no todo el mundo podía comerlo” (Marcia Ossandón, La Serena).



Durazno con merengue

“Para las fiestas, mi mami hacía el durazno con el batido de huevo. De ese cocido, y a veces se compraba en tarro y como no había crema se hacía un merengue. Se compraba porque eran como fiestas especiales” (Miguelina Morales, Los Choros).

.....*

Jugo de durazno

“Yo lo hago con los huesillos que me quedan feos, negros” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).

.....*

Mermelada de durazno

“Se hace casi igual que la mermelada de damasco, pero con menos azúcar” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).

.....*

Dulce de durazno

“Es la misma receta que el dulce de membrillo. Era durito y nos lo cortaban después de almuerzo cuando no había postre” (Bernardita Gallardo, Las Mollacas).



HIGO

Nombre científico: *Ficus carica* (higuera)

El higo es otra de las frutas patrimoniales que cobra gran importancia en la identidad regional. Charles Darwin visitó La Serena en 1835 y se refirió a la “ferocidad del valle de Coquimbo”, diciendo que “los higos y las uvas de este distrito son famosos por su excelencia, así es que hay plantaciones considerables de higueras y vides” (Darwin, 2007, en Ampuero y Vera, 2011, p. 140).

En la mayoría de las casas se plantan higueras y su cosecha y preparaciones constituyen conocimientos traspasados generacionalmente. En este sentido, se trata de un saber artesanal y doméstico que no ha cruzado la barrera de lo industrial y por ello forma parte del haz de prácticas de la cultura tradicional culinaria. Por su parte, el Catastro Frutícola del año 2015 nos reseña que la mayor cantidad de huertos en la actualidad se encuentra en Vicuña (6.697 árboles), Los Vilos (con 5.353) y Paiguano (con 4.440).

Los habitantes de la zona distinguen entre el higo negro y el higo blanco (variedad que se da en Limarí); el primero es concebido “como común y corriente”, y el higo blanco, como más dulce y grande. La memoria de los nacidos en la región guarda el sabor del consumo de los higos secos rellenos con nuez como un manjar de la infancia. En términos estadísticos, el Catastro Frutícola del año 2015 señala la distribución de huertos en la región.

La importancia simbólica y cultural de la higuera, de donde nace el fruto, se manifiesta en un conjunto de creencias y ritos ligados a la noche de San Juan:

“Una vez se me ocurrió ver la higuera florecer Claro, florece porque tiene un cambio en su flor, pero a nosotros nos habían contado que en una parcela que estaba detrás de la casa florecía la higuera. La parcela estaba a la salda de la pieza

DISTRIBUCIÓN DE LA SUPERFICIE DE HIGUERAS, NÚMERO DE HUERTOS Y ÁRBOLES, DETALLADO POR VARIEDAD

(Región de Coquimbo - Año actualización 2015 - Tipo propietario: Todos)

(Número de árboles según rango de edades)

PROVINCIA	COMUNA	N.º HUERTOS	N.º ÁRBOLES	TOTAL (HA)
CHOAPA	Illapel	8	1.956	4,86
	Salamanca	192	92.051	247,26
ELQUI	La Serena	1	42	0,03
	Paiguano	5	1.794	6,55
LIMARÍ	Río Hurtado	2	4.165	4,50
TOTAL		208	100.008	263,20

Para distribuir la información por rango de edad se considera para el cálculo el año de plantación y el año actual.

Fuente: ODEPA - CIREN

nuestra y llorábamos, llorábamos porque vimos florecer dos flores, solo dos y nos dio un pánico tremendo porque éramos niños, teníamos entre ocho y diez años... Nos dio mucho susto, porque, según dicen, la higuera no florece, y si ve eso es porque te penaron” (Irma Petit, La Serena).

Gabriela Mistral, en consonancia con esta gravitación cultural de la higuera, sostiene: “La higuera, cenicienta de eternidad, se da con follaje graso y próspero a la orilla del río, aprovechando los pocos espacios de suelo horizontal que le ceden donde ponerse a hacer su tribu, el higueral, que es una de las más bellas colectividades vegetales” (2015, p. 28).



◀ Preparaciones y consumo ▶

La región ostenta una gran tradición culinaria con estos frutos, existiendo una amplia variedad de recetas y usos de los higos, como por ejemplo, el dulce de higo con nueces, los higos en almíbar, con harina tostada, queso de higos, entre otros.

.....*..... *Higo seco*

“Para secarlo nosotros dejamos los higos en una zaranda que esté bien alta y ahí queda al sol” (feriante Recova).

“Generalmente las abuelitas de los chiquillos [alumnos del liceo] hacen los higos secos en sus casas, tienen dos o tres higueras, los secan al sol y después las venden en la feria” (Eduardo Toledo, Monte Patria).



Torta de higo con nuez

Se sostiene que estas tortas son características de Ovalle.

Versión 1:

“Se pela el higo casi como con gillette y después se maceran las nueces molidas y ahí se va formando la torta, este trabajo es muy minucioso y es un trabajo de mujeres” (Tonya Romero, La Serena).

Versión 2:

“En un tarro se echa a remojar el higo con agua helada o caliente, se bota el agua y se echa a una máquina, y se va moliendo. Se vacía el higo molido y se muele las nueces y cuando está todo se hace una bolita. Y así se hacen las tortitas de higo que se le ponen nueces por dentro y por fuera. Estos eran los dulces que les preparaban a los niños y todos comían” (Consuelo Barraza, Ovalle).

Versión 3:

“Para la torta, hay que ponerle un toque de naranja, hay que hacerlo con rallado de naranja” (Mariana Alcayaga, La Serena).

Versión 4:

“Recogíamos los higuitos, había que escoger el más cuerudo, mi mama decía que ese era el mejor para la torta. Se le sacaba el potito y el palo. Se dejaba remojando y después se molía en la máquina de moler carne. Mi mamá la mezclaba con nueces, y las amoldábamos en las latas de atún. Después se dejaban oreando en una tabla y se las rociaba con harina tostada, eso le daba dureza a la tortita. Hay que ir dándole vuelta, como el queso de cabra, para que se seque bien. Se guardaba en la tablita o en un papel, pero no le pasaba nada” (Mónica Rodríguez, Vicuña).



Arrope de higo

Para realizar esta preparación se utiliza un higo especial: *“Tiene que ser el higo cuerudo, ese que se les da a las gallinas. Ese se deja para hacer arrope”* (Liliana Rodríguez, Monte Patria).

Versión 1:

“Cocían el higo, lo estrujábamos después y después de eso se le daba un punto, y no se le agregaba azúcar... Un hervor hasta que espesara, pero no se le ponía azúcar, el puro dulzor del higo” (Guillermo Morales, Los Choros).

Versión 2:

“El arrope de higo tiene su técnica, no es llegar y meter un higo a cocción. Le pregunté a una señora viejita cómo se hace y me dijo: tienes que dejarlo cuatro días dentro del agua, cuando el higo tú lo toques y se deshagan en las manos, ese higo está listo. Tú los pescas, los mueles con tus manos y le agregas azúcar, lo llevas a cocción y produces el aroma, antes no” (Franco Vicencio, Monte Patria).

.....*

Higo relleno con nuez o higo borracho

“Añejado en alcohol yo los pongo en pisco, los relleno con nuez y los baño en chocolate” (Irma Petit, La Serena).

.....*

Helado de higo

“Hay que lavar bien lavados los higos, luego se pelan y se cortan. Después hay que dejarlos remojando en ron” (Rodrigo Alcayaga Rojas, Heladería La Bilbaína, Vicuña).



.....*.....

Café de higo

Versión 1:

“Se tuesta en una sartén el higo deshidratado. Después se muele y se echa a remojar. Después se van sirviendo a todas las tazas” (Norma Valenzuela, Andacollo).

Versión 2:

“En la cocina a leña se ponía una sartén de fierro y colocaban los higos secos ahí. Los iban dando vuelta hasta que se secaban completamente. Quedaban café oscuro, como quemados. Empezaba a salir el olor. Después lo machacaban y lo molían en piedra” (Bernardita Gallardo, Las Mollacas).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Al ser un fruto que contiene menos agua en comparación con otros frutos producidos en la zona, se hacen más relevantes sus aportes de macronutrientes, alcanzando 3,8% de proteínas, 1,1% de grasas y 63,3% de hidratos de carbono, lo que le atribuye un valor energético superior a las frutas más húmedas (Schmidt-Hebbel et al., 1990). Además, es una excelente fuente de fibra dietética, con un contenido de alrededor de 5% a 6%, que no se pierde al ser consumido el fruto con su cáscara, que es suave y de gran dulzor (Pak, 2003).

LÚCUMA

Nombre científico: *Pouteria lúcuma*

“Las lúcumas, que solo aquel terreno produce, son mui electas”.
(Concha, 1871, p. 189)

Este fruto posee carácter patrimonial y su consumo es de larga data en la región: “Lúcuma: vulgar de un árbol frondoso del Perú que se cultiva en el norte i hasta en Quillota i otros puntos del centro...De las lúcumas de Coquimbo hablan Córdoba; Molina; Ovalle i Rodríguez...” (Lenz, 1910, p. 439). Su etimología es aymara: “Lúcuma: fruta de las Yungas”. En épocas coloniales Ovalle la describe así: “La otra fruta es la que llama lúcumas, que también la he visto en el Perú, y es muy sana y de muy buen sabor, y el hueso de dentro es muy liso, de color morado” (Ovalle, 1969, en Ampuero y Vera, 2011, p. 29). Asimismo, Christian Heuland, en 1795, escribía en su paso por la zona de La Serena que “...su terreno con motivo de las sierras no puede ser menos que quebrado, aunque tiene muchos valles muy hermosos, donde abundan los frutos de cualquiera especie que produce el Reyno, particularizándose el árbol frutal llamado Lú-

cumo, que es del Perú y crece en ninguna otra parte de Chile, y la cría de sus hermosos y excelentes caballos” (Heuland, 1929, en Ampuero y Vera, 2011, p. 50). Por su parte, Julian Mallet, en su viaje por La Serena cerca de 1814, señala que “...[la zona] abunda en... muchas frutas de Europa y América. Entre estas últimas se nota una bastante rara, su forma es de una naranja; llegada a su madurez tiene la corteza verde y amarilla el interior; el gusto es el de la castaña. Los habitantes la llaman: lúcuma”. (Mallet, 1959, en Ampuero y Vera, 2011, p. 94).

La lúcuma fue cultivada tradicionalmente en la región; había plantaciones cerca de la ciudad y también en las casas, algo que hoy día no es extendido, pero sí se puede observar que se mantiene en los patios de algunas residencias urbanas. Actualmente la lúcuma se mantiene en conserva para hacer pastas para postres, pero su uso más habitual es en tortas y repostería.

< Preparaciones y consumo >



Torta de bizcocho con lúcuma

“Mi mamá hacía un bizcocho para los cumpleaños y la rellenaba con una pasta de lúcumas cocidas y molidas que hacía a mano. Esa lúcuma tenía otro sabor y olor. Para preparar la pasta, primero las tenía que echar a cocer un poquito con azúcar y después la molías con un poquito de agua. Eso te queda como un puré. Pero es solo una pequeña cocción” (Carolina Herrera, Coquimbo).

Lúcuma



.....*

Bavarois de lúcuma

Versión 1:**“Ingredientes:**

1 taza (200 grs) de azúcar, 4 claras de huevo, 4 cda de gelatina en polvo sin sabor, 4 lúcumas grandes o 6 pequeñas pasadas por cedazo, 1 cda de leche, crema líquida o de vainilla.

“Preparación:

En una olla colocar el azúcar y mojar con agua fría, cocinar a fuego medio hasta que el almíbar esté de pelo. En un bol batir las claras firmes y añadirles de a poco el almíbar, seguir batiendo hasta enfriar.

“En un recipiente colocar media taza de agua y espolvorear la gelatina, dejar remojar unos minutos y disolver a baño maría. En un bol colocar las lúcumas y leche; revolver bien y añadir la gelatina disuelta. Mezclar y añadir suavemente al merengue. Verter en un molde mojado o aceitado y refrigerar para cuajar. Desmoldar y servir acompañado de crema líquida o de vainilla” (La Serena a la carta, 1990, p. 142).

Versión 2:

“Se bate la leche ideal muy fría, se mezcla con puré de lúcuma o lúcuma rallada muy fina, se vierte en un molde y se refrigera por tres horas. Se sirve como postre” (Zenobia Anais, La Serena).

.....*

Postre de merengue y lúcuma

“Ingredientes:

6 huevos, separados; 1 taza (140 grs) de azúcar flor; 8 lúcumas pasadas por cedazo, 1 taza (200 grs) de azúcar, almendras o nueces picadas.

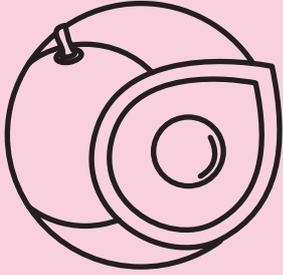
“Preparación:

en un bol colocar las yemas y azúcar flor, batir 15 minutos o hasta que la mezcla esté pálida y espumosa. Agregar las lúcumas pasadas y poner la mezcla en una olla. Cocinar a fuego bajo 5 minutos o hasta que espese el huevo mol. Dejar enfriar y reservar.

“Precalentar el horno a temperatura media. En una fuente de horno armar el postre. Cubrir el fondo con una capa de merengue; hornear para secar; retirar del horno y colocar encima una capa de huevo mol con lúcuma y cubrir con otra capa de merengue. Hornear y seguir así sucesivamente hasta terminar con una capa de merengue; secar al horno. Decorar con almendras o nueces picadas, servir el postre frío en la misma fuente. Para 6-8 personas” (La Serena a la carta, 1990, p. 156).

“En una olla colocar el azúcar y mojar con agua; cocinar a fuego medio hasta que almíbar esté de pelo. Mientras se prepara el almíbar, en un bol batir las claras hasta que estén firmes. Agregar de a poco el almíbar y seguir batiendo hasta enfriar. Reservar.

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Desde el punto de vista nutricional, la lúcumo contiene cerca de un 31% de hidratos de carbono, 1,5% de proteínas, y niveles muy bajos de grasas (0,5%). Entre las vitaminas, destaca su contenido de vitamina C (25 mg/100 g) (Schmidt-Hebbel et al., 1990).

MANZANA

Nombre científico: *Malus domestica*

Es común, en los patios de las casas y en las arboledas de las zonas rurales, encontrar manzanos cuyos frutos se utilizan en el consumo doméstico, ya sea como pos-

tre, en preparaciones más elaboradas o simplemente frescos. Asimismo, en Monte Patria, se consigna la preparación de chicha de manzana.

< Preparación y consumo >

.....*..... *Dulce de manzana*

La fórmula del “dulce”⁸⁰ de variadas frutas es de carácter patrimonial en la región. Gabriela Mistral relata: “Mi buena hermana Emelina me manda minucia de noticias que no me importan y de gente elquina que tampoco mucho me importan... Le voy a decir que no me mande bobadas, sino solo dulce de manzana y descorazados. Y arropes para endulzar mi vida de patiloca. ¡Hermana mía, échele usted unos arropes a mi agriura, al igual que el dulce de membrillo!” (*Quezada, 2002, p.100*).

Actualmente se elabora, preferentemente, en los sectores de La Serena, Vicuña y el Molle, donde aún conservan los antiguos moldes de vidrio o cerámica con motivos de plantas, flores o animales que otorgan una estética cuidada al producto final. Es una preparación que se realiza en los meses de verano, casi siempre en enero.

“El dulce de manzana. Es que era de todos los colores. Uno era verde, uno era más oscuro, otro era... de todos los colores. Y los hacían, oye, en unas pailas de cobre, enormes, con unos tremendos cucharones, y lo hacían en un patio grande que tenían. Y tenían, de estas, de estas cosas, eran unos moldes, pero moldes de gallos, de tortugas...” (Zenobia Anais, La Serena).

“Las manzanas no se pelan, dan un hervor y se abre la manzana. Después se pasa por un cedazo grande, con guantes de esos de goma porque tiene que ser caliente o tibio. Hay que hacerlo rápido, porque si se enfría se pone duro. Por un kilo le doy 15 minutos. Hay que hacerlo con fuego de parra, por el tipo de humo que da, que se pasa en el dulce. No sirve la de higuera ni la de palto. Después los amoldo en esos potes de Dorina” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).

80 El sentido de dulce designa aquí, como es obvio, el sabor, pero fundamentalmente: “Fruta o cualquier otra cosa cocida o preparada con almíbar o azúcar” (RAE).



Compota de manzana

“Las manzanas se cuecen con clavo de olor y se consume frío”
(Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).



Empanaditas de manzana

“Para la masa: 1 2/3 tazas (250 grs) de harina con polvos de hornear, ¼ cda de sal, 100 grs de mantequilla blanda y en cubos, ½ taza de agua.

“Para el relleno: 2 manzanas frescas, ¼ taza (50 grs) azúcar, pizca canela molida.

“Para glasear: 2 cdas de leche y 1 cda de azúcar.

“Preparación:

Preparar la masa. Cernir junto la harina y sal; añadir mantequilla y mezclar con los dedos agregando de a poco el agua hasta obtener una más homogénea. Uslear la masa y cortar 8 círculos de 10 cm de diámetro.

“Precalentar el horno a temperatura media. Cortar las manzanas en cuartos, pelarlas, eliminar el centro y las semillas; rallar la pulpa muy fina. Agregar el azúcar y canela. Distribuir la mezcla de manzana en los 8 círculos de masa, solo en la mitad de la masa. Humedecer los bordes y doblar la masa en la mitad, presionando los bordes para sellar.

“Enmantequillar latas de horno y disponer encima las empanadas. En un bol mezclar con un tenedor la leche y el azúcar. Con un pincel pintar las empanadas con la mezcla. Hornear 30 min o hasta que estén doradas. Servirlas tibias o calientes. Para 4-8 personas” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 138).



MEMBRILLO

Nombre científico: *Cydonia oblonga*

El membrillo pertenece a la familia de las rosáceas, y forma parte (junto a los papayos, higueras y nogales) de los árboles frutales que se plantan en las casas para producir diversos alimentos de consumo hogareño. Según el Catastro Frutícola realizado en 2015, los huertos de membrillo se concentran en el Elqui,

utilizando 3,88 hectáreas, siendo en su mayoría de la variedad chilenos.

De acuerdo con los entrevistados, el gusto del membrillo local es un poco más ácido que el del resto del país.



< Preparaciones y consumo >

Jarabe de dulce de membrillo

“Lo pones a cocer en poca agua y con harta azuquítar para sacarle la pulpa, eso lo pasas por un cedazo, para sacarle esas pepitas que son las que son como pegajosas, ese caldo te queda y haces jarabe o licor” (Carolina Herrera, Coquimbo).

Dulce de membrillo

“La goma, que está en las pepas, es la que ayuda a que quede dulce. Yo limpio los membrillos en la tarde y al día siguiente las reviso que no tengan polillas. Para el dulce tiene que ser el blanco, aunque con el amarillo queda más rico” (Carolina Herrera, Coquimbo).

Membrillo asado

“Cuando mi mamá hacía pan, nosotros sacábamos membrillos, los secábamos y los metíamos a las brasas. Aprovechábamos las brasitas, le hacíamos un hoyito, los sacábamos, que se enfriaran y los comíamos” (Mónica Rodríguez, Vicuña).

Membrillo seco

“Lo hago con membrillo amarillo y el proceso es igual al de los huesillos” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).

Mermelada de membrillo

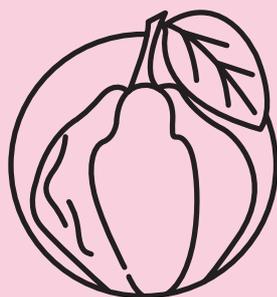
“Ingredientes:

membrillos frescos, azúcar.

“Preparación:

Lavar, pelar y retirar el centro de los membrillos; cortar la fruta en cubos de 1 cm. Colocar los membrillos en una olla, añadir agua fría hasta cubrir y hervir hasta que estén blandos; estilar y reservar el líquido de cocción. Pesar la fruta. Por cada ½ kilo de fruta usar ½ kilo de azúcar. En una olla colocar el líquido de cocción y el azúcar. Hervir 5 minutos y agregar la fruta cocida. Hervir a fuego bajo hasta que la fruta esté transparente. Verter la mermelada en frasco de vidrios esterilizados” (La Serena a la carta, 1990, p. 202).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



El membrillo posee un elevado contenido de hidratos de carbono simples (9%) y complejos, entre los cuales destacan las pectinas (1,8%), que dan a las preparaciones del membrillo una consistencia viscosa particular. La fibra dietética alcanza un 1,6%, y contiene 17 mg de vitamina C por 100 g. En él destaca además la presencia de numerosos compuestos saludables (Sharma et al., 2011).

NUEZ

Nombre científico: *Juglans regia*



Las nueces constituyen parte de la constelación de las frutas de antiguo consumo en la región. En el valle del Choapa hay gran producción de nueces, siendo introducido este cultivo por dos cooperativas, entre las cuales se destaca Agronuez Choapa y Nueces de Choapa (Tonya Romero, La Serena).

La distribución actual en la región se aprecia en una gráfica que muestra la distribución de los huertos de nogales, elaborado por la Oficina de Estudios y Políticas Agrarias (ODEPA) y el Centro de Información de Recursos Naturales (CIREN)⁸¹.

Esta información es corroborada por aquella del Catastro Frutícola del año 2015⁸², donde se observa una preeminencia de los cultivos en las zonas de Illapel, Salamanca, Ovalle y en menor medida Monte Patria. Respecto a las variedades, predominan la Serr, con 399.353 árboles; Chandler, con 186.251; y Chilenos, con 5.594. A continuación, reproducimos los datos de este catastro:

81 Disponible en: <<http://www.odepa.cl/odepaweb/agrodatos/mapasfrutales/nogal.pdf>>

82 Disponible en: <<https://reportes.odepa.gob.cl/#/catastro-superficie-fruticola-regional>>

**DISTRIBUCIÓN DE LA SUPERFICIE DE NOGALES, NÚMERO DE HUERTOS Y ÁRBOLES,
DETALLADO POR VARIEDAD**

(Región de Coquimbo - Año actualización 2015 - Tipo propietario: Todos)
(Número de árboles según rango de edades)

VARIEDAD	N.º HUERTOS	FORMACIÓN	PRODUCTO CRECIENTE	PLENA PRODUCCIÓN	PRODUCCIÓN DECRECIENTE	NÚMERO ÁRBOLES	TOTAL (HA)
ACONCAGUA	10	0	60	44	374	478	4,77
ASTORGA 62	1	0	0	0	200	200	1,62
CALIFORNIA	34	0	0	1.863	2.305	4.168	42,64
CHANDLER	116	0	174.963	10.446	842	186.251	604,04
CHILENOS	11	0	0	902	4.692	5.594	59,14
EUREKA	1	0	0	0	469	469	3
EVERHARD	1	0	0	430	0	430	2,06
FRANQUETTE	1	0	100	0	0	100	0,35
HOWARD	1	0	1.020	0	0	1.020	2,50
PAYNE	1	0	0	60	0	60	0,87
SERR	556	0	140.378	243.430	15.545	399.353	1.745,11
TOTAL	733	0	316.521	257.175	24.427	598.123	2.466,10

Fuente: ODEPA - CIREN

Preparaciones y consumo >

.....

Cachito de nuez

Esta es una preparación que goza de enorme popularidad en la región, siendo vendida en mercados, ferias y otros establecimientos.

“En una ollita primero se hace un almíbar, y luego se le echa la nuez molida. Se ponen los cachitos en esas cositas de huevo, pero sobre papel mantequilla, y se van rellenando. Son muy ricos. Antes, si no había papel de mantequilla, lo hacíamos con una hoja de cuaderno, porque son gruesas” (Norma Valenzuela, Andacollo).

.....

Mermelada con nueces

“La nuez era muy preciada, entonces a los niños les ponían en el pan cualquier mermelada y arriba le tiraban nueces picaditas” (Carolina Herrera, Coquimbo). Asimismo, la mermelada de alcayota con nueces y las empanadas rellenas con esa preparación son muy comunes en Monte Patria, como informa Paola Díaz.

Nueces escabechadas

Respecto a la selección de las nueces para esta receta, Bernardita Gallardo, de Las Mollacas, recuerda que su abuela, “cuando estaba la nuez verde, le enterraba una aguja, si pasaba al otro lado estaba justa, porque todavía no estaba dura la cáscara y esa era la que echaban para el escabeche”.

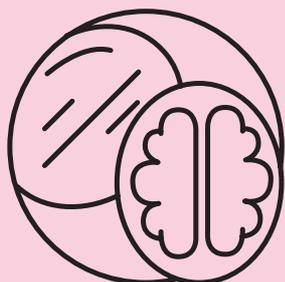
“Esta preparación la aprendimos de una señora de Pulpica, que ya tiene sus años y que su abuela se la enseñó. Hay que sacar las nueces en febrero, cuando tiene una florcita pequeña, ahí hay que sacarla y pincharla, si es que pasa un palito ahí está buena. El procedimiento es de 15 días, se deja desaguando la nuez entera, con cáscara, para sacarle todo lo que es amargo. Después de los 15 días se saca y se deja un día en vinagre, después se seca, pero bien seco y se envasa. Puede ser en aceite o en vinagre, y el mejor es el vinagre casero de vino tinto. Antes se hacía mucho, pero la gente se está olvidando” (Liliana Rodríguez, Monte Patria).

Piñonates

“Se hace con almíbar que empezó a volar el pelo, nuez molida y ralladura de naranja. Con una cuchara voy sacando y con otra los voy poniendo en papel mantequilla antes que se enfríe la mezcla” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).



PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



La nuez es un fruto seco, es decir, su contenido de humedad es bajo (cerca del 6-7%). Como semilla, este fruto seco tiene un alto contenido de grasas (cerca del 50%) y un buen aporte de proteínas (13%) (Schmidt-Hebbel et al., 1990). Al igual que ocurre con otros frutos secos, como la almendra, si la nuez se consume con la delgada película de color pardo que la recubre, su aporte de fibra dietética y de antioxidantes es mayor que si se consume pelada. Es una muy buena fuente de compuestos beneficiosos para la salud, y posee una composición de ácidos grasos y un elevado contenido de tocoferoles y otros compuestos liposolubles que contribuyen a sus propiedades saludables (Lutz y Luna, 2016).

OLIVO

Nombre científico: *Olea europaea*

El cultivo de los olivos es sin duda un patrimonio alimentario de la región, dando origen a la *constelación de la aceituna*, que tiene sus inicios en el periodo colonial y da especial impronta a pueblos como Los Choros. Pero también hay datos de que en La Serena su existencia ya estaba registrada en el siglo XVIII. El historiador Jorge Pinto relata que en 1782 las autoridades de La Serena estaban preocupadas de proteger los olivos: “Teniendo en cuenta la notable escasez de aceite que se estaba notando en la ciudad, el corregidor don Gregorio Dimas Ecahurren mandó el 30 de abril de 1782 a todos los propietarios de olivares, podar los árboles y arrancarles una maleza que llamaban quintal, so pena de dos pesos de multa por cada árbol que no hubiese sido protegido...en tiempos pasados las cosechas eran muy abundantes y que estas habían decaído solo por la desidia de los vecinos...haciendo extensiva la orden a los duraznales que estaban próximos a los olivares” (2015, p. 262).

En la zona de Los Choros la producción de olivos se remonta a la Colonia, existiendo árboles datados por los habitantes como de más de 400 años. Sin duda, en esa localidad la constelación de la aceituna es parte de sus acervos y de su identidad. Algunos de sus pobladores destacan que *“la aceituna arregla cualquier cosa”* (Eduardo Morales, Los Choros). En ese lugar hay una tradición del cultivo de los olivos, así como de la fabricación de aceite de oliva.

Respecto a su origen, Guillermo Morales sostiene que los primeros olivos que se plantaron en Los Choros datarían *“de los tiempos de la Conquista... cuando pasó Francisco de Aguirre, como 400 años tienen algunos acá”*.

Sobre su cultivo, relata que *“la aceituna depende del trabajo que le hagan al árbol”*. La variedad “picual”

se caracterizaría por *“tener un pirulito... Es aceitosita sabrosa. Pero hay que sacarla cuando está madura, morada todavía”*. Por otra parte, Arturo Contreras, del mismo pueblo, dice que antiguamente las aceitunas *“grandes se sajaban y la chica se molía para hacer el aceite”*.

En Los Choros se utilizan simultáneamente diversas tecnologías para la factura del aceite: el uso del marai, máquinas de comienzos del siglo XX y del siglo XXI, aun cuando se mantiene una tradición artesanal y de producción limitada. De ese modo, podríamos decir que en esta producción se observa una síntesis de tiempo y espacio que otorga un fuerte carácter patrimonial a los olivos y a la producción de aceite y aceitunas. Actualmente los saberes heredados, junto a los conocimientos adquiridos por las capacitaciones, recibidas de parte de diversos organismos, garantizan productos de alta calidad y una diversidad de sabores. Así, por ejemplo, en cuanto a los aceites, se distinguen algunos de gusto intenso, plano y suave, siendo estos últimos, de acuerdo con los cultivadores, los que más agradan a los paladares nacionales, mientras que a nivel local los gustos se inclinan por los más intensos. Así, dentro del universo de conocimientos escuchamos que: *“Cuando la aceituna está muy fresca y muy verde, bota menos aceite, el rendimiento es menos; cuando está madura —y depende de cómo haya trabajado el olivo también—, si el olivo se trabaja bien, si se le entregan los nutrientes, el agua adecuada, puede que tengan más rendimiento en cuanto a aceite”* (Arturo Contreras, Los Choros). Asimismo, *“...que el olivo hay que saberlo llevar porque hay que dejarlo como unos 20 días antes de cortar la aceituna, dejarlos sin agua, para que no tenga tanta agua la aceituna, porque la aceituna tiene un 60% de agua”* (María Angélica Ossandón, Los Choros).



En la misma localidad se habla de la existencia de olivos de 400 años, aunque quedan pocos que siguen produciendo. Julia Morales sostiene que *“antes había la pura aceituna sevillana, era súper antigua, de cuando llegaron los españoles”*. Las variedades cultivadas actualmente son la sevillana, manzanilla, picual, arbequina y noche larga. Las aceitunas en verde están destinadas a la mesa y las otras, al aceite. La bodega donde se produce el aceite se denomina *almazara*⁸³. Aunque la mayoría de los productores utilizan máquinas, el uso del marai de piedra todavía sigue vigente y muchos pobladores de Los Choros mandan a hacer su aceite a quienes mantienen esa tradición. Así, la combinación de estas molidoras de piedra con la prensa hidráulica y la máquina de moler carne sigue operando en la fabricación artesanal del aceite de uso doméstico, junto a quienes se han modernizado y utilizan maquinarias que les permiten comercializar su producción.

Las tecnologías de uso común en el pasado por los padres y abuelos de los pobladores de Los Choros son

consideradas como “sacrificadas” por los actuales cultivadores:

“Se sacrificaban hartos los viejos, el trabajo del marai era del hombre y el prensado y la batea era de las mujeres; mi mamá, mi tía, la abuela hacía eso porque ahí había que tener dedicación. Los viejos en el marai tenían que primero prensar, después decantar y el filtrado. Ahora ya existe la filtradora y con un poquito de tecnología ya se va mejorando” (María Angélica Ossandón, Los Choros).

Julia Morales, de esta misma localidad, recuerda:

“El aceite antes se hacía en un marai, se molía la aceituna seca y la negra ahí y después se dejaban. Cuando estaba molido se sacaban a una batea y empezaban a sacar con un cucharón. Ese aceite era puro. Después pasó a hacerlo con lavados, donde la estrujaban y le echaban agua caliente. Eso mi mamá lo vino a hacer cuando

83 Del ár. hisp. alma'sára, y este del ár. clás. ma'sarah. Molino de aceite (RAE).

ya había avanzado su edad, pero mi abuelita lo hacía puramente sacando el aceite de arriba, eso era un trabajo de mujeres. Mi papá las molía, mi mamá las molía en el marai y a veces yo les ayudaba también. Ya después empecé a aprender a moler y todo, porque nosotros teníamos a los abuelos que también tenían harta aceituna y nosotros íbamos a ayudarle. A mí me gustaba ir para allá porque nos pagaban”.

Del mismo modo, entre las técnicas patrimoniales el sajado de la aceituna era una labor clave que realizaban tanto hombres como mujeres con pequeños cuchillos. *“Las aceitunas sajadas las iban tirando a un jarro con agua y le iban cambiando el agua para que bote lo amargo, después ya le ponían sal”* (Guillermo Morales, Los Choros). Julia Morales nos dice: *“También íbamos donde los abuelos a ayudar a sajar con cuchillo... Nos quedábamos hasta las dos de la mañana. Eran unas aceitunas así de grandes, eran tan bonitas, tan sanas las aceitunas”.*

El uso y consumo del aceite de oliva en esta localidad es, como ya vimos, de data colonial, usándose —a diferencia de otras regiones del país— para cocinar todos los alimentos. Aparece como emblemático el pescado frito en aceite de oliva. Del mismo modo, las aceitunas forman parte de la comida diaria y en todas las casas son ofrecidas a las visitas.

El Catastro Frutícola del año 2015 señala que la mayor concentración se encuentra con Ovalle (2.826.999 árboles), seguido por Coquimbo (633.650 árboles) y Los Vilos (60.402 árboles). Dentro de las variedades más recurrentes se encuentran la arbequina, arbusana y frantoio⁸⁴.

◀ Preparaciones y consumo ▶

✿ *Aceitunas sajadas*

Una vez cosechadas las aceitunas pueden ser tratadas con lejía o dejadas en remojo con agua y sal. Estas diferentes técnicas de transformación hacen —según los “choreros”— que la aceituna tenga distinto sabor. Después del proceso de lavado y lejía, se sajan. Estas aceitunas forman parte de la dieta de los habitantes de la región y los(as) informantes han mencionado agregarlas a ensaladas, comerlas aliñadas con limón y con comino, y con queso de cabra. En Los Choros, se utilizan *“con papas, compuestas con cebollitas y con un atún en tarro, eso queda muy rico”* (Julia Barraza, Los Choros).

✿ *Aceite de oliva*

Los (as) informantes relatan que en el pasado el aceite de oliva se usaba para cocinar, y que actualmente se usa más como aliño para las ensaladas. Sin embargo, en la localidad de Los Choros se sigue empleando como fondo de cocción para carnes, pescados y guisos. En la localidad hay una larga tradición de preparación de aceite. *“Antes lo hacíamos artesanal, con la aceituna deshidratada artesanal se molía en piedra y se sacaba en*

⁸⁴ Disponible en: <<http://www.odepa.cl/odepaweb/agrodatos/mapasfrutales/olivo.pdf>>

bolsas de saco, el harnero, ahí se molía y se hace prensado y se lava. Pasa que uno se rompe todo acá [los nudillos] porque el cuesco queda chata'o y eso le rompe los dedos. Un día saca, pero al otro día ya no quiere na... Se usa la aceituna seca, es dura, entonces hay que ablandarla con agua" (Guillermo Morales, Los Choros).

Desde hace algunos años comenzaron a instalarse empresas apoyadas por INDAP para obtener una producción mayor, susceptible de ser comercializada en otros sitios de la región. Un ejemplo de ello es Santo Sazón, quienes nos informan sobre el rendimiento de las aceitunas: *"La aceituna aceitera 5 o 5,5 kilos por litro, ya con la aceituna de acá, la sevillana como 9 kilos por litro. La aceitera a veces arbequina como 5 kilos por litro, es buena, es rentable"* (José Rosas, dirigente de Santo Sazón, Los Choros). Por su parte, Arturo

Contreras especifica que *"cuando la aceituna está muy fresca y muy verde, bota menos aceite, el rendimiento es menos; cuando está madura, y depende de cómo uno haya trabajado el olivo también, si el olivo se trabaja bien se le entregan los nutrientes, el agua adecuada, puede que tengan más rendimiento en cuanto a aceite"*.

Respecto a la forma de producción, en Los Choros los productores locales "arriendan" el marai (ya que existe la opción de pagar en dinero o en producto). Arturo Contreras describe así el trabajo con el marai: *"...el balanceo ahí... va pasando la fruta ahí, se va moliendo, ahí se muele y el resto y ahí se va sacando la masa y se va poniendo en un tiesto, y ahí le va echando un poquito más, le va echando más aceituna"*. A pesar de que este es un trabajo más "demoroso", se reconoce que su sabor es mejor, *"es más rico"*.

.....*..... *Aceituna seca*

Se utiliza para acompañar el mate; *"antes también era una comida o una colación para los pastores de campo"* (Guillermo Morales, Los Choros).

.....*..... *Aceitunas arregladas*

"Cuando las aceitunas están un poco secas, o llevan un tiempo, usted les coloca limón y encima aceite de oliva y vuelven a estar como recién hechas" (Orfelina Guerrero, Los Choros).

.....*..... *Pan con aceitunas*

"Acá comemos aceitunas a toda hora, usted ve que no falta en ninguna casa tener un platito de aceitunas para ofrecer. Las aceitunas con pan es algo que seguimos comiendo, en vez de mantequilla o cualquier cosa, con aceitunas es lo que más nos gusta"

(Orfelina Guerrero, Los Choros).

.....*..... *Aceitunas al tomillo*

"Ingredientes:

200 grs de aceitunas verdes, ¼ taza (60 ml) de aceite de oliva, 2 dientes de ajo machacados, 1 cda de tomillo.

"Preparación:

aplastar levemente las aceitunas con el lado plano de un cuchillo. En un frasco de vidrio poner todos los ingredientes, tapar y agitar para mezclar. Dejar marinar a temperatura ambiente 24 horas, luego refrigerar por lo menos dos días. Se puede guardar por varias semanas" (La Serena a la carta, 1990, p. 20).







PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



El aceite de oliva destaca por su particular composición de ácidos grasos, entre los cuales predomina el ácido oleico (monoinsaturado) en valores superiores al 60%, llegando a más de 80% según la variedad de aceitunas (USDA, 2016). Además, este aceite no se refina, por lo que su carácter extravirgen le otorga propiedades saludables debido a la presencia de numerosos compuestos saludables, como antioxidantes. Uno de los responsables de la alta capacidad antioxidante del aceite de olivas es su contenido de vitamina E, que se suma a una amplia variedad de compuestos del tipo de los polifenoles, que también es muy variable, dependiendo de la variedad de aceituna, su madurez y el procesamiento del producto.

PALTA

Nombre científico: *Persea americana*



La palta es un fruto patrimonial con antigua raigambre en la región: “La palta se cultiva hoi en el norte i centro de Chile”; su etimología es aymara (Lenz, 1910, p. 548). Aun cuando en la región hay diversos tipos de razas de palta, como las guatemaltecas, las mexicanas y antillanas, es la denominada “palta chilena” (una variante de piel negra) la que constituye un patrimonio alimentario de la zona, así como la llamada “palta mantequilla” de la zona de Ovalle. Se produce en todos los valles, pero la que se cultiva en Elqui es la más renombrada, con sus tipos verde y negra. Además, es común encontrarla en los patios de los hogares, plantadas de un simple cuesco que “uno solía tirarlo al mismo huerto, y volvía a salir un palto, estaba lleno de

paltos; o de las mismas paltas que iban cayendo y que nadie se comía” (Irma Petit, La Serena).

Bernardita Gallardo, de Las Mollacas, recuerda que cuando era pequeña “no había la típica palta Hass de ahora. Había la palta elquina, la otra era la palta californiana, en la casa había mucha, era una palta grande que se saca en septiembre, está durante todo el año y parece una botella. Tiene una cáscara verde y medio rugosa. La elquina es a la que también le llaman negra o negra de la cruz, que tiene una piel delgadita, entonces se comía con cáscara, esas se caen [del árbol] cuando están casi listas”. También advierte que “hay que comérsela no cuando está muy madura, porque tiene hilacha. Cuando está a punto no tiene hilacha, le sale cuando madura”.

Por su lado, Franco Vicencio, de Monte Patria, informa: *“También hay una llamada ‘paltina’, es una palta chiquitita, como una aceituna. Es como mi dedo, redondita por los dos lados. Las pescas, la untas en sal y se come entera. El cuesco es tan chico que ni se siente”*.

Existen diversos saberes respecto a las propiedades de la palta; uno muy extendido es el de raspadura de palto para los resfríos, así como el uso de las hojas de palto para el mismo fin. Por otro lado, se nos informa que cada variedad que se produce tiene su momento; en primer lugar, a partir de febrero, se cosecha la “palta chilena”:

“La de cáscara finita y no es grande, sino que es chicon. Ahora sale injertada, que son más grandes no más, pero no es el mismo sabor, que la que es palto antiguo, tiene ese sabor a almendra que se llama, porque hay que comerla con cáscara, porque la cáscara le da el sabor distinto” (Marcos Millas, Feria Modelo de Ovalle).

Luego se encuentran la “negra” y la “cruz”, a partir de marzo. Entre marzo y abril aparece la “palta mantequilla”, característica por su color verde claro y piel lisa.

Durante el invierno, desde mayo en adelante se encuentra la “palta fuerte”, que hace algunas décadas se denominaba “californiana”, y en el mes de agosto comienza la temporada de las variedades de los árboles “macho” o polinizadores, Edranol, Sutano y Deico. Estas variedades tienen la función de polinizar a las otras para producir frutos de mayor tamaño. La “palta Hass” hace su aparición hacia comienzos del verano; aquellas que maduran al sol tendrán la cáscara negra, pero las que maduran bajo la sombra del propio árbol tomarán una coloración más bien rojiza, razón por la que la llaman “guatita de sapo”. Su pulpa tiende a ser de un tono amarillento, más firme y de sabor particular.

Respecto a la distribución actual de este producto, el Catastro Frutícola del año 2015 señala que la mayor concentración de árboles se encuentra en Ovalle (1.288.276), Illapel (944.970) y Salamanca (553.710). Respecto a las variedades, destacan la “Hass”, “Edranol” y “Bacon”.



< Preparaciones y consumo >

Palta chilena cruda

“Nosotros comemos la palta como fruta, a veces en vez de llevar fruta se lleva una palta, sobre todo las del valle, no se ocupa sal ni nada. La cáscara tiene un sabor especial. Cuando éramos chicos nos pedían que fuéramos a buscar paltas al árbol y uno llevaba unas pocas paltas y las otras se las iba comiendo, así era” (Irma Petit, La Serena).

Palta chilena con cebolla

“La palta chilena cuando está bien madura se pasa por cedazo y se le agrega cebolla cortada en cuadritos muy finos, se aliña con sal y un poco de limón” (Irma Petit, La Serena).

Palta rellena

“Se hace con un poquito de cebollita en cuadrito, un poquito de mayonesa y le colocas lo que quieras; si no hay nada, pura cebollita no más y bien decorado con mayonesa” (Bernardita Gallardo, Las Mollacas).

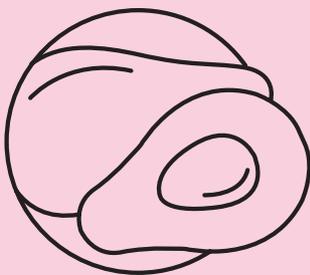
Causeo de palta

“Es cualquier tipo de carne a la que se le pica palta, cebolla, queso y limón” (Carolina Herrera, Coquimbo).

Palta con charqui

“Se corta cebollita pluma, la palta en gajos, se le agrega charqui y aceitunas sajudas” (Irma Petit, La Serena), y “también se le puede poner un poco de tomate en cubito” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



La palta destaca por ser un fruto alto en grasas (15-19%), con bajo contenido de proteínas (1,3-2%) y de hidratos de carbono (5,5-8,5%), y con 6-7% de fibra dietética (Schmidt-Hebbel et al., 1990; USDA, 2016). Las grasas de la palta son de muy buena calidad, destacando un alto contenido del ácido graso monoinsaturado oleico, además de componentes lipídicos beneficiosos como tocoferoles (vitamina E), fitoesteroles, carotenoides, entre otros (Villar, 2016).

PAPAYA

Nombre científico: *Carica papaya*



La papaya es una especie de la familia de las caricáceas, “...propio de las zonas cálidas, coronado por hojas palmeadas...tronco fibroso y de poca consistencia, provista toda la planta de un látex abundante, que por contener un fermento parecido a la pepsina, actúa sobre las materias albuminoideas descomponiéndolas en peptonas. Su fruto es la papaya y se cultiva especialmente en el Norte Chico” (Morales Pettorino, 2015, p. 200). Rodolfo Lenz (1910) define *papaya* como: “fruto mui preciado del árbol. Del Perú las menciona Ovalle...el nombre hoy mui común del árbol *Carica papaya*. Se cultiva en el norte y centro de Chile. Etimología: está en los diccionarios quechuas... pero según Oviedo el nombre es de Haití” (p. 563).

La variedad local se conoce como “papaya chilena” y su origen está en La Serena, pero también encontra-

mos producción en la zona de Huentelauquén. Esta variedad requiere de un clima costero de influencia marina, pues es sensible a las heladas. Actualmente el cultivo de la papaya se ve amenazado por la presión de las inmobiliarias en la ciudad de La Serena. En términos estadísticos, el Catastro Frutícola de año 2015 señala que la mayor concentración de papayos se encuentra en La Serena (133.679 árboles), Canela (59.992) y Coquimbo (51.097), siendo la variedad más cultivada la “Caricajuda Maren”⁸⁵.

Se trata de una fruta de carácter patrimonial e icónica que identifica a dicha localidad. Sus habitantes las cultivan en sus casas para consumo familiar, así como en grandes plantaciones para la explotación co-

85 Información disponible en: <<https://reportes.odepa.gob.cl/#/catastro-superficie-fruticola-regional>>

mercial de diversos productos derivados de ella. De ese modo, encontramos grandes y pequeñas fábricas que se dedican a procesarlas bajo distintas formas. La cosecha de la papaya es realizada mayoritariamente por mujeres, toda vez que se piensa que requiere de un trabajo “delicado”. Su cosecha es a mano y siempre con guantes, debido a la enzima papaína que contiene y que irrita la piel. El trabajo de los hombres en la producción de papaya se vincula con el riego, la fertilización y el acarreo (Tonya Romero, La Serena).

Su carácter emblemático para la zona queda de manifiesto en el hecho de que la fiesta de la Universidad de La Serena se llama “fiesta papaya” y existe el chilenismo “apapayarse” para el “ingerir mucha papaya, en forma sólida o líquida” (Morales Pettorino, 2006, p. 122).

Asimismo, este carácter patrimonial se refleja en la memoria que guardan las familias de la zona respecto a los usos contemporáneos y del pasado de este fruto:

“...antiguamente con la papaya hacían jugos, usaban la cáscara de la papaya; con las pepas también hacían jugo porque estas vienen con muchas vitaminas y ese jugo lo ocupaban generalmente para los resfríos. La cáscara también se

ocupaba para hacer mermelada... También, antiguamente con las carnes usaban mucha papaya porque las ablandaba, ahora sabemos que tiene papaína, que es una enzima que sirve para eso, antes era una cuestión de cultura ancestral no más” (Irma Petit, La Serena).

El procesamiento de la papaya depende del tipo de producción de que se trate: casera, artesanal o industrial. Los procesos tradicionales consistían en pelar la fruta a mano con un pelador o cuchillo afilado (hoy día utilizan sodio o lejía para esta tarea), siendo esta labor la más compleja.

Respecto a su consumo, la papaya no puede comerse cruda, “*porque si usted se come una cruda le queda boquera, cuando chica te decían ‘no te comas la papaya’; pero yo igual la comía con azúcar y después la boca me quedaba doliendo, muy ácida, pero igual era exquisito*” (Irma Petit, La Serena). No obstante los efectos de comer la papaya cruda, los niños de la zona jugaban a competir por quién comía más papayas; “*después quedábamos con la trompa así [hinchada], igual nos pillaban que habíamos comido papaya*” (Julio Rojas, Ovalle).

< Preparaciones y consumo >

Existe en la región una enorme variedad de recetas dulces y saladas para consumir la papaya. Una síntesis del uso de la papaya en sus diversas modalidades la leemos en este testimonio:

“Las papayas, te digo que no se pierde nada. Las papayas, la que sabe hacer el dulce de papaya... Fíjate que la papaya se ocupa todo, hasta la cáscara. Porque tú pelaste la papaya, guardaste la cáscara, le sacaste todo lo de adentro, las pepas, las semillas, todo. Y se echan a cocer las papayas, por ejemplo, si quieres hacer papayas confitadas. De-

jas remojando las papayas, porque hay que dejarlas remojando con azúcar, y cuando el azúcar está totalmente disuelta, al otro día recién, las pongo al fuego para darles la consistencia, para hacer unas papayas al jugo, o en almíbar, qué sé yo. Y las pepas, yo las echo con un poco de agua a la juguera y le dio un toque, eso nomás, cosa que suelte esa cosa gelatinosa... esa cosita blanquita que tiene. Y con eso, hago un jugo de papaya o una miel de papaya. Y con la cáscara, 1,2,3... [ruido de triturar], mermelada” (Zenobia Anais, La Serena).

Del mismo modo, hemos registrado otras formas, como turrón de papaya, pulpa, jugo, torta de merengue con papaya (mencionada por Mariana Alcayaga, La Serena), pollo con papaya (en La Serena a la carta). Asimismo, en el comercio regional se encuentran

distintos tipos de dulces que se hacen con esta fruta. Aquí incluimos aquellas que se fabrican en las casas o que forman parte de la memoria gustativa hogareña de los habitantes de la región.

.....

Jarabe de papaya

Versión 1:

“Antes lo llamaban ‘miel de papaya’, pero como dicen que la única miel es la de abeja, entonces le decimos ‘jarabe’. Se ocupa para postres, para frutas y se usaba para el macho ruso” (Irma Petit, La Serena).

Versión 2:

“Separas lo que vas a usar para la conserva, con canelita así como postre y en una parte dejas todo lo que es la cáscara, lo que pelaste y lo cocinas con las pepas, un poco de azúcar y agua. También le echas la carne de la papaya” (Carolina Herrera, Coquimbo).

Versión 3:

“Ingredientes:

12 papayas pequeñas, en mitades, con las semillas; azúcar, 1 clara de huevo batida.

“Preparación:

en un recipiente poner el agua y papayas; dejar reposar 12 horas. Colocar y estrujar las papayas para obtener la mayor cantidad de jugo. Colocar el jugo en una hora y entibiar a fuego bajo. Volver a colar en un linón o gasa. Pasar la cantidad obtenida de jugo y pesar igual cantidad de azúcar.

“En una olla colocar el azúcar y preparar un almíbar no muy grueso. Retirar del calor y agregarle el jugo de papaya y la clara de huevo. Batir unos minutos y volver a filtrar en una gasa o linón. Volver al fuego y hervir 5 minutos. Enfriar y envasar en botellas de vidrio” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 200).

.....

Papaya en conserva/al jugo

“Las papayas se pelan a mano, yo las pelo con cuchillo. Después, tú le cortas la punta y el poto, le sacas con una cuchara las tripitas y las dejas así. Después que las lavas, porque siempre queda más de alguna pepa, tú las miras, las lavas y más de alguna queda. Se echan a cocer con agua, y cuando hierve las tocas para que no queden tan blandas, y tampoco tienen que ser duras, que entre como la uña, que la puedas palpar y ahí están buenas. Las sacas, y tienes después en otro lado el agua con azúcar, y yo le echo un poquito de colorante, no le echo ninguna otra cosa, para que tengan color, si no se ven muy feas. Muchas personas lo hacen con soda cáustica, pero después se ven feas, desnutridas y enfermas. Entonces, vienes y le echas azúcar, yo le echo harta porque mi abuela los hacía así. En esos años también las hacían en almíbar, se usa mucha azúcar porque es peso, pero ya nadie lo hace porque la gente está enferma” (Marcia Ossandón, La Serena).

.....

Papayas con crema

“Era muy común comer papayas al jugo con crema en tarro. La gente compraba para regalos o para ocasiones especiales, porque eran caras. También hoy día es un postre que se consume” (Marcia Ossandón, La Serena).

“Mi abuela materna lo hacía para el postre dominical, y le ponía canela y clavo de olor, después fue más moderno ponerle crema” (Carolina Herrera, Coquimbo).

.....*

Compota de papaya

“Ingredientes:

3 papayas frescas, 1 taza (240 ml) de agua, $\frac{3}{4}$ taza (150 grs) de azúcar, 1 palo de vainilla.

“Preparación:

con un cuchillo afilado pelar las papayas y cortar en mitades. Con una cuchara retirar las semillas de la fruta y colocarlas en un linón o gasa. Formar una bolsa con las semillas y amarrarla con un cordel.

“En una olla colocar el agua, azúcar, palo de vainilla y bolsa con semillas; llevar a ebullición y agregar las papayas. Hervir hasta que estén blandas sin sobrecozer. Retirar del fuego y dejarlas enfriar en el líquido. Retirar el palo de vainilla antes de servir. Las papayas se pueden servir solas en el almíbar o acompañadas de crema líquida. Para 3-4 personas” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 145).

.....*

Bombones de papaya

“Los bombones son como la mermelada, pero más espesa. Por decirte, para la mermelada se le pone 70% azúcar, y para los bombones tienes que ponerle un kilo. Entonces te queda más espeso, y después que está como seca, pescas eso con azúcar y lo haces redondito” (Marcia Ossandón, La Serena).

.....*

Papaya confitada

“Antes era una tradición hacer la papaya confitada, y era una tradición de todas las casas y una manera de poder tener fruta en el invierno” (Irma Petit, La Serena).

“Las papayas se pelan, se les saca la tripita y le tienes que echar harta azúcar. Entonces lo haces en un olla grande o paila, y le vas dando vueltas, pero también ahora como que vienen de tan mala calidad, tú como que las vas moviendo mucho y se te rompen demasiado. Tú tienes que darlo vuelta porque así te quedan más parejitas” (Marcia Ossandón, La Serena).

.....*

Bolitas de papaya

“Ingredientes:

papayas frescas, azúcar, una cda de gelatina en polvo sin sabor disuelta en agua para 1 kilo de fruta.

“Preparación:

Cortar y eliminar la punta de las papayas; pelar las frutas y colocar en una olla con agua; llevar a ebullición, hervir 1-2 minutos y retirar del fuego; estilar. Cortar las papayas en mitades y eliminar el centro con las semillas. Moler las papayas en la máquina de moler carne y pesar la pulpa. En una olla colocar la fruta molida y agregar el mismo peso en azúcar. Añadir la gelatina disuelta. Llevar a ebullición, reducir el calor hasta que la mezcla espese y esté de punto. Retirar del fuego y dejar enfriar hasta el otro día. Con la ayuda de una cucharita sacar una porción de mezcla y colocarla en un recipiente con azúcar. Formar las bolitas con la mano, revolcando en el azúcar; secar las bolitas al aire” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 191).

.....*

Serena Libre

“Ingredientes:

cubo de hielo, 1/3 taza (80 ml) de pisco (de 30°), 2/3 taza (160 ml) de néctar de papaya.

“Preparación:

En un vaso alto colocar un cubo de hielo, pisco y cubrir con el néctar de papaya. Revolver y servir de inmediato. Para 1 porción” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 13).

.....*

Mermelada de papaya

“Hasta la cáscara se usa para la mermelada. Tú cortas la punta, le abres la guatita y le sacas lo feo no más. Lo echas con cáscara. Antes se hacía con esas máquinas de moler carne. Después le echas harta azúcar y la dejas a punto” (Marcia Ossandón, La Serena).

“Generalmente la medida es una taza de carne por una taza de azúcar. La papaya tiene que ir picada en cuadradito, para que la sientas cuando la comes” (Carolina Herrera, Coquimbo).

.....*

Miel de papaya

“Con las pepas se hace la miel. Tomo las pepas, las paso por un colador, las sacas y las echas a hervir. En un litro de esa pulpa que te sale con un kilo de azúcar, y la haces hervir y hervir, y eso te queda como miel” (Marcia Ossandón, La Serena).

.....*

Papaya cruda con azúcar

“Las mejores papayas son las de Serena. Porque la papaya de Quillota no es buena, aquí comemos con azuquítar la papaya, hacerle un hoyito, oye que es rica pos... Se come cruda, aunque muchos tienen recelo de comerla cruda, pero la papaya serenense, tú le haces un cortecito y le pones azuquítar... qué rico. Exquisita. Yo me he comido la papaya cruda, después, la cortas, le pones harta azuquítar ahí, y te comes eso. Exquisita” (Zenobia Anais, La Serena).

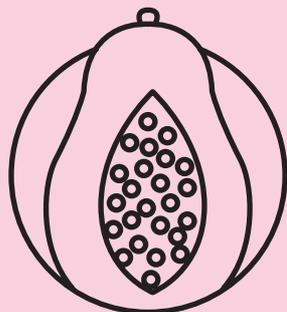
.....*

Papaya frita

La papaya pelada y cortada en láminas se pasa por un batido de huevo, canela, harina y un poco de azúcar y se fríe en aceite muy caliente. Se puede hacer lo mismo con manzanas y peras.



PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



La papaya es un fruto alto en humedad (93,2%), por lo que su aporte en macronutrientes es bajo, destacando su contenido de minerales y vitaminas, como es el caso de la vitamina C (26 mg/100 g) (Schmidt-Hebbel et al., 1990). Su contenido de fibra dietética total es de 3,5%, con 2,3% de fibra del tipo insoluble (Pak, 2003).

PEPINO DULCE

Nombre científico: *Solanum muricatum*

El pepino posee un fuerte carácter emblemático en la región y su producción es conocida ya en periodos coloniales. Ovalle nos informa: “...porque fuera de las de Europa y otras propias de la tierra, tienen dos muy buenas: la primera es un género de pepinos muy dulces y que no se mondan porque la cáscara o tela de encima es muy sutil, lisa y delicada de color entre blanco y amarillo, listado todo de un fino morado” (Ovalle, 1969, en Ampuero y Vera, 2011, p. 29).

El pepino dulce pertenece a la familia de las *Solanaceae* y se trata de un producto propio de la región de Coquimbo, un alimento que caracteriza e identifica a sus habitantes. En términos físicos, es pequeño, alargado y con manchas. Es considerado un frutal menor que se reproduce por estacas, y los productores una vez que lo cosechan sacan los esquejes y los dejan para el año siguiente. Los productores de pepino dulce se concentran en Ovalle hacia la costa, debido a que es un cultivo que no soporta heladas ni cambios de temperatura.

El 80% de pepino dulce producido a nivel nacional se cosecha en la región de Coquimbo, particularmente en el valle del Limarí, en Cerrillos de Tamaya. El pepino de la zona destaca por su dulzor.

Roberto García —de La Cantera, en Coquimbo— comenta que “antes se sembraba mucho pepino... Hay dos en la zona, la de aquí y una planta que vino del sur. El de la zona es más duro, de otra forma, y el sureño es rayadito, moradito”. Sobre su forma de producción, se hace a través de “ganchos, a la matita usted le saca un par de ganchos y esos se van plantando en la tierra como una cuarta. Se va dejando un corte de mata para plantar el otro año... se planta por melga”. Respecto a la siembra, el mismo informante cuenta que se puede plantar en cualquier época del año y se cosecha “cuando está pintón y maduro, tiene que tener la puntita amarilla”.

El Instituto de Investigaciones Agropecuarias (INIA) reconoce que en la zona existirían cerca de 89 variaciones genéticas de este fruto en la zona del Limarí. Asimismo, investigaciones llevadas a cabo por FIA e INIA Intihuasi concluyen que el estudio logró captar 162 ecotipos en las regiones de Coquimbo y Valparaíso, de los cuales 129 se encuentran en Cerrillos de Tamaya, comprobando que es esa zona la más rica en recursos genéticos.

< Preparaciones y consumo >



Normalmente se consume fresco, como postre de fruta, pero también “se puede hacer néctar, mermelada, jugo” (Liliana Rodríguez, Monte Patria).



PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



El fruto es muy húmedo, conteniendo un 92% de agua. Desde el punto de vista nutricional, su aporte más relevante es de minerales y vitaminas, destacando la vitamina C (26 mg/100 g) (Schmidt-Hebbel et al., 1990). Es una fruta de bajo contenido de fibra, al consumirse sin su cáscara, con 0,8% de fibra total, del cual 0,6% corresponde a la fracción insoluble (Pak, 2003).

PERA

Nombre científico: *Pyrus communis*

En la región la pera posee una alta valoración gustativa y patrimonial; los habitantes reconocen variedades. Así, por ejemplo, la “pera de pascua” “...es la que madura en diciembre y son así chiquititas. Son redonditas, pero chiquititas. Cuando están maduras son amarillas. Las comíamos como fruta” (Norma Valenzuela, Andacollo). Asimismo, esta variedad: “Al jugo la consumíamos, pero era harta pega porque es chiquitita y hay que pelarla, pero intensa. Ahora ya no queda mucho en el Elqui, la he encontrado en Cochiguaz y en Diaguitas” (Carolina Herrera, Coquimbo).

También se distingue la “pera tonta”, que “...se come así no más. Se le llama ‘tonta’ porque no se podría hacer nada más con ella. Es muy harinosa, de mala calidad. Yo siempre me acuerdo de la pera tonta. Sale en septiembre, son de las primeras” (Norma Valenzuela, Andacollo).

En términos estadísticos, el Catastro Frutícola del año 2015 señala que la mayor producción de peras se encuentra en Ovalle, donde se cultivan principalmente las variedades Forrelle, Danny y Coscia⁸⁶.

◀ Preparaciones y consumo ▶

.....*..... *Pera al rescoldo*

“Estas peras al rescoldo, se hace con una pera cualquiera que se hace en una ceniza, en unas brasas, se llena, se cubre de estas cenizas calientes y se deja toda la noche... Al otro día está con su juguito y un sabor a brasa así como ahumado... Esa pera al rescoldo la conocí de mi abuela, en realidad todo viene de ella...” (Felipe Rivera, La Serena).

.....*..... *Empanada de pera*

“Hay que hacer un puré con peras maduras con canela, clavo de olor... Se rellena la masa; son al horno, y se le pone como un almíbar arriba, porque son brillositas. Mi tía abuela hablaba harto de estas empanadas” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).

86 Información disponible en: <<https://reportes.odepa.gob.cl/#/catastro-superficie-fruticola-regional>>

.....*.....

Compota de pera en café

“Ingredientes:

4 peras, peladas y sin el centro; 1 limón, su jugo; 1 litro de café cargado; 1 ⅓ tazas (265 grs) de azúcar.

“Preparación:

Cortar las peras en mitades y frotar en jugo de limón. En una olla gruesa, mezclar el café con el azúcar y calentar a fuego medio. Agregar las peras; el líquido debe cubrir las peras; cocinar a fuego bajo o hasta que estén blandas. Retirar las peras a un bol, reducir el líquido a la mitad, retirar del calor y dejar enfriar. Verter sobre las peras y refrigerar. Para 6 personas” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 145).



(5)



UVA

Nombre científico: *Vitis vinifera*

La uva es un producto patrimonial de la región, y es uno de los elementos emblemáticos de la *constelación de las frutas*. Su cultivo es de larga data y posee registros coloniales que dan cuenta de su profunda raigambre en la zona.

En el siglo XVIII todo el valle del Elqui “...estaba destinado a la plantación de viñas, actividad que derivó en la fabricación de vinos y aguardientes que alcanzaron notable celebridad en los asentamientos mineros, en Valparaíso y aun en Lima. Era, pues, la vitivinicultura la principal actividad en el curato” (Pinto, 2015, p. 25).

Es así como Julian Mellet, en su paso por La Serena cerca de 1814, escribe que “en esta ciudad se hace uso de la Sangría, bebida hecha con vino, agua, a lo que se le pone azúcar, canela molida y un poco de jugo de limón o de otro ácido. El mayor gusto que se puede dar a las niñas, es invitarlas a beber sangría, medio por el cual el hombre puede seducir fácilmente al bello sexo” (Mellet, 1959, en Ampuero y Vera, 201, p. 96). El mismo autor señala que en esta zona “hacen gran comercio con los vinos y frutas secas que provienen de sus cosechas de hermosura y gustos superiores, que envían a otros países” (Mellet, 1959, en Ampuero y Vera, 201, p. 92).

Por su lado, Gabriela Mistral, en la década del 30 del siglo pasado, nos dice que las viñas elquinas no son tan altas “...como la italiana que se balancea en sátiro danzante, tan sobria y apocada como la cepa francesa, sino una viña de altura mediana y de especies escogidas, porque las familias plebeyas se han ido reemplazando vigiladamente. Son las moscateles menudas y transparentes, las sanfranciscos gruesas y largas y las que allá llamamos uvas del gallo, grandotas y rendidoras” (2015, p. 28). En otro escrito agrega: “...o está lo más común la viña crespá y latina, el viñedo romano y español, de cepa escogida y cuidada” (p. 36).

Actualmente, ya sea destinada a la elaboración de vino y pisco o como uva de mesa para exportación, su importancia radica en que les da una fuerte característica a los paisajes donde se cultiva. Es interesante señalar que el vino tiene un día nacional, el 4 de septiembre, que otorga especial identidad a las viñas y cultivos con denominaciones de origen, como las de la región de Coquimbo.

El trabajo implicado en la producción de uvas es un ejemplo representativo de la labor de las mujeres temporeras, que se han transformado en un símbolo del trabajo en el modelo exportador de materias primas chileno. El valle de Elqui tiene gran relevancia por la uva pisquera y por la imagen corporativa del pisco (Control y Mistral). Junto a estas empresas operan dos grandes cooperativas, que son Capel y Control, la primera con alrededor de 1.100 productores y la segunda con 600. Los pequeños productores entregan una cuota a las cooperativas, quienes les imponen un mínimo de acuerdo con la cantidad de hectáreas. Estas cooperativas son de gran tamaño, pero también hay productores con una pequeña producción, definida así cuando elaboran alrededor de 12.000 botellas, y mediana producción, que es cuando se sobrepasa las 80.000 botellas.

La historia vitivinícola norchilena se remonta, según el historiador Pablo Lacoste (2016), a mediados del siglo XVI. El 4 de septiembre de 1545, en La Serena, Pedro de Valdivia redactó una carta al emperador Carlos V en la cual se reivindicaba (por primera vez) la importancia del vino en un documento escrito en Chile. Es entonces que, a partir de esa iniciativa, se mandaron vides para plantar en el valle de Copiapó y Elqui, entre otros, para dar inicio así a la vitivinicultura chilena (p. 77).

La memoria campesina de la región recuerda las formas de cosecha de la uva por parte de las mujeres que trabajaban para las haciendas:

“Nosotros nos criamos en un campo de los Covarrubias, con el abuelo de los actuales herederos. Mi mami era dueña de casa, pero hacía también trabajo en las parras, cosas fáciles, como en el tiempo de la corta de uvas, cortaba con los tambores, con la mitad de los tambores. Entonces trabajaba por fichas, por tarro que sacaban se les pasaba una ficha. Yo también trabajé así, en deshojar, que es como se llama el sacar las hojas para que la uva madure” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

Actualmente la agroindustria ha cambiado las formas de producción y recolección:

“Hay pegas que siguen siendo de los hombres, ellos son lo que pasan por entremedio de la melga, sacando las cajas que las mujeres han cortado y las van dejando ordenadas. Eso se lleva al packing, donde hay mujeres que las pesan, seleccionan y embalan” (Franco Vicencio, Monte Patria).

Asimismo, hay evocaciones a los saberes campesinos del pasado:

“Algo que me llamaba la atención de mi abuelo, es que él cuando terminaba la temporada de uva, para mantenerla más tiempo, ellos las envolvían en papel de diario o en ese grueso café de envolver y las sellaban completamente. Se dejaban colgando. Todos los racimos, como la última cosecha son siempre las uvas pisqueras que duran hasta abril principios de mayo. Así teníamos uva hasta agosto y se conservaban así, un poco menos frescas, pero más que las pasas” (Paola Díaz, Monte Patria).

Actualmente, las viñas y los parronales representan — según la información del VII Censo Nacional Agropecuario y Forestal del año 2007— el 8% a nivel regional

y el 9,4% a nivel país de superficie en hectáreas. A su vez, de la superficie regional en viñas, el 80,3% son de tipo pisqueras y el resto, viñas viníferas. El 40% de las viñas pisqueras se encuentran en la comuna de Ovalle (provincia del Limarí) y otro 40% en las comunas de Salamanca (provincia del Choapa), Monte Patria (provincia del Limarí) y Vicuña (provincia de Elqui). Además, el informe de ODEPA señala que el 93,4% de la superficie pisquera nacional proviene de la región de Coquimbo. Respecto a este tipo de uva, cabe destacar *“que está compuesta por unas 25 o 28 variedades, las que más se utilizan hoy en día son la de Alejandría, la de Austria, Pedro Jiménez y Torontel, pero antes también estaba la moscatel amarilla que era de la zona”* (Julio Taborga, Chañaral de Carén).

Los pequeños viñateros destinan un porcentaje de su producción para el autoconsumo y la elaboración de vinos y licores artesanales. Uno de los problemas que enfrenta este patrimonio alimentario son los periodos de sequía, que implican que las uvas concentren muchas azúcares, lo cual conlleva derivar parte de la producción hacia otros rubros (Tonya Romero, La Serena). En el pasado fue muy común la producción casera de aguardiente:

“En la casa se hacía aguardiente, o sea de alta graduación alcohólica. Me acuerdo que mi abuelo tenía de esos alambiques y era así una gotita que caía de alcohol. Lo hacía con las uvas pisqueras [...] muchas veces se podía mezclar con hierbas como menta, yerbabena, apiao, canela, nísperos” (Paola Díaz, Monte Patria).

Por otra parte, respecto a los tipos de producción (artesanal e industrial), estos se diferencian en varios ámbitos, sobre todo a nivel de la técnica. Por ejemplo, en los artesanales:

“Nosotros trabajamos a leña todavía directo, las otras [industriales] tienen a gas, caldera central, tienen una serie de elementos que les pueden facilitar un poco el proceso, porque nosotros tampoco tenemos temperatura no medimos temperatura en el horno, entonces nosotros todo lo



hacemos sensitivo, todo es en base a la experiencia. Una vez traté de convencerme de cambiar de alambiques, pero perdería mi identidad” (Julio Taborga, Chañaral de Carén).

Otro de los grandes derivados de la producción de uvas es su transformación en pasas, destinadas a la comercialización interna y la exportación; sin embargo, la pasa pisquera, por poseer pepas, es considerada inadecuada para el mercado externo, que prefiere las variedades de pasas sin pepa. Un testimonio nos dice sobre el proceso de la pasa:

“Se seca la uva, la gente las pesca y las pone sobre una malla rachel, ponen ahí los racimos ordenados y una vez al día los dan vuelta. Antes se hacía similar. Cuando se corta la uva, cuando se corta el racimo cosechero tiene que limpiar el racimo, se saca todo lo que tiene podrido. Todo lo que queda en la caja de desecho es lo que se compra para pasa” (Franco Vicencio, Monte Patria).

Entre los tipos de uva de la región están la moscatel rosada, de Austria y amarilla. Además, encontramos la cepa torontel, utilizada para la elaboración de vinos dulces, siendo considerada entonces como una “uva vinera”. Otra uva pisquera es la Pedro Jiménez, que es una variedad andaluza, con menor rendimiento de alcohol. Actualmente encontramos estas uvas dulces

“Generalmente en las casas, como la moscatel de Alejandría, hay una que se llama Pedro Jiménez, la rosada esa moscatel [...] estas se han perdido un poco con el tema del pisco, antes había pequeños productores que entregaban a las pisqueras, las cooperativas, pero eso se ha ido perdiendo también” (Paola Díaz, Monte Patria).

< Preparaciones y consumo >

Uva de mesa

Según el catastro frutícola del año 2015 ODEPA-CIREN, la uva de mesa tiene una superficie de producción actual de 8.067 hectáreas con una producción (informada) de 115.809,6 toneladas, cuyo principal destino es la exportación (79,8%) y en menor medida la agroindustria (13,5%). Las principales cepas trabajadas son (corresponde a las variedades y producción informada):

Respecto a su distribución, este mismo catastro señala que la mayor cantidad de parras de uva de mesa se encuentran en Monte Patria, Vicuña y Ovale, con 5.043.655, 3.320.080 y 1.685.661 plantas respectivamente⁸⁷.

PRODUCCIÓN PROMEDIO POR HECTÁREA DE LAS PRINCIPALES VARIEDADES SEGÚN PRODUCCIÓN INFORMADA

VARIEDAD	SUPERFICIE (HA)	DENSIDAD PROMEDIO (PLANTAS/HA)	PRODUCCIÓN PROMEDIO (TON/HA)	EXPORTACIÓN (%)
VID DE MESA				
FLAME SEEDLESS	2.384,5	1.547	18,0	77,6
REDGLOBE	2.123,7	1.488	34,7	83,6
THOMPSON SEEDLESS	1.473,9	1.375	16,6	74,5
CRIMPSON SEEDLESS	972,5	1.172	21,0	80,6

Pasas

Según González (2012), la producción nacional data de finales de los años setenta, cuando surgió como una alternativa rentable para el descarte de la uva de mesa que no cumplía con los estándares de exportación (p. 2). La autora señala, además, que casi no existen plantaciones que se dediquen exclusivamente a la producción de pasas. Por lo mismo, históricamente la industria ha tenido que abastecerse del descarte de uva fresca. Según el catastro agroindustrial hortofrutícola del año 2012, se estima que el 30% de la materia prima proviene de la región de Coquimbo. Además, este estudio señala que las principales variedades que se utilizan son: flame seedless y Thompson seedless, seguidas en menor cantidad por autumn royal, black seedless”, crimson seedless, red globe y superior. Según estimaciones realizadas por el Foreign Agricultural Service (FAS), el 95% de la producción chilena de pasas es para

la exportación y solo el 5% queda en el mercado nacional.

De acuerdo con el presidente del Comité de Pasas de Chilealimentos, en nuestro país tradicionalmente la pasa había sido producida por inquilinos o trabajadores que secaban la uva al sol, sobre los techos de zinc de sus propias casas. Se sostiene que “Chile es el único país del mundo donde su industria de pasas tiene el origen en los descartes de la uva de exportación, por lo tanto, los calibres que se producen son de gran tamaño”⁸⁸.

87 Información disponible en: <<https://reportes.odepa.gob.cl/#/catastro-superficie-fruticola-regional>>

88 <<http://www.portalfruticola.com/noticias/2011/12/05/como-las-pasas-jumbo-de-chile-se-hicieron-un-lugar-en-el-mercado/>>

* *Pisco artesanal*

Según el historiador Pablo Lacoste (2016), el primer pisco surgió en el Corregimiento de Coquimbo, en la localidad de Pisco Elqui, junto al río Claro, veinte leguas al este de La Serena. El primer reporte que se tiene al respecto proviene de la hacienda La Torre en 1733, en el cual se declara en su inventario la presencia de tres botijas de pisco (p. 47). Es así como se fue consolidando como un polo vitivinícola el eje Paihuano-Montegrande. Pisco Elqui se posicionó en la elaboración de este producto a través de diversas haciendas dedicadas a elaborar vinos y destilar aguardientes, entre ellas la hacienda La Torre.

El autor presume que la uva cultivada en esta viña posiblemente era la “uva país” (introducida por los colonos españoles en el siglo XVI), pero que es posible que también se utilizara uva Italia o moscatel de Alejandría (p. 59).

Por otra parte, Lacoste argumenta que el pisco es la primera denominación de origen de América, siendo elevado a esta categoría el año 1931 bajo el gobierno de Carlos Ibáñez del Campo. La destilería del Pisco Wagar, ubicada en Tulahuén, data, según su actual dueño, de 1907. La tradición pisquera en la familia se remonta a cinco generaciones, cuando su tatarabuelo Rafael Camposano comienza a producirlo en la hacienda Cerro Blanco, que adquirió gracias al matrimonio con Escolástica Álvarez. Don Amador Camposano continuó con este negocio y creó el Pisco Celestial Tres Estrellas, uno de los primeros de la zona que contaba con marca registrada, embotellado en vidrio y con su respectiva etiqueta, a inicios del siglo XX. Se hacían dos variedades: el pisco de uva pastilla rosada (hoy llamada moscatel rosada) y pisco “corriente”. También en la zona encontramos el pisco “Ovalle”, que se fabrica desde la época de 1960, y cuya bodega de encuentra en Monte Patria. Sebastián Dabed (descendiente de los actuales dueños) nos cuenta:

“...nosotros plantamos moscatel Italia...en nuestras bodegas [que son de adobe] en un receptáculo se recibe la uva, se hace vino, y ese vino se guarda

en una piscina hasta que decante. Luego se pasa por el alambique, donde se va separando cabeza, corazón y cola. Generalmente la cabeza es de 50 hasta 70 grados, y la cola es de 38 hasta 15 grados... Entonces eso se va separando como en una chimenea gigante de bronce. Una vez hecha la mezcla, se deja añejar por tres años en barricas de roble”.

Respecto al consumo de pisco, Julio Rojas, de Ovalle, nos relata:

“Hace más de 20 años que un cabro nos traía un pisco que era un manjar, era Chañaral de Carén. Yo salía con mis amigos o si iban a mi casa, tomábamos pisco allá, pero yo, purito y los otros me decían: ‘¿Cómo te lo vas a tomar puro? ¡Estás loco! Te vai a curar al tiro’, y yo les decía: ‘No po, es una maldad agregarle lo que sea, eso es echarlo a perder’”.

Sobre el tratamiento del pisco, otro entrevistado indica que este depende de su graduación alcohólica y años de envejecimiento:

“El grado depende, uno saca del alambique un alcohol de 55° que es el caso de nosotros, lo demás deben sacar de 90° porque tienen alambiques industriales, después ese alcohol nosotros los bajamos con agua desmineralizada para darle el de 35° y así... Nosotros hacemos una mezcla de alcohol de tres meses con el de cinco años y llegamos a un punto, ya tenemos el ojo sacado en ese sentido para darle la característica, el color, el sabor, el aroma” (Julio Taborga, Chañaral de Carén).

Respecto a las formas de aprendizaje para la elaboración de este producto, nos dice: *“Todo es autodidacta acá, todo se aprendió, se sabía vinificar no más” (Julio Taborga, Chañaral de Carén).*

* Vino artesanal o vino dulce o vino añejo

Este es una preparación extendida en todos los campesinos y viñateros de la zona, que elaboran este vino casero para abastecerse durante el invierno. Es parecido al “pajarete”⁸⁹ y se lo denomina “vino dulce” o “vino de misa”; es un vino considerado tradicional por los lugareños (Julio Taborga, Chañaral de Carén).

Para confeccionar el vino utilizaban pailas de cobre, lo cocían en leña y guardaban en barricas de greda. Actualmente hay algunos pequeños productores de vino dulce que utilizan uvas antiguas provenientes de parrones caseros. Sabemos que ya se preparaba en 1940 en Tulahuén:

“...mi abuelo hacía 2.000 litros al año y lo vendía al arzobispado de La Serena, en ese tiempo no había camino, había que ir a caballo. Se debe tener alcohol para las fiestas, todos hasta los más modestos tenían un parroncito” (Sergio Narea, Tulahuén).

En esa zona todavía hay productores que siguen haciendo el vino de manera tradicional, lo cual se ha ido transmitiendo desde los abuelos a los nietos, siendo un oficio marcadamente masculino, trabajando a veces la mujer en la molienda.

Uno de los vinos dulces que destaca en la región es el de Chañaral de Carén. Allí se produce un vino con las cepas moscatel de Alejandría, de Austria y rosada. Respecto a la proveniencia de la uva necesaria para su elaboración, un entrevistado destaca que

debe provenir “de la parte alta del valle, porque la baja tiene mucha influencia del mar, entonces las uvas no agarran ese dulzor, ese aroma y todo lo que otorga al vino y después posteriormente al alcohol cuando uno lo destila, abajo cuesta que tome grado, mucha es la acidez. Es la diferencia de temperatura que hace que las uvas de aquí arriba sean más apetecidas y sean más valoradas” (Julio Taborga, Chañaral de Carén).

En Chilecito, ubicado en el valle del Río Grande, comuna de Monte Patria, se encuentra otro productor apreciado por la calidad de su vino dulce o de mesa. Don Hugo Díaz aprendió la técnica de su patrón Antonio Araya, hace más de 60 años, cuando comenzó a trabajar con él siendo todavía un niño

Para su producción selecciona las uvas negras del país, que dan al vino una tonalidad más oscura que otras cepas, idealmente las del final de la temporada, hacia el mes de abril, cuando la uva se hace más dulce. Con esta hace el “caldo”, cocido a leña en paila de cobre durante varias horas, para luego mezclarlo con “crudo”, hasta llegar a 20 grados de dulzor. Durante tres a cuatro meses descansa el vino en pipas de madera, para luego ser envasado. La poca gente que ha tenido la fortuna de dar con el vino dulce de Chilecito lo busca para preparar vainas, beberlo con un toque de pisco o preparar tónicos o remedios macerando charqui, nueces y almendras.

89 Vino licoroso, muy fino y delicado (RAE).





* Mistelas

La mistela es un licor elaborado con la mezcla de mosto de uva, alcohol y alguna fruta o yerba. Generalmente es de sabor dulce, y se toma como acompañamiento de los postres, pero también para recibir a los invitados: *“Me acuerdo que mi mamá cuando iban a llegar visitas, ponía a cocer fruta (duraznos, pera) y al juguito le ponía aguardiente”* (Silvia Muñoz, Canelilla Baja). Carolina Herrera de Coquimbo, sostiene que la proporción para cualquier mistela es media botella con la fruta (azucarada o no) y el resto aguardiente. Se distinguen las siguientes variantes:

Versión 1: mistela de níspero o nisperado

“En Ovalle se venden muchas mistelas, los guindaos, los nísperos. Cuando uno se tercia con esos tragos que venden, hay que comprar el de níspero, se llama ‘nisperado’, pero debe ser con aguardiente, no con alcohol etílico. El mejor aguardiente es el del lado de Río Hurtado, y el cuesco del níspero ¡le da un bouquet, oiga! Usted lo prueba y es igual que comerse la pancora del erizo” (Julio Rojas, Ovalle).

Versión 2: mistela de nuez de carbonillo

“Esta es la nuez del carbonillo. Yo aquí la tengo macerando en alcohol y después en aguardiente que también es de aquí de la zona” (Marta Oros, Carén).

Versión 3: Mistela de yerbas naturales

“Ingredientes: agua ardiente, azúcar; hierbas naturales (Chachacoma, molle, sanguinaria, bailahuén,

canela. Preparación: se hacen hervir las hierbas naturales por unas 5 horas desde las 7 de la mañana hasta las 12 del día, luego se le agrega el agua ardiente y el azúcar y se deja reposar, y está en condiciones de servir bien heladito. Se preparaba para señoritas y caballeros” (Pizarro, 2006, p. 46).

Versión 4: mistela de apio o apiado

“Se hace un hervido de apio, con almíbar y después se le pone aguardiente. Este tónico ayuda al colon irritable y a los gases” (Carolina Herrera, Coquimbo).

Versión 5: mistela de membrillo o licor de membrillo

“Al jarabe de membrillo le ponían aguardiente y eso lo mantenían por un tiempo” (Carolina Herrera, Coquimbo).

Versión 6: mistela de pacul

“Se hace igual, con el aguardiente y es un buen tónico para mejorar la salud” (Carolina Herrera, Coquimbo).

Versión 7: mistela de huesillo

“Le pones los huesillos bien lavados enteros, le pones un buen aguardiente y almíbar. Lo tomo en el invierno” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).

*
.....

Chacolí

Morales Pettorino lo define como un “vino hecho de la uva común del país, ligero y agrio” (2015, pp. 505-506); por otra parte, la Real Academia de la Lengua Española lo entiende como “vino algo ligero que se hace en el país vasco, Cantabria y Chile”. Según el historiador Pablo Lacoste (2015), el chacolí es un vino que se elabora a partir de uvas maduras de la cepa “país”; se lo considera un vino joven, sin envejecimiento en

barrica ni guarda en botella. Además, se divide en dos clases: blanco y morado, que luego derivó en rosado. Desde las primeras décadas del siglo XIX también se elaboró con fines comerciales en la zona central. Este mismo autor considera el siglo XIX como la edad de oro de este producto en Chile, dado que coincide con el periodo justo antes del afrancesamiento de la viticultura chilena.

*
.....

Chatre

Se consigna como un vino usado en las antiguas fiestas que se hace con “*monte de la cordillera*” (Sergio Narea, Tulahuén). Posiblemente la palabra chatre venga de “elegante, lujoso, acicalado, especialmente del ‘huaso endomingado’” (Lenz, 1910, p. 265).

*
.....

Enguindado

Versión 1:

“Con todas las guinditas maduras yo las saco, las lavo bien lavaditas, las seco... después las echo en el frasco, un frasco grande que tengo y las pongo con azúcar al sol. Ahí van dando jugo, después cuando haya hecho harto jugo, le pongo el pisco y lo dejo ahí tapadito, le hecho canelita, clavo de olor y lo dejo ahí... hasta que lo tomamos” (Julia Barraza, Los Choros).

Versión 2: mistela de guinda

“Ingredientes:

guindas ácidas, lavadas; azúcar flor; 1 litro de aguardiente; 2 ½ taza (500 grs) de azúcar granulada; 1 taza (240 ml) de agua tibia.

“Preparación:

En un recipiente colocar las guindas lavadas; espolvorear con azúcar flor y dejar reposar por algunos días hasta que estén jugosas. Luego agregar el aguardiente y dejar macerar en un frasco por lo menos 20 días.

“En una olla colocar el azúcar y agua y preparar un almíbar de pelo, agregarlo al frasco que contiene la mezcla de guindas y embotellar. Para 1 ½ litros” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 11).

.....*.....

Arrope de uva

Majul (2000) define el arrope como “...un jugo de uva que hervido en cobre adquiere el sabor semejante al vino dulce”. En el proceso de recolección de uvas, se escogerían aquellas tardías, e incluso algunas familias utilizarían aquellas rezagadas después de la vendimia (p. 37).

La memoria regional guarda los procesos de esta preparación:

“El arrope de uva lo hacían con el jugo de uva y echaban ceniza y cáscara de huevo. Le quebraban los huevos ahí, entonces la cáscara tomaba toda la borra de la espumita de la uva. Y las cenizas quedaban abajo. Después eso lo estilaban y hacían el arrope de una. Yo lo veía eso de mi abuelo” (Marta Oros, Carén).

En la tradición oral de Tulahuén se describe de este modo el arrope de uva:

“Se necesita uva con un buen contenido de azúcar. Se refrigera y cuele, depositándose el jugo en un fondo de cobre. Se calienta luego a una temperatura no mayor de 55° C. En el jugo frío se agrega ceniza cernida, ojalá esta sea de higuera, en proporción de 1.000 gramos por cada cien litros de mosto. También se le agrega al jugo helado o tibio pedazos de penca de tuna, para posteriormente batir todo juntos por espacio de un buen rato, dejándolo reposar hasta el día siguiente. Una vez terminado el proceso anterior, se cuele este jugo en un saco harinero para retener todas las impurezas que pudieran existir. Terminado de colar el jugo se pone a hervir a fuego lento y una vez tibio se le puede agregar 3 o 4 huevos batidos por cada cien litros de mosto. De nuevo se revuelve para ir sacando la espuma que sube a la superficie. Esto se hace constantemente por un tiempo de 5 horas aproximadamente, hasta darle el punto necesario. Esto se puede probar en un plato, donde al pasar la cuchara, el arrope pueda quedar separado o traslucido con el espesor y gusto adecuado. Por último, el arrope se cuele en una bolsa

o paño, dejando enfriar para ser envasado en frascos limpios y secos” (Pizarro, 2006, p. 45).

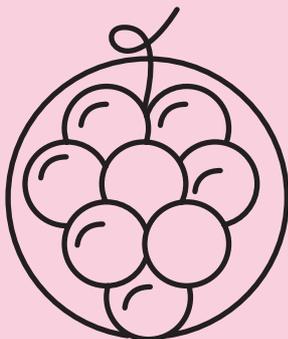
Por su parte, Norma Valenzuela, de Andacollo, cuenta:

“Usted estruja la uva y saca el hollejito, se le echa el puro juguito no más. Después se le va dando punto y para que vaya botando toda esa espuma y esas cosas se le quema ceniza de parra y se le echa de a poco y va quedando clarito. Se le da punto para que vaya quedando espesito no más”.

Asimismo, en Pisco Elqui, Berta Nelly Salazar relata:

“Se aplasta con la bota, lo hago pasar por un cedazo y lo paso a la paila. A eso hay que ponerle ceniza de higuera. Se separa todo el mosto y queda el puro caldito. A ese hay que darle punto. Después yo bato dos huevos (para una paila de 300 litros) hasta que quedan líquidos y eso se lo pongo cuando está tibio el jugo. Con eso la ceniza se levanta, y la voy sacando con un espumador. Hay que estarlo cuidando porque el arrope se sube igual que la leche. Como no se le pone azúcar, tiene que quedar bien negro, para que sea dulce. Le pongo uva pastilla en general. Tienes que sacarle toda la espuma, se tiene que levantar [como la leche] tres veces antes de sacarlo, para que quede espesito” (Berta Nelly Salazar, Pisco Elqui).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Las uvas presentan una composición química que depende en gran medida de su variedad y las condiciones de cultivo (Lutz et al., 2011). En general, las uvas contienen alrededor de un 80% de agua, muy pocas proteínas (menos de 1%), casi nada de grasas y alrededor de un 15% a 20% de azúcares (USDA, 2016). En esta fruta destaca su contenido de una amplia variedad de compuestos saludables del tipo de los polifenoles, tales como flavanoles, flavonoles, ácidos fenólicos, estilbenos, antocianinas, todos ellos de reconocida capacidad antioxidante y que actúan como reductores de factores de riesgo de diversas enfermedades (Lutz, 2014). El contenido de fibra dietética también es afectado por la variedad de uvas, fluctuando entre 1% y 2,2%, predominando la fracción insoluble, y en la uva deshidratada (pasa) el porcentaje de fibra dietética total sube a un rango de 5% a 18% (Pak, 2003).





Frutos Silvestres

El algarrobo, el chañar, el molle, la mollaca, entre otros frutos silvestres que presentaremos, comparten con los cultivados su importancia patrimonial en la *constelación de las frutas*. Hasta hoy día podemos apreciar que una de las formas de su consumo como chichas sigue formando parte de los hábitos regionales y de las prácticas de sociabilidad y hospitalidad. En el pasado también esta preparación llamó la atención de los colonizadores; así, Pedro de Oña, citado por Pardo y Pizarro (2016), decía: “Pues no hay azar tan grande ni desdicha que no la pasen ellos con la chicha” (p. 10).

Las chichas fueron bebidas tanto en la actual región de Coquimbo como a lo largo de todo el país, y se obtenían prácticamente de todos los granos y frutas comestibles, cultivadas o silvestres. Ovalle (1646) escribe: “la chicha es su vino ordinario, el cual también hacen de otras frutas de árboles” (p. 90). Las chichas de algarrobo (*Prosopis spp.*), de chañar (*Geoffroea decorticans*) y de molle (*Shinus molle*) tuvieron una gran presencia en la región. Gutiérrez de Santa Clara recuerda: “Ofrecían también al sol y la luna muchas frutas, pan, vino de la tierra que se hace de maíz mascado y de una yerba que llaman quinúa, que parece mucho al bleado, y de una fruta colorada, tamaña como los garbanzos, que son como racimos de uva que hecha un árbol alto y grande y bien gordo, llamado molli” (Gutiérrez de Santa Clara, en Pardo y Pizarro, 2016, p. 54).

Las chichas podían admitir también mezclas de sabores. Es sabido que en el mundo andino se combinaba la chicha de molle con la de maíz: “mezclada con el brebaje de maíz lo mejora y lo hace más sabroso” (Garcilaso de la Vega, 1960, p. 309); esa combinación también ha sido mencionada por Soukup (1970, p. 368) y Horkheimer (1973, p. 106), quien agrega que el zumo cocido de los frutos de molle se añadía a la chicha de maíz. La misma mezcla es mencionada por Estrella (1990, p. 218) para acelerar la fermentación, además de mejorar el gusto. Ha estado extendida también la costumbre de beber chicha con harina tostada, combinación altamente calórica, cuyo hábito de consumo perdura hasta nuestros días. También está registrada la mezcla de aloja (chicha de algarrobo) con harina tostada, la que forma el energético *ulpo* (Pardo y Pizarro, 2016, p. 63).

ALGARROBO

Nombre científico: *Prosopis chilensis*

El algarrobo es un árbol cuyas vainas han sido consideradas comestibles desde periodos precolombinos y que entrega al paisaje de la región un semblante característico. Se dice que en el pasado “...el valle del río, casi en su total extensión, estaba cubierto de bosques de algarrobos i otros árboles, de los que actualmente apenas queda uno que otro ejemplar de los primeros. En toda construcción, tanto en la ciudad como en el campo, que cuenta algunos años de existencia, se ve empleada esta madera únicamente, tan abundante i barata como la totora que, sin excepción, formó los primeros techos que cobijaron a nuestros antepasados” (Concha, 1871, p. 225). Los que crecen en la región serían variedades indígenas del algarrobo común; Neves los consigna como algarrobo negro y algarrobo blanco, comunes en Chile y Argentina, “...de madera pesada. Con los frutos dulces del algarrobo blanco se prepara aloja o chicha de algarrobo” (1973, p. 31).

Por su lado, Gabriela Mistral lo describe así:

“El algarrobo está en todas partes con su cuerpo de cacique, más hincado que plantado en la greda y la cal, con su tronco grueso y basto, que una goma brava

lo acocodrila, con su ramaje sobrio de mechas indigentes, en el que suenan las vainas casi metálicas de secas, y cuando está por el suelo recién cortado, con su leño amarillento y de venas ensangrentadas, tan árbol chileno y norteño, tan nosotros mismos por su energía... y también por su desgabo” (2015, p. 29).

Actualmente está siendo recuperado por algunos chefs y lugareños, e la confección de harina de algarrobo para repostería y otras preparaciones. En el pasado se utilizó, especialmente, como se dijo antes, para hacer la chicha de algarrobo.

El cronista Gerónimo de Vivar (1979, p. 20) observó esta práctica en casi todos los valles que encuentra avanzando hacia el sur, Copiapó, Coquimbo, Limarí, Aconcagua: “...algarroba y chañar, que tengo dicho, del cual también hacen gustoso brebaje para beber”. Por su lado, Falkner (1974, p. 60) se refiere a la chicha de algarrobo como muy fuerte, mareadora y que produce borracheras pesadas (Pardo y Pizarro, 2016, pp. 56-57).



COPAO

Nombre científico: *Eulychnia breviflora* o *ebúrnea*



El copao o tuna de copado es una especie fanerógama endémica de Chile, perteneciente a la familia de las Cactaceae; “nombre vulgar de un ‘quisco’ de los cerros del norte... según el doctor Reiche el nombre se refiere más bien al fruto grande, verduzco, un tanto transparente de un quisco, *Cereus spec.*, del interior de Coquimbo” (Lenz, 1910, p. 210); su etimología es quechua. Esta cita pone de manifiesto que se trata de una de las frutas patrimoniales de la región de Coquimbo. Es una planta arbolada perenne, carnosa, con las hojas armadas de espinas, con las flores de color rosado a blanco. Su ubicación geográfica se extiende profusamente en el borde continental chileno entre los valles de Huasco y Choapa. Su fruta es llamada “rumpa” o

“illave” por los habitantes de la zona, y es consumida en fresco.

Hay numerosas personas que se dedican a recolectar el copao en el verano, cuando aumenta el turismo, para abastecer a los restaurantes o para la venta directa de este alimento. Respecto a su recolección: se recoge el fruto, pero no la planta. Antiguamente se extraía la planta para hacer el “palo de agua”, el cual actualmente se encuentra protegido.

Los testimonios recogidos nos informan:

“Antiguamente me acuerdo también de que lo partían, porque le conocían ya no como copao como lo conocemos nosotras ahora. Antes era la

rumpa o el illave, el fruto de cactus. Y eso se los daban a las cabras igual. Me acuerdo de que las partían y se las bajaban, de hecho, aún las cabras en los cerros comen illave o el copao. Antes no se comía, era para los animales no más. La primera vez que escuché algo nuevo con el copao fue en el valle del Elqui, que estaban haciendo copao sour, también helado o en los tragos” (Paola Diaz, Monte Patria).

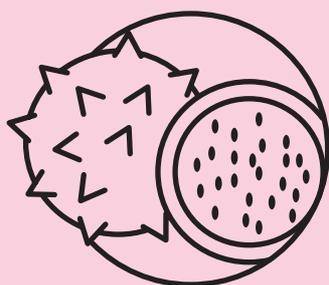
Por otro lado, Liliana Rodríguez, en Monte Patria, agrega al relato anterior:

“Es de ahora, antiguamente no lo consumían. Ahora se come como fruta. Se parte y es tan ácido como un limón y lleno de pepas como un kiwi. Ellos le echan azúcar, lo revuelven y lo comen. Antes mi abuela nos decía que vayamos a buscar rumpa para lavarnos el pelo, nos hacíamos como unas mascarillas”.

Dentro de la diversidad de formas actuales de preparar el copao hemos registrado la mermelada, el pisco con copao o sour de copao y el helado.



PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



Al copao se lo denomina como el “kiwi chileno”. El fruto contiene mucha agua (92,2%), con niveles bajos de proteínas (1%) y grasas (1,2%), destacando su aporte de fibra dietética (3,1%) y vitamina C (25 mg/100 g) (Salvatierra et al., 2012).

CHAÑAR

Nombre científico: *Geoffroea decorticans*



Lenz dice que el chañar es “...una leguminosa arbórea del norte de fruto comestible” (1910, p. 252), cuya etimología es quechua. El cronista Rosales nos dice: “Los árboles que llaman Chañar, dan una fruta como ciruelas zaragocías con un guesso dentro, como guesso de aceituna, la carne es algo dulce, al modo de la azufaifa, el árbol se da en los montes secos, y es del tamaño y hechura del oliuo, y se le parece en las ojas; es espinoso, como el cidro, y su cascara y madera es amarilla. Destas dos frutas de Algarrobo, y Chañar se aprovechan los Españoles, haciendo de cada una miel, vino y vinagre, como se haze las ubas. Crianse estos árboles en lomas llanas y secas donde no se dan otras semillas por falta de agua”. (Rosales, [1877] 1989, p. 212). Crece desde Arica hasta Coquimbo. El fruto es una drupa ovoide, rojiza, de dos a tres centímetros de

diámetro, agrídulce, mantecosa y de buen sabor. Por su lado, Pardo y Pizarro sostienen que su empleo en la preparación de chicha está muy bien documentado, generalmente asociado al algarrobo (*Prosopis spp.*), especie con la que comparte parcialmente el área de crecimiento (Pardo y Pizarro, 2016).

El chañar es un árbol de la familia de las fabáceas o leguminas de corteza verde amarillenta y fruto dulce y comestible. Florece de septiembre a octubre y fructifica de noviembre a enero. El fruto es una legumbre drupácea, muy carnosa, dulce y comestible. Fue utilizado ya en períodos precolombinos y su producción local y casera está destinada al autoconsumo y recientemente a la venta. En Monte Patria, camino a Tulahuén hay un bosque de chañar que la propia comunidad ha decidido proteger. Es interesante constatar que los bosques

nativos de chañar han entregado una riqueza patrimonial y natural al pueblo de Tulahuén (Cerda, Iriarte y Méndez, 2014).

Actualmente hay un “revival” del uso de este fruto patrimonial, registrándose diversas recetas, como miel y jarabe de chañar. Franco Vicencio, de Monte Patria, sostiene:

“El chañar es típico de acá de la zona, se hacen mermeladas, se está haciendo arrope y harina, en bastantes preparaciones se están ocupando. Pero se está recuperando más, hay que ponerle más énfasis todavía y hay personas que están trabajando para volver a repoblar de chañar el valle”.

< Preparaciones y consumo >

Arrope de chañar

La modalidad del arrope es común en la región, siendo un modo de conservar la fruta. En el caso del chañar, en la actualidad se ensaya como producto patrimonial:

“No me van saliendo siempre iguales, por ejemplo, ese me salió más espeso porque tenía más pulpa, este me salió más, tiene más líquido, pero no tienen azúcar” (Marta Oros, Carén).

Sugerencia de uso: para adobar pollo o cerdo al horno.

Mermelada de chañar

Dada la alta concentración de azúcares que naturalmente posee el chañar, no es necesario adicionar mucha más cantidad para las preparaciones, como es el caso de la mermelada.

“Le echo cinco kilos de pulpa y un kilo de azúcar, solamente el azúcar es para que me haga como merengue, para que me la cuaje no más” (Marta Oros, Carén).





.....

Helado de chañar

De manera más reciente, algunas personas de la zona se han ocupado de recuperar y dar nuevos usos al chañar. Este es el caso del helado que se hace a partir de frutos recolectados en la zona de Carén por Marta Oros, quien lo manda a preparar a una heladería en Ovalle, con la que se dividen la producción.

.....

Chicha de chañar

“Ingredientes: frutos del chañar; azúcar. Preparación: se echa a remojar de un día para otro los frutos del chañar, después se cuecen toda una mañana, luego en una bolsa de género se estrujan y va saliendo el concentrado del fruto. Después se pone a cocer unas dos horas hasta que bote una espuma. Se deja reposar por un lapso de dos meses en chuicas o damajuanas. Se servían en fiestas o en las casas de las personas” (Pizarro, 2006, p. 46).

PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



El contenido de proteínas del fruto del chañar varía entre 7% y 10%, en tanto que las grasas tienen un rango de 4% a 6% (Schmidt-Hebbel et al., 1990). Su principal contenido es de almidón y otros hidratos de carbono no digeribles, los que forman parte de la fibra dietética.

MOLLACA

Nombre científico: *Muehlenbeckia hastulata*



Es otra de las especies del patrimonio natural de la región. Lenz dice que la etimología de la palabra es quechua y que es un arbusto común en el norte y centro del país; en esta última zona se llama “quila” y “Es una enredadera con tallo leñoso cuyos frutos se comen i se usaban para chicha. La raíz usada como medicamento” (1910, p. 509). De acuerdo con Pardo y Pizarro, produce grandes semillas envueltas en las hojuelas carnosas del perigonio, de 5 milímetros de diámetro, de color rosado, jugosas y puposas (2016, p. 151), Aún hoy la memoria de algunos(as) entrevistados(as) guarda la preparación de la chicha de mollaca:

“La mollaca era una pepita así rosadita... Mi tía tomaba la fruta y le echaba un buen poco de agua, le sacaba toda esa paja, todo eso. Después le bota-

ba el agua y se apretaba eso, y ahí salía la chicha” (Georgina Cortés, Feria de Ovalle).

“Antes había mucha mollaca, entonces llevaban lavatorios y unas como sábanas, las ponían debajo de las mollacas y le empezaban a pegar suavcito. Después pescaban todas esas frutas y las echaban en el lavatorio con agua. Se iban arriba todas las basuritas y después quedaba la pura fruita. Después toda eso la molían y hacían la chicha. Las iban dejando en botellas... Quedaba como color damasco, entre damasco y melón... Se hacía generalmente en verano” (Bernardita Gallardo, Las Mollacas).

MOLLE

Nombre científico: *Schinus molle*



(6)

Desde antiguo los cronistas registraron a este árbol y los usos que de él hacían los habitantes de la región: según Vivar (1979, p. 158), “otro árbol que se dice molle, y no es muy grande, tiene la hoja como granado y lleva un fruto tan grande como granos de pimienta. Lleva muy gran cantidad, de esta fruta se hace un brebaje gustoso”. Asimismo, se consigna que: “El molle es un árbol, que se cría con mucha lozanía en estas Provincias: es de moderada estatura y esparze mucho las ramas, vestida de menudas y prolongadas ojas, como el lentisco, y nunca las pierde. Produce unos racimos de pequeños granos, y quando ya bermejean, estan en perfecta sazón; exprimenlos, y de su licor, se haze una miel al fuego, muy medicinal, es purgativa, y excesivamente calida... Assi mismo el Molle, parecido al Guigan

en la fruta, es árbol, muy hermoso, y da una fruta dulce, de que también se haze chicha muy dulce. Y bebida sirve de medicina para resfriados” (Rosales, [1877] 1989, p. 208 y p. 213).

Por su lado, Lenz informa que su etimología es quechua y que este árbol “grande i hermoso” está en Perú y en el norte de Chile, y que también sería cultivado en el centro, donde se lo denomina “pimiento”; es de “...gran utilidad medicinal i casera: de los frutos, racimos de bayas chicas, se hace chicha, se usa la resina, etc.” (1910, p. 510).

Crece entre Coquimbo y Concepción. Los frutos son drupas globosas de tres a cuatro milímetros de diámetro de color oscuro con una cubierta quebradiza. Se presentan en abundantes racimos.

< Preparación y consumo >



Chicha de molle

“Ingredientes: uvilla de molle. Preparación: se recolectaba la semilla silvestre, 1 kilo aproximadamente, se le sacaba todo el hollejo hasta que quedara limpiecita, se dejaba remojar de un día para otro, luego se hacía hervir de un día para otro. Se deja reposar y está en condiciones de servir” (Pizarro, 2006, p. 47).

TUNA

Nombre científico: *Opuntia ficus-indica* (L.) Miller



(7)

Lenz la consigna como una cactácea que también es conocida en el sur de Europa y cuya etimología es haitiana. “No es orijinaria de Chile, pero por su fruto se cultiva mucho, a veces en forma de cerco. Gay solo llama a la planta *tuna* y a su fruto *guyave*, lo que es equivocado. La planta se llama más comúnmente solo “penca” i su fruto, tuna...el fruto se aprecia mucho en Chile i las hojas i su jugo sirven para varios usos domésticos, medicinales y otros” (1910, pp. 749-750).

Las estadísticas del Catastro Frutícola del año 2015 señalan que las tunas se concentran principalmente en Coquimbo (77.082 árboles), La Serena (46.929) y Ovalle (39.794), siendo la variedad “chilena” la más común⁹⁰.

Hemos registrado en la investigación de terreno una bebida alcohólica preparada con la tuna: el denominado “tunante”, que consiste en una combinación de jugo de tuna con pisco (Adriana Peñafiel, La Serena).

< Preparación y consumo >

.....*..... *Tunante*

“Ingredientes:

1 botella de pisco (de 35°), 1 litro de jugo de tuna colado, hielo molido.

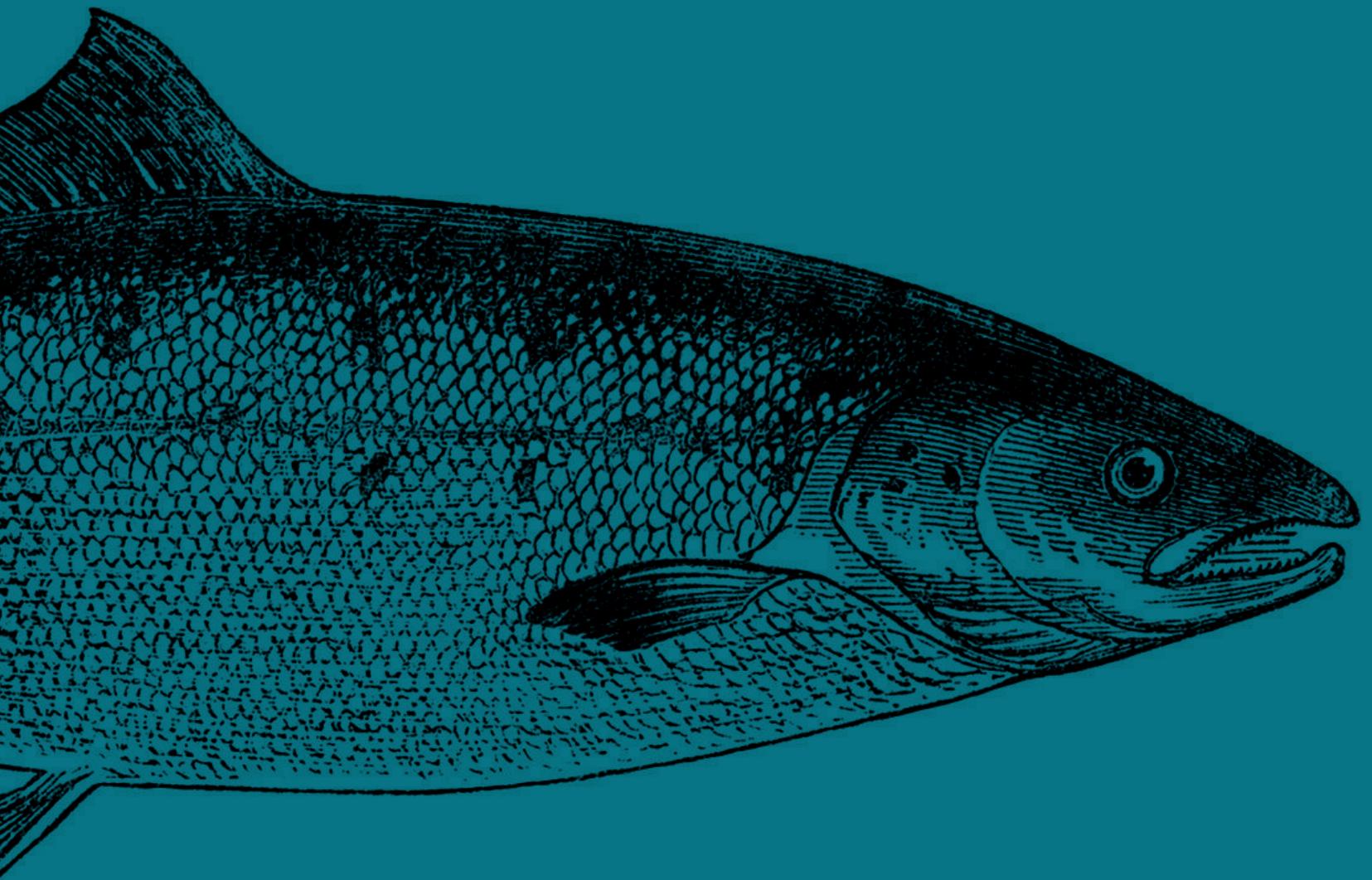
“Preparación:

en un jarro mezclar bien el pisco con el jugo de tuna; añadir bastante hielo molido y servir en vasos altos. Para 1 ½-2 litros” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 13).

90 Información disponible en: <<https://reportes.odepa.gob.cl/#/catastro-superficie-fruticola-regional>>

4

Peces, mariscos y algas





La constelación de los peces, algas y mariscos posee un registro arqueológico que permite dar cuenta de la larga duración del consumo de ciertas especies y de su carácter patrimonial, así como de algunas de sus preparaciones. En la costa del Elqui se han rastreado sitios arcaicos en Guanaqueros y La Herradura asociados a conchales que dan cuenta de un modo de vida con una clara orientación hacia actividades de subsistencia marítima, basadas en la recolección, la caza y la pesca (Kuzmanic y Castillo, 1986). Asimismo, en el litoral de la provincia de Choapa se encontraron conchales monocomponentes en su constitución malacológica (90% de una misma taxa), por ejemplo, de machas (*Mesodesma donacium*). Aun así, la gama de productos litorales aprovechados por estos grupos fue mucho más amplia, en torno a una variedad de moluscos (bivalvos, gastrópodos y polioplacóforos), algunas especies de crustáceos equinodermos, peces, mamíferos marinos (otáridos), así como algunas aves de hábitos exclusivamente litorales (Méndez y Jackson, 2005).

En la costa de la provincia del Choapa, en el sitio Dunas Agua Amarilla (L.V.166), ubicado cerca de Los Vilos, se encuentra un campamento de cazadores y recolectores que se asentaron temporalmente en la costa en el Arcaico Medio (Jackson, 2004). En el sitio existe un conchal que incluye una gran variedad de moluscos, predominando notoriamente el almejón (*Eurhomalea rufa*), una especie de bivalvo de gran tamaño y biomasa consumible, además de equinodermos, crustáceos, a lo menos nueve especies de peces de ambiente litoral rocoso y arenoso, en que predominan ligeramente el jurel (*Thachurus symmetricus*) y la corvina (*Cilus gilberti*) (Vargas 1996, en Jackson, 2004), y también mamíferos marinos, tales como el chungungo (*Lutra felina*) y lobos marinos.

Uno de los contextos mejor documentados es el cementerio costero Plaza de Coquimbo, donde se rescataron algunos restos de pescado y de moluscos asociados a sepulturas (Troncoso et al., 2016a). Lamentablemente no se describe en los textos qué pescados y moluscos hay, aunque se menciona la presencia de almejas y ostiones retocados para otros usos, así como la presencia de tubos de hueso para inflar balsas de lobo de mar en Puerto Aldea (Montané y Niemeyer, 1960, Castillo, 1988, en Troncoso et al., 2016a.), lo cual indica que esos pobladores estarían accediendo a espacios mar adentro para la pesca y la caza marina.

En períodos posteriores, en las costas del valle del Elqui abundan los conchales asociados a restos materiales diaguita, atestiguando una intensiva explotación de machas, almejas y lapas principalmente, además de pescado (especialmente jurel), lobo de mar y aves marinas (Troncoso et al., 2016b).

De este modo, la recolección y el consumo de productos del mar en la actualidad son fruto del patrimonio de saberes y conocimientos precolombinos en torno a ciertos peces y bivalvos. En la región, la preparación de platos con componentes marinos forma parte de la dieta habitual de los habitantes; por ejemplo, Jorge Pinto sostiene que en periodos coloniales “...el pescado frito se consumía de preferencia los días domingos” (2015, p. 277).

En la actualidad los pescadores asentados en caletas poseen un conjunto de técnicas y prácticas ligadas a la pesca y a la recolección marina. Especialmente en Punta de Choros los pescadores diferencian los “peces de barrida”, entre los cuales está el pichigüén, el dorado, el sargo, la sierra, que aparecen solo en algunas temporadas. Después clasifican a los “peces de roca”, que son estables, entre los cuales se cuentan el pejeperro, la vieja, la cabrilla, el bilagay. Una de las preparaciones preferidas entre los pescadores es el pescado a la parrilla, el que se hace en la misma playa con los peces recién capturados. Se consume la mayor parte del cuerpo: la cabeza, el hígado, del cual se hace paté, y el esqueleto, para los caldillos. Sin duda, el pescado a las brasas y el pescado frito son recetas preferidas desde antaño, como lo atestigua Estermila Álvarez, descendiente de changos, en Coquimbo:

“Mi papá sacaba mucho pescado y asaba, asaba así en las brasas y así tenía el pescado asado para unos dos, tres días y después se comía, se componía con cebolla... También les gustaba con rebozado. Algunas personas ahora lo usan con huevo. No, pero mi mamá, ellos lo usaban así no más y lo más curioso es que ellos no más vivían por ahí”.

Por otro lado, registramos un conjunto de conocimientos y formas de consumo relacionados con los peces y mariscos secos o salados. Su conservación, sin duda, fue una de las labores que acompañó la pesca y recolección, como un modo de obtener proteínas en periodos en los cuales no era posible surcar el mar, o cuando se producían bancos y varazones:

“Claro... y esos mariscos secos los secaba con sal de mar y tenía un sector donde él iba a buscar sal y el congrio y la jerguilla, el bielağay, todo ese pescado lo secaba con sal y después los transportaba a estos centros pequeños que había cerca de Caleta Aceituno, en Punta de Choros, Chungungo, ya para esos lados también” (Felipe Rivera, Coquimbo).

En el pasado, en Coquimbo, muchos recuerdan la proximidad que se tenía con los pescadores y su trabajo:

“Donde están ahora los restaurantes, ese era el sector de los pescadores... Era típico que nosotros los esperábamos en traje de baño a las seis de la tarde para ayudarlos a tirar de las redes... Ahí venían muchos pichigüenes... Era muy bonito, porque era un trabajo colectivo” (Adriana Peñafiel, Coquimbo).

El consumo de peces y mariscos, en muchas localidades, está reglado por los días de venta: *“Acá en Andacollo los días sábados son los que se come pescado, viene un pescador que pesca el día miércoles y el día sábado trae todo lo que encuentra fresquito”* (Norma Valenzuela, Andacollo). En las ciudades costeras el acceso a los alimentos del mar es cotidiano y el mercado de Coquimbo es un lugar emblemático para abastecerse de ellos.



BLANQUILLO

Nombre científico: *Malacanthidae*

Los blanquillos son una familia de peces incluida en el orden perciformes. Se distribuyen por los océanos Atlántico, Índico y Pacífico, a 10 y 500 metros de profundidad (normalmente entre 50 y 200 metros)⁹¹. La distribución geográfica de la especie en Chile va desde Arica por el norte (18°25'S) hasta Chiloé (43°30'S), aun cuando se han registrado apariciones más al sur a la altura de Puerto Aysén, a profundidades que generalmente se encuentran entre los 15 y 25 metros, asociado principalmente a aguas costeras (Borés y Martínez, 1981)⁹². La dieta del blanquillo está constituida principalmente por pequeños crustáceos que habitan

los sectores costeros, tales como las pulgas de mar, naipes y jaibas pequeñas, registrándose también el consumo de pequeños caracoles, lapas y peces pequeños como sardinas y anchovetas, que lo caracteriza como un consumidor de segundo y tercer orden en la trama trófica de ambientes costeros⁹³.

De acuerdo con Víctor Véliz, de Tongoy, se pesca con la mano y con lienza. Benjamín Cortés y Rodrigo Muñoz, también pescadores de esa localidad, relatan que el blanquillo lo sacan cuando pescan con lienza: “*Cuando uno va a pescar un blanquillo a la lienza, salen 15 pescaditos y el más chico es el blanquillo*”.

< Preparación y consumo >



Ceviche

“Se pica casi igual con trozos cuadraditos chiquitos y cada uno se tapa en limón, especialmente se estruja y se agrega a otra fuente. Y lo termino con un adorno de huevito arriba, la mitadita de aceituna y queda el pescado cocido porque muchos lo dejan una hora o dos ahí” (Benjamín Muñoz, Tongoy).

91 Mas información en: <<https://www.naturalista.mx/taxa/49170-Malacanthidae>>

92 Para más información visitar: <<http://ictiochile.cl.tripod.com/cabrilla.htm>>

93 En: <<http://chilesorprendente.blogspot.com/2007/09/blanquillo.html>>

CABALLA

Nombre científico: *Scomber japonicus*



La caballa pertenece a la familia de las *scombridae*. Es un pez pelágico de distribución oceánica que forma cardúmenes densos entre la superficie y los 150 metros de profundidad. Es un pez parecido al jurel, muy aceitoso y apetecido por los conocedores de los peces locales. Su cuerpo tiene “...forma de torpedo, de color

muy azul en el dorso y vientre plateado” (Morales Pettorino, 2006, p. 343). Una de las formas en que se prepara es como caballa ahumada, la que comúnmente se vende en algunos mercados regionales.

< Preparación y consumo >



Escabeche de caballa ahumada

“Hay que desmenuzar el pescado ahumado, le pone cebolla, limón, aceituna amarga y cilantrito... La gente más humilde lo prepara así, en un sánguche con pan batido, jarro de té para los niños y listo” (Guillermo Aquiles, Coquimbo).



CONGRIO

Nombre científico: *Genypterus chilensis*



Se denomina así a una serie de peces que tienen en común el poseer un cuerpo tipo serpiente. Hay tres tipos de congrio que se distinguen en la región y en Chile: el congrio colorado (*Genypterus chilensis*), que es de la familia de los *Ophidiidae* y cuyo nombre común deriva del color rojizo de su vientre, garganta y labios. Se encuentra en los mares, cerca del fondo rocoso, donde se alimenta principalmente de crustáceos y es de cuer-

po alargado. Luego, están el congrio negro (*Genypterus maculatus*) y el congrio dorado (*Genypterus blacodes*).

Hay datos que dan cuenta de cómo a principios del siglo XIX la pesca del congrio era relevante: "...don Nicolás Navarro, un próspero vecino de La Serena decidió construir un barco para destinarlo al comercio del congrio seco..." (Pinto, 2015, p. 107).

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Congrio seco*

Estermila Alvarez, de Coquimbo, relata así su... preparación: “...primero se quitan las vísceras a los peces, para ser abiertos desde el espinazo, agregando abundante sal en el esquelón, siendo colgados y expuestos al sol... Después se les pasaba por un extremo una aguja con totora” .

.....*..... *Congrio frito*

“Se toma el congrio y se corta en cuadraditos, se pasa por el batido, se fríen y hay que comérselos inmediatamente. Siempre en mi casa se hacía para los aperitivos” (Adriana Peñafiel, La Serena).

.....*..... *Paté de hígado de congrio*

Versión 1:

“Es muy rico. El hígado del congrio es grande. Se echa a cocer con la misma ciencia que el otro paté, se condimenta bien, se le pone aceite de oliva. Eso se puede envasar y se guarda y cuando quiere se lo come con pancito” (Eduardo Morales, Punta de Choros).

Versión 2:

“El hígado de congrio cocido y condimentado con cebolla y especias a gusto se muele y se sirve con galletas saladas o pan” (Rodrigo Muñoz, Tongoy).

Versión 3:

“La guatita del congrio se pica y el hígado se echa en un sartén. Eso se fríe, se le echa cebollita y ‘monte ver-

.....*..... *Chupín de congrio*

“Para prepararlo hay que pelarlo, pedir que se lo pelen de tubo, porque normalmente la gente le rompe el esquilón y así lo abre. De tubo le corta alrededor de la cabeza y le tira y el cuero sale dado vuelta. Ese cuerito usted lo enrolla y le sirve para hacer un caldo. Se amarra con un hilito y se echa a la olla y ahí ya tiene el caldillo para su chupín. Ahí después usted sofríe la cebollita, zanahoria, condimentos y pone el congrio cortado en trozos. Eso le da el gusto especial al chupín, el caldo donde lo cuece” (Julio Rojas, Ovalle).

de’ [cebolla y perejil], y queda como un paté porque el hígado se disuelve” (Marcos Torrejón, Tongoy).

Versión 4:

“Uno destripa el congrio, se le agrega un poquito de pimienta, comino, la cebolla picada así finita y un buen poco de ajo. Eso uno lo fríe, saltea un buen poquito la cebolla, porque el hígado es rápido de cocer. Se le puede poner en pedacitos para que se disuelva todo y con el mismo tenedor, a medida que se va friendo, lo muele, lo hace pasta y queda exquisito” (Héctor Vicencio, Los Vilos).



.....*.....

Congrio al horno

“Ingredientes:

6 presas de congrio, harina, 3 yemas de huevo, 4 cdas de queso parmesano rallado, 3 cdas de mantequilla derretida, sal y pimienta.

“Preparación:

Pasar las presas de pescado por harina y cubrir con una película fina. Enmantequillar una fuente de horno y disponer las presas de congrio.

“En un bol mezclar las yemas, queso, mantequilla, sal y pimienta; verter la mezcla sobre el pescado. Si se desea, espolvorear con queso rallado. Cocinar en un horno a temperatura media 15-20 min o hasta que el pescado esté cocido. Servir caliente. Para 4-6 personas” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 88).

.....*.....

Hígado de congrio apanado

Versión 1:

“Yo hago el hígado de congrio apanado, lo paso por un batido y lo frío” (Héctor Vicencio, Los Vilos).

Versión 2:

“La guata del congrio es totalmente limpiecita, lo único que tiene adentro es la jaibita o lo que comió. Nosotros lo pasamos por agua caliente para que bote una baba que tiene y se dora inmediatamente, se fríe al tiro en el sartén. Algunos lo pasan por harina, porque al tirarlo a la sartén explota, y le queda como apanado” (Héctor, Vicencio, Los Vilos).

.....*.....

Caldillo de congrio

“Es mejor usar el congrio dorado para hacerlo, si usa el congrio negro y está fresco hay que cortarle la cola, dejarlo colgado que gotee en un tiesto, toda la noche y ahí lo cocina, ahí le cambia el sabor del congrio negro, porque si no es muy aguachento. Con zanahoria, papas, cebollas hace su caldo y echa el congrio a cocer” (Julio Rojas, Ovalle).

JUREL

Nombre científico: *Trachurus symmetricus murphyi* Nichols

De acuerdo con Medina y Arancibia (2002), "*Trachurus symmetricus murphyi* es un recurso pesquero pelágico con distribución en el océano Pacífico sur, desde Ecuador (1°30'S) hasta el sur de Chile (55°S), debido a su naturaleza migratoria, accede a ambientes neríticos y oceánicos epipelágicos para alimentarse, lo que ha sido confirmado por Medina y Arancibia (1992) para el norte de Chile. Serra (1991) describe para la subpoblación chilena de *T. s. murphyi* la existencia de una migración estacional hacia el océano abierto para su reproducción y desde allí al área costera para alimentarse, lo que configura un patrón que determina la disponibilidad estacional del recurso en las pesquerías costeras y oceánicas, y constituye un factor importante para la evaluación de su stock".

Como apreciamos, por los datos arqueológicos, su pesca y consumo es de data precolombina, y en la

actualidad es considerado uno de los peces que goza de mayor popularidad en la población dado su precio y sabor. Los problemas derivados de las restricciones de la pesca y la protección de los lobos marinos, eso sí, atentan contra un consumo más masificado: "*Yo, como pescador, puedo tirar una red para sacar una carga de jureles, por último para poder comer algo, entonces voy a instalar una red para poder sacar cinco y diez pescados, pero a veces no pescamos ni uno, porque están los lobos que nos hacen tira las redes*" (Benjamín Muñoz, Tongoy).

Su relevancia estuvo fuertemente arraigada a las identidades de los pescadores. Es así como en Los Vilos se recuerda que "*para la fiesta de San Pedro como en 1950 salía a vender las cuelgas de jureles que se ponían sobre un palo... Pasaban los vendedores por todo Los Vilos*" (Miguel Ángel Collao, Los Vilos).

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Jurel frito*

“La gente se come en la casa normal el jurel básicamente... jurel fresco y frito, frito... El pescado frito ese es el mayor uso de la gente que come acá en esta zona. Esta el blanquillo que son cosas más pa la casa que la gente va a pescar a la playa el blanquillo, el jalapeño, pero digamos la estructura de comer acá en la zona de la gente de la playa y la caleta, es el pescado frito, el jurel frito...” (Rodrigo Muñoz y Benjamín Cortés, Tongoy).



.....*..... *Jurel a la parrilla*

“Es la mejor manera de comerse el jurel. Tomas el pescado, lo destripas y le dejas la grasita. Lo pones a la parrilla, lo sellas y dejas que la grasa le vaya derritiendo en la carne” (Marcos Torrejón, Tongoy).



PALOMETA

Nombre científico: *Seriola lalandi*⁹⁴

La palometa, conocida también como “jurel”, “jurel de Castilla”, “dorado chileno” o “palometa chilena”, es un pez de cola amarilla, sin línea negra en los ojos; solo se puede encontrar en aguas subtropicales o templadas calientes. Es considerado un pez emblemático de la zona “...y también común en las costas de la V re-

gión...una de cuyas características más notorias es el resalte de la aleta dorsal y anal, haciendo una suerte de levantamiento triangular que sobresale notoriamente” (Morales Pettorino, 2006, p. 1990).

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Palometa al horno*

“Se ocupan los filetes, se le pone cebolla, tomate, harto orégano, se sazona bien con orégano y un poquito de comino, le puede regar un poquito de aceite y al horno caliente unos veinte minutos” (Julio Rojas, Ovalle).

.....*..... *Caldillo de palometa*

“Se hace con la cabeza y el esquilón, que es lo que le da el sabor al caldo, le agrega zanahoria, papitas, cebollita pluma y le queda muy bueno” (Julio Rojas, Ovalle).

94 Morales Pettorino la clasifica como *Caranx georgianus*.

PEJESAPO

Nombre científico: *Sicyases sanguineus*

El pejesapo es un pez que se caracteriza por una cabeza enorme y redonda y por sus aletas ventrales, que forman parte de una estructura que le permite adherirse a las rocas. Morales Pettorino lo describe como “pez de cuerpo desnudo, aplanado en la región anterior y comprimido en la posterior, de unos 30 cm de largo, provisto de una zona pectoral de una amplia ventosa con la que se aferra a las rocas para alimentarse de vegetales e invertebrados” (2006, p. 2017). Habita desde Arica a Talcahuano en los acantilados rocosos expuestos al oleaje. Los pescadores recuerdan su profusión hasta hace unas décadas:

“Antes, estoy hablando 15 a 20 años atrás, era la zona más rica que hay en pejesapo, en todo, todos esos pescados, la vieja, el pejesapo, biela gay, el pejesapo todo eso que era realmente, que son de roca...”

“Exactamente era una zona que había y en la roca estaban pegados los pejesapos grandes, con un anzuelo y un pedacito de fierro así, pinche que le llamábamos, y lo sacaba en tres, cuatro y en caldillo o frito era exquisito...” (Rodrigo Muñoz, Tongoy).

Los saberes culinarios de los pescadores sostienen que la carne del pejesapo, por ser seca, es ideal para caldillos:

“El pejesapo, le pone choclito, perejil, ajo frito para el caldillo... Se hace en caldillo porque es más seco, ocupa harta agua, claro una cebolla, harto tomate, harta salsa, queda un caldito muy bueno” (Rodrigo Muñoz, Tongoy).

◀ Preparación y consumo ▶

.....*..... *Pejesapo frito*

“Bueno, se descama, se destripa se saca lo de adentro, los interiores y todo el asunto se descama y al sartén, sin batido sin nada...” (Benjamín Cortés, Tongoy).



PICHIGUÉN

Nombre científico: *Menticirrhus ophicephalus*

Lenz sostiene que es el nombre vulgar de un “pez mui estimado” en la zona de Coquimbo y La Serena (1910, p. 585), lo que expresa su carácter patrimonial. Este pez pertenece a la familia *Sciaenidae* y se encuentra en la bahía de Coquimbo. El pichiguén es exclusivo de esta zona y desde muy antiguo se vendía fresco. Tanto Gay como Pomar ponderan su carne blanca, suave y blanda, muy apreciada y que se preparaba de diversas maneras (Couyoumdjian, 2009). Este pez posee variadas connotaciones, entre ellas, la noción de que constituye un patrimonio histórico: “...es muy antiguo de la zona, la leyenda dice que se lo llevaban al inca por el camino desde acá” (Adriana Peñafiel, Coquimbo).

Por otro lado, marca las identidades locales, al ser concebido como un pez propio de la zona: “...acá es muy popular, lo sacan cuando van al lenguado, cuando van a bahía y nos gusta harto al horno, pero frito igual” (vendedor del Mercado de Coquimbo).

En Los Choros está dentro de la clasificación de los “pescados de barrida” que se vende solo en el verano: “Es de muy buena calidad el pichiguén, es de carne blanca, es como el blanquillo, pero tiene más ñata la nariz, como es de carne blanca, tiene muy buen sabor” (Eduardo Morales, Los Choros).

< Preparación y consumo >

Pichiguén al horno

“Se envuelve en una alusa y se le echa ajito, pimienta, orégano y al horno en un azafate” (Vendedor Mercado Coquimbo).

Pichiguén papillon

“Es muy sabroso, se pone al horno con mantequilla, vino blanco y pimienta” (Adriana Peñafiel, Coquimbo).

TOLLO

Nombre científico: *Mustelus mento*

Es un tiburón pequeño que crece a longitudes de hasta 87 cm (34 pulgadas). Tiene un cuerpo robusto con un hocico moderadamente largo, ancho, fuertemente anguloso y ojos grandes, separados. La boca es bastante larga y los surcos del labio superior son más largos que los inferiores. Se encuentra en las costas del Pacífico en Perú y Chile; habita en las costas rocosas y se alimenta de pequeños peces y crustáceos. Morales Pettorino dice que “su carne es muy cotizada y se lo captu-

ra desde las costas del Perú hasta el extremo austral”; agrega que el nombre del pez es un americanismo y que también designa “hablar más de lo conveniente, de lo necesario” (2006, p. 3012).

En la zona de Los Choros el tollo es consumido en variadas formas: al horno, a la olla, asado, frito y en caldillo, y formó parte de la dieta habitual de los habitantes costeros.

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Caldillo de tollo*

“Se corta el tollo en trocitos chiquititos, primero hace el sofrito con cebollita, zanahoria, comino. Se le echa el agua y se deja cocer las verduritas, cuando ya estén listas ahí se le agrega el tollo, porque el pescado se cuece muy rápido” (Miguelina Morales, Los Choros).

.....*..... *Charquicán de tollo o pejegallo*

Versión 1:

“Ingredientes: ½ kilo de filete de tollo o pejegallo; ½ kilo de papas; ½ kilo de zapallos; 1 cebolla mediana; 2 cucharadas soperas de aceite; 1 cucharadita de ají color; ½ cucharadita de comino; 1 cucharadita de orégano; pimienta y sal al gusto. Preparación. En

una cacerola sofreír la cebolla picada en cuadros hasta que esta se encuentre cristalina; luego agregar los condimentos y poner agua para que no se queme el ají color. Agregar después las papas y el zapallo picados en cuadros, revolver y agregar agua hervida hasta que cubra las verduras. Agregar el tollo o pejegallo en trozos sin piel; dejarlo hervir hasta que esté bien cocido, y revolver con cuchara de palo, para que quede una mezcla como puré. Cuando esté listo servir con perejil o cebollín picado” (Aguilera et al., 2017, p. 80).

Versión 2:

“Se hacía con cebolla, papa, el zapallo se conseguía en Carrizalillo o en otros lugares donde el Chango Robert llevaba pescados secos y mariscos y cambiaba en los puertos con la gente campesina” (Felipe Rivera, Coquimbo).

.....*.....

Empanadas fritas de tolo

“Se cuece el tolo, usted lo cuece y lo deja enfriar y ahí lo desmenuza no más. Se estruja y después se fríe la cebolla y le echa todos los condimentos. Yo uso la pimienta. No tan picante y le pongo una cucharada o media según la cantidad de lo que usted vaya a hacer. Y le pongo una cucharada de azúcar. Y se fríe la cebolla primero, se echa el condimento, el ají color, para que dé un sabor como picantito y dulce. A mi papá le gustaba que lo hicieran así. Se freía en la grasa del animal que se criaba” (Estermila Álvarez, Coquimbo).

.....*.....

Tollo al horno

“Se coloca en la fuente y le pone cebollita, tomate, lo aliña y le pone aceite de oliva y lo pone al horno” (Miguelina Morales, Los Choros).



Crustáceos y mariscos

En las zonas costeras de la región, los habitantes conservan memorias de viejas prácticas de conservación de pescados y mariscos, sobre todo en épocas de abundancia. Así, por ejemplo, Estermila Álvarez, descendiente de changos, relata:

“Nosotros los mariscos los precocíamos, los trenzábamos en una totora y los colgábamos, cuidando que no llegaran los bichos. Después, cuando queríamos comer, nos acordábamos que teníamos locos, choros, machitas y sacábamos los moñitos, se hervían de nuevo y se hacía la comida”.

CHORO

Nombre científico: *Mytilus chorus*

Lenz informa que son “...mariscos comestibles mui comunes de concha bivalva...los indios usan las conchas como cucharas i cuchillos”; su etimología es quechua y los mapuches lo denominan *pellu* (1910, p. 314). Su consumo está muy extendido en la región en diversas preparaciones y se trata, sin duda, de un producto de la constelación patrimonial de vieja data en el consumo de los habitantes precolombinos hasta hoy. Morales Pettorino nos dice: “Su carne, que es muy apetecida, tiene color amarillento. Alcanza hasta unos 17 cm de longitud. Se encuentra a lo largo de toda la costa chilena... [el choro zapato] es particularmente grande, de tamaño superior a 20 cm...” (2006, pp. 594-588).

La palabra es un americanismo y posee en el lenguaje coloquial chileno un sinnúmero de sentidos, que van desde lo sexual hasta lo delictual.

La localidad de Los Choros debe su nombre a la abundancia de estos bivalvos en el pasado:

“Antes, acá se llamaba Villa San José este pueblo, después porque hubo una varazón muy grande choros se pasó a llamar Los Choros, un banco grande, una riqueza y todos venían a buscar, por eso decían ‘vamos a los choros’ y de ahí quedó el nombre. Nosotros íbamos con sacos a recoger, se sobreexplotó, se contaminó también y se acabó, ahora queda casi nada. Estos eran choros zapato, grandes” (Miguelina Morales, Los Choros).

< Preparaciones y consumo >



Choros a la parmesana con queso de cabra

“Como más nos gustaban los choros zapato era a la parmesana con queso de cabra, porque acá siempre hay. Juntábamos leña y los hacíamos a las brasas, encima le poníamos el quesito y cuando estaba derretido ahí lo comíamos” (Miguelina Morales, Los Choros).



Choros al vapor

“Se colocan en una olla y se les pone un poco de vino blanco, tapa la olla y los deja que se cocinen al vapor” (Miguelina Morales, Los Choros).



Choros en ensalada

“Bien cocidos los choros, se pica la lechuguita bien fina, le pone cebollita si quiere, y aliña bien con harto limón y aceite de oliva” (Miguelina Morales, los Choros).

ERIZO

Nombre científico: *Loxechinus albus*

El consumo de erizo es de antigua data en las zonas costeras de la región y en el resto del país. Lenz plantea que en mapudungun se los denomina *yupe* (1910, p. 738). El erizo pertenece a la familia de los *Echinidae*. Habita como epifauna en fondos duros y tiene un comportamiento gregario principalmente para protegerse de los depredadores y para alimentarse de frondas de algas flotantes.

Los habitantes de Los Choros dicen que el erizo es el caviar de los pobres y su máximo deleite es “*comérselo con el dedo, cuando usted lo saca, ese es nuestro caviar de los pobres, no necesita ningún aliño, nada*” (Miguelina Morales, Los Choros). Todos concuerdan en que lo más delicioso del erizo es comérselo crudo en la misma costa, apenas salido del mar; ese tipo de ingesta supone, en algunos casos, el comer la pancora que lleva adentro:

“Mi mamá me enseñó a comer la pancora, y yo les decía a mis niños: ‘Cómelo, másticalo y escúpelo, pero quédate con el sabor en la boca’; mi mamá se ponía la pancora en la lengua, que caminara para adentro y ahí le daba el apretón” (Julio Rojas, Ovalle).

Su consumo es mayoritariamente crudo, aliñado con limón. Una variante que tiene raigambre en las cocinas chilenas son los “erizos al cajón”:

“Ingredientes:

4 rebanadas de pan de molde de 4 cm de grosor, sin corteza; aceite; 2 cdas de chalotas picadas finas; 3 cdas de mantequilla; 24 lenguas de erizos, limpias y con su jugo; sal y pimienta; pizca de pimienta de cayena; pizca de harina; un limón, su jugo; mantequilla en trozos.

“Preparación:

Con un cuchillo ahuecar las rebanadas de pan dejándolas en forma de cajón. Freír los cajones en aceite caliente; estilar en papel absorbente y reservar. En un sartén freír las chalotas en mantequilla hasta que estén transparentes. Añadir las lenguas de erizos (reservando el jugo), sazonar y espolvorear con harina. Agregar el jugo reservado de los erizos y cocinar a fuego bajo 10 minutos. Retirar del fuego, agregar el jugo de limón y colocar la mezcla en los cajones de pan. Disponer encima trocitos de mantequilla y colocarlos en una lata de horno. Cocinar en un horno a temperatura alta hasta calentar. Para 4 personas” (La Serena a la carta, 1990, pp. 94-95).



LAPA

Nombre científico: *fissurella picta*

Su consumo es muy antiguo en las costas chilenas. Lenz dice que se trata de “Un molusco de concha univalva, mui baja y conoidal, comestible... Las especies son sumamente numerosas i viven asidas a las peñas submarinas i adherentes a ellas con una fuerza prodijiosa, sirviéndose de sus pies... Como tiene un agujero en medio por el cual sale la tripa el pueblo de Aconcagua llama también al marisco destripador” (1910, p. 423). Es probable que su etimología sea mapuche.

En la región hay dos tipos de lapa: la negra (*Fissurella latimarginata*) y la rosada (*Fissurella cumingi*). Es un molusco gastrópodo que habita la zona intermareal y submareal, sobre sustratos rocosos.

La lapa es considerada un alimento emblemático por los pescadores y sus preparaciones son parecidas a las del loco, como chupe, carbonada, apanada, guisada. Asimismo, el salpicón de lapa en la zona de Los Choros lleva papas, cebolla y aceitunas.

◀ Preparación y consumo ▶

.....*..... *Chupe de lapa*

“Lo hace igual que el de loco, con sofrito, pancito, puede o no llevar queso, pero lo pone al horno y arriba un poquito de color, así lo hacía mi mamá” (Rodrigo Muñoz, Tongoy).

.....*..... *Salpicón de lapa*

“Es un tipo de ensalada de papas, cebolla, aceituna y lapas. En ocasiones se adereza con mayonesa” (Felipe Rivera, Coquimbo).

.....*..... *Gordura de lapa*

Versión 1:

“Mi papá una vez llegó con una cosa de la lapa... y nosotros dijimos: ¿pero cómo iba a ser rico eso gelatinoso y de todos colores!... Nos dijo que se llamaba ‘los siete sabores’, porque a medida que lo ibas comiendo se iban sintiendo los sabores de todos los mariscos, entonces tiene sabor a erizo, a loco, a lapa, a piure y a mar” (Miguel Ángel Collao, Los Vilos).

Versión 2:

“La gordura es prácticamente el huevo de la lapa, se saca en el tiempo en que la lapa desova, que es más o menos en agosto” (Héctor Villavicencio, Los Vilos).



.....*.....
Picante de lapas

“Ingredientes:

2-3 ajíes cacho de cabra, sin tallo, sin semillas, en mitades; un diente de ajo; 1 taza (240 ml) de agua; 1 cda de aceite; 1 cebolla mediana, picada fina; 1 cdta de perejil picado fino; sal y pimienta; 6 lapas grandes, crudas, limpias, lavadas y cortadas en cubos.

“Preparación:

En la licuadora colocar los ajíes y ajo; agregar de a poco el agua y licuar hasta formar una salsa líquida; reservar.

“En una olla calentar el aceite y freír la cebolla hasta que esté transparente; agregar el perejil y sazonar con sal y pimienta. Añadir la salsa de ají y resolver; llevar a ebullición y hervir unos minutos. Al momento de servir añadir las lapas, llevar a ebullición y retirar de inmediato del fuego (no deben hervir más, pues se endurecen). Servir de inmediato acompañado de papas cocidas o arroz graneado. Para 6-8 personas” (*La Serena a la carta*, 1990, pp. 98-99).





LOCO

Nombre científico: *Concholepas concholepas*



Este producto precolombino de larga data de consumo en las costas chilenas. Lenz lo considera un “marisco que se come mucho” (1910, p. 435) y plantea que su etimología es mapuche. El loco es un molusco gástrópodo bentónico, que habita en fondos rocosos entre los 0 y 50 metros. Morales Pettorino sostiene que vive dentro de su concha “adherido a las rocas en las costas chilenas y del Perú a una profundidad de hasta 40 metros. Se pesca mediante buceo autónomo con la ayuda del chopel” (2006, p. 1590).

Si bien se distribuye a lo largo de todo el territorio nacional, en la región de Coquimbo, particularmente en la caleta de Totoralillo norte (comuna de La Higuera), cobra mucha importancia al instaurarse desde hace algunos años la “Fiesta Gastronómica del Loco” en el mes de marzo. Respecto a su alimentación, un buzo de Tongoy nos informa que “*el loco come de todo, por ser encontró una jaiba muerta, caminó y lo comió. La jaiba también se come al loco, y si el loco lo pilla mal le pega*”.

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Chupe de locos*

Versión 1:

“Lo hace con pancito remojado, el loco cocido y picado y ahora le estamos agregando jibia para compensar lo caro de los locos” (Mery Reyes, Ovalle).

Versión 2:

“Ingredientes:

8 locos frescos, sin concha y apaleados; 200 grs de mantequilla, 2 cebollas picadas finas; 1 litro de salsa blanca, espesa, preparada con el jugo de cocción de los locos; 1 taza (240 ml) de crema líquida; 80 grs de queso parmesano rallado; sal, pimienta y ají color; 2 huevos duros.

“Preparación:

Volver a apalear los locos, lavarlos y escobillarlos. En un sartén calentar la mantequilla y freír la cebolla hasta que

esté transparente. Agregar los locos y freírlos hasta que desprendan un jugo lechoso. De inmediato transferir a una olla a presión y cubrir con agua hirviendo. Tapar la olla y cocinar 30 minutos a fuego bajo, desde que la válvula empieza a sonar. También se pueden cocinar los locos en una olla corriente con agua hirviendo hasta que estén blandos. Retirar la olla del fuego y dejar enfriar los locos en el líquido de cocción. Estilar los locos y picarlos en cubos, reservar el líquido de cocción.

“Preparar la salsa blanca con el líquido de cocción de los locos, añadirle la crema, queso parmesano, locos en cubo, sal, pimienta y ají color. Verter la mezcla en pailas o pocillos de greda, decorar con huevo duro y gratinar en un horno a temperatura alta hasta que el chupe esté dorado. Para 4-6 personas” (La Serena a la carta, 1990, pp. 93-94).

.....*..... *Tomate relleno con loco*

“Una vez que el loco está cocido, se pica bien finito y con esa pasta se rellena el tomate. En mi casa se hacía como entrada” (Adriana Peñafiel, Coquimbo).

.....*.....
Carbonada de loco

*“Se le pone zanahoria, ajo, pimentón y papa”
(Gabriel Rojas, Los Vilos).*





Perol o cebiche de loco

Versión 1:

“Cuando el loco recién se ha sacado, se come crudo, es blandito. Lo saca de la concha y lo pica. Lo aliña con harto limón y cebollita, lo deja unas horas, viene el cocimiento con el limón y ¡después vamos comiendo como si fuera cocido! Pero tiene que ser el loco que sale del mar” (Miguelina Morales, Los Choros).

Versión 2:

“Se pica el loco crudo con cuchillo a cuadritos, yo no lo muelo en máquina, le agrego harto jugo de limón, pimienta y lo dejo macerar unas buenas horas. Después lo revuelvo con la cebollita y el montecito verde. El perol siempre es crudo” (Mery Reyes, Ovalle).





MACHA

Nombre científico: *Mesodesma donacium*

La macha forma parte de los gustemas que se han ido transmitiendo desde periodos precolombinos y aparece como un alimento patrimonial de la región. Lenz la consigna como “un molusco de mar comestible” (1910, p. 460) cuya etimología es mapuche. Morales Pettorino lo define como: “Molusco bivalvo comestible que posee concha triangular alargada, muy corto y truncado por el borde posterior” (2006, p. 1617).

Los pescadores relatan así su captura: “*Las machas se sacan con las manos, se tocan y se siguen. Hay que zambullirse e ir al ritmo de la ola. Viene la ola y se zambulle uno y ahí aprovecha de sacar. Uno las va tanteando con el pie. Eso se hace a pulmón no más. La medida, uno ya las conoce... Yo tengo una medida, un dedo. Antes, con unas 15 unidades hacías un kilo, ahora con 20 o 22*” (Eduardo Morales, Los Choros).

La región se caracteriza por contar con los dos bancos más importantes de machas del país, los cuales son explotados por el Sindicato Machero de Caleta San Pedro. Asimismo, hay diversas organizaciones de pescadores que trabajan en pos del logro de una extracción equilibrada de las machas para evitar su depredación y exterminio:

“Hay una temporada para sacar las machas que es la que da la organización [de pescadores]. Es importante respetar la veda, porque si no, nos vamos a quedar sin reserva. Con el loco pasó, que ya no queda casi en la zona. En los años setenta, ochenta no había y la gente comenzó a emigrar para otros

lados... No se conservaba el área de manejo, no se cuidaba, no se paraba, así que es bueno que ahora haya área de manejo porque nosotros queríamos contener porque teníamos una calidad. Pero un año se elevó mucho la cuota y jodió al tiro el rinde, entonces se empezó a trabajar al rinde por kilo ilegal y ahí entró la codicia” (Eduardo Morales, Los Choros).

Alrededor del Sindicato Machero de San Pedro se han instalado también un conjunto de mujeres que comercializan una enorme variedad de pescados y mariscos, entre ellos las machas, que son las más reputadas. Además, el día 2 de febrero se celebra el Día de la Macha. La cultura del consumo de la macha en la zona queda de manifiesto en los saberes que se mantienen por generaciones:

“La macha nunca se debe hervir, porque se le pone dura, latiguda; usted a última hora tiene que poner un limoncito y así queda extraordinaria. La gente que no sabe las recuece, entonces se le empala, se le pone dura, usted a última hora, cuando ya está todo cocido, se agrega las lengüitas de machas, con un hervor no más quedan mortales” (Julio Rojas, Ovalle).

Antiguamente, una actividad familiar era acudir a esos bancos de machas para el consumo de la familia.



< Preparaciones y consumo >

.....* *Macha cruda*

Versión 1:

“Se abren las machas, se les agrega limón y se comen de inmediato en la misma concha” (Irma Petit, La Serena).

Versión 2:

“Se hace con cebollita macheteada, con hartito perejil, con hartito jugo de limón, la pimienta, que no debe faltar nunca a los platos crudos” (Julio Rojas, Ovalle).

.....* *Macha a la pamesana*

“Hay distintas maneras de hacerlas; una: se prepara con cebolla, ajo y perejil, una porción de caldo y abundante queso y al horno. Otra es en plato de greda, al horno y cada uno le pone el queso pamesano en la mesa y se puede preparar igual, pero con crema” (Irma Petit, La Serena).

.....*.....

Caldillo de machas

“Ingredientes:

24 lenguas de machas crudas y limpias; ½ taza (120 ml) de vino blanco y seco; aceite para freír; 3 papas peladas y cortadas en láminas; 2 cebollas en pluma; 2 pimentones (en conserva), en juliana; 2 tazas (480 ml) de caldo caliente de pescado; sal y pimienta.

“Preparación:

Golpear las machas suavemente. Colocarlas en un bol con el vino; dejarlas remojando mientras se prepara el caldillo.

“En un sartén calentar el aceite y freír las papas; estilar en papel absorbente. Eliminar el aceite dejando solo la cantidad necesaria para cocinar la cebolla. Dorar la cebolla y reservar. Colar las machas y reservar el vino.

“En una fuente de horno armar el caldillo colocando por capas la cebolla, papas, machas, pimentón, hasta terminar con todos los ingredientes. Verter encima el vino reservado y el caldo. Sazonar y cocinar en un horno a temperatura media por 15 minutos o hasta que el caldillo esté caliente. Para 4-6 personas” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 30).





OSTIÓN

Nombre científico: *Argopecten purpuratus*



Según Morales Pettorino, se trata de “un molusco acéfalo lamelibranquio con dos conchas iguales finamente veteadas en forma de dos abanicos abiertos...abundante en las costas chilenas, especialmente en Coquimbo, y muy apetecido por su sabrosa pulpa” (2006, p. 1954); el origen del término ostión es americano. Este molusco bivalvo habita en fondos costeros bajo la línea intermareal. Los habitantes de la región consideran que el mejor ostión es el de Totoralillo: “Es un tremendo ostión que parece loco, es maravilloso” (Irma Petit, La Serena).

Si bien el ostión se había acabado, hoy se están haciendo esfuerzos por recuperarlo (Rodrigo Muñoz, Tongoy). Danilo Bueno, buzo de Tongoy, nos informa que los dos centros de extracción de este producto son Guanaqueros y Tongoy, y respecto a su manipulación:

“Nosotros sacamos los ostioncitos, está prohibido, pero igual lo sacamos, pero también somos habilosos porque ayudamos a repoblarlos.. Por ser yo, saco el ostión grande, y como todos los años hay, pillamos semillas y botamos como el 10% al mar... Tenemos que cuidar el ostión, si no, la lapa se mete, entonces nosotros le ponemos unas mallas... Los ponemos en unas cosas que se llaman ‘inverne’ en cuadrillos y esperamos a que se doble... Los que sacamos tiene un proceso largo, como de un año y medio...”.

Las preparaciones habituales son a la parmesana y también se consigna el consumo crudo entre los pescadores.

◀ Preparaciones y consumo ▶

.....*..... *Ostiones al vino blanco*

Versión 1:

“Rebanas cebolla en rodaja, las pone abajo en la olla, zanahoria, papitas, todo en rodajitas; lo sofríe un buen poco, cuando estén casi cocidas le pone el vino blanco hasta que se cueza y después le agrega los ostiones. Después se toma una tacita de ese caldito y la quiero ver yo, la quiero ver cómo se pone” (Julio Rojas, Ovalle).

Versión 2:

“Ingredientes:

1 taza (240 ml) de agua; 1 cda de jugo de limón; ½ cda de sal; 1 kilo de ostiones lavados y estilados; 4 cdas de mantequilla o margarina; ¼ taza de cebolla picada fina; 125 grs de champiñones en láminas; ⅓ taza (50 grs) de harina; pizca de pimienta; ½ taza (120 ml) de leche; 1 taza (240 ml) de crema; 1 taza (60 grs) de queso suizo o gruyere rallado; ½ taza (120 ml) de vino blanco seco; 1 cda de jugo de limón; 1 cda de perejil picado; ½ taza de pan rallado; 2 cdas de mantequilla o margarina derretida.

“Preparación:

En una olla colocar una taza de agua, una cucharadita de jugo de limón y sal; llevar a ebullición. Agregar los ostiones, reducir el calor y cocinar tapados a fuego bajo 6 minutos o hasta que estén blandos, retirar y estilar en papel absorbente; reservar.

“En otra olla calentar la mantequilla y freír la cebolla y champiñones hasta que estén blandos, 5 minutos. Retirar del calor y agregar la harina y pimienta revolviendo hasta incorporar; gradualmente agregar la leche y crema.

“Volver la olla al fuego y llevar a ebullición, revolviendo. Reducir el calor y cocinar a fuego bajo, revolviendo hasta que espese, 4-5 minutos. Añadir el queso y revolver hasta que se derrita. Retirar del calor.

“Cuidadosamente agregar el vino, jugo de limón, perejil y ostiones reservados. Colocar la mezcla en 8 conchas de ostiones o pocillos individuales.

“En un bol mezclar el pan rallado con la mantequilla derretida y espolvorear sobre los ostiones. Colocar en una lata de horno y gratinar hasta que se doren, 2-3 minutos. Para 8 personas” (*La Serena a la carta*, 1990, pp. 97-98).

.....*..... *Empanada de ostión*

“Nosotros vamos y lo comimos al ostión en la conchita con el limón no más y claro... eso lo que cualquier persona cuando comienzan a conversar no saben hacer empanadas, al ostión hay que hacerle un baño de María para echarlo porque si no le queda medio crudo. Que le queda medio malo, pero usted lo echó a hervir 5 minutos, y después lo prepara como quiere, porque usted lo va a ser frito se le quema la cebolla, usted piensa que ya está listo, entonces hay que hacerlo con un baño maría, se cuece la cebolla y queda así.” (Danilo Bueno, Tongoy).

.....*.....
Ostión a la parmesana

*“Se le pone poquito al horno en una fuente, para que se derrita el queso, y se saca.
Porque si no, queda dura sin gusto a nada” (Benjamín Cortés, Tongoy).*



.....*.....
Sopa de ostión

“Es como una carbonada, se le pone papita, zapallito, zanahoria... fideo, cabello de ángel o arroz” (Benjamín Cortés, Tongoy).



PIURE

Nombre científico: *Pyura chilensis*

La etimología del nombre de este molusco es mapuche (Lenz, 2010, p. 168); pertenece a las ascidias y es de color rojizo, “...vive en colonias que forman grupos de ejemplares fuertemente adheridos entre sí a las rocas, arrecifes o cascos de embarcaciones...es muy rico en sales de yodo (Morales Pettorino, 2006, p. 2260).





< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Piure fresco*

“No, es que estando en la orilla no tenís nada, tenís toda la parte de orilla no más, no podís tener limones, no podís tener monte, nada po, tenís que puro comerlo. Los lavai y listo” (Vendedor del Mercado de Coquimbo).

.....*..... *Piure al pilpil*

“Ahí usted lo prepara, lo pica chiquito y ahí le puede echar de todo, toda clase de verdura puede ser, morrón, cebolla, perejil, todo lo que usted quiera echar, le echa harto condimento, ají verde, le echa ajo, con ají verde; entonces de ahí usted le está dando el condimento y al último se echa el marisco con la cebolla, el cocimiento todo lo demás que se cueza un poco, se fríe un poco y después ya cuando usted ve que ya está bien le echa el marisco. El marisco no puede quedar cocido, un minutito exactamente, si no, te va a quedar muy duro, muy latigudo y pierde todo el sabor” (Rodrigo Muñoz, Tongoy).

.....*..... *Caldillo caletero*

“En primer lugar le echo una lengua de erizo molida, porque eso le da un toque al caldillo, en ninguna parte va a encontrar ese sabor, le pongo trozos de almejas, unas gotitas de piure. También se le agrega fideo, papa, zanahoria, y lo condimento con ajo, comino, orégano y pimentón. Tiene que ser un caldo que lo mantenga” (Gabriel Rojas, Los Vilos).

.....*..... *Arroz con papas y piure*

“Queda exquisito con papita, un arroz graneado con papita con todo lo demás y después cueces el piure y lo picas y lo agregas al arroz” (Benjamín Cortés, Tongoy).

CAMARÓN DE RÍO

Nombre científico: *Samastacus spinifrons*

El camarón de río del sur es una especie de crustáceo decápodo parastácido integrante del género *Parastacus*. Habita en ambientes de agua dulce del sudoeste de América del Sur.

De acuerdo con Gay y Pomar, esta especie se encontraba a lo largo de todo el país, siendo los mejores los de Huasco, Coquimbo y el río Aconcagua. La demanda de este producto era tal que hacia 1900 se decía que el tamaño de los ejemplares capturados era pequeño porque no alcanzaban a llegar a su madurez. (Couyoumdjian, 2009). Actualmente, según los habitantes de la región, los camarones del sector de Salala son los más reputados.

Debido a la reciente y prolongada sequía, junto con la alta demanda, el camarón de río ha comenzado a escasear:

“Como ahora el río estuvo seco, hay poca producción. El niño lo va a buscar allá a la desemboca-

dura, donde termina el río, a la orilla del mar. Ahí hay harta agua, no sé de dónde sale el agua, pero se junta todo allá, por aquí pasa poquita y allá el río es grande” (Luis Tabilo, Barraza).

Por su lado, Franco Vicencio, de Monte Patria, explica sobre su gusto y la carencia de hoy: *“El camarón de río es como el camarón de vega, pero sin sabor a barro y como la carne más gruesa. Lamentablemente por la sequía ya no hay”*.

Su recolección es manual, requiere equipamiento —como traje de buzo y tenazas—, además del conocimiento de la técnica, por ejemplo, distinguir entre machos y hembras, pues solo se recolectan los primeros, para asegurar la reproducción. La extracción normalmente la realizan los hombres, como un complemento a la economía familiar, vendiendo a restaurantes o de manera directa a los consumidores a orillas de la carretera.

< Preparaciones y consumo >

Sopa de camarón de río

“Se cuece y se aliña y se come la colita del camarón y el caldito se puede espesar un poco” (Julio Rojas, Ovalle).

Caldo de camarón de río

“Mi abuelita pescaba una ollita chiquitita, la ponía a hervir y le iba metiendo de tres, los que entraran. Se ponían rojos igual que la jaiba, los pescaba, les sacaba la cola, que es lo que se come, y ese caldo lo iba guardando. Después a ese le ponía sal, le picaban pancito y nos comíamos ese caldo con mi abuela. Era una maravilla, un caldo concentrado” (Franco Vicencio, Monte Patria).



Chupe de camarón de río

“Lo que tiene adentro el camarón se muele, puede ser con su caparazón, todo molido y lo pasa por cedazo, o puede moler con máquina de moler carne y después por cedazo, así se le saca el nutriente. Eso se espesa con pan rallado remojado” (Julio Rojas, Ovalle).



Empanada frita de camarón de río

“Lo otro que hacía mi suegra, te estoy hablando de estas cosas antiguas. El camarón de río. El camarón de río, juntaba, fíjate, iba juntando... Porque aquí en Serena, antes, dos camarones te pesaban un kilo. Entonces, estos camarones los juntaba, y me acuerdo que sacaba, pero ¡una pega!, ¡es que te morís! Les sacaba el coral a los camarones, y los iba juntando, aparte. Se juntaba el coral, estaba el coral. Y con la carnecita del camarón hacía empanadas. Empanadas de camarones de río. Pero nada que ver de esos camarones que hay ahora. No, si camarones con patas largas, que traen las pinzas, en todas partes traen carne” (Zenobia Anais, La Serena).



Algas

Las algas como el luche y el cochayuyo están arraigadas en los sistemas culinarios de la región y constituyeron un importante medio de intercambio y consecución de recursos alimentarios entre la costa, el valle y la cordillera. Es así como en las zonas rurales las combinaciones de legumbres y algas caracterizan y dan particularidad a las cocinas tradicionales que aún mantienen estos rasgos de la Dieta Pacífica, es decir, de la mezcla de mar y tierra en su alimentación cotidiana. Los entrevistados que viven en los valles recuerdan como en el pasado se abastecían de estas algas a través de su trueque por productos del campo (Paola Díaz, Monte Patria) o por su compra en Ovalle.

LUCHE

Nombre científico: *Porphyra columbina*



El luche es un alga marina comestible que se ha consumido desde tiempos precolombinos. Lenz (1910) plantea que la etimología de la palabra es mapuche. Se seca al sol y luego se hidrata para prepararla en diversos platos.

En la localidad de Los Choros el consumo de luche es frecuente y transmitido generacionalmente:

“Yo recuerdo que el luche lo hacían en un pancito, lo aprensaban, había que echarlo en unas bolsas en el rescoldo y lo comíamos dos veces por semana, mi mamá siempre preparaba, a ella le gustaba mucho” (Julia Morales, Los Choros).

Recientes investigaciones sobre la cultura culinaria y los saberes de los changos dan cuenta de que el luche fue un recurso muy utilizado por los viejos habitantes marítimos, que poseían técnicas de conservación y que realizaban intercambios entre la costa y los valles cordilleranos:

“Al hermano del Chango Robert le decían el Rubio Mugre, era luchero, que sacaba el luche, hacía los panes, los preparaba y los iba a intercambiar por aguardiente al valle de Alto del Carmen... La otra vez con este tema de la investigación, hicimos unos panes de luche a la antigua que eran cocidos a vapor... se hacía de otra forma. Nosotros lo hi-

cimos, o sea, nosotros lo adaptamos de la misma forma que son como unos, unas bolsitas de género. Lavamos el luche con agua dulce, lo lavamos, después lo vamos secando y lo vamos esparciendo y sigue un poquito y después lo prensamos en esas bolsas y hacemos una pelota bien... como de este porte, eso lo amarramos y en un fondo le ponemos unas cuatro piedras abajo en el fondo, y llenamos con agua hasta las piedras y ponemos los panes de luches sobre las piedras (...) para el vapor ojalá harta leña para que pueda cocer el luche y pueda tener esa textura y esa cremosidad que le sale al alga. Esa es la técnica del vapor, esa es como la más antigua que nosotros ocupábamos, y ¿el Chango Robert cómo lo hacía? La misma, pero bajo tierra, hacía el fuego en la tierra y ponía el luche encima...” (Felipe Rivera, Coquimbo).

Desde esta misma memoria de los changos Estermila Álvarez, de Coquimbo, recuerda que para confeccionar el pan de luche:

“Se hacía luche en barra y amasado. Lo lavaban el luche y tenían unos paños así como cuadrados. Y esos paños los guardaba para la otra temporada. El luche duraba mucho porque sacaban mucho... Si llueve hay luche y si no llueve no hay luche. Eso es saber, como al llover va a salir luche. El luche también se amasaba. Cuando se hacía en barra iba en unos sacos así, me parece que eran sacos metaleros, porque los mineros tenían unos sacos especiales para sacar las piedras, los minerales. Eran unos saquitos así con un tejido muy tupido y eran gruesos. Y ahí lo echaban apretado y lo cocían. Yo creo que echaban unos dos o tres de esos. Hacían un hoyo y lo ponían en piso de piedra y lo calentaban con un güiro”.

El proceso que seguía es descrito así: “[En el fondo el hoyo] contenía piedras donde encendía el huero palo seco, una vez hecha la brasa, colocaba las barras de luche en las piedras, tapando todo con sosa, así se conservaba el calor, que cocía el luche hasta el otro día.

Una vez listo se dejaba enfriar para luego cortarlos en trocitos, para venderlo al por mayor teniendo siempre muchos pedidos, a veces lo intercambiaban con comerciantes de pueblos cercanos, por verduras y frutos secos de los valles” (Aguilera et al., 2017, p. 80).

En la zona, en Ovalle observamos en la feria la venta de panes de luche (que proviene de Punta de Teatinos) confeccionados de modo especial, pero siguiendo las viejas prácticas de cocerlo en grandes fondos de aluminio:

“En hoja, en saco, ahí en una piedra tenemos unos sacos, en hojas. Entonces después nosotros lo elaboramos nosotros y los cocimos. Trabajamos todos nosotros, yo, mi señora, lo hacen todo. Tomamos un pañito así, entonces eso se envuelve igual como huma, bien apretadito y se amarra y se echan a cocer en fondos, como aluminio así como a vapor, así quedan” (José Bolvarán, Ovalle).

Por otro lado, los cultores distinguen un luche de guarda (secado) y uno “nuevo”. Los saberes de los feriantes informan que “...con agua de lluvia crece el luche en las rocas y por la misma brisa, va creciendo... Este es más verdecito y chiquitito, porque es nuevito, entonces no tiene arena ni nada” (Eusebio Pozo, Feria de Ovalle). El luche “nuevo” duraría solo cinco días. Por otro lado, en Los Vilos se dice que: “Cuando hay lluvia a los 15 días crece el luche. Depende como crezca el pasto afuera. Si está colorado ni sirve. No puede sacarlas, no se cuece. En cambio, cuando está verdecito ahí sí. Ahí es como lechuga” (Marcos Torrejón, Tongoy). El otro modo de conservación del luche es secado al sol (Eusebio Pozo, Ovalle), y sirve para determinadas preparaciones, especialmente las fritas. Miguelina Morales, de Los Choros, nos cuenta: “Cuando es fresco hay que comerlo al otro día, ese le como con papas fritas, fritas en aceite de oliva” (Miguelina Morales, Los Choros).

El aumento en su consumo está relacionado con las prohibiciones de ingesta de carnes rojas en Semana Santa; sin embargo, está siempre presente en los gustos regionales. Por ejemplo, Eusebio Pozo, ya citado, relata que vende 50 panes de luche en dos días, lo que

da cuenta de su permanencia en las cocinas tradicionales. En Los Choros, donde ya no abunda el luche, los habitantes mantienen la costumbre de ir a recolectarlo:

“Cuando traemos hay que ponerlo a cocer y lavarlo mucho porque tiene mucha conchita. Primero se lava bien y después se pone a hervir, se le echa

jugó de limón, pero tiene que estar revolviendo, revolviendo. Después hay que estrujarlo bien. Yo ahora lo congelo, lo pongo en una cajita y después voy sacando no más. Hago un sofrito y revuelvo el luche con las verduras ¡qué rico!” (Silvia Ortiz, Los Choros)

< Preparaciones y consumo >

.....*..... *Fritos de luche*

“Se hace igual que el pescado, un betún, se pasa el luche nuevo y se va friendo... como si fuera un frito de coliflor; pero el mejor luche para eso es el seco, no el de pan. Eso con arroz o ensaladita chilena es muy rico” (Eusebio Pozo, Feria de Ovalle).

.....*..... *Ceviche de luche*

“Se echa a cocer el luche y se deja enfriar, entonces usted le pone cebollita, ajo, cilantro y harto limoncito, ahí lo deja un buen rato y se sirve” (Eusebio Pozo, Ovalle).

.....*..... *Luche frito*

“Primero usted lava para sacarle la arena, el caracol, todo eso, después lo seca con una toalla nova o con algo que lo seque, porque si no le va a explotar el aceite caliente. Usted lo fríe y se lo come así solito como para picar antes de empezar a comer”
(Julio Rojas, Ovalle).

.....*..... *Papas con luche*

Versión 1:

“Primero usted hace un sofrito y le pone ají color y entonces le pone las papitas, después le pone el luche y se hace como un puchero, así queda bien bueno”
(Julio Rojas, Ovalle).

Versión 2:

“Con este luche nuevo usted lo hace con ajicito, con papitas, le echo cebollita frita y al final el luche” (Eusebio Pozo, Feria de Ovalle).

Versión 3:

“A cuadritos se cocía las papas, después en una sartén pica cebolla, cominito, orégano, de todo. Se fríe bien frito y se le dejar caer eso a las papas. Se fríe el luche con esas cosas que le dije yo” (Carmen Rojas, Batuco).

Versión 4:

“Aquí comemos siempre papas con luche. El luche primero lo hidrata con vinagre en un bol para que suelte las piedrecillas. Lo limpias bien y haces un sofrito de cebolla con tomate, perejil, ajo, zanahoria y todas las verduritas que dan el sabor, hasta albahaca cuando está el tiempo. Lo lavo bien lavado, porque trae cositas, arañitas de mar, las conchitas... Se lava bien lavado y después se echan a una olla y se empieza a

guisar con aceitito y se le echan las papitas. Hago un sofrito con cilantrito, cominito, le hecho todo un sofrito, lo bato. Queda pero muy rico. Me gusta comer el luche que hacen en Punta de Choros” (Miguelina Morales, Los Choros).

Versión 5:

“Ingredientes. 1 kilo de luche; ½ de papas; 1 cebolla o cebollín. Preparación. [Una vez preparado el luche]... en una cacerola se agrega una cucharada sopera de aceite, para freír el cebollín picado, luego agregar las papas cocidas en cuadros, agregando el pan de luche deshaciéndolo en la mezcla. Revolver durante todo el proceso y servir una vez esté caliente el luche” (Aguilera et al, 2017, p. 80).



Porotos con luche

Versión 1:

“Se hace aparte, primero el poroto y después el luche se hace pan primero y para eso pescábamos los sacos y hacíamos una fogata, hacíamos el hoyo y con una pala le sacábamos la cuestión de adentro del molde. Llegábamos y calentábamos el fuego y le plantábamos el saco, después le tapábamos con la leña y hacíamos la mansa fogata. Y después de un rato quedaban cocidos, como una masa. Al poroto cocido le agregamos el luche y puede ponerle también cebollita” (Silvia Ortiz, Los Choros).

Versión 2:

“Los porotos con luche, se cuece el luche primero, claro, el luche cocido. Después se cuecen los porotos y se le echa así, que quede espesito. Depende del gusto de la persona, pero si le gusta más espeso se le echa más luche no más” (Estermila Álvarez, Coquimbo).

COCHAYUYO

Nombre científico: *Durvillea antarctica*

El cochayuyo es un alga de mar comestible, patrimonial de las costas chilenas y de consumo precolombino. Es un alga en forma de cinta "...con tallos semejantes a tubos, de color pardo y de aproximadamente tres metros de largo, comestible, que suele venderse en atados de algunos decímetros de largo" (Morales Pettorino, 2006, p. 636). La palabra cochayuyo proviene del quechua kocha, 'laguna, mar'; y yuyu: 'nabo, hortaliza', "legumbre de mar", según Lenz (1910). Los mapuche la

llaman kollof o lunfo, y a su raíz, ulte. En la región de Coquimbo su consumo es transversal y se obtiene de las caletas cerca de El Teniente y La Cebada. Los entrevistados dicen que este cochayuyo es más grande que el de la zona central y el sur, y es más duro. También se diferencia el cochayuyo local con el del sur por el color: "El de acá es negro y contiene más yodo y vitaminas que el rubio, que es del sur, en el sur sale más rubio porque llueve más" (Eusebio Pozo, Ovalle).

< Preparaciones y consumo >

Cochayuyo guisado

"Se pica harta verdurita, se hace un sofrito, y se junta con el cochayuyo cocido y cortado" (Liliana Espejo, Peralillo).

Empanada de cochayuyo

"Mire, para la Semana Santa comemos harto, yo la hago la masa igual que para empanada frita, echo a cocer el cochayuyo y lo hago como un pinito, con cebollita, aliñadito y con eso las relleno" (Silvia Ortiz, Los Choros).

Ensalada de cochayuyo

"Primero, hay que cocer el cochayuyo; lo echo a cocer con una piedra encima, si no, se levanta, en el fondo que uno lo echa a cocer le pone una piedra, si no, queda arriba y no se cuece. Después, lo dejo hasta que esté blando, lo estrujo y lo pico finito y lo aliño con limoncito y monte verde" (Carmen Rojas, Batuco).

Porotos con cochayuyo (ver receta en "Porotos").



5
Postres, repostería
y helados





La *constelación de las frutas y de lo dulce* tiene una expresión en la región en los postres (algunos de los cuales hemos incluido en las otras secciones), la repostería y la confección de helados. Es una tradición cuyos acervos se remontan a los procesos de colonización y de la adaptación temprana de productos traídos por los españoles, como los cereales (sobre todo el trigo para producir harina), la ganadería (con la leche de los animales), las frutas —estas, sumadas a las nativas— y, de manera especial, el azúcar. Los saberes culinarios indígenas se han abrazado con los europeos para dar lugar a una cultura de preparaciones dulces que dará identidad al territorio regional. El patrimonio alimentario relacionado con los dulces es indudable, pues ya se registra en el siglo XVIII que “...toda familia de honor se preciaba de sus tertulias, las que también demandaban gastos. Junto con las mistelas, había que agasajar a los invitados con cacao, dulces de chancaca y los infaltables helados de verano” (Pinto, 2015, p. 161).

Podríamos definir una tríada en la constelación patrimonial de los dulces constituida por las frutas, los postres y la repostería, la cual en muchos casos contendrá en sus términos a las demás. Sin duda, muchas de las recetas actuales son de origen colonial y, fuera de las frutas y los postres, el mismo Jorge Pinto señala que “...sin que faltaran, los dulces de mil hojas y las distintas variedades de embelecocos de leche que nuestras antepasadas preparaban con singular éxito” (Pinto, 2015, p. 277). La tríada de frutas, postres y repostería se aprecia ya a fines del siglo XIX: “Finalmente, los gustos cotidianos de la clientela no se contentaban solo con la fruta natural. El ‘Hotel América’ ofrecía frutas preparadas en forma de ‘camotes asados’ y ‘compotas de peras’, así como también ‘crema de leche’” (Páez, 2010, p. 75). Por otro lado, desde la vertiente popular y de la dieta minera el higo seco, en este caso, y los descaroizados, en el primero, constituyeron un consumo reconocido: “A diferencia de los menús del valle, la dieta minera era monótona, ya que los dueños de las minas en el Departamento de La Serena y en general en la Provincia, proporcionaban generalmente pan, higo seco y legumbres a los trabajadores” (Páez, 2010, p. 77). El higo seco y los descaroizados, de acuerdo con el autor citado, se encontraban entre las limosnas que se daban a los pobres, consignando, por ejemplo, que en 1884: “Se ha recibido de limosnas en la dispensa y repartido sin bonos a los pobres 13 sacos de frijoles...10 sacos de higo...8 barricas de descaroizados...3 decalitros de huesillos, dos botellas de Palma Cristi y un tarro de miel de abeja” (Páez, 2010, pp. 97-98).



POSTRES

.....*

Blanquillo

“Ingredientes: leche de cabra o vaca; trigo remolido; azúcar; canela; clavo de olor. Preparación: se echa en una olla 1 litro de leche, hasta que quede precocida. Luego se le agrega también a esta la azúcar, clavo de olor y canela una vez cocido para que absorba el sabor de los ingredientes. Este no tiene que quedar seco, sino como mazamorra. Se sirve en pocillos a la mesa como postre” (Pizarro, 2006, p. 43).

.....*

*Budín de arroz*⁹⁵

“Mi mamá cocía el arroz en leche, le ponía un huevo, hacía un caramelo y lo colocaba en la budinera, igual como hacen la leche asada. Lo metía al horno y arriba lo espolvoreaba con un poco de azúcar cuando ya estaba más o menos y quedaba dorado. Esos eran nuestros postres” (Bernardita Gallardo, Las Mollacas).

.....*

Crema de huevo

“De la clara de huevo, mi mamá hacía la crema de clara de huevo, que era como un betún. Entonces ella cocía la fruta, pera, durazno, y le echaba eso. Lo comíamos de postre” (Silvia Muñoz, Canelilla Baja).

95 Hemos consignado un uso extendido del arroz en los postres y dulces en la localidad de Monte Patria; por ejemplo, las empanadas de arroz con leche y los dulces rellenos de arroz.

.....*

Corazón de café

“El corazón de café se consume mucho acá también... Ese es lo más simple que hay. Batir los huevos, almíbar de pelo, darle una consistencia bien durita. Y tú lo pones, una vez que esté listo, le echas el café en polvo al betún. Entonces, se bate bien, bien batido, que quede de un color medio cafecito, y lo pones en un tiesto, pero tiene que ser en el medio, cuadradito en el medio. Y lo metes en el horno. Entonces, esto sube, después baja un poco. Mientras tanto, haces este mismo: la leche, con todas las especias con poquita maicena, también, porque tiene que quedar con azúcar... La canela y la cáscara de naranja, para mí es infaltable. Y siempre tenemos cuidado con la cáscara de naranja. La cáscara de naranja tiene que sacarse delgadita, así, de arriba, sin que salga la parte blanca. Si no, queda amarga. Entonces ahí bien finita... bueno, entonces, te digo yo, esta leche que te digo, que la preparas con azuquítar, con un poquito de azúcar nomás, porque esto es dulce, ya queda lista para que la eches alrededor de esto. Entonces, esto te sube, y flota, y te queda precioso, y es exquisito” (Zenobia Anais, La Serena).

.....*

Leche con mote

“Ingredientes: leche de cabra, mote, sal o azúcar. Preparación. Se hace hervir en una olla la leche conjuntamente con el mote y en un lapso de cocción de ½ hora se le agrega la sal o azúcar, se puede servir fría o caliente” (Pizarro, 2006, p. 44).

.....*.....

Encaje inglés

Se trata de un postre helado de gran raigambre y transversal en la región. Sus componentes son bizcocho o galletas de champaña remojadas en jugo de frutas en conserva, lo cual se cubre con maicena y merengue. Se prepara en las casas para ocasiones especiales y su tradición se registra hasta cinco generaciones atrás.

Zenobia Anais, residente de La Serena, relata que aprendió esta receta de su abuela, una mujer elquina conocedora de múltiples preparaciones, pero son los postres y dulces los que ella ha procurado resguardar, enseñándoselos a su vez a una de sus nietas.

Versión 1:

“Para diez personas, ocho personas, con tres paquetes de galletas de champaña. Las pongo en una budinera, donde, en forma ordenada, galletas de champaña de estas larguitas; ocupo buenas galletas de champaña sí, porque hay algunas que son medias malitas, que no queda muy bueno el postre; entonces, con un tarro de duraznos, cuelo el tarro de durazno, este picadito, y el juguito del tarro, remojo las galletas. Por lo general, como para que queden bien remojaditas yo le pongo además un poquito de agua con azúcar, o un juguito de naranja, qué se yo, para que queden bien remojadas. Entonces, las dejo ahí un ratito para que se remojen y la fruta la guardo aparte. Posteriormente, mientras tanto, hago una maicena, pero con una maicena con leche. Leche, con maicena, cáscara de naranja, todas las especias que tú quieras ponerle, y, una vez que esto esté listo: la maicena hirviendo, con una consistencia más o menos durita, las yemas de los huevos las bato con un poquito de leche, las disuelvo, saco esta cosa del fuego, y les echo las yemitas y lo revuelvo un buen poco. Le pongo un poquito de azúcar, también, a esta mezcla. Y le pongo arriba de las galletas, esta mezcla y la fruta que dejé reservada. Dejo un poco que se enfríe, mientras tanto hago un merengue, con almíbar de pelo. Un merengue con las claras que me quedaron de los huevos, y los pongo, una vez listo, le pongo arriba el merengue y le pongo

ahí sus cositas, sus cachitos, y le hago mis adornitos, qué se yo... Le quemo medio arriba para que quede doradito. Y al frigidier por unas tres, cuatro horas, para que quede heladito. Esto es una torta helada o un encaje inglés” (Zenobia Anais, La Serena).

Versión 2:

“Ingredientes:

$\frac{3}{4}$ taza (150 grs) de azúcar; 6 huevos, separados; 5 cdas (50 grs) de azúcar flor, cernida; 250 grs de coco rallado; 1 taza (200 grs) de azúcar; 1 palo de vainilla.

“Preparación:

En una olla colocar $\frac{3}{4}$ taza de azúcar y cubrir con agua fría. Revolver y llevar a ebullición a fuego medio. Reducir el calor y cocinar, sin revolver, hasta que el almíbar esté de pelo. En un bol batir las claras firmes y de a poco añadir el almíbar. Continuar batiendo hasta que se enfríe totalmente el merengue. Reservar.

“Preparar un huevo mol, en un bol batir las yemas 15 minutos o hasta que estén pálidas y espumosas; añadir de a poco el azúcar flor, batiendo para disolver. Reservar.

“En una olla colocar una taza de azúcar, mojar ligeramente con agua fría, y preparar un almíbar grueso con la vainilla. Añadirlo al coco y dejar remojando 30 minutos. Estilar el coco y colocarlo extendido al fondo de una fuente de servir. Cubrir con la mitad del merengue y cocinar en un horno a temperatura media para secar el merengue. Retirar del horno y dejar enfriar. Verterle encima el huevo mol y con la ayuda de una manga para decorar hacer un enrejado con el resto del merengue. Hornear nuevamente para secar el merengue. Dejar enfriar y servir en la misma fuente. Para 6-8 personas” (La Serena a la carta, 199, p. 146).





*
*Punche*⁹⁶

“Ingredientes: trigo majado; azúcar; canela; clavo de olor. Preparación. En una olla se echa a hervir ½ kilo de trigo majado con agua por 2 horas a fuego promedio, después de este tiempo se le agrega el azúcar, canela y una pisco de clavo de olor se deja reposar y está en condiciones de poder servir bien heladito” (Pizarro, 2006, p. 44).

96 El término *punchi* lo consigna Jorge Pinto como bebida alcohólica: “El vino corriente, la chicha y el punchi eran las bebidas alcohólicas del pueblo...” (2015, p. 278). Morales Pettorino, por su lado, nos dice que *punch*, utilizado por Jotabeche, se relaciona con *ponche*: “bebida que se prepara mezclando un licor de alta graduación alcohólica con una bebida analcohólica o de bajo índice de alcohol más ingredientes edulcorantes o aromáticos” (2006, p. 421). La receta no alude a una preparación alcohólica, pero llama la atención el nombre. La otra versión de *punchi* está en la sección de cereales, con trigo majado, pero es una receta salada.

.....*.....

Macho ruso o macho rucio



Se trata de un postre muy común en las diversas comunas de la región, cuyas variantes estarán dadas por el acompañamiento que lleve: caramelo, arrope, salsa de vino, entre otros. El macho ruso es definido como “*un postre en base a leche, harina, canela y azúcar*” (Jackeline Cabezas, Pan de Azúcar), y se considera como una preparación tradicional: “*El macho ruso, que es el auténtico postre antiguo, que es de sémola con leche con chancaca y queda muy rico*” (Gladys Ite, Andacollo). De acuerdo con Julia Morales, de Los Choros, se puede dar realce a este postre si “*lo hacemos con miel de chancaca y de papaya, que es más elegante*” (Julia Morales, Los Choros).

Versión 1:

“Antiguamente el macho ruso era en base a leche de cabra o leche de vaca y la harina blanca, se le echaban cinco cucharadas de harina para un litro de leche. Bueno, ahora tiene que ser la leche de cajita o la leche en polvo disuelta... Cinco cucharadas de harina y eso se disuelve en la leche helada y después se empieza,

hay que revolverlo, revolverlo, no dejarlo de revolver hasta que eso empiece a hervir y se ve la harina cocida. Se servía antiguamente con el arrope de uva” (Marta Oros, Carén).

Versión 2:

“Mi mamá lo hacía con leche hervida, con cáscara de naranja y le ponía sémola en forma de lluvia. Yo hiervo cinco minutos la sémola, se echa en una budinera y se deja enfriar. Se puede hacer con caramelo, se pone en la budinera el caramelo. Mi mamá hacía una agüita con azúcar quemada, se echaba agua hervida sobre la azúcar quemada y se acompañaba el macho ruso con esa agüita” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

Versión 3: “Macho rucio”

“Ingredientes: harina tostada; leche; azúcar; canela; clavo de olor. Preparación: se echa en una olla de agua 2 litros de leche, esta tiene que estar precoci-

da, se disuelve la harina en leche helada y después que está disuelta se le agrega a la leche precocida. Se deja cocer por ½ hora y se debe revolver para que no se pegue. Se deja enfriar en una budinera hasta que esté fría, luego se prepara la azúcar quemada en una ollita, se le agrega agua, canela y clavo de olor dejándolo hervir hasta que tome el sabor de los ingredientes, se deja enfriar, posteriormente en una compotera o pocillo se sirve una ración del macho ruso y se le agrega el líquido preparado con la azúcar quemada” (Pizarro, 2006, p. 42).

.....*.....
Muño

Versión 1:

“Esta preparación consiste en harina tostada, pero con arrope de uva. Mi abuelita hacía unas especies de dulces, como unas tortillitas, y esas eran las colaciones que se llevaban para media mañana o media tarde. Lo mezclaban y quedaba como una pasta bien consistente. Y eso lo amoldaba y eran como ‘galletitas’, para la energía. Muchas veces las llevaban también para las veranadas” (Paola Díaz, Monte Patria).

Versión 2 (de Tulahuén):

“Ingredientes. Harina tostada; miel. Preparación. Se echa harina tostada a una fuente y se le agrega la miel y se va juntando con un tenedor la miel con la harina hasta que se forme una masa. Se corta en trocito y se sirve principalmente cuando se toma mate” (Pizarro, 2006, p. 45).

Versión 4:

“Hacemos el verdadero macho ruso con harina. Se hace con leche de cabra o de vaca y se va preparando con la harina. Primero se derrite el agüita para que no se agrume y luego se le baja la llama y se le va echando de a poquito. Se aliña con cascara de naranja, clavo de olor y así se le da hasta que no tenga ese sabor a harina cruda. Después de le pone en una budinera y se va cortando. Se le echa arrope y se le pone chancaca” (Norma Valenzuela, Andacollo).

Versión 5:

“Yo me acuerdo que el macho ruso lo comíamos mucho, era el postre era el postre típico de nosotros, de todos los días. Pero con la variante que lo comíamos con arrope, que era el típico arrope de uva y/o hacían un caramelo. Quemaban un poco de azúcar, le echaban agua y lo perfumaban con menta, con alguna hierba natural, menta o yerbabuena. Y le colocaban un poquito, un palito de canela. Quedaba exquisito, muy rico” (Paola Díaz, Monte Patria).

.....*.....
Turrón con nuez

“Mi papá era el encargado de hacer el turrón, porque era muy pesado. Había un poste y mi papá lo ponía ahí y lo estiraba, estaba como una hora haciendo eso hasta que quedara con consistencia para que no se quebrara, porque generalmente el turrón se quiebra... Se hacía de a tres kilos, había que tener mucha fuerza para estar todo el rato estirando. Después hay que hacer un almíbar como de pelo, hay que darle el punto justo, porque si se te pasa se rompe y no se compacta. Si lo sacas antes, tampoco, porque queda muy líquido. Tiene que tener un punto y después echarle la nuez” (Bernardita Gallardo, Las Mollacas).

REPOSTERÍA

Dulces

Con el término "dulces", en la región de Coquimbo se designa lo que podríamos definir como "pasteles", que se inscriben en el gran campo de lo que se conoce como "dulces chilenos", similares a los alfajores con sus variedades de empolvados, palitas, chilenitos, entre otros. En la región se da una denominación de estos de acuerdo con su lugar de confección: así, están los dulces de La Paloma, los dulces de El Molle, los dulces choreros (de Los Choros), entre otros. Los habitantes locales mantienen la tradición de comprar estos dulces artesanales por décadas, transmitiendo los sabores de manera transgeneracional y valorando la confección que se realiza en el lugar. En el caso de El Molle, se destaca el puesto de dulces del mismo nombre, que

ostenta en sus paredes los "recados" que le han ido dejando generaciones de clientes.

Es interesante constatar que en la región hay una variante de manjar para rellenar los dulces, el "manjar de harina", definido así:

"Es una mezcla, la harina la tostábamos un poco, la endulzábamos, obviamente, después le agregábamos agua... Era como una crema pastelera, pero con harina cruda tostada y canela para perfumar, como un manjar. Los dulces caseros los rellenábamos con esa mezcla y después los pasábamos por la misma harina tostada alrededor. En vez de coco que le echan ahora..." (Maritza Cortés, Monte Patria).



Dulces de La Paloma

En décadas pasadas, el poblado de La Paloma era una zona muy concurrida por turistas, mineros y obreros, entre otros, quienes llegaban gracias al recorrido del "Tren Longino", que unía Ovalle con Combarbalá, y al "Coralito", un particular vehículo híbrido entre bus y camión que trasladaba a estudiantes y habitantes de la zona. En ese entonces existía un importante comercio de todo tipo de comidas al paso, como empanadas, mote con huesillos y los típicos dulces de La Paloma. Este tipo de intercambio decayó en la década de los setenta, cuando dejó de operar el tren. Sin embargo, los dulces de La Paloma se mantienen en la memoria

local gracias a las mujeres de la familia Godoy, quienes elaboran un solo dulce tradicional. Olga Godoy nos cuenta que aprendió la receta de su patrona, doña Luperfina Ramos; desde entonces, ella y sus hijas han conservado la receta.

Respecto a su preparación, lo primero es hacer el manjar. Para ello hay que poner a hervir la leche (de vaca), y el manjar debe tener una característica particular: *"La leche va hirviendo con el azúcar, el clavo de olor y la canela, todo junto, hierve y hierve, hasta que tome color, después se le agrega la sémola o nutrina"*. La madre de Patricia nos cuenta que antiguamente el

manjar se hacía espesar con harina de arroz: “cuando yo trabajaba con la señora, se hacía con arroz, con harina de arroz... Se molía el arroz, se trataba mucho más, quedaba igual que la sémola” (Olga Godoy). Respecto al tiempo de cocción, Patricia nos relata: “Estamos hablando de horas, po, hija. Porque la leche debe tomar su propio color. Aquí no lleva lo que es el colorante, nada de eso... Son cuatro o cinco horas el más rápido. Ayer puse la paila a las cuatro de la mañana y ya saqué el manjar a las ocho... No es gran ciencia, usted tiene que estar ahí atenta, que no le falte la leña al fuego”.

La masa se elabora con grasa de vacuno, ya que, sostiene Patricia Godoy: “La manteca de chancho no le

sirve para esto. Queda duro”. Respecto a la consistencia de misma, “con el tacto sé que la masa, cómo anda... yo le hablo: ‘¿estás bueno?’, le digo”. Luego esta masa debe estirarse, cortarse y cocerse en el horno de barro unos minutos.

Una vez que el manjar y la masa están listos, se rellenan los dulces. Luego se elabora un betún que se hace con clara de huevo y azúcar a pelo. Con esta pasta se unta, con la punta del dedo índice, cada uno de los dulces, y luego se los lleva nuevamente al horno (con la puerta abierta) unos segundos para que el betún se seque.



*
Dulces El Molle



El Molle, situado a 30 kilómetros de Coquimbo, en el valle de Elqui, es un lugar emblemático de las antiguas culturas de repostería que todavía fabrican pasteles y dulces patrimoniales. En el pueblito la memoria culinaria permanece y se siguen preparando confites de diversas frutas, dulces de membrillo y manzana, mermeladas de alcayota y dulces chilenos con recetas que se remontan al siglo XIX y con técnicas para el manjar y el betún artesanales, que son transmitidas transgeneracionalmente. Al igual que los dulces de otras localidades, estos se caracterizan por ser dos hojas de masa rellenas con manjar casero de leche de vaca, aromatizado con canela y cocido en paila de cobre. Luego se cubre con merengue o betún, que le otorga su característico aspecto y sabor. Los dulces se hicieron famosos entre lugareños y visitantes cuando por El Molle pasaba el ferrocarril.

María, la creadora de la Dulcería El Molle, recuerda que *“hubo una primera incursión en la época del ferrocarril, ahí ya se partía con la época del dulce; pero nosotros no íbamos a vender, mi papá no nos dejaba porque decía que era peligroso, venía gente extraña”*.

Su hijo Francisco Collao, el actual dueño, cuenta que *“La Marquesa y El Molle eran como centros de apogeo de los minerales de plata acá arriba. Entonces llegó una época en que Marquesa era el lugar donde se hacía los cargueos, aquí era el centro donde venían a hacer los papeleos. Entonces en la época de la mamá era complicado, no se daba mucho permiso para que las niñas fueran a vender dulces, porque el minero era gente de paso y había unos que eran bien fregados”*.

La Dulcería El Molle, hoy atendida y administrada por Francisco, secundado por su octogenaria madre, María, es un ejemplo de cómo el oficio de la pastelería

chilena sigue vivo, apostando —como lo hicieron sus fundadores hace más de 70 años— a entregar calidad y afecto en cada una de sus preparaciones. La “devolución” de este empeño, sin duda, son los clientes que no cesan de acudir a la dulcería, pero de manera inédita, para este tipo de ventas, que dejan en cada una de sus visitas un recado, una tarjeta, un dibujo, agradeciendo la excelencia de los pasteles, y, por cierto, el afable ambiente y el amoroso arte de sus dueños. Así, las paredes del pequeño negocio están tapizadas de recados que, casi como exvotos, como mensajes a un santo o a una Virgen, se agolpan y multiplican, dando las gracias por los “ricos dulces” y por el haber estado allí, por ser testigos del buen sabor y de la laboriosidad de sus cultores.

María fue la principal artífice de la dulcería, junto a su esposo fallecido. Sin duda, ese pasado aún se percibe en el uso de la cocina a leña, en los fondos de cobre, en los gestos de la técnica de cocer la alcayota y en el sempiterno batido de las claras. Los “chilenitos”, empanadas de alcayota, dulces de membrillo y manzana, son considerados por los habitantes del pueblo y mucho más allá de él como “excelsos”.

Sobre sus técnicas, Francisco nos dice: *“Nosotros tenemos unas pailas grandotas de cobre, esto es como tres, cuatro horas estar hirviendo, azúcar, canela, cascarrilla de naranja, más menos unas cuatro horas... Este es un proceso lento, podría sacarlo en tres, pero tiene en un momento que meterle llama, mucho calor, para que esté más rápido... Hemos probado con leche de cabra y la verdad es que es exquisito y le rinde mucho más porque la leche de cabra es más grasosa, pero es un problema, porque tiene otro sabor”*.

En la Dulcería El Molle elaboran también merenguitos, empolvados, empanadas de alcayota y alfajores, todos hechos con manjar artesanal y merengue o betún con huevos frescos, no la variedad sintética, como destaca Francisco Collao.

“El tradicional, el chileno lo llaman, en otras partes lo llaman al de allá chileno, más al sur, pero este es con manjar artesanal que preparamos acá, y la empanadita de alcayota, los más clásicos. El merengue también, un merengue con almíbar de pelo, clara de huevo, no como hoy día

que se compra un sobre, les echa las aguas en las medidas correspondientes y sale merengue. Esta hojita todo lo hacemos nosotros, esas son las hojitas, este es el manjar tradicional, este es el betún, es totalmente a la forma antigua, almíbar de pelo, con clarita bien batida”.

Y agrega:

“Nosotros preparamos la hoja con harina tradicional, ocupamos margarina y ahí la combinación es agua, harina, yema de huevo, hacemos una mezcla con manteca... Se usan las dos cosas... y lo demás de acuerdo a la cantidad que vamos a hacer, proporcionamos la cantidad de agua, de cosas. La verdad que ya cuando se lleva tanto tiempo se trabaja más en base a las proporciones, no medidas exactas”.

El secreto del éxito de la Dulcería El Molle está, según María, en lo siguiente: *“Para que las cosas queden bien hay que hacerlas con cariño, ese es el primer secreto, porque si usted lo hace a la rápida es imposible que le quede bien. En cambio, si usted lo hace, que le va a quedar bonito, ese es el mayor secreto”*.

Por su lado, Alicia Rojas Mery, mujer octogenaria, relata que la tradición de los dulces en El Molle nació con su abuela, cuando, luego del cierre de las minas cercanas, se instaló junto a su esposo en una casa del pueblo y comenzó a producirlos para la venta. La receta y la calidad se mantienen iguales hasta hoy, aunque se han modernizado algunas técnicas, pues antiguamente se cocían en horno de barro, mientras que actualmente se usa el gas como combustible.

“[A mí] no me gustó ir a la escuela, a estudiar, porque todas mis hermanas fueron, estudiaron, fueron profesoras, pero a mí no me gustó, no me gustaba la escuela [...] Ahí dije, qué voy a hacer de mi vida, no me gustó estudiar... Me arrepentí, po. Entonces tenía una tía yo que se llamaba Las tenía, las tenía, le decía yo. Y me dijo, aprende a hacer dulces po, ¿de veras!, dije yo y ella me enseñó una parte, yo ya sabía algo por mi abuela,



porque yo me levantaba tempranito cuando hacía las hojas, a ayudarla a hacer las hojas, prender el horno, barrerlo, yo era muy dinámica, le batía para hacer el betún, le cundí hartito, así que... y así me fui, po. Yo hacía dulces todos los días y se vendían. Yo alcanzaba a vender más de mil dulces semanales” (Alicia Rojas Mery, El Molle).

Respecto a sus saberes sobre el betún, nos dice:

“Se baten las claras y yo pongo una...un poco azúcar ahí y de pelito el almíbar y cuando están cortadas bien de nieve las claras, se lechan y se bate, se bate, se bate hasta que se enfrían y se ponen medio durito, entonces se dejan descansar ahí un ratito, reposar y se empezó a embetunar” (Alicia Rojas Mery, El Molle).

Gabriela Mistral, una enamorada de las delicias de su valle, en un texto que ya citamos, se queja de que su hermana Emelina le mande “...solo minucia de noticias de gente elquina... Le voy a decir que no me mande bobadas, sino solo dulce de manzana y descorazados. Y arropes para endulzar mi vida de patiloca” (*Cuadernos de la errancia*, 1925-1935). Todo ello aún se encuentra en El Molle, y sin duda seguirá por mucho tiempo, pues el “dulce patrimonio”, que conservan los Collao y otras familias, como la de Alicia Rojas Mery, se mantiene y es alentado por un consumo que no decae.

.....*.....

Dulces de Los Choros o dulce chorero

El milenarío pueblo de Los Choros, ubicado a 118 km de La Serena, también posee sus dulces emblemáticos.

Para obtener un buen dulce chorero, sostiene Eduardo Morales, es preciso prepararlos con manjar casero, leche y azúcar. En el pasado se confeccionaba con leche de cabra, adquiriendo un sabor más agradable que el de la leche envasada, de acuerdo con los entrevistados. Estos dulces son descritos así:

“Los dulces se hacen con un caramelo con azúcar, y después se le echa la leche y se le va echando sémola. Ese es el relleno, y lo que lleva por fuera es la misma hoja que se muele y se espolvorea. La masa recién hecha es dura, pero con el relleno se humedece la hoja” (Eduardo Morales, Los Choros).

Julia Morales, por su parte, relata:

“Mi mamá aprendió de su mamá y yo también aprendí y vendo a pedido. Yo hago una hoja, le echo limón y aceite a la hoja, nadie sabe el secreto... Lo hago con manteca bien caliente y aceite de oliva, la preparo y le echo la yema de huevo, no la clara, porque endurece la masa, huevitos de casa. Después hago el manjar, antes siempre con leche de cabra. Con eso los relleno, pero no con mucho, porque si no, quedan relajantes. Quedan redonditos”.



.....*.....

Torta negra o torta catalana

“Es una masa de hoja rellena con un ‘manjar’ hecho de chancaca. Estas se vendían primero que los dulces, las tortas negras, porque las compraban los mineros, porque dicen que las tortas negras tienen muchas calorías” (Alicia Rojas Mery, El Molle).

.....*.....

Torta de manjar

“Se hace con el típico bizcocho, pero con manjar de leche. Ese se hacía con leche de vaca y/o de cabra con azúcar, se le daba punto, horas y horas revolviendo y se le ponía canela. Con eso se van rellenado los bizcochos” (Paola Díaz, Monte Patria).

.....*.....

Torta serenense

"Ingredientes:

500 grs de mantequilla, blanda; 500 grs de azúcar flor cernida o granulada; 2 yemas de huevo; 500 grs de harina; 500 grs de almendras, molidas finas; manjar blanco algo líquido para rellenar".

"Para el betún:

4 cdas de azúcar; 2 claras de huevo.

"Preparación:

En un bol batir la mantequilla y azúcar hasta que la mezcla esté espumosa. Añadir las yemas y batir unos minutos. Una vez cremosa añadir la harina y almendras. Mezclar bien. Precalentar el horno a temperatura media. Colocar la mezcla con los dedos en latas bajas; deben salir aproximadamente 8 hojas. Hornear hasta que se doren las hojas. A medida que van saliendo del horno, armar la torta, rellenándola con manjar blanco algo líquido para que se pueda esparcir fácilmente.

“Preparar un betún para cubrir la torta. En una olla preparar un almíbar de pelo con el azúcar. Batir las claras a nieve y agregar de a poco el almíbar. Seguir batiendo hasta enfriar. Cubrir la torta con el betún y hornear unos minutos para secar el merengue. Para 14-16 personas” (*La Serena a la carta*, 1990, p. 190).

HELADOS



La región de Coquimbo, como señalamos al inicio de este acápite, tiene una antigua tradición heladera. Hoy día existen diversas heladerías con más de 80 años fabricando sus recetas prácticamente sin modificaciones. El gusto por el dulce, combinado con la gran variedad de frutas producidas en la zona y un clima templado que invita a refrescarse durante casi todo el año, ha contribuido a que los helados se consoliden como un producto típico.

Así como ocurre con los dulces, las heladerías también poseen una identidad local. Es el caso de la heladería La Crisis, cuya historia, relatada por Raquel Salinas, da cuenta de los motivos que llevaron a su tía, primera dueña del local, a ponerle su particular nombre:

“Mi tía [Etelvine Borquez Castillo], que fue la primera dueña de la pastelería, ella estuvo un tiempo en Iquique y justo le tocó la crisis del salitre, entonces se tuvo que venir, y ahí le compró

a una señora serenense todas las recetas de los helados, y se puso a hacer helados, y le resultó. Eso fue en el año 1933-1934. [La heladería] funcionó en la calle Prat muchos años. Después se cambió a calle Balmaceda, también hartos años. Allí fue mal, por los arriendos sumamente caros, entonces hubo que buscar otro local, ese local no resultó. Después otro local tampoco resultó, y ya se decidió cerrar porque empezaron a haber deudas. Y se cerró, y nos vinimos a vivir aquí, y como vivíamos aquí se nos ocurrió decir ‘y si empezamos a hacer helado y vendemos de a poquito en el vecindario’, y así empezó a venir gente, esta le pasó el dato a otra, hasta que decidimos abrir un local. Y ahí ya empezamos el año 96”.

Los sabores tradicionales son los que dan las frutas de temporada de la región, a los que se suman la canela, el caramelo, café con leche y bocado.

“Principalmente los helados de fruta, en ese tiempo era buena fruta, no como la hay ahora. También el helado bocado lo hacía mucho mi tía, vainilla, la canela, el damasco lo hacían mucho, la frutilla, la papaya, la chirimoya en su tiempo. Nosotros hacemos el helado del tiempo de la fruta, por ejemplo, ahora todavía no hacemos chirimoya porque no están de calidad. Agosto, fines de agosto empezamos con la temporada, el damasco igual solamente en verano. Después empezamos a agregar más sabores [...] [La fruta] llegaba de los alrededores de Serena, de huertos, porque allá en Serena hubo muchos huertos en ese tiempo, se llamaba el sector La Pampa, todas estas partes eran huertos, parcelas. Había un proveedor de frutillas me acuerdo, Guzmán parece que era, también antiguo en La Serena, le traía a mi tía mucha frutilla. Pero eran pocos sabores, no había tanta variedad. Los sabores eran la canela, la papaya, el bocado, el plátano, el café con leche, el damasco, el melón, la lúcuma, el durazno. Naranja también se hace, pero

en agua. Sandía hemos estado haciendo ahora, en agua, muy rica. Y un helado que no lo hace nadie, al caramelo” (Raquel Salinas, La Serena).

A pesar de que la receta sigue siendo la misma que antaño, los procesos se han tecnificado y modernizado, ya que, de acuerdo con los relatos, el método antiguamente requería de muchísimo trabajo y fuerza, lo que se puede realizar actualmente a través de máquinas que automatizan ciertas partes del procedimiento.

“Antiguamente se usaba hielo con sal, y unos sacos se le ponían alrededor. Como unos toneles de madera, y adentro iba una paila, entonces eso iba dando vuelta, iba batiendo, y uno con un tipo remo, la paleta de madera, iba sobándole el helado, y ahí se iba endureciendo, poniéndose cremoso. Esa era la elaboración de ese tiempo. Ahora tenemos una máquina que trae líquido refrigerante, y un cuchillo que revuelve el helado, pero uno lo saca manual” (Raquel Salinas, La Serena).



Helado de canela (*Cinnamomum verum*)

Se trata de una preparación emblemática de la región, pues la canela es un gustema clave de los postres y en general de las preparaciones dulces. Es usual que en la factura del manjar, ya sea para diversos dulces o para su consumo solo, se utilice la canela para aromatizarlos.

“Mi mamá hacía mucho manjar con la leche de las vacas, le colocaba azúcar y un poquito de canela, eso lo usábamos mucho para comer con el pan o así no más a cucharadas” (Fantina Briceño, Unión Campesina).

El helado de canela posee una raigambre transgeneracional en la región. Al respecto, se ha registrado que,

más allá de su consumo como tal, *“algunos lo usan para aliviar la jaqueca”* (Raquel Salinas, Heladería La Crisis, La Serena).

El helado de agua de canela es reconocido por los ovallinos como típico de su zona, e identifican a Casino Olmedo como el lugar emblemático para su consumo. Los orígenes de este local se remontan a comienzos del siglo XX, cuando era un salón de baile. Su receta ha sido transmitida a través de cuatro generaciones de la familia Olmedo y sigue vigente hasta el día de hoy. Dentro de los subproductos que se elaboran con este helado, encontramos el Canelazo (es un nombre más nuevo, antes le decían “canela con cerveza”); *“el abuelo [Juan Olmedo] decía, ya niños, decía, anda a traerme el vaso con dos porciones de helado y una cer-*

veza” (Paula Olmedo, Ovalle). En el antiguo local de Casino Olmedo, cuenta Beltrán Valdivia (quien se crió en el local) que *“la gente iba y compraba medio litro de canela y la cerveza, y en la mesa le iban echando ellos mismos el helado al vaso... Generalmente lo tomaba gente de mala caña... También habían personas que pedían este helado con Bilz u Orange Crush o incluso el dueño lo acompañaba con pisco”*.

Respecto al público de esta heladería, *“generalmente los que siguen esta tradición [de venir a tomar helado] son los que cuando los papás estaban chicos, ellos le dieron helado de canela y después les sigue gustando”* (Beltrán Valdivia, Casino Olmedo).

Antiguamente el helado de canela se hacía en *“unas tinajas de vino y traían hielo de Coquimbo, le echaban colorilla con sal, le echaban aserrín y adentro tenía un engranaje, y por el otro lado le daban vuelta igual que como cuando usted le daba vueltas a los vehículos con una manilla”* (Beltrán Valdivia, Casino Olmedo).

Por su lado, en Vicuña antiguamente se elaboraba el helado con nieve de forma manual. Además, la mezcla se revuelve con una cuchara de madera de

naranja, *“ya que es una madera neutra”*. Para realizar el helado, en la Heladería La Bilbaína de Vicuña nos cuentan que *“hay que poner a hervir los palos de canela y no le puedes poner esencia porque lo echas a perder”*. Además, se nos señala que este helado debe consumirse con cuidado por la embarazadas, ya que puede *“matar la guagua”* (Rodrigo Alcayaga, Heladería La Bilbaína, Vicuña).

En Andacollo también se fabricaba este helado. Norma Valenzuela relata:

“Mi hermano ya fallecido lo preparaba. Había una olla grande y él ocupaba una paleta grande e iba cortando el helado. Le echaba la canela y el agüita. Quedaba rico. Hacían fila para comprar el helado. Todo se hacía manual, la única gracia que tenía el aparato dentro de la olla es que era un fierro que daba vueltas acá y él cortaba los helados. Entonces la máquina lo iba moliendo. Tenía una forma parecida a los atornilladores que iba girando. Pero eso se terminó y ya no hay”.





OTRAS PREPARACIONES DULCES



Calugas de café con leche

Son típicas de la ciudad de La Serena, y se reconoce a la familia Carrasco como su principal productora. Se trata de una tira de caramelo duro cuyo sabor recuerda al café con leche; actualmente se comercializan en empaques transparentes individuales.

“No son iguales a las que hacían cuando yo estaba niña. Cuando yo estaba niña, era una plancha así, y las cortaban así de a cuadro, y así las vendían. Entonces uno podía pedir la cantidad y las iban cortando. Y después inventaron hacerla así, pero igual recuerda a las antiguas” (Raquel Salinas, La Serena).



Mermelada de cáscaras de sandía

“Mi abuela hacía mermelada de cáscara de sandía. Le sacaba toda la comida a la sandía, la pulpa. Y la parte blanca como que la empezaba a sacar, la deshilachaba, igual que la alcayota, y le ponía azúcar. Y quedaba exactamente igual o muy similar a la alcayota. [...] la comíamos con el pan o para las empanaditas dulces le echábamos ese dulce” (Paola Díaz, Monte Patria).



Chascones

“Eran unas calugas con leche condensada. Las hacían en una sartén y las cortaban. No el sartén con aceite, sino como un molde, después los envolvían en un papel de seda” (Bernardita Gallardo, Las Mollacas).







BIBLIOGRAFÍA

- Aguilera, D., Díaz, R., Rivera, F., Valdés, J., y Zepeda, N. (2017). *Mar, trabajo y memoria social de Caleta Chañaral de Aceituno*. Santiago: CNCA, Andros Impresores.
- Álvarez, A. (2015). *Historias y memorias del mundo campesino y minero del Norte Chico*. Santiago: Impreso en Talleres gráfica LOM.
- Ampuero, G., y Rivera, M. (1971). Secuencia arqueológica del alero rocoso de San Pedro Viejo de Pichasca. *Publicaciones del Museo Arqueológico de La Serena* (Boletín 4), 45-69.
- Ampuero, G., y Vera, R. (2011). *Noticias del pasado. La región de Coquimbo 1540-1940. La visión de conquistadores, científicos, viajeros y cronistas*. La Serena: Editorial Universidad de La Serena.
- Assiri, A., Elbanna, K., Al-Thubiani, A., y Ramadan, M. (2016). Cold-pressed oregano (*Origanum vulgare*) oil: a rich source of bioactive lipids with novel antioxidant and antimicrobial properties. *Eur Food Res Technol*, 242(7), 1013–1023.
- Barreiro, A. (1929). *El viaje científico de Conrado y Cristian Heuland a Chile y Perú, organizado por el gobierno español en 1795*. Madrid: Publicación de la Real Sociedad Geográfica.
- Becker, C. (2004). Animales que cuentan historias. *Chungará*, 36, volumen especial(1), 359-364.
- Becker, C., y Cartajena, I. (2006). *Las ofrendas de camélidos en el cementerio de la plaza Coquimbo, una nueva mirada*. Informes Fondo de Apoyo a la Investigación Patrimonial.
- Belmar, C., y Quiroz, L. (2000). *Informe arqueobotánico: sitios Césped 1, Las Burras 2 y Las Burras 5*. Proyecto Fondecyt #1980248.
- Belmar, C., y Quiroz, L. (2001). Explotación de recursos vegetales en sitios habitacionales durante el período tardío en el curso superior del río Illapel. *IV Congreso Chileno de Antropología*. Santiago: Colegio de Antropólogos de Chile A. G.
- Belmar, C., y Quiroz, L. (2003). Explotación de recursos vegetales en sitios habitacionales durante el período tardío en el curso superior del río Illapel. *Actas del IV Congreso Chileno de Antropología* (págs. Tomo II: 1371-1376). Santiago: Colegio de Antropólogos de Chile.

- Belmar, C., y Quiroz, L. (2004). Recursos vegetales y modos de explotación: ¿Qué nos dicen las plantas acerca de sus consumidores? Un estudio de sitios diaguita en los valles de los ríos Illapel y Chalinga (IV región). *Werken*, 5, 53-60.
- Belmar, C., Quiroz, L., y Riquelme, I. (2012). *Síntesis de estudios arqueobotánicos Período Intermedio Tardío y Período Tardío en el valle de Mauro*. PMCA.
- Castillo, G. (1984). Un cementerio del Complejo Las Ánimas en Coquimbo, ejemplo de relaciones con San Pedro de Atacama. *Estudios Atacameños*, 7, 264-277.
- Comunidad Indígena Diaguita Taucán. (2014). *Diaguitas del valle de Chalinga. Patrimonio, cultura e identidad*. Financiado por el Fondo Editorial 2014, Gobierno Regional de Coquimbo.
- Concha, M. (1871). *Crónica de La Serena: desde su fundación hasta nuestros días, 1549-1870: escrita según los datos arrojados por los Archivos de la Municipalidad, Intendencia i otros papeles particulares*. La Serena: Imprenta de "La Reforma".
- Consejo Nacional de la Cultura y las Artes. (2014). *Arca del Gusto. Catálogo de alimentario patrimonial. Registro fotográfico, productos tradicionales y en riesgo de extinción en Chile*. Santiago: CNCA.
- Constenía, R. (1998). Alimentos, vida cotidiana y modernidad en sociedades provinciales del siglo XIX: el afrancesamiento gastronómico en La Serena y Concepción, Chile. *Anuario Instituto de Estudios histórico sociales*(13), 357-367.
- Cortés, N., y Aron, A. (2011). Ciclo reproductivo y fecundidad parcial de *Isacia conceptionis* (Perciformes, Haemulidae) en La Herradura, Coquimbo. *Revista de Biología Marina y Oceanografía*, 46(1), 101-104.
- Couyoumdjian, J. (2009). El mar y el paladar. El consumo de pescados y mariscos en Chile desde la Independencia hasta 1930. *Historia*, 42(1), 57-107.
- Crews, R., Gomada, Y., Jamison, B., y D, V. (2016). Molecular effects of cinnamon bioactive compounds for neuroprotection in *D. Melanogaster*. *The FASEB Journal*, 30(1), Supplement 692.12.
- Darwin, C., y Yudilevich, D. (2007). *Viaje de Valparaíso a Copiapó*. Santiago: Editorial Universitaria.
- DGAC. (2015). *Scientific Report of the 2015 Dietary Guidelines Advisory Committee*. USDA/Department of Health and Human Services.
- Di Giovane, M., y Brulotte, R. (. (2014). Introduction: Food and Foodways as Cultural Heritage. En M. Di Giovane, y R. Brulotte, *Edible Identities, Food as Cultural Heritage*. Farnham: Ashgate.
- Estrella, E. (1990). *El pan de América: etnohistoria de los alimentos aborígenes en el Ecuador*. Quito: Abya-Yala.

- Falkner, T. (1974 [1910]). *Descripción de la Patagonia y de las partes contiguas de la América del Sur*. Buenos Aires: Hachette.
- FAO. (10-14 de Noviembre de 2008). Food and Nutrition Paper 91. Fats and fatty acids in human nutrition. Report of an expert consultation. Ginebra.
- FAO. (2010). *Food and Nutrition Paper 91. Fats and fatty acids in human nutrition. Report of an expert consultation. 10 - 14 November 2008, Geneva*. Roma.
- Gallegos, A. (2015). *Pisqueros. Pequeños productores de uva pisquera de Paihuano*. Santiago: CNCA, Pira Ediciones.
- Garcilaso de la Vega, I. (1960 [1609]). *Obras completas del inca Garcilaso de la Vega*. Madrid: COL. BDAE. Atlas.
- González, C. (2012). *Pasas: más que una alternativa para la industria de la uva*. Santiago: Odepa.
- Gutierrez de Santa Clara, P. (1963 [1556]). *Quinquenaríos. Historia de las Guerras Civiles del Perú*. Madrid: Col. BDAE. Atlas.
- Horkheimer, H. (1973). *Alimentación y obtención de alimentos en el Perú prehispánico*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Ilustre Municipalidad de La Serena. (1990). *La Serena a la carta*. (Centro de Cocina Cochrane, Ed.) Santiago-La Serena.
- INDAP. (19 de marzo de 2018). *Instituto de Desarrollo Agropecuario*. Obtenido de Paltas, producción y mercado: <https://www.indap.gob.cl/docs/default-source/default-document-library/1paltas-produccionmercado.pdf?sfvrsn=0>
- Jackson S., D. (2004). Los implementos de molienda de un campamento estacional del holoceno medio: implicancias funcionales y contextuales. *Chungará*, 36(Supl. espec1), 95-103.
- Jackson, D., y Méndez, C. (2005). Primeras ocupaciones humanas en la costa del semiárido de Chile: patrones de asentamiento y subsistencia. *Actas del XVI Congreso Nacional de Arqueología Chilena* (págs. 493-502). Concepción: Ediciones Escapate.
- Kuzmanic, I., y Castillo, G. (1986). Estadio arcaico en la costa del norte semiárido de Chile. *X Congreso Nacional de Arqueología Chilena*. 16-17, págs. 89-94. Chungará.
- Lacoste, P. (2016). *El pisco nació en Chile. Génesis de la primera denominación de origen de América*. Santiago: RIL Editores.
- Lacoste, P., Castro, A., Briones, F., Cussen, F., Soto, N., Rendón, B., . . . Adunka, M. (2015). Vinos típicos de Chile: ascenso y declinación del chacolí (1810-2015). *IDESIA*, 33(3), 97-108.

- Lenz, R. (1910). *Diccionario etimológico*. Santiago: Editorial Universitaria.
- Lévi-Strauss, C. (1968). El triángulo culinario. En L. D.-S. B. Pingaud, *Estructuralismo y dialéctica* (págs. 39-57).
- López, P., Cartajena, I., Santander, B., Pavlovic, D., y Pascual, D. (2015). Camélidos domésticos en el valle de Mauro (Norte Semiárido, Chile): múltiples análisis para un mismo problema. *Intersecciones en antropología*, 16(1), 101-114.
- López, P., Cartajena, I., Santander, B., Rivera, B., y Opazo, C. (2012). Explotación de camélidos de un sitio Intermedio Tardío (1.000-1.400 d.C.) y Tardío (1.400-1.536 d.C.) del valle de Mauro (IV Región, Chile). *Boletín de la Sociedad Chilena de Arqueología*, 41-42, 91-108.
- López, P., Cartajena, I., Santander, B., Villalón, D., Sáez, A., y Rivera, B. (2016). Procesamiento de guanacos durante el Arcaico Tardío del Norte Semiárido de Chile: un acercamiento zooarqueológico y espacial intrasitio. *Chungará*, 48(2), 243-258.
- Lutz, M. (2012). ¿Podemos hablar de alimentos funcionales en Chile? *Revista Chilena Nutrición*, 39(2), 211-216.
- Lutz, M. (2014). Phenolic compounds of grapes (*Vitis vinifera*): Diversity of molecules, content and bioavailability. En J. Camara, *Grapes: Production, Phenolic Composition and Potential Biomedical Effects*. (págs. 395-410). Nova Science Publishers Inc., Food and Beverage Consumption and Health Series.
- Lutz, M., y Luna, L. (2016). Nuts and body weight: an overview. *Journal Nutrition and Health Sciences*, 3(1), 104.
- Lutz, M., Jorquera, K., Cancino, B., Ruby, R., y Henríquez, C. (2011). Phenolics and antioxidant capacity of table grape (*Vitis vinifera* L.) cultivars grown in Chile. *Journal Food Sciences*, 76(7), C1088-C1093.
- Majul, S. (2000). *Diaguitas, un pueblo de tradiciones*. La Serena: Editorial del Norte.
- Medina, M., y Arancibia, H. (1992). Interacciones tróficas entre el jurel (*Trachurus murphyi*) y la caballa (*Scomber japonicus*) en el ecosistema pelágico de la zona norte de Chile. *Invest. Cient. Tecnol., Ser. Cienc. Mar*, 2, 67-78.
- Medina, M., y Arancibia, H. (2002). Dinámica trófica del jurel (*Trachurus symmetricus murphyi*) en el norte de Chile. *Investigaciones marinas*, 30(1), 45-55.
- Mellet, J. (1959). *Viajes por el interior de la América Meridional*. Santiago: Editorial del Pacífico.
- Méndez, C., y Jackson, D. (2008). La ocupación prehispánica de Combarbalá: una propuesta sintética. *Chungará, Revista de Antropología Chilena*, 2(40), 107-119.
- Méndez, C., y Jackson, D. (2008). La ocupación prehispánica de Combarbalá: una propuesta sintética. *Chungará*, 40(2), 107-119.

- Méndez, C., Troncoso, A., Jackson, D., y Pavlovic, D. (2009). Movilidad y uso del espacio entre cazadores recolectores tardíos en espacios cordilleranos del Norte Semiárido de Chile. *Intersecciones en Antropología*, 10(2), 311-326.
- Mistral, G. (2015a). *Pensando a Chile. Una visión esencial sobre nuestra identidad (selección, notas y referencias de Jaime Quezada)*. Santiago: Catalonia.
- Mistral, G. (2015b). *Almácigo. Poemas inéditos*. (Luis Vargas Saavedra, Ed.) Santiago: Ediciones UC.
- Montecino, S. (2015). *Mitos de Chile. Enciclopedia de seres, apariciones y encantos*. Santiago: Catalonia.
- Morales Pettorino, F. (2006). *Nuevo diccionario ejemplificado de chilenismos*. Valparaíso: Editorial Puntángelos, Universidad de Playa Ancha.
- Moreno-Reyes, J., Méndez-Ruiz, C., Díaz, G., Meruane, J., y Toledo, P. (2015). Chemical composition of the freshwater prawn *Cryphiops caementarius* (Molina, 1782) (Decapoda: Palaemonidae) in two populations in northern Chile: reproductive and environmental considerations. *Latin American Journal of Aquatic Research*, 43(4), 745-754.
- Muñoz, M. (2014). Composición y aportes nutricionales de la papa. *Revista Agrícola INIA*, 36-37.
- Nabavi, S., Di Lorenzo, A., Azadi, M., Sobarzo-Sánchez, E., Daglia, M., y Nabavi, S. (2015). Antibacterial effects of cinnamon: From farm to food, cosmetic and pharmaceutical industries. *Nutrients*, 7(9), 7729-7748.
- Neves, A. (1973). *Diccionario de americanismos*. Buenos Aires: Editorial Sopena.
- Oficina de Estudios y Política Agraria. (2015). *Región de Coquimbo, Información regional*.
- Oficina de Estudios y Políticas Agrarias. (2011). *Análisis de la industria de las pasas en base al catastro de la agroindustria hortofrutícola*. Santiago: ODEPA.
- Ovalle, A. (1969 [1646]). *Histórica relación del Reyno de Chile*. Santiago: Instituto de Literatura Chilena, Universidad de Chile.
- Paéz Constenla, R. (2010). *Cafés, comida y vida cotidiana. La Serena en el siglo XIX (1856-1892)*. La Serena: Editorial Universidad de La Serena.
- Pak, N. (2000a). Fibra dietética en verduras cultivadas en Chile. *ALAN*, 50(1), 97-101.
- Pak, N. (2000b). La fibra dietética en la alimentación humana, importancia en la salud. *Anales de la Universidad de Chile*, 11, 119-130.
- Pak, N. (2003). Fibra dietética en frutas cultivadas en Chile. *ALAN*, 53(4), 413-417.

- Pardo, O., y Pizarro, J. L. (2016). *Chile. Bebidas fermentadas prehispánicas*. Arica: Ediciones Parina.
- Pavlovic, D. (2004). Dejando atrás la tierra de nadie: asentamientos, contextos y movilidad de las comunidades alfareras tempranas del Choapa. *Werkén*, 5, 39-46.
- Peralta Herrera, G. (2010). *Destilería Fundo Los Nichos y las raíces del pisco*. Santiago: Imprenta Salesianos.
- Phillipi, R. (1885). Zoología. Sobre los animales introducidos en Chile desde su conquista por los españoles. En U. d. Chile, *Anales de la Universidad de Chile*. Santiago.
- Pinto Rodríguez, J. (2015). *La Serena colonial. La ciudad y sus valles hace dos siglos*. (Vol. Tomo III). (P. Cerda, Ed.) La Serena: Ediciones Tequirque.
- Pizarro San Francisco, A. (2006). *Tertulias de memorias de mujeres campesinas de Tulahuén. Tulahuén, comuna de Monte Patria. Club de Adulto Mayor Santa Bernardita. Productora, Carola Narea Narea*. Gobierno Regional de Coquimbo, Fondo Regional de la Cultura.
- Rivera, B., López, P., Cartajena, I., y Santander, B. (2014). Caracterización de las ocupaciones de los Períodos Intermedio Tardío y Tardío (~1.000-1.536 años D.C.) en el valle de Mauro (IV Región, Chile) a partir del registro zooarqueológico. *Revista Chilena de Antropología*, 30 / 2° Semestre, 129-135.
- Rocha, R. (2005). *Estructura agraria de la comunidad agrícola Alhuemilla-La Palmas, Comuna de Canela*. Santiago: Memoria para optar al título profesional de geógrafo, Universidad de Chile, profesora guía Gladys Armijo.
- Rosales, D. d. (1877). *Historia general del reino de Chile Flandes Indiano*. Valparaiso: Imprenta del Mercurio.
- Quezada, J. (2002). *Bendita sea mi lengua. Diario íntimo de Gabriela Mistral*. Santiago: Planeta/Ariel
- Salas, P. (1977). *Apuntes para la historia de la cocina chilena*. Santiago: Editorial Universitaria.
- Salvatierra, A., Masson, L., Encina, C., y Osorio, A. (2012). Copao (*Eulychnia acida* Phil), cactácea endémica de Chile: Información nutricional de sus frutos y recomendaciones generales. *Boletín INIA*(212).
- Schmidt-Hebbel, H., Pennacchiotti, I., Masson, I., y Mella, M. (1990). *Tabla de composición química de alimentos chilenos*. Santiago: Universidad de Chile.
- Serra, R. (1991). Important life history aspects of the chilean jack mackerel, *Trachurus symmetricus murphyi*. *Investigación Pesquera*, 36, 67-83.
- Sharma, R., Joshi, V., y Rana, J. (2011). Nutritional composition and processed products of quince (*Cydonia oblonga* Mill.). *Indian Journal of Natural Products and Resources*, 2(3), 354-357.

- Soukup, J. (s.f.). *Vocabulario de los nombres vulgares de la flora peruana y catálogo de géneros*. Lima: Editorial Salesiana.
- Stohs, S., y Badmaev, V. (2016). A review of natural stimulant and non-stimulant thermogenic agents. *Phytother Research*, 30(5), 732-740.
- Strasburg, R., Xiong, Y., y Chiang, W. (2011). Physiology and chemistry of edible muscle tissues. En S. Damoran, F. Parkin, & O. Fennema, *Fennema's food chemistry* (págs. 923-973). Boca Raton: CRC Press.
- SUBPESCA. (2007). *VII Censo Agropecuario y Forestal*.
- Troncoso, A. (1999). La cultura diaguita en el valle de Illapel: una perspectiva exploratoria. *Chungará*, 30(2), 125-142.
- Troncoso, A. (2004). Relaciones socio-culturales de producción, formas de pensamiento y ser en el mundo: un acercamiento a los períodos Intermedio Tardío y Tardío en la cuenca del río Choapa. *Werkén*, 5, 61-68.
- Troncoso, A., y Pavlovic, D. (2013). Historia, saberes y prácticas: un ensayo sobre el desarrollo de las comunidades alfareras del norte semiárido chileno. *Revista Chilena de Antropología*, 27, 101-140.
- Troncoso, A., Becker, C., Pavlovic, D., González, P., Rodríguez, J., y Solervicens, C. (2009). El sitio LV099-b "Fundo Agua Amarilla" y la ocupación del período incaico en la costa de la provincia del Choapa, Chile. *Chungará*, 41(2), 241-259.
- Troncoso, A., Larach, P., Alfaro, S., Pascual, D., y Pavlovic, D. (2012). Nuevos antecedentes para el período Alfarero Temprano en el valle del Choapa: el sitio Los Mellizos. *Actas del XVIII Congreso Nacional de Arqueología Chilena* (págs. 309-319). Santiago: Sociedad Chilena de Arqueología.
- Troncoso, A., Cantarutti, G., y González, P. (2016a). El periodo alfarero en el norte semiárido. En F. Falabella, C. Santoro, L. Sanhueza, y M. Uribe, *Prehistoria en Chile: Desde sus primeros habitantes hasta los incas*. Santiago: Editorial Universitaria.
- Troncoso, A., Vergara, F., Pavlovic, D., González, P., Pino, M., Larach, P., . . . Urzúa, P. (2016b). Dinámica espacial y temporal de las ocupaciones prehispánicas en la cuenca hidrográfica del río Limarí (30° LAT.S). *Chungará*, 48(2), 199-224.
- Ugalde Santos, E. (2010). *Leyendario de Combarbalá (Leyenda, mitos, creencias y tradiciones)*. Combarbalá: Autoedición.
- United States Department of Agriculture (USDA). (2015). *Scientific Report of the 2015 Dietary Guidelines Advisory Committee*. USDA/ Department of Health and Human Services.
- Uribe, M., y Sánchez, R. (2016). Los incas en Chile. Aportes de la arqueología chilena a la historia del Tawantinsuyu (ca. 1.400 a 1536 años d.C.). En F. Falabella, M. Uribe, L. Sanhueza, C. Aldunate,

- & J. Hidalgo (Edits.), *Prehistoria en Chile. Desde sus primeros habitantes hasta los Incas*. Editorial Universitaria.
- Vargas, L. (1996). *Material ictiológico de los asentamientos arcaicos L.V.166 (Dunas Agua Amarilla) y L.V.079 (Punta Purgatorio), comuna de Los Vilos, provincia de Choapa*. Informe Fondecyt 1950372, manuscrito en posesión del autor.
- Vergara, F., Rebolledo, M., Olgún, L., Peralta, P., Fernández, F., y Baudet, D. (2015). *Cazadores recolectores con cerámica en el norte semiárido de Chile. Actas del XIX Congreso Nacional de Arqueología Chilena*. Santiago: Sociedad Chilena de Arqueología.
- Villar, M. (2016). *Composición nutricional y componentes bioactivos de cuatro variedades de paltas (Persea americana) comerciales chilenas. Comparación de componentes bioactivos, cosechas 2011-2012*. Santiago: Tesis para obtención del título de ingeniera en alimentos.
- Vivar, G. (1979 [1558]). *Crónica y relación copiosa y verdadera de los Reynos de Chile*. Berlín: Biblioteca Iberoamericana. Colloquium Verlag.
- Weismantel, M. (1994). *Alimentación, género y pobreza en los Andes ecuatorianos*. Abya Yala.

FUENTES FOTOGRÁFICAS

- (1) <http://recetariocaprino.cl/index.php/k2/cazuela-de-salones> (pág. 76)
- (2) <http://recetariocaprino.cl/index.php/k2/menudencias/testiculos-cocidos> (pág. 79)
- (3) <http://elnoticierodelhuasco.cl/2015/10/mas-de-4-mil-burros-esperan-reunir-en-rodeo-de-carrizalillo/> (pág. 88)
- (4) <http://www.indap.gob.cl/noticias/detalle/2016/01/27/toro-lucero-quiere-ganar-el-premio-al-mejor-de-los-mejores-en-la-agrocam-2016> (pág. 100)
- (5) <http://elagro.radioagricultura.cl/2017/10/04/peras-chilenas/> (pág. 225)
- (6) <https://inlandvalleygardenplanner.org/plants/schinus-molle/> (pág. 251)
- (7) https://agroalimentando.com/nota.php?id_nota=5472 (pág. 253)

NOTA ACLARATORIA

El Proyecto “Patrimonio alimentario de la tierra y del mar de la Región de Coquimbo” se inserta dentro de la iniciativa “Patrimonio Alimentario de Chile”, liderada por la Fundación para la Innovación Agraria (FIA), la que ha impulsado la construcción de inventarios regionales del patrimonio alimentario del país, con el objetivo de rescatar los productos alimentarios y valorizar los conocimientos tradicionales asociados al uso de estos productos, así como las particularidades de las preparaciones. Con esto se espera contribuir a potenciar el proceso de desarrollo de los sectores agroalimentario, gastronómico y turístico, así como también aporte a fortalecer la identidad cultural asociada a los territorios y a la imagen del país proyectada al extranjero.

La metodología empleada para la recolección de la información en terreno se articuló sobre la base de tres definiciones básicas que configuran el marco conceptual del proyecto: Alimentos patrimoniales, Producto patrimonial y Preparación patrimonial, los que se consideran parte del dominio público y, por tanto, disponibles para ser utilizados e inventariados con fines de interés público como son los trazados en este proyecto.

Sin embargo, el proyecto incide en territorios ancestrales de pueblos indígenas y recopila información que corresponde al acervo de conocimientos de los pueblos indígenas en torno a los alimentos y productos patrimoniales, por lo que respecto de éstos se aplicará el enfoque de derechos indígenas, establecido en los instrumentos jurídicos de derechos humanos, en particular en el Convenio 169 sobre Pueblos Indígenas y Tribales en Países Independientes y el artículo 28 de la Ley Indígena.

Adscribimos a las normas que establece la recientemente aprobada Declaración Americana de Dere-

chos Humanos, que entrega importantes directrices en la materia, artículo XXVII:

“1. Los pueblos indígenas tienen derecho al pleno reconocimiento y respeto a la propiedad, dominio, posesión, control, desarrollo y protección de su patrimonio cultural material e inmaterial, y propiedad intelectual, incluyendo la naturaleza colectiva de los mismos, transmitido a través de los milenios, de generación en generación.

2. La propiedad intelectual colectiva de los pueblos indígenas comprende, *inter alia*, los conocimientos y expresiones culturales tradicionales entre los cuales se encuentran los conocimientos tradicionales asociados a los recursos genéticos, los diseños y procedimientos ancestrales, las manifestaciones culturales, artísticas, espirituales, tecnológicas y científicas, el patrimonio cultural material e inmaterial, así como los conocimientos y desarrollos propios relacionados con la biodiversidad y la utilidad y cualidades de semillas, las plantas medicinales, la flora y la fauna.

3. Los Estados, con la participación plena y efectiva de los pueblos indígenas, adoptarán las medidas necesarias para que los acuerdos y regímenes nacionales o internacionales provean el reconocimiento y la protección adecuada del patrimonio cultural y la propiedad intelectual asociada a dicho patrimonio de los pueblos indígenas. En la adopción de estas medidas, se realizarán consultas encaminadas a obtener el consentimiento libre, previo, e informado de los pueblos indígenas.”

Tal y como lo ha planteado la Organización Mundial de Propiedad Intelectual (OMPI), los pueblos indígenas, han cuestionado que se dé por sentado que sus conocimientos tradicionales (CC.TT.) y expresiones culturales tradicionales (ECT) son elementos del dominio público, por considerar que eso deja la puerta abierta para que esos elementos puedan ser objeto de apropiación y utilización indebidas. (OMPI, 2015: 10). Desde la perspectiva de los derechos indígenas, como hemos citado *supra*, se insta a los Estados para que adopten normas específicas destinadas a proteger el patrimonio cultural indígena y salvaguardar su integridad conforme a su propio sistema de vida y costumbres, incluyendo las protecciones que ofrece el derecho consuetudinario.

Bajo este enfoque, el inventario de Patrimonio Alimentario que aquí se presenta tiene por objetivo cumplir una función de registro y reconocimiento respecto de aquellos bienes patrimoniales y saberes ancestrales que son de propiedad colectiva de los pueblos indígenas. Constituye, para estos efectos, una medida de protección negativa o por exclusión de dichos bienes, innovaciones y producciones, manteniéndolos al margen de los sistemas de propiedad intelectual y de la categoría de dominio público. De esta forma el inventario de alimentos, productos y preparaciones patrimoniales indígena que se registra en esta publicación, actúa como una medida de protección de dicho patrimonio ancestral y una salvaguarda respecto a la apropiación indebida por parte de terceros, cautelando la propiedad colectiva indígena y su uso, aprovechamiento y gestión, conforme a sus sistemas de vidas y costumbre y regulado por el derecho consuetudinario.

El universo de productos y preparaciones patrimoniales de la región de Coquimbo es de una enorme riqueza y vastedad. El estilo particular de su cultura gastronómica dado por las tradiciones de los pueblos colla, diaguita y chango, así como de la población mestiza que vive en la zona, supone conocimientos transmitidos por generaciones y formas de consumo de larga data, importantes para valorar la historicidad de su acervos alimentarios. Las actividades agrícolas, de pesca y recolección, las de la ganadería, con su vertiente transhumante, y de la minería, propias de la región, implican modelos de desarrollo y devenires productivos que construyen identidades familiares, locales y territoriales que se expresan en la mantención de determinados platos y productos, así como en costumbres culinarias diversas.

Este inventario es un breve mosaico del panorama del patrimonio alimentario regional, una mirada inicial a sus tradiciones culinarias, abarcando los productos considerados emblemáticos por los cultores y sus preparaciones más características. Es un intento de conservar, reconocer y rescatar la memoria que permanece en las comunidades y en las personas de la región, y esperamos sirva como una base sobre la cual puedan desarrollarse nuevas investigaciones que sigan poniendo en valor el enorme caudal que aquí se asoma. (SONIA MONTECINO Y ALEJANDRA ALVEAR, UNIVERSIDAD DE CHILE).



Ministerio de
Agricultura

Gobierno de Chile

CHILE LO
HACEMOS
TODOS



Fundación para la
Innovación Agraria



FACULTAD DE
CIENCIAS
SOCIALES
UNIVERSIDAD DE CHILE