Patrimonio Alimentario De Chile

Productos y preparaciones patrimoniales de la región de Aysén

Javiera Luco Busto, Mauricio Osorio Pefaur,
Lorena Marchant Gutiérrez, Alejandra Muñoz Sandoval

Ministerio de Agricultura
Gobierno de Chile
CHILE LO HACEMOS TODOS
Fundación para la Innovación Agraria
Gobierno Regional y su Consejo
Patagonia Aysen

Patrimonio alimentario de Chile

Productos y Preparaciones de la Región de Aysén

Javiera Luco Busto, Mauricio Osorio Pefaur,
Lorena Marchant Gutiérrez, Alejandra Muñoz Sandoval

Fotógrafo: Javier Godoy Fajardo

Ministerio de Agricultura
Gobierno de Chile
CHILE LO HACEMOS TODOS
Fundación para la Innovación Agraria
Gobierno Regional y su Consejo
Patagonia Aysen
conversa
comunidad · territorio · empresa
Ñire Negro

Créditos e información de la edición

Documento preparado por:
Javiera Luco Busto, Mauricio Osorio Pefaur, Lorena Marchant Gutiérrez, Alejandra Muñoz Sandoval.

Investigadora responsable:
Javiera Luco.

Recopilación de terreno:
Javiera Luco, Lorena Marchant, Alejandra Muñoz, Cristina Ríos, Mauricio Osorio, Claudio Contreras, Andrea Rosas, Andrea Maripillan, Cinthia Wellmann, Rocío Miranda, Rocío Ortega, Jorge Contreras, Daniela Quelín, Rocío Monsalve, Rodrigo Jara, Almendra Silva, Mónica Meléndez.

Sistematización, escritura y edición de la información:
Javiera Luco, Mauricio Osorio, Lorena Marchant, Alejandra Muñoz.

Fichaje bibliográfico:
Lorena Marchant, Mauricio Osorio.

Fotografías:
Javier Godoy, Jonaz Gómez, Milenka Heran, Francisco Croxatto, Rodrigo Sánchez, Fernán Silva, Diana Orellana Dinelly Soto, Mauricio Osorio.

Revisión Técnica:
Florence Pelissou y María Francisca Fresno, FIA.

RPI
2020-A-417

ISBN
978-956-328-241-2

Diseño y diagramación:
Paulina Carrillo

Edición de texto:
Mauricio Osorio

Impresión:
A Impresores S.A

Citar este documento como:
FIA, 2019. Patrimonio alimentario de Chile. Productos y preparaciones de la región de Aysén. Santiago, Chile.

Patrimonio alimentario de Chile

Productos y Preparaciones de la Región de Aysén

Javiera Luco Busto, Mauricio Osorio Pefaur,
Lorena Marchant Gutiérrez, Alejandra Muñoz Sandoval

Fotógrafo: Javier Godoy Fajardo

En memoria de Auria Lepio Purán (2019)

Mientras hacíamos la investigación para este inventario, estuve con Auria Lepio (Q.E.P.D) conversando varias tardes lluviosas, con la cocina a leña prendida, en su casa de Melinka. Costaba escuchar su voz, era como un hilo delgado, como un cristal a punto de romperse. Mientras ella pelaba papas o tejía croché, me contó de las preparaciones antiguas, en ese tiempo / espacio lejano y cercano, de la vida en las islas, las ranchas de junquillo, los fogones y las faenas de ahumado. Ella tenía tanto que contar y tantas ganas de hacerlo. Hablamos de piratas, de ser mujer y de ser hombre, de la recolección de mariscos, de la huerta y las aves, de la sobrevivencia y la modernidad. Encontrarme con Auria fue acceder a un portal hacia otra dimensión, compuesta de estrellas infinitas y abundancia opípara en la tierra y el mar. También de aislamiento, crudeza y sacrificio.

Agradezco haber estado ahí, en el lugar y el momento preciso,
para recibir con todos los sentidos, su sabiduría.

Javiera Luco Busto

• • •

Contenido

Presentación **11**
Agradecimientos **13**
Introducción **15**

CAPÍTULO 1
ANTECEDENTES DE LA REGIÓN DE AYSÉN **17**
Áreas geográfico-culturales de la región de Aysén 21

CAPÍTULO 2
HISTORIA DE LA REGIÓN DE AYSÉN DESDE LOS SABORES Y AROMAS DE SU ALIMENTACIÓN **22**
Milenios de alimentación a través de la caza recolección en las tierras y archipiélagos de Aysén 23
Contactos interétnicos entre Araucanía y Patagonia: diversificación de la alimentación 26
Siglos XVI, XVII y XVIII: 26
Provisiones de la Wager: 29
Siglo XIX: 30
Siglo XX: 33
Siglo XXI: 36

CAPÍTULO 3
METODOLOGÍA **38**
Metodología 39
Desarrollo de la Investigación 42

CAPÍTULO 4
INVENTARIO **45**
PRODUCTOS AGRÍCOLAS **46**
HORTALIZAS
Ajo de Chile Chico 47
Salmuera *49*
Cebolla de tres pisos 50
Pebre de cebolla tres pisos *52*
Cebollita todo el año 53
Chalota 54
Repollo 56
Frito de repollo *59*
Niños envueltos (rellenos con carne) *60*
Puchero de repollo *61*
Ruibarbo 62

CEREALES
Quínoa o Kingua 64
Trigo 67
Harina tostada *70*
Pavo de harina tostada *71*
Torta frita *72*
Tortilla al rescoldo *74*
pan *76*
Catutos *77*
Chapaleles *78*
Chapaleles con papa *79*
Concones *80*
Sopa o caldillo de harina bruñida *82*
Pantrucas *83*
Fideos de harina *84*

LEGUMBRES
Arveja 86
Arveja sinhila 89
Chupe de arveja *90*
Tortilla de arveja sinhila *91*
Haba 92
Haba sinhila 94
Mote de habas *95*
Guiso de espinazo de chivo con habas *96*

TUBÉRCULOS
Betarraga 97
Betarragas al rescoldo *99*
Nabo amarillo 100
Sopaipillas de nabo pasadas *102*
Estofado de mariscos con nabo y habas .. *102*
Papa 104
Papas nativas 108
Papa cocida *111*
Chochoca *112*
Milcaos *113*
Tortilla de papa *114*
Rabanito 115
Pebre de rabanitos *117*
Topinambur 118

FRUTAS
Cereza 120

Ciruela 122
Albaricoque 124
Frambuesa amarilla 125
Guinda 128
Grosella 130
Loga 132
Manzanas 134
Manzana Cabeza de Niño 137
Manzana Delicia 138
Manzana Limón 139
Vinagre de manzana *140*
Pera 141
Pera de fierro 143
Zarzaparrilla 144

Hierbas
Chascudo 146
Hinojo 148
Orégano 150
Vinagrillo 152

PRODUCTOS SILVESTRES 154
HORTALIZAS
Brote de quila 155
Diente de león 157
Nalca 158

FRUTOS
Calafate 160
Cauchao 164
Chaura 166
Chilco 168
Frutilla silvestre 170
Maqui 173
Michay 176
Rosa mosqueta 179

HONGOS
Digüeñe, llao llao o pan del indio 181
Gargal 184
Morilla 186

ANIMALES
Avutarda, caiquén 190
Avutarda al jugo o estofada *193*
Liebre 195
Liebre al jugo *198*
Liebre estofada *198*
Liebre escabechada *198*

PRODUCTOS GANADEROS 200
ANIMALES
Caballo-yeguerizo-equino 201
Charqui *204*
Charquicán *205*
Cerdo 206
Estofado Chileno *209*
Prietas de Cerdo *211*
Pan con chicharrones *212*
Jamón de pierna *213*
Chivo 214
Palomita de chivo *216*
Oveja–capón-cordero 218
Puchero de oveja *221*
Albóndigas de oveja *222*
Grasa para cocinar y "color" *223*
Prietas de oveja *224*
Chicharrones *226*
Asado de capón al horno *227*
Arrollado de capón *229*
Cordero al palo *230*
Asado de cordero con cuero *232*
Cazuela de espinazo de cordero con luche *233*
Palomita de cordero *234*
Pierna de cordero asada al horno *235*
Estofado de cordero con chancho ahumado *236*
Estofado de cordero o capón y repollo *237*
Guata de cordero rellena *238*
Ñache *240*
Estofado de achuras *242*
Vacuno Clavel 243
Vaquilla entera al palo *246*
Asado con cuero al palo *248*
Pierna de vacuno a la salmuera (jamón) . *249*
Empanadas de cogote de vacuno *250*
Empanadas fritas de carne *252*
Queso de pata y cabeza *253*
Tuco (salsa-guiso) de riñón *254*
Leche de vaca 255
Leche 255

Leche de chiva 258
Queso de leche de vaca *259*
Mantequilla de leche de vaca *261*
Leche con harina *262*
Candeal *264*
Leche con harina refregada *264*
Quesillo de leche de chiva *265*

AVES DE CORRAL 266
Gallina 267
Cazuela de gallina *270*
Ganso 271
Ganso asado *273*
Pavo 275
Cazuela de pava con locro de trigo *277*

PRODUCTOS MARINOS 278
ALGAS
Cochayuyo 279
Ensalada de cochayuyo *281*
Luche 282
Pan de luche *285*
Frito de luche con papas cocidas *286*
Ensalada de luche *287*
Cazuela de luche con erizo *288*

EQUINODERMOS
Erizo 289
Pan y tortilla de erizo *292*
Patache de erizo *293*

MOLUSCOS 294
Almeja 294
Patache de almejas *296*
Caracoles 297
Entrada de locate *300*
Carbonada seca de locate *301*
Cholga 302
Cholga seca *304*
Cazuela de cholga seca con fideos de harina *306*
Cazuela de cholga seca con repollo *307*
Chorito 308
Choro zapato – choro maltón 310
Choros al alicate *312*
Lapa 313
Estofado de lapa o loya *315*
Empanada de lapas *316*
Loco 317
Entrada de loco *320*
Estofado de loco *321*
Porotos con loco *322*
Ostra 323

CRUSTÁCEOS
Centolla 325
Entrada de centolla *327*
Jaiba 328
Pastel de jaiba *330*

PECES
Congrio 332
Caldillo de congrio *334*
Merluza austral: *335*
Merluza frita *337*
Peces de roca:
chancharro, cabrilla, rollizo: 338
Chancharro frito *340*
Puye 341
Puyes al pil pil *343*
Tortilla de puyes *344*
Robalo 345
Robalo ahumado *347*
Cazuela de robalo *348*
Sierra 349
Asado de sierra al palo *351*

CURANTO 352
Curanto a la olla o perol *355*

PREPARACIONES DULCES 358
Buñuelos *359*
Bolitas de indio *360*
Conservas *361*
Empanada hervida *363*
Quínoa con leche *365*
Macarrones *366*
Mellas *367*
Mermeladas *368*
Pajaritos *371*
Chapalele de calafate *372*
Leche asada *373*

Leche nevada *374*
Leche con arroz *375*
Queque de papa *376*
Roscos *377*
Calzones rotos *378*
Empanada de frutilla silvestre *379*
Mazamorra *381*
Manzanas asadas *381*

BEBIDAS Y LICORES 382
Yerba mate 383
Mate amargo *385*
Mate Dulce *387*
Mate de leche *388*
Mate en pomelo *389*
Mate con huevo *389*

CHICHAS
Chicha de arveja *390*
Chicha de ciruela *391*
Chicha de manzana *392*
Chicha de ruibarbo *395*

LICORES
Licor de calafate *396*
Licor de cauchao *396*
Licor de hinojo *397*
Enguindado, enguindao *398*
Ponche de frutilla silvestre *398*

BIOGRAFÍAS DE ENTREVISTADOS/AS 400

BIBLIOGRAFÍA 426
Webgrafía 435
Páginas web consultadas 445

Nota aclaratoria 446

Presentación
Fundación para la Innovación Agraria, FIA

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, que no es otra cosa que agregar valor, se presenta como 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

Agradecimientos

Agradecemos al Gobierno Regional de Aysén y FIA, la oportunidad de hacer esta investigación, ha sido un privilegio para todo el equipo.

Agradecemos especialmente a todas las mujeres con diversas ocupaciones y conocimientos que resultaron ser el grupo mayoritario de voces que construye este inventario, ellas compartieron con nosotros sus saberes y prácticas, mucho de su historia y de los lugares cotidianos donde desarrollan esos quehaceres que luego se transforman en alimento y vida, en un ciclo que resulta maravilloso y esperanzador.

A los hombres cuyas aficiones y oficios, dedicaciones y trabajos tanto en los archipiélagos como en la costa y las tierras interiores de la región, nos han permitido aproximarnos a actividades productivas, recolección, caza y también la preparación de alimentos, mostrándonos a través de estas actividades una forma de ver el territorio que habitan.

Agradecemos a todas las personas entrevistadas, reseñadas una a una en el capítulo “Biografías”, porque este inventario fue realizado principalmente en base a su conocimiento y experiencias.

Especialmente queremos agradecer a Cinthia Wellmann, Jorge Contreras, Víctor Ruiz, Mabel Chiguay, Sonia Aros, Alfredo Fica, Corina Ainol, quienes con su conocimiento del territorio y el paisaje humano de Aysén, nos proporcionaron valiosas orientaciones para este trabajo.

Fundamentales también fueron nuestras conversaciones con profesionales y especialistas que colaboraron con visión científica y conocimiento empírico: Fernán Silva, ingeniero agrónomo analista de recursos naturales en la Dirección Regional del Servicio Agrícola y Ganadero (SAG) de la región de Aysén; Nelly Pérez, funcionaria del Instituto Nacional de Desarrollo Agropecuario (INDAP); Enrique Higuera, ingeniero forestal, profesional de apoyo del proyecto “Navegando juntos rumbo a la conservación” de la Municipalidad de Las Guaitecas; Iván Moya, ingeniero forestal, gerente sede Patagonia Instituto Forestal (INFOR), Víctor Gueichutureo, ingeniero acuícola; Felipe Soza, investigador del proyecto Hongusto de la Universidad de Magallanes, sede Coyhaique; Rodrigo Sandoval, veterinario, profesional de la Dirección Regional del SAG; Viviana Salazar, investigadora de hongos asociada al Laboratorio de Química de Productos Naturales de la Universidad de Concepción y presidenta de ONG Micófilos; Dinelly Soto, periodista independiente, recolectora e investigadora en terreno del reino fungi de la región de Aysén; Nathalie Brito, socióloga e investigadora de la historia social de Puerto Raúl Marín Balmaceda; César Peyrin, biólogo marino de vasta experiencia en el litoral de la región y en el desarrollo de una pesca artesanal sustentable y solidaria. A ellos también queremos agradecerles por el apoyo brindado.

La colaboración en todo momento de habitantes de distintos territorios de la región fue un aliciente permanente para nuestro trabajo. Agradecemos especialmente a Rayén Cayún de Puerto Ibáñez, Francisco Croxatto de Puerto Tranquilo, Patricio Guaquel de Puerto Aysén, Paz Foitzick en Coyhaique, Gricelda Miranda de Caleta Tortel, Franco Uribe de Cerro Galera, Jonathan Hechenleitner de Puerto Raúl Marín Balmaceda y Consuelo Inostroza de Chile Chico.

En nuestra memoria y agradecimiento profundo están quienes han partido: Auria Lepío Purán de Melinka, Luis Valdés de Cerro Galera, Roberto Aedo de Coyhaique, Segundo Pacheco de Bahía Murta.

Agradecemos al Centro de Innovación Gastronómica de INACAP e INACAP Coyhaique, personificados en María José Vargas y César Silva, por su apoyo en infraestructura y asesoramiento técnico en sesiones de fotografía de alimentos tradicionales.

Agradecemos al fundo Don Gerardo, el "Corazón de la Patagonia", por facilitar instalaciones y fotografía de cordero con cuero de su archivo particular. Y a Provisiones La Isla de Enriqueta Avendaño, por facilitar su fogón para realizar sesión fotográfica.

Le damos las gracias a la Ilustre Municipalidad de Las Guaitecas, por su apoyo a la realización del trabajo de investigación en su comuna. A la Biblioteca Regional de Aysén y Biblioteca Municipal de Puerto Ibáñez, por facilitarnos sus dependencias para nuestro trabajo.

Agradecemos también a las organizaciones sociales que contribuyeron con su conocimiento colectivo a este inventario: comité de artesanas "Chewachekena" y Comité de recolectoras "Las Collallas" de Puerto Ibáñez, taller de horticultores y adultos mayores "Unión de las Chacras" de Chile Chico.

Introducción

Presentamos a continuación el primer inventario de alimentos patrimoniales de la región de Aysén, que busca identificar y caracterizar los principales productos y preparaciones tradicionales de los territorios que la componen. Desafío realizado en conjunto por Conversa de Valparaíso y Ñire Negro de Coyhaique.

El inventario recoge el conocimiento de cocineras, dueñas de casa, recolectoras, agricultores, pescadores, ganaderos, dueños o trabajadores de restorán. En cada producto y preparación inventariado, se escuchan voces de personas conocedoras de sus formas de obtención, preparación y consumo, que habitan el territorio de la región. Conversar con ellos y escuchar su sabiduría, fue sin lugar a dudas, la parte más importante de este trabajo.

Estos saberes son complementados con el conocimiento científico acumulado, dando paso a la caracterización de cada alimento.

El inventario propone un camino: conocer y reconocer la cultura alimentaria que trae el territorio propio, los productos y preparaciones que la constituyen, la biodiversidad, la identidad; para desde ahí salir a explorar la cultura alimentaria del país y del mundo, la innovación, el turismo y la industria. Sin este primer paso, es posible y lo sabemos, perder fácilmente el rumbo.

Se proponen 72 productos y 144 preparaciones, constituyéndose en el inicio de un proceso de registro del patrimonio alimentario regional, por lo que todas y cada una deben ser compartidas, validadas y complementadas, en la profunda búsqueda que las personas y comunidades de la región han comenzado, de construir una identidad propia, que integre los diferentes aspectos culturales. Esperamos que este trabajo sea un aporte en ese valioso proceso.

El libro ha sido organizado en capítulos. En el primero se reseña el territorio regional, sus características geomorfológicas, climáticas, poblacionales, político administrativas y la expresión de las identidades de sus habitantes. El segundo capítulo aborda la historia de la alimentación humana en el territorio, desde los primeros poblamientos registrados por la arqueología hace unos 12.000 años AP, hasta el presente siglo. Ambos capítulos sirven de base para el inventario. En el capítulo tercero, se presenta la metodología usada para elaborar el inventario, que se presenta de manera íntegra en el capítulo cuarto, ordenado en productos agrícolas, silvestres, ganaderos, aves de corral, del mar, todos ellos con preparaciones asociadas; además de las preparaciones dulces y las bebidas.

Cada producto se ha tratado en cuatro dimensiones (origen, descripción, formas de obtención y formas de consumo). Las preparaciones son relatadas en base a las conversaciones que el equipo de trabajo del presente inventario sostuvo con pobladoras y pobladores de toda la región.

En el apartado Biografías, se presenta a los cultores que compartieron sabiduría y recetas para hacer posible este trabajo. Son los portadores y guardadores del conocimiento que este libro recopila.

Si tuviéramos que buscar puntos en común respecto al conjunto alimentario de la región y toda su diversidad; aparece el aislamiento y la hazaña de la colonización expresada en una forma de alimentarse desde la escasez (Muñoz, 2019), con materias primas auto producidas en condiciones climáticas extremas y compra a granel

de lo básico que no se produce, como la harina, el azúcar y el mate. Esa realidad está muy cercana en la memoria de los adultos de gran parte de la región y es revivida a veces por sus protagonistas, con una mezcla de pudor y añoranza.

Otro aspecto común es la continuidad de una tradición recolectora, cazadora, pescadora, que se proyecta desde antes de la colonización hasta los tiempos actuales. La presencia de modos de vida y relación con los espacios asociados a los pueblos cazadores recolectores originarios de la zona, chonos y kawésqar en los archipiélagos; tehuelche o aonekko (Domingo, 2019) y chewachekenk en el espacio continental; además de familias mapuche huilliche que se movilizaron por el área probablemente mucho antes de lo que se cree (Osorio, 2014). Todos estos pueblos aparecen a través de los alimentos y su cultura asociada (de obtención, preparación y consumo). Y se mezcla con las formas alimentarias actuales, que en ciudades como Coyhaique o Puerto Aysén han dado paso a los “rolls” de cordero, las pizzas patagonas, los tártaros de merluza austral, el calafate liofilizado y el espumante de grosella.

Los invitamos a ser parte de este tesoro de biodiversidad, tradición cultural e identidad.

Capítulo 1

Antecedentes de la región de Aysén

La región de Aysén, se ubica en el sur austral de Chile, al norte de la región de Magallanes y Antártica chilena y al sur de la región de Los Lagos. Tiene una superficie aproximada total de 108.500 km², lo que representa el 14,2% de la superficie total del país y la convierte en la tercera región con mayor extensión territorial (www.idegoreaysen.cl, 2019). En ella se expresa una geomorfología diversa, distinguiéndose cinco fajas geomorfológicas longitudinales: área archipielágica (incluyendo la Península de Taitao), depresión central, cordillera andina, cordones subandinos orientales y relieves planiformes orientales (Gobierno Regional de Aysén, 2005). Hacia el sur, se desarrollan los dos grandes campos de hielo más australes del planeta, conocidos como Campos de Hielo Norte y Sur. Al oeste destacan los archipiélagos de Los Chonos y Las Guaitecas, conformados por más de 1.000 islas; la depresión central que al norte del país se expresa en fértiles valles, en Aysén desaparece, dando paso al Canal de Moraleda, principal ruta de navegación regional; la cordillera andina, conocida también como "Andes Patagónicos", se compone de una costa escarpada y enfrentada por sistemas de islas e islotes al oeste, una sección de montañas y cerros cuya principal característica es la pérdida de altitud de manera significativa y una erosión producida por milenios de actividad glacial; hacia el oriente esta geomorfología da paso a la zona de transición de serranías y pampas.

Desde el punto de vista ecoclimático se han definido para el territorio de Aysén, nueve ecorregiones (Gobierno Regional de Aysén, 2005; Silva, 2010; Hepp y Stolpe, 2014) descritas como "*unidades relativamente grandes de tierra o agua con un conglomerado geográficamente distinto de especies, comunidades naturales y condiciones ambientales*" (Gobierno Regional de Aysén, 2005, p. 15). Siguiendo la caracterización de Silva (2014) en una orientación general oeste-este, la zona litoral presenta dos ecorregiones: templada húmeda litoral, en todo el archipiélago de Las Guaitecas y el de Los Chonos y templada húmeda fría, desde la península de Taitao al sur. Ambas presentan un régimen pluviométrico elevado y temperaturas moderadas debido a la acción del mar. Luego se presenta la ecorregión templada húmeda costera, también muy lluviosa, pero tendiendo a una disminución de las precipitaciones. En estas ecorregiones se desarrolla el bosque siempreverde con diferencias en especies y densidad. Hacia el oriente de los Andes Patagónicos está la ecorregión templada húmeda intermedia y andino boreal, con regímenes de lluvia más moderados y temperaturas más bajas. Una de sus principales características es que contienen los mejores suelos regionales para la actividad agropecuaria y una transición entre el bosque valdiviano y el andino-patagónico caducifolio. Siguiendo al oriente, se encuentran las ecorregiones templada seco estival y esteparia fría, caracterizadas por veranos calurosos, con viento y secos e inviernos muy fríos y nevosos a medida que se desarrolla la estepa. La zona templada seco estival corresponde a microclimas que se asemejan al clima de la zona central del país, pero con nieves y heladas en invierno. La estepárica en tanto, está dominada por coironales y tiene presencia de bosque achaparrado de ñire, siendo de gran importancia histórica para la ganadería extensiva que caracteriza a la región (Gobierno Regional de Aysén, 2005). Finalmente tenemos dos ecorregiones de frío extremo y de escasa o nula presencia de vegetación: la tundra de altura y los glaciares y nieves eternas. Ambas han sido afectadas fuertemente por el cambio climático, viéndose reducida su superficie, sobre todo de la última.

La Región de Aysén tiene una superficie aproximada total de 108.500 km², lo que representa el 14,2% de la superficie total del país y la convierte en la tercera región con mayor extensión territorial.

www.idegoreaysen.cl

La región presenta seis grandes cuencas hidrográficas que de norte a sur son las de los ríos Palena, Cisnes, Aysén, Baker, Bravo y Pascua y un amplio sistema lacustre a lo largo del territorio, destacando tres lagos binacionales. Uno de ellos, el General Carrera, es el segundo lago más grande de Sudamérica después del Titicaca.

La región también presenta un volcanismo activo en el sistema cordillerano patagónico, con conos icónicos como el Hudson en el centro sur o el Melimoyu, en el extremo norte del territorio.

Grandes cuencas lacustres se desarrollan en el territorio, destacando por sus dimensiones las ubicadas hacia el sur de la región, y que se comparten con Argentina: el gran lago General Carrera, el Lago Cochrane y el lago O'Higgins hacia el límite meridional de la región.

La mayor parte de los pueblos y ciudades de la región se ubican en los valles de los Andes Patagónicos, otros se han establecido en zonas de estepa patagónica, muy cerca de la frontera internacional con Argentina y aún otros más se encuentran en los archipiélagos.

Administrativamente, la región de Aysén se organiza en cuatro provincias, que de sur a norte son: Capitán Prat, General Carrera, Coyhaique y Aysén. Diez comunas se distribuyen en el territorio de acuerdo al siguiente cuadro:

Provincias	Comunas
Capitán Prat	Tortel - O'Higgins - Cochrane
General Carrera	Chile Chico - Río Ibáñez
Coyhaique	Coyhaique - Lago Verde
Aysén	Aysén - Cisnes - Guaitecas

La región cuenta con una red caminera cuyo eje central es la denominada Carretera Austral que actualmente se prolonga desde el límite norte hasta Villa O'Higgins, con un ramal que lleva a la localidad de Caleta Tortel. Atraviesan esta carretera caminos transversales en las principales cuencas fluviales, uniendo el extremo oriental con el mar. La más importante de estas rutas es la 240, que une el paso fronterizo Huemules en la localidad de Balmaceda con Puerto Chacabuco, principal acceso portuario de la región.

La población regional presenta una alta concentración en las dos ciudades principales, Puerto Aysén y Coyhaique, ambas conectadas por la ruta antes mencionada. Juntas reúnen cerca del 83% de la población regional. El 17% restante se distribuye en el territorio con una alta dispersión.

El censo de 2017 arrojó una población de 103.158 habitantes, demostrando un discreto crecimiento intercensal, ya que en 2002 la población ascendía a 91.492 habitantes.

Áreas geográfico-culturales de la región de Aysén

Una investigación sobre la identidad regional de Aysén, realizada entre los años 2009 y 2010, en el marco del Programa "Sueña Región" impulsado en todo el país por la Subsecretaría de Desarrollo Regional (SUBDERE), propuso una configuración geográfico cultural para la región con seis áreas que expresan dinámicas identitarias diversas dentro de un marco identitario compartido por sus habitantes (Osorio, 2008; ILPES-CEPAL, 2010). El estudio expresaba al respecto lo siguiente: *"Queremos indicar con ello que aunque los habitantes pueden referir una identidad territorial, es decir una definición a partir del territorio que habitan, no será lo mismo si ese territorio está en el norte de la región, en el litoral o en el extremo meridional. Los énfasis de sentido, las referencias simbólicas, incluso las percepciones del nosotros y los otros tendrán matices que resultan relevantes a la hora de definir una identidad y sus diversas expresiones dentro del territorio aysenino"* (ILPES-CEPAL, 2010, p. 30).

Más adelante el estudio indica: *"Se propone una imagen dinámica y fluctuante, que reorganiza la clásica configuración longitudinal creando subterritorios dentro del territorio que identifica el origen de los ayseninos, permitiendo de este modo el despliegue de identidades territoriales de segundo orden. Queremos decir con esto que se trata de dinámicas que no reniegan de la matriz clásica de la identidad cultural aysenina, al contrario, la reconocen y reivindican como sustento para sus propios despliegues de sentido"* (ILPES-CEPAL, 2010, p. 36).

De sur a norte, las seis áreas geográfico culturales propuestas son:

1	La Cultura del Baker, que considera toda la provincia Capitán Prat.
2	La cuenca del lago General Carrera, que abarca el territorio administrativo de la Provincia homónima.
3	La Cultura Urbana, representada por el eje Coyhaique-Puerto Aysén y con extensiones a ciudades cercanas al norte y este de dicho eje.
4	El litoral: hacia el oeste y abarcando desde el archipiélago de Los Chonos por el sur hasta el de Las Guaitecas al norte.
5	La Frontera nororiental, representada en su totalidad por la comuna de Lago Verde
6	Cuenca Palena-Queulat, que abarca las localidades del extremo norte de la región, que mantienen estrechos lazos con la región de Los Lagos.

La propuesta antes descrita, ha sido adoptada por estudios e investigaciones posteriores sobre patrimonio, historia, identidad y cultura regional, por su capacidad interpretativa del espacio geográfico cultural y la perspectiva dinámica respecto a las identidades que cohabitan el territorio aysenino (Gale et al., 2015; Bourlon et al., 2015). Por lo anterior, se ha considerado pertinente reseñarla en el presente inventario, como una base a partir de la cual el Patrimonio alimentario de la región de Aysén se expresa en los distintos territorios y a la vez permite reflexionar sobre nuevas dinámicas de identidad en torno a las prácticas y narrativas sobre la alimentación en la región.

Capítulo 2

Historia de la región de Aysén desde los sabores y aromas de su alimentación

Milenios de alimentación a través de la caza recolección en las tierras y archipiélagos de Aysén

Nueve mil o tal vez diez mil años perduró en el territorio patagónico -del cual Aysén forma parte, con sus propias particularidades geológicas, geográficas y medioambientales-, el sistema cultural y económico de la caza recolección. Familias, organizadas en bandas de amplia movilidad, se procuraban alimentos provenientes en su totalidad de fuentes y productos silvestres: frutos, hongos, plantas, raíces, tubérculos, algas; fauna terrestre y marina (aves, mamíferos, peces, moluscos); constituyeron la base alimentaria de los primeros habitantes del territorio. Esas fuentes y productos siguen vigentes en la actualidad, pero observados y usados bajo significaciones y pautas culturales del presente que permiten el consumo de varias de ellas y sanciona o directamente prohíbe el de otras.

Las grandes masas de hielo que cubrían casi por completo el espacio de la Patagonia, comenzaron a retirarse hace más de catorce mil años antes del presente. Tres milenios después, ya había ambientes disponibles para el desarrollo de la vida y entonces grupos de cazadores recolectores fueron explorando los territorios abiertos, evaluando los recursos disponibles en ellos, probando lo desconocido y disfrutando lo que ya formaba parte de sus dietas y que había colonizado antes que ellos llegaran, aquellos nuevos espacios. La curiosidad y continua búsqueda de alimentos, constituyó uno de los motivos de la movilidad de estos grupos que a lo largo de los milenios fueron "prefiriendo" espacios específicos, en los cuales practicaban una movilidad restringida en tanto no abarcaban grandes distancias, pero sí diversos ambientes ecológicos: bosques, cordilleras, praderas en zonas continentales; bahías, caletas, bordemar de islas en los archipiélagos y costas continentales.

Transcurridos cuatro o cinco milenios de ocupación humana en espacios terrestres, donde se desarrollaron enormes cursos de agua que nacían de megalagos, creados a su vez por el deshielo de los glaciares; y pese a que grandes cuerpos de hielo aún persistían hacia el occidente, quedaron espacios libres en dicha área, disponibles para la exploración y ocupación humana, desarrollándose de este modo la vida canoera en ambientes marinos, cuyo origen aún está en discusión entre los especialistas: ¿una adaptación obligada por alguna catástrofe o cambio en las condiciones ambientales?, ¿la misma curiosidad humana?, ¿ocurrió desde el extremo sur de Patagonia?, ¿se produjo desde Chiloé?, ¿en ambos sentidos o desde algún lugar más lejano todavía? El caso es que los ambientes marinos comenzaron a ser habitados por cazadores recolectores que desarrollaron un complejo tecnoeconómico y cultural caracterizado por una movilidad en embarcaciones y la ocupación de islas donde se alimentaban con los productos allí existentes.

Las prácticas alimentarias de los cazadores recolectores terrestres y marinos, consideraron la ingesta de productos en estado fresco, crudo, cocido, disecados, ahumados y en estado inicial de putrefacción. Los de origen vegetal, como frutos, tallos, tubérculos y raíces, se consumían de preferencia en el momento de su colecta, o a lo más unas horas después de obtenidos, repartidos entre las gentes del campamento; diversos hongos, cierto tipo de gusanos, distintos mariscos, algas, huevos de aves también se consumieron de esta manera.

La carne constituyó un alimento central entre los cazadores recolectores. La obtenían de diversas especies terrestres y marinas. La consumían cruda, semi cocida, asada, secada y para el caso de ciertas especies, en estado inicial de putrefacción. Entre la fauna terrestre se consumió guanaco, ñandú y otras aves, huemul, pudú,

tal vez zorro, y otros animales menores como armadillo, zorrillo, vizcacha. Entre la fauna marina, aves, lobo, peces, delfín, ballena.

La grasa también constituía una fuente alimenticia muy estimada y había preferencias, la de ñandú en los espacios continentales, la de lobo y ballena en los archipiélagos.

Cuando evocamos este mundo antiguo, nuestra percepción tiende a enfocarse en las prácticas de caza, como el eje de la provisión de alimentos para los grupos y a los aromas asociados al carneo y desposte de las piezas como los centrales en los espacios de alimentación. Sin embargo, en las rutinas cotidianas, la cacería correspondía a una práctica que requería organización, logística, estrategia y su resultado no siempre era exitoso. Por ello, resulta clave reevaluar la importancia de la recolección de alimentos en la dieta de los cazadores recolectores y en la toma de decisiones para la movilidad y el asentamiento temporal de los grupos.

Entonces, el panorama alimenticio de aquel tiempo, se abre a una diversidad de posibilidades: hongos en otoño, después de las primeras y copiosas lluvias, alfombrando claros de bosque, cercanos al paredón que protegía al grupo con su techumbre pétrea y permitía levantar un fogón para el abrigo. Hongos también en primavera, brotando con fuerza al terminar el invierno, colonizando los árboles vivos y los ya muertos. Frutos en verano, hacia las pampas, o en las playas tranquilas de bahías protegidas del viento, sobre la alta marea. Un calafatal prometía semanas de disfrute a lo largo del camino, porque la maduración siempre se producía de acuerdo a las condiciones microclimáticas de cada sector. Los chaurales a ras de tierra, compitiendo en aroma estival con las

frutillas, pero sin éxito, pues los frutillales se extendían por kilómetros aquí y allá y debió ser una fiesta su recolección y consumo inmediato.

Las plantas, (hojas y tallos), las raíces y tubérculos, eran otra cosa, demandaban otro esfuerzo, pues las plantas se ubicaban (se encuentran hoy todavía) en lugares más específicos, remansos de arroyos o riachuelos, pampitas dentro de un bosque, a los pies de tal cerro, en las zonas más frías y húmedas, ahí crecen mejor los tallos, las plantas y sus raíces. Tallos jugosos, raíces tiernas, para morderlas frescas o pasarlas unos minutos por el fuego, antes de consumirlas.

Recolectar frutos como pasatiempo, recolectar hongos para la próxima jornada de caminata en pos de un nuevo campamento, recolectar tallos para masticar durante una jornada de caza.

Recolectar huevos de aves pequeñas, romperlos apenas en un borde y comerlos crudos. Y guardar suficientes en la bolsa de cuero para disfrutarlos junto a la familia en el campamento.

Pero volvamos a la cacería. Las partidas de caza, se organizaban estando los grupos ya instalados en un campamento temporal. Los animales preferidos en las pampas: guanaco, para aprovechar la carne, partes interiores y el caracú de los huesos; el ñandú, para disfrutar su carne y grasa; en los bosques se buscaba huemul y pudú; otras especies como zorros, armadillos (peludos), zorrillos, avutardas, caiquenes, también eran cazados.

En el mar, se acechaba las loberías en la época de parición, para cazar crías, preferidas por sobre los adultos. Usaban pequeñas embarcaciones que se desplazaban de isla en isla. En esas mismas embarcaciones se navegaba en pos de los bancos de mariscos, cuya abundancia aún hoy es evidente.

... en las rutinas cotidianas, la cacería correspondía a una práctica que requería organización, logística, estrategia y su resultado no siempre era exitoso. Por ello, resulta clave reevaluar la importancia de la recolección de alimentos en la dieta de los cazadores recolectores y en la toma de decisiones para la movilidad y el asentamiento temporal de los grupos.

Contactos interétnicos entre Araucanía y Patagonia: diversificación de la alimentación

Muchas décadas antes que los europeos avistaran las costas del atlántico, tal vez uno o dos siglos incluso, la sociedad mapuche avanzaba sobre el espacio patagónico. Los contactos interétnicos y el intercambio de saberes y sabores no tardarían en producirse entre las sociedades agroalfareras y las cazadoras recolectoras continentales. Al inicio sin que ninguna de ellas abandonara sus sistemas culturales. Pero con el tiempo se consolidaría un sistema cultural con fuerte influencia mapuche, cuya extensión abarcó hasta Patagonia central y los contrafuertes cordilleranos que la limitaban por es oeste.

De este modo, los grupos cazadores recolectores conocerán granos como el maíz y la quínoa, diversos tipos de tubérculos y aprenderán a prepararlos, adoptando sistemas de molienda, conservación y cocción usando contenedores de barro cocido, los que igualmente aprenderán a fabricar.

Si bien la alimentación se hace más variada con la incorporación de los nuevos productos, no genera un cambio radical en los patrones de obtención de alimentos, sino una ampliación del repertorio de preparaciones, donde el contenedor propicia la mezcla de productos, incluyendo el agua como elemento mediador e ingrediente, logrando así la obtención de nuevos sabores y aromas.

Desde Chiloé en tanto, la papa inicia su camino hacia Las Guaitecas e islas cercanas, de la mano de navegantes veliches que se aventuraban al sur, en busca de diversos recursos. Allí será encontrada como sembradíos por los conquistadores hispanos que comenzaron a explorar la zona a partir del siglo XVI.

Siglos XVI, XVII y XVIII: el panorama alimentario en la Patagonia

La expansión hispana hacia el confín austral de América, o al menos su intento, se inició con la fundación de Santiago de Castro en 1567. Los conquistadores españoles se instalaron en la isla grande de Chiloé, específicamente en el área central de la costa oriental, motivados por la importante presencia de indios en el área, los que fueron inmediatamente sometidos al sistema de encomienda (Urbina, R. 2004). Aún antes de establecerse en Chiloé, los españoles ya tenían ciertas noticias de los canales australes, pues en 1553 una expedición al estrecho de Magallanes había dejado registro de lo visto: islas con sembrados. Jerónimo de Vivar relata en 1558 que en un archipiélago que podría ser el de Guaitecas, encontraron cierta tierra donde *"había papas y maíz"* (Urbina, X., 2014). Los isleños sometidos dieron aún más noticias de las poblaciones *"gentiles"* del extremo austral, motivando la conquista espiritual que se inició a principios del siglo XVII. Es a partir de este proceso que se comienza a conocer cómo vivían y se alimentaban aquellos grupos navegantes que al igual que los de Chiloé, consumían mariscos, pero de un modo más directo, además de otros productos que al norte al parecer no eran parte de la dieta. Las noticias de misioneros y militares, describieron con asombro y no pocas veces con aversión, la alimentación que observaron en los canales australes: el consumo de mariscos crudos, carne de lobo también cruda, del aceite que esta especie proporcionaba, como si fuese agua, describen observadores extremos; el consumo de aves y peces, crudos también o apenas pasados por el fuego.

Los festines alrededor de ballenas varadas, de las que fácilmente podían alimentarse semanas enteras, sin importar que la carne comenzara a descomponerse.
Para los hispanos, gentes sedentarias y de cultura agroganadera, la alta movilidad de los grupos canoeros, motivada por la búsqueda de alimento, era en extremo sorprendente. Les costaba concebir un sistema de vida así: *"andan divididos y de isla en isla buscando mariscos que comer y en acabándose en una pasan a la otra. Casa no la tienen, sino que de cortezas de árboles hacen en cualquiera isla un mal reparo: ni hogar tampoco, porque ni aun una olla tienen, que en aquellas islas no hay barro de qué hacerlas, y sin ellas están hechos a pasar aquella vida miserable, para ellos la más feliz. Los mariscos los comen crudos y asimismo la carne de lobo"* (Juan López Ruiz, 1630. En Urbina, X., 2014).

Sorprendentes también eran los aromas y sabores de los alimentos indios, que debieron probar muchas veces al quedarse ellos mismos sin sus vituallas en las largas travesías. Increíble las maneras en que obtenían los indios algunos de sus alimentos: buceando las mujeres, sacaban mariscos; nadando los hombres, atacaban las loberías para obtener ejemplares que luego cargaban en sus canoas.

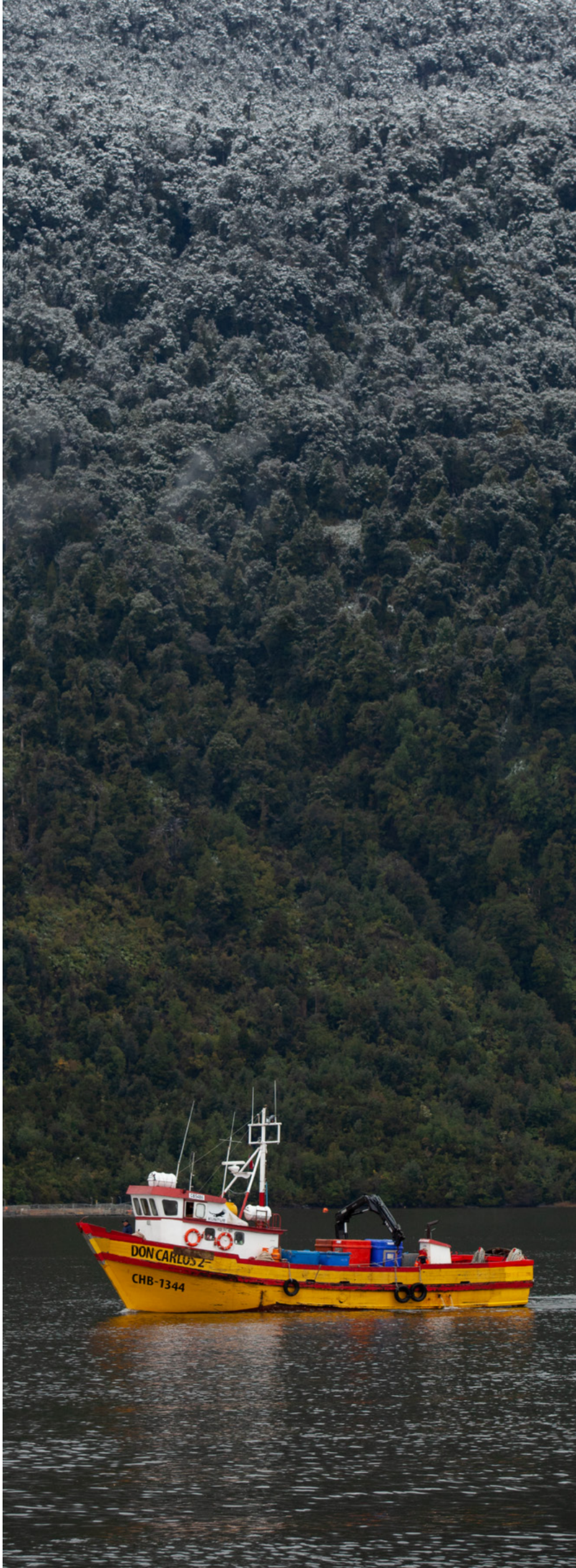
En contraste, a manera de un espejo de sinsabores, los alimentos españoles, sorprendían y disgustaban a los canoeros: *"Y otro día siguiente vinieron dieciséis indios a los cuales les salió el capitán y le presentaron un zurrón de cuero de lobo lleno de tierra colorada, con el cual presente nos reímos mucho, y el capitán les dio medallas hechas de estaño y llautos de paños de colores, y otras cosas, y bizcocho y trigo cocido, lo cual no querían ni sabían comer"* (Miguel de Goicueta, 1558. En Urbina, X. 2014).

Entre las muchas costumbres que los hispanos conocieron, llama hoy la atención aquella que relata una comida obtenida mediante cocción en un recipiente elaborado especialmente para el efecto. Al parecer era una comida especial, preparada rara vez y para cierto tipo de circunstancias: *"... y cuando quieren hacer algún regalo y cocer algún pescado, le cuecen en unos como baldes que hacen de cortezas de árboles, cosido el suelo con soguilla. Y como esta olla es de madera y no se puede poner al fuego, y es más fácil de quemarse que si fuera de madera, porque es corteza de árbol muy delgada, les ha dado traza la naturaleza, y la necesidad, que es industriosa, para cocer en ella lo que quieren: que ninguno que la oyó dará tan presto en ella, y es meter algunas piedras en el fuego, y estando bien encendidas, irlas echando en el agua del pescado hasta que hierve y se cuece".* (Juan López Ruiz, 1630. En Urbina, X., 2014).

La mayor parte de las informaciones registradas por militares y misioneros, correspondían a la época estival, entre noviembre y febrero o marzo de cada año. Sin embargo, en la bitácora del viaje emprendido por el capitán Ladrillero (1557-58), se tienen noticias de alimentos que consumió la tripulación durante el viaje de regreso. Para complementar la magra ración que debieron administrar mientras invernaban en los canales (abril a agosto de 1558), recurrieron a la recolección de productos marinos, a la usanza de los canoeros. De este modo, mariscaron con limitados resultados, y extrajeron *"unas yerbazas que comen los indios, que se crían en las reventazones de la mar sobre las piedras con muchos rabos como culebras, y de ellas trajimos siempre para comer, que fue harto socorro ..."* (Miguel de Goicueta, 1558. En Urbina, X., 2014). Este registro indica a continuación el modo de preparación que debieron dar a la *"yerbaza"* que hallaron: *"...las cuales guisábamos de esta manera siguiente, así los troncos como las hojas. Los troncos eran como rábanos, gordos pero muy duras, cuya dureza quebrantábamos asándolos en las brasas, y desde que eran asados los cortábamos tan menudos como dados, y luego los echamos a cocer en las ollas en agua dulce cinco o seis horas, y desde que cocidos eran los rompíamos con las piedras de moler, y no queriéndose moler les echábamos harina, y así se dejaban bien moler. Y molidos los volvíamos a las ollas y cocían una hora con las lapas marisco, y estaban buenas. Las hojas que no eran tanto duras solo se picaban crudas como dados y las cocíamos en agua cuatro o cinco horas, y desde que cocidas y molidas eran, las envolvíamos en harina, y hacíamos pan de todo junto, digo tortillas. Llevaba dos tercios de harina y una*

de yerba, y algunos echaban tanta yerba como harina" (Miguel de Goicueta, 1558. En Urbina, X., 2014).

El contacto regular entre españoles y grupos canoeros, identificados por los primeros con el nombre genérico de Chonos, se tradujo con el paso de los siglos en la incorporación de diversos artefactos, herramientas, vestimentas y productos alimenticios por parte de los grupos canoeros, aunque no significó el abandono de sus prácticas alimentarias tradicionales. En cuanto a los españoles, aprendieron a consumir los diversos alimentos que conocieron y encontraron otros usos para productos como las pieles de lobo para vestimenta y el aceite del mismo animal, que llegó a ser exportado desde los canales como insumo para alumbrado tanto en el reino de Chile como en el Perú (Mancilla 2018; Urbina, X., 2019 en prensa).



Provisiones de la Wager: harina, carne de buey, carne de cerdo

El año 1741 marcó un hito en los archipiélagos, con el naufragio de la fragata inglesa Wager. A partir de los relatos que años después escribirán algunos de los náufragos sobrevivientes, se conoce una perspectiva algo distinta de los alimentos y preparaciones de esta zona. El hambre que se instaló desde el primer momento entre los náufragos, los obligó a buscar alimentos en los alrededores del naufragio y también en islotes cercanos y hacia el interior de la isla. Cazaron todo tipo de aves desde el primer momento: "*...nos proveimos de algunas aves marinas, i encontramos diferentes clases de mariscos en suficiente abundancia. Mas, este merodeo de la costa comenzó a hacérsenos mui desagradable, porque entre las rocas aparecían los cadáveres de los ahogados (...). Estos horrores fueron luego dominados por las necesidades de nuestros hombres, algunos de los cuales se daban por mui contentos de matar algún gallinazo, para prepararse una comida con él mientras aquel pájaro estaba haciendo presa de los cadáveres*" (Byron, 1901, p. 22).

También recolectaron y consumieron diversos tipos de algas marinas: "*...para que nos durara la harina, la mezclábamos con algunas algas*" (Byron, 1901, p. 42). "*Una variedad de algas, fritas con algunas yerbas silvestres en el sebo de unas bujías que habíamos salvado, era toda nuestra comida*" (Byron, 1901, p. 44).

Y probaron la carne de mamíferos como lobos, además de la variedad de mariscos existentes en el territorio: "*Pasamos otros cuantos días vagando en busca de provisiones, porque el mal tiempo no permitía intentar otra vez la vuelta al cabo. Hacia el estremo de la bahía, hallamos unas bonitas lagunas donde matamos algunas focas i cojimos una buena cantidad de mariscos que nos procuraron un gran alivio*" (Byron, 1901, p. 53).

Uno de estos registros permite dar cuenta que las familias canoeras continuaban practicando una vida nómada, pero ya con la integración de nuevos productos y alimentos como las ovejas, además de recolectar otros productos que sorprendieron a los ingleses: "*Había cinco canoas cargadas con focas* [probablemente lobos], *mariscos y cuatro ovejas. Tenían con ellos a sus mujeres y niños, de modo que en total eran unas cincuenta personas. Sacaron a tierra sus canoas y construyeron cuatro chozas que cubrieron con cortezas y cueros de foca. (...) El domingo 28 en la tarde se fueron unas doce indias en sus canoas. Pensamos que irían a recoger mariscos, pero las vimos sumergirse y creíamos que buscaban trozos de cerdo o vacuno salidos del naufragio, pero cuando llegaron a tierra vimos que habían estado buceando huevos de pescado. (...) El día 30 las indias sacaron nuevamente huevos marinos y nos trajeron en cantidad, junto con abundancia de gusanos blancos de tres cuartos de pulgadas de largo y grosor del tamaño de una paja de trigo*" (Diario de Bulkeley y Cummins, 1743. En Urbina, X., 2018).

Siglo XIX:
EXPLORACIÓN DEL TERRITORIO POR MAR Y TIERRA

Una vez estuvo constituido sólidamente el nuevo orden político, social y económico en el territorio chileno, implantado a partir de la revolución independentista de criollos apoyados por ciertas parcialidades mapuche, y sofocando el último bastión realista situado en Chiloé, hacia 1823, las nuevas autoridades se abocaron a la consolidación de la vida republicana en las provincias del centro sur del recién nacido país. La exploración y toma de posesión del confín austral, debió esperar al menos dos décadas para concretarse y otras más esperó el territorio de la Patagonia Occidental, el que recién comenzaría a ser reconocido por la marina chilena, iniciada la segunda mitad del siglo XIX. El objetivo central era la incorporación de esos espacios poco conocidos al territorio nacional y el levantamiento de información sobre sus potencialidades, recursos y posibilidades de ocupación. De este modo, los viajes de exploración dieron cuenta de lo hallado y efectuaron ensayos con semillas y ganado. Hubo exploraciones extranjeras que influyeron en la proyección del interés por escudriñar el entreverado espacio archipielágico. La más importante sin duda fue la de FitzRoy que en enero de 1835 anota lo siguiente en relación a la papa, su posible origen prehispánico y su presencia en los archipiélagos australes:

> *"Among the Chonos Islands, a wild potato grows in abundance, which in general habit is even more closely similar to the cultivated kind than is the maglia of Molina.*
>
> *These potatoes grow near the sea-beach, in thick beds, on a Sandy, shelly soil, wherever the tres are not too close together. In the middle of january they werw in flower, but the tubers were small, and few in number; especially in those plants which grew in the shade, and had the most luxuriant foliage. Nevertheless, I found one which was of an oval form, with one diameter two inches in length. The raw bulbs had precisely the smell of the common potato of England, but when cooked they shrunk, and became watery and insipid. They had not a bitter taste, as, according to Molina, is the case with the Chilian kind; and they could be eaten with safety. Some plants measured from the ground to the tip of the upper leaf, not less than four feet"* (T. III: p. 347-348).

Los registros de población indígena fueron escasos, casi anecdóticos. Una familia en Las Guaitecas, algunas otras al sur del Golfo de Penas. Las partidas de chilotes explotando diversos recursos (pieles, madera, hielo, peces y mariscos), eran más abundantes que los antiguos cazadores recolectores. Las tripulaciones norteamericanas y europeas que buscaban pieles y ballenas se hicieron también presentes en la apropiación del espacio archipielágico (Mancilla, 2018).

Pescadores y cazadores se movilizaban por el archipiélago aplicando conocimientos de caza y recolección junto con otros de elaboración de alimentos *in situ* para proveerse durante los periodos de faena, puesto que aunque tuviesen provisiones traídas desde Chiloé o Puerto Montt, la vida semi nómada, permitía la provisión de alimentos frescos y abundantes.

En la zona continental en tanto, cada vez se avanzaba más en la exploración de las tierras estepáricas y el borde cordillerano. Viajes como el de Guillermo Cox (1863) o Musters (1870), entregan interesante información respecto a las costumbres de los cazadores recolectores terrestres, entre ellas las prácticas alimentarias, muy

influenciadas ya por la cultura mapuche. Entre los grupos que habitaban las pampas cercanas a las cordilleras occidentales, interesa conocer al que se ha planteado como la parcialidad del borde cordillerano, muy posiblemente quienes recorrían los valles boscosos de la actual región de Aysén, conocidos en la literatura histórica y antropológica bajo el nombre genérico de chewache-kénk. Si bien no se han identificado arqueológicamente vestigios de su presencia en el siglo XIX y principios del XX, sus costumbres alimentarias han trascendido entre los habitantes rurales del territorio aisenino y con la excepción del consumo de huemul -cuya caza y consumo está prohibida desde fines del siglo XX-, es posible identificarlas en prácticas actuales de recolección de frutos, raíces, tubérculos y plantas silvestres. La vida semi nómada de los últimos cazadores recolectores de cordillera es descrita en este breve pasaje:

> *"Los chehuache-kénk y sus esposas mapuches continuaron la marcha hacia el sur, en las precarias condiciones anteriormente mencionadas. Llevaban en sacos de cuero (llafán en mapuche; Shólo-kái en aóniko áish; Kái es 'cuero de Huemul'), un poco de harina tostada o ñaco (mulké en mapuche; Któ en aóniko áish) y algunas raciones de charqui (Ktáchi en aóniko áish). Con paciencia y trabajo, poco a poco, fueron formando tropillas atrapando yehuarizos 'alzados'. La caza y la recolección de raíces constituían la base del sustento diario"* (Escalada, 1949, p. 268-269).

En la última década del siglo XIX, las noticias sobre las tierras disponibles en el *Áysen*, aquel territorio "entremedio" de Llanquihue, Chiloé y Magallanes, se esparcieron por diversas zonas al norte de golfo de Corcovado. A Chiloé llevaron las nuevas los trabajadores que acompañaron las campañas de exploración de las hoyas hidrográficas del Palena, Cisnes, Aysén y Baker, lideradas por el geógrafo Hans Steffen. A la provincia de Llanquihue y más al norte, las informaciones se esparcieron en boca de los pastoreadores y peones rurales seminómades que recorrían las provincias argentinas del Chubut, Río Negro y Neuquén, llevando y trayendo ganado y datos sobre las tierras *"orejanas"* ubicadas en el lado que Chile exploraba para defenderlo ante el tribunal arbitral británico que fue solicitado para dirimir la frontera en disputa con Argentina. A Magallanes finalmente, la noticia llegaba en boca de los chilotes que se enganchaban en comparsas de esquiladores a las faenas estivales del territorio.
Los trabajadores chilotes que bajaban al sur austral a las faenas de la madera (ciprés de las Guaitecas), la esquila, las pieles, el huano, el hielo, reconocieron todos los espacios de Patagonia y probaron su saber agrario en estas tierras. Así, cuando muchos decidieron quedarse en el Aysén, ya sabían las bondades y limitantes para el cultivo, para la plantación de árboles frutales, para la crianza de ganado mayor y menor, para la huerta en zonas lluviosas.

Siglo XX:
SABORES Y AROMAS MEDIADOS POR EL TERRITORIO: EN EL CONTINENTE, CARNE, HORTALIZAS, FRUTALES; EN LOS ARCHIPIÉLAGOS, MARISCOS, ALGAS, PESCADOS Y HORTALIZAS.

Entrado el siglo XX, los ingenieros que participaron en las Comisiones de límites chilenas, también probaron la calidad de los suelos tanto para cultivos como para el pastaje de ganado. *"La bondad del suelo es tal, que el ingeniero D. Carlos Barrios (1902) sembró un puñado de papas corahilas de Chiloé y cosechó 2 sacos..."* anotaba el ingeniero José Pomar (1923, p. 24), recordando los informes de dichas comisiones, que debió revisar antes de viajar al territorio en 1920. El mismo Pomar registra en su libro las faenas de extracción de mariscos para la alimentación de las embarcaciones que surcaban los canales ayseninos:

> *"En nuestra ruta por el canal de Moraleda, bordeábamos muchos islotes y rocas cubiertas de coigüe de vetado follaje, que sobresalían del mar cual ramilletes, recordando pinturas japonesas. En Puerto Americano, que es solo un fondeadero deshabitado, se hizo escala a las 2 de la mañana del 29 y se dejaron en tierra 3 hombres con la misión de tener al regreso del 'Imperial' 300 sacos con choros"* (Pomar, 1923, p. 13).

Hacia 1910, la ganadería estaba claramente establecida y la actividad agrícola era incipiente. Así lo describe Arturo Acevedo, oficial de la marina chilena que realizó un viaje de inspección a la cuenca del río Aysén:

> *"El total de animales que tienen las dos estancias [Coyhaique alto y Ñirehuao, de la SIA], sin contar el aumento de este año, es de ochenta mil lanares, diez mil vacunos, i mil cuatrocientos caballares (...). Todos los trabajadores i habitantes en jeneral están mui conformes con la vida que llevan; se les da casa, leche, harina, etc., enteramente grátis. Solo las verduras deben cultivarlas ellos mismos (...). El centeno i la avena se dan mui buenos, pero no así el trigo. Las papas i verduras se cosechan a satisfacción siempre que las heladas no las sorprendan en el período de la flor que es cuando fácilmente se queman.*
> *La frutilla es silvestre, mejorando en calidad cuando es cultivada como la grosella i la frambuesa que se producen en las quintas. Como ensayo, se han plantado algunos duraznos i manzanos, para ver si resisten el clima, los han rodeado de álamos para protejerlos."* (Acevedo, 1912, p. 242-244).

Provenientes desde territorio argentino, pastoreadores indígenas y mestizos, como también campesinos ganaderos de espíritu más sedentario, reconocieron los espacios continentales y los ocuparon, descargando sobre ellos, todo el conocimiento rural del centro sur de Chile. Es así que las quintas, huertas, sembradíos y potreros, también fructificaron en las tierras del interior, aquellas de los valles cordilleranos como las ubicadas en las zonas de transición a la estepa patagónica.

De este modo, las prácticas alimentarias en el territorio continental aysenino, dejaron de depender exclusivamente de la caza y la recolección, para comenzar a ser producto del cultivo de cereales, leguminosas, tubérculos y hortalizas; la crianza de ganado y la fructificación de frutas bajo la lluvia y el frío. La recolección sin embargo, se integró al sistema alimentario, pues las familias continuaron consumiendo frutos silvestres de estación, preparando mermeladas, postres y bebidas fermentadas con ellos. También se recolectaban y consumían diversos

tipos de hongos, aunque la memoria oral los asocia a épocas de escasez y pobreza (Osorio, 2010 Ms; Soza, 2019 Ms).

Y por último se continuó practicando la caza esporádica de mamíferos como el huemul, para el consumo de su carne.

Una descripción vívida de la alimentación cotidiana en las viviendas rurales de principios del siglo XX, la entregó el ingeniero José Pomar:

[En la cocina] *Junto al fuego se está asando el churrasco (carne) traspasado en un asador vertical clavado en el suelo y extendido en forma de vela cuadrada; mientras se asa el churrasco, los pobladores toman mate amargo al que atiende uno de los varoncitos del puesto, recibiéndoselo al que le toca con una brusquedad propia de una estocada a fondo, al grito de '¡sírvase!' Por mi parte dudando de la asepsia de la bombilla, pedí siempre mate cocido, o sea mate en taza y con azúcar, de lo que ellos decían 'como se usa en las provincias', aludiendo a las argentinas. Una de las niñas de la casa amasaba y freía las tortas (las que a falta de pan son buenas) y otras veces se las reemplazaba por papas, de las que había hasta de 30 cm de largo, como fruto de un terreno humífero virgen hasta hace pocos años y además otras más pequeñas con gusto a camote. Al churrasco en vez de echarle sal, se le rocia con una botella de salmuera (...). Una elegancia al churrasquear, es sujetar un trozo de carne por un extremo con los dientes y por el otro con la mano izquierda y cortarlo enseguida de abajo arriba con un cuchillo de modo que pase rozando la nariz, y el poblador Aguilar, tenía una cicatriz debido a esta costumbre. Como complemento del churrasco, algunos toman vino traído en botas de cuero, y otros caracucean, o sea, chupan el caracú ó médula de los huesos*" (Pomar, 1923, p. 58-59).

Aunque la cacería deja de ser una práctica regular para obtener carne, alimento rico en proteínas, paradójicamente continuará siendo este producto la base en la alimentación de los primeros pobladores ayseninos, pero su fuente ahora sería segura, cercana al rancho, alimentada de pastos tiernos y abundantes, ejercitada en lomajes y serranías que disminuían la producción de grasa en los animales.

Le acompañarán en los platos y preparaciones, las papas cultivadas por doquier, la harina importada de Argentina, junto a la infusión por excelencia de la colonización: el mate del Paraguay.

Hacia 1928, en la zona del Baker se criaban vacunos, equinos (caballada de monta y yeguerizos para consumo), ovinos, caprinos; se sembraba trigo, avena, alfalfa y otros cereales no especificados; se mantenían huertas (no especificadas) al lado de los hogares; también las denominadas *"chácaras"* (Oportus, 1928).

Hubo cultivo de cereales y legumbres, hubo cultivo de hortalizas en cierta abundancia. Augusto Grosse, explorador por más de tres décadas en las regiones interiores del territorio aisenino, encontró estos productos entre los pobladores que visitó, ya sea en el lago O'Higgins, al extremo sur del territorio o en el valle del río Mañihuales, en el centro (Grosse 1955, 1990). Pero primó la carne como fuente alimentaria y como negocio. Resultó finalmente más cómodo importar los demás productos que cultivarlos.

Siglo XXI:
tradición, revalorización e innovación

Decíamos al inicio de esta introducción histórica, que las fuentes y productos silvestres usados desde hace milenios como alimentos frescos o en preparaciones surgidas del contacto cultural, siguen vigentes en la actualidad, pero sometidas a las significaciones y pautas culturales del presente, permitiendo el consumo de varias de ellas y sancionando o directamente transformando en tabú el de otras. De todos los productos provenientes de ambientes silvestres de Aysén, hoy ya no es posible consumir los siguientes: guanaco, ñandú, huemul, pudú, lobo marino, ballena, delfín. Variados son los motivos, pero el principal es de índole cultural: la fauna nativa debe protegerse, pues la actividad humana (la caza por entretenimiento, la ganadería, explotación forestal, ocupación de tierras para pueblos y ciudades), la ha puesto en peligro. Pero también ha cambiado la valoración de esas fuentes de proteína, que si bien están disponibles, pueden hoy ser reemplazadas por la que se obtiene del ganado, y en definitiva, el consumo de carne de aquellos animales, ha pasado a ser un tabú.

En cambio, los frutos silvestres, en especial el calafate y el maqui, así como la frutilla, son hoy revalorizados gracias a las indagaciones científicas sobre sus propiedades alimenticias. Y si bien su recolección emula la realizada desde hace milenios, su consumo se produce en un estado de transformación notable: deshidratados y molidos, polvillo de maqui y calafate, frutillas secas que al hidratarlas recuperan su estado carnoso y pueden ser consumidas como postre.

Estos y otros frutos, se usan también para la elaboración de alimentos y aún para productos más innovadores como la grosella que de planta de huerta pasa hoy a ser usada para fabricar un delicioso e innovador espumante (Cooperativa Saltos del Huemules, 2018).

Diversas variedades de hongos comestibles también comienzan a ser revalorizados, después de décadas en que fueron considerados con cierto desprecio por las comunidades rurales del territorio, alimento que llamaba a la pobreza se afirmaba entre los pobladores. Hoy, resurge el interés por conocerlos, recolectarlos, consumirlos y comercializarlos.

El ahumado de carne se hace un espacio entre los productos gourmet desde hace unos años, la charcutería también. Y en los campos e islas de Aysén, a contraluz de la modernización de la alimentación, se persiste en preparar alimentos usando el humo y la sal. Productos para el autoconsumo, el trueque y la venta directa a vecinos o clientes antiguos de las medianas y grandes ciudades.

... los frutos silvestres, en especial el calafate y el maqui, así como la frutilla, son hoy revalorizados gracias a las indagaciones científicas sobre sus propiedades alimenticias. Y si bien su recolección emula la realizada desde hace milenios, su consumo se produce en un estado de transformación notable: deshidratados y molidos, polvillo de maqui y calafate, frutillas secas que al hidratarlas recuperan su estado carnoso y pueden ser consumidas como postre.

Capítulo 3

Metodología para la definición de alimentos patrimoniales

Metodología

Este inventario se propone identificar los productos y preparaciones tradicionales de la región de Aysén, que dada su historia, arraigo, traspaso generacional e impacto en la identidad del territorio, pueden ser considerados como alimentos patrimoniales y base de la valorización de la cultura culinaria chilena y aysenina.

Situarnos en la región de Aysén, nos puso delante de al menos dos desafíos importantes. Esta es una región *"nueva"*, en su área continental apenas unos cien años de historia nos separan de su ocupación y colonización; en el archipiélago de Las Guaitecas en tanto, la profundidad histórica alcanza los 160 años. Poco se sabe de su historia anterior y poca investigación se ha realizado de su historia actual. Fue así que nos vimos reconstruyendo la historia desde la mirada de la alimentación, para desde ahí hacer la primera aproximación a la cultura alimentaria de estos territorios.

El segundo desafío dice relación con el plural de *"territorios"*; Aysén región es un límite administrativo que poco tiene que ver con las territorialidades de la cultura. Aparecen en su interior una diversidad de espacios culturales alimentarios, que se traslapan y extienden más allá de las fronteras normativas. Es así como la *"cultura chilota"* se hace presente en casi toda la región, especialmente en la zona de los archipiélagos de Las Guaitecas y Los Chonos y la *"cultura patagona"* trasciende los límites regionales llegando al sur de la región de Los Lagos, el territorio argentino y la región de Magallanes.

Para el levantamiento de información la investigación hace suya la *"Metodología para la elaboración de inventarios de productos y preparaciones patrimoniales de la tierra y del mar de Chile"* elaborada por un equipo de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Chile (FACSO), coordinado por la antropóloga chilena Sonia Montecino a solicitud y con posterior validación de FIA (Montecino et al., 2011). Esta metodología ha sido utilizada a la fecha para elaborar varios inventarios en el marco de la serie Patrimonio Alimentario de Chile publicada por FIA.

La metodología citada comprende las siguientes definiciones base para este inventario:

Producto Patrimonial:

Todo aquel producto alimenticio (animal, vegetal, hongo) cuya producción y consumo tenga una larga duración en la región y/o provincia de la región, cuyos procesos productivos entrañen saberes transmitidos transgeneracionalmente (al menos 5 generaciones) y que sus productores(as) y consumidores(as) consideren patrimonial. Pueden ser productos elaborados por un pequeño grupo (porque se están perdiendo) o bien tener amplia vigencia en el colectivo regional.

Preparación patrimonial:

Toda aquella preparación que involucre productos, técnicas (recetas) y símbolos asociados a su factura y consumo de larga data, transmitidas transgeneracionalmente (al menos 5 generaciones) y que sea considerada como propia o tradicional por sus hacedores(as) y consumidores(as). Pueden ser preparaciones de algunas familias o bien de consumo amplio en la provincia y/o región.

La metodología se propuso como primera etapa capacitar a un grupo de encargados locales en la identificación de productos y preparaciones patrimoniales en sus localidades, llenar fichas y entrevistar a cultores.
Este levantamiento inicial fue complementado con la investigación de fuentes por parte del equipo técnico, el trabajo de terreno y entrevistas a actores clave.

A su vez, el equipo de este inventario hizo adaptaciones metodológicas procurando mantener la pertinencia a la región estudiada y sus propias particularidades (Contreras et al., 2019).

La primera adaptación importante fue flexibilizar el número de generaciones consideradas en la definición. Aysén es una región incorporada recientemente a la soberanía nacional, a través de la ocupación de pioneros venidos de otras partes de Chile y el mundo, proceso que ocurre en la mayor parte del territorio, desde principios del siglo XX. Es así que considerar cinco generaciones en gran parte de la región se vuelve imposible, aunque sí es posible considerar cuatro generaciones de habitantes, ya que estudios recientes han planteado que la llegada de familias pioneras en varios casos fue protagonizada por al menos tres generaciones: matrimonios con hijos pequeños y los padres de uno o ambos integrantes de dichas parejas (Osorio, 2014).

Son entonces los productos y preparaciones de estos pioneros de la región y sus descendientes, los que han sido principalmente relevados, más que por su antigüedad transgeneracional, por el arraigo y por la importancia que han tenido para la ocupación territorial.

Una segunda consideración se debe hacer respecto de los escasos datos de alimentación pre-ocupación moderna, ligada a los pueblos cazadores recolectores originarios de la zona, chonos y kawésqar en los archipiélagos; tehuelche o aonekko (Domingo, 2018) y chewachekenk en el espacio continental; además de familias mapuche huilliche que se movilizaron por el área probablemente mucho antes de lo que se cree (Osorio, 2014), los que han sido pesquisados en la revisión de estudios arqueológicos, fuentes documentales coloniales y diarios de viaje y exploración del siglo XIX. Ello ha permitido plantear cierta continuidad de prácticas de recolección y consumo de productos silvestres, formas de preparación de ciertos productos y discontinuidad en la obtención y consumo de otros.

Desarrollo de la Investigación

Tal como lo plantea la metodología FIA – FACSO, esta investigación se desarrolló en dos etapas.

Etapa 1:
Levantamiento general de productos y preparaciones

En esta etapa se construyó una ficha tipo para el levantamiento de productos y preparaciones tradicionales a ser aplicada por un grupo de encargados(as) por zonas territoriales.

La FICHA considera para los "productos" aspectos como:

Tipo de producto	Saberes asociados
Procedencia	Género y generación
Formas y temporadas de obtención	Cuidados
Características	Almacenaje

Y para las "preparaciones":

Pasos de la receta	Técnicas
Orígenes	Utensilios
Cantidades	Consumo y maneras de mesa

Los encargados territoriales fueron escogidos por su cercanía al tema y conocimiento de los territorios, conformando un grupo de personas procedentes de diferentes áreas de conocimiento y distintos lugares de la región, que participaron de un proceso formativo acerca de los fundamentos, objetivos y metodología de realización del Inventario de Patrimonio Alimentario de Aysén, teniendo presente un marco mayor referido a los conceptos de patrimonio y a los trabajos ya existentes en otras regiones donde se cuenta con inventarios publicados por FIA. La actividad estuvo a cargo de los integrantes del equipo de investigación y se realizó en la Biblioteca Regional de Aysén, ubicada en la ciudad de Coyhaique e incluyó una revisión conceptual del tema "Patrimonio Alimentario", a cargo de Javiera Luco, una contextualización histórica y cultural de la región, a cargo de Mauricio Osorio y un entrenamiento metodológico preparado por Alejandra Muñoz con apoyo de todo el equipo.

Los territorios y sus encargados fueron:

Coyhaique y coordinación de encargados	Alejandra Muñoz Sandoval
Villa O`Higgins	Andrea Rosas Torres
Tortel	Carolina Maripillan Vidal
Cochrane- Puerto Guadal- Puerto Bertrand	Cinthia Wellmann Vera
La Junta - Raúl Marín Balmaceda	Rocío Miranda Landeros - Rocío Ortega Rosas
Puerto Ibáñez y Chile Chico	Rocío Miranda Landeros - Jorge Contreras Muñoz
Lago Verde-Villa La Tapera-Villa Amengual	Daniela Quelín Cárcamo
Puerto Cisnes	Mónica Meléndez Alarcón
Puyuhuapi	Almendra Silva Millalonco
Puerto Aysén y Mañihuales	Rodrigo Jara Levil
Islas Huichas-Puerto Aguirre **Estero Copa-Caleta Andrade**	Rocío Monsalve Ñancul Alejandra Muñoz Sandoval
Puerto Gala	Cristina Ríos Melo
Melinka	Cristina Ríos Melo - Javiera Luco Busto

Con posterioridad el equipo de terreno realizó la validación de la pauta de recopilación, aplicándola en sus lugares de origen a personas escogidas por ellos, principalmente productores de alimentos (agricultores, ganaderos), conocedoras de las formas de obtención de los productos (cazadores, pescadores, recolectores) y cocineros y cocineras aficionados o con dedicación más profesional. Una vez validada, la pauta fue aplicada a un número mayor de personas en cada territorio.

A la vez, se efectuó un registro visual etnográfico simple e informes con las fichas por cada producto/preparación recopilados.

Etapa 2. Selección y profundización productos y preparaciones

Durante la etapa 2 se realizó el trabajo etnográfico de profundización de cada uno de los alimentos por territorio, que estuvo a cargo del equipo de investigación cubriendo las cuatro provincias que conforman la región y sus diez comunas: Coyhaique, Lago Verde, Cochrane, Chile Chico, Cisnes, Aysén, Guaitecas, Tortel, O'Higgins y Río Ibáñez.

Durante la profundización etnográfica, se generó el registro fotográfico de los productos y preparaciones emblemáticos, a cargo de Javier Godoy, quién hizo tomas de los alimentos en terreno.

Por otro lado, se realizó una revisión bibliográfica focalizada en la historia de la alimentación en la región y también de las zonas que han influenciado el poblamiento y desarrollo de la cultura aysenina.

También se hicieron sesiones de fotografías de estudio, para lo cual se contó con la colaboración del Jefe de carrera de Gastronomía en INACAP sede Coyhaique, institución que facilitó cocina, y equipo de apoyo para las personas que tuvieron a cargo la preparación de los distintos platos, ellos fueron Patricio Guaquel para preparaciones principalmente provenientes del litoral de Aysén y Cinthia Wellmann a cargo de preparaciones de origen continental.

A medida que se avanzaba en la investigación y de acuerdo a criterios de saturación y singularidad, se seleccionaron los alimentos finales, llegando a un consenso entre el equipo técnico y posteriormente a la validación de FIA. La selección de alimentos a incluir en el inventario requirió de un profundo trabajo de análisis histórico y cultural y su contraste con los relevamientos etnográficos, de modo de categorizar y definir el valor patrimonial de cada producto y preparación.

De un total de 236 alimentos estudiados, se identificaron 216 como patrimoniales, de los cuales hay 72 productos y 144 preparaciones. Dichos alimentos se clasificaron en:

Productos agrícolas	**Productos del mar**
Productos silvestres	**Preparaciones dulces**
Productos ganaderos	**Bebidas**
Aves de Corral	

La escritura del texto final se organizó de manera colectiva. Lorena Marchant escribió sobre los productos agrícolas y silvestres vegetales; Alejandra Muñoz abordó el ámbito de los productos ganaderos, aves de corral, animales silvestres y hongos; Javiera Luco trabajó los productos del mar que incluyen peces, moluscos, algas y crustáceos; las preparaciones dulces y bebidas fueron escritas por Lorena Marchant y Alejandra Muñoz; Mauricio Osorio trabajó en el contexto histórico y social de la región, además de la edición de textos; Javier Godoy en el registro y edición fotográfica; Paulina Carrillo realizó el diseño y diagramación del presente libro.

Capítulo 4

Inventario

1 | Productos agrícolas

HORTALIZAS

Ajo de Chile Chico:

"Este es ajo de palo... este es firme y es más rico, usted con un diente hace una comida"

Elena Aguilar, Chile Chico.

Origen

El ajo (*Allium sativum* L.) es una especie muy antigua, originaria de las regiones montañosas del Asia Central desde donde fue llevada a todo el mundo en épocas muy remotas (Krarup & Moreira, 1998). En Chile se reporta su cultivo desde tiempos coloniales, con embarques de exportación a partir de 1927 (Aguilera et al., 2002). Hoy se cultiva en todas las regiones del país, existiendo una diversidad de tipologías locales con características particulares en la cantidad de dientes por cabeza, coloración de las hojas de la planta y láminas protectoras de los dientes, dureza del tallo; entre ellas se identifican dos para la región de Aysén: la variedad *"ruso de Coyhaique"* y la variedad *"Chile Chico"* (Toyao et al., 1993).

Aunque en el censo Agropecuario de 1930 no se recoge información detallada sobre el cultivo del ajo en Aysén, es posible pensar que éste era parte de los cultivos tradicionales en los huertos rurales de la provincia. Por su parte, Sepúlveda (1931) incluye al ajo y las cebollas en un cuadro donde se analizan los cultivos con gran potencial en Aysén, lo que hace pensar que su producción ya había sido probada a pequeña escala en los años veinte del siglo pasado. De acuerdo con los datos del Censo Económico levantado el año 1943 en la provincia de Aysén, la superficie destinada a la producción de ajos abarcaba poco más de 48 hectáreas y la cosecha fue de 491 quintales (Ovalle, 2011 [1952]). En los años setenta del siglo pasado, la superficie había aumentado a 332 hectáreas cultivadas, distribuidas en 223, 58 y 31 en las provincias de Aysén, General Carrera y Capitán Prat respectivamente.

La variedad Chile Chico ha ido adquiriendo gran prestigio en la región. Elena Aguilar llegó a vivir a Chile Chico desde Puerto Cristal cuando tenía 10 años. Junto a su marido cultivan papas, cebollas y ajos para consumo y venta. Ella menciona que el ajo de Chile Chico es muy reconocido y valorado en la región.

Descripción

Es una especie perenne de cultivo anual. Sus raíces son numerosas y finas, tiene un tallo subterráneo y corto y hojas tubulares en la base que dan origen al bulbo u órgano de consumo. La inflorescencia es una umbela compuesta de numerosas flores pequeñas de color violeta o blanco verdoso que en cultivares comerciales producen en su mayoría flores infértiles. (Krarup & Moreira, 1998). En Chile existe el ajo rosado de dientes morados (valenciano rosado), el ajo blanco (valenciano blanco y blanco argentino) y una gran variedad de ecotipos regionales adaptados a las diferentes condiciones agroclimáticas del país. El ajo chilote (Allium ampeloprasum.L.) es una especie diferente, de importante tradición de cultivo en la región de Los Lagos.

Elena Aguilar describe al ajo de Chile Chico diferenciándolo de los otros: *"Son reconocidos los ajos de Chile Chico, es bueno para la salud, para varias cosas... este ajo es firme y grande, no se desarma la cabeza, porque hay uno blanco que se desarma... y dura, no se echa a perder tan luego. Este es distinto del chilote. El chilote es más suave. Mi marido compró la semilla aquí en Chile Chico, de los sembradores que siembran harto. Este es ajo de palo, el ajo que no tiene palo lo trenzan, los gringos de Bahía Jara tienen ese ajo".*

La cabeza del ajo de Chile Chico es grande, entre 7 y 12 cm de diámetro y puede tener de 7 a 14 dientes. Es de color rosado y sabor intenso.

Formas de cultivo

El ajo se reproduce principalmente de manera vegetativa a través de la siembra del mismo diente (diente semilla), aunque también da abundantes semillas en la flor. *"Uno puede sembrar la semilla de arriba o sembrar el diente. Me guardo las mejores cabezas para semilla, aunque la otra también da, va en como lo cuide uno. La semilla del ajo es un diente de ajo que se va enterrando, siempre con la punta para arriba, la tierra no debe ser demasiado húmeda, requiere de un suelo con buenos nutrientes, pero no debe echársele abono fresco y húmedo porque eso lo pudre"*, relata Elena. *"Se siembra ahora* [Abril], *la deja en invierno y va brotando en julio o agosto y se cosecha en marzo. Si no se cosecha y se pasa se desarma todo".* Cuando se cosecha se guarda en cajones de madera o cajas de cartón. Guardado bajo techo dura todo el invierno hasta diciembre.

Formas de consumo

El ajo es un aliño que aporta sabor a la mayoría de las preparaciones, crudas y cocidas. *"Este ajo tiene los dientes grandes. Este es un ajo colorado –es un buen ajo– es rico, porque con un diente tiene sabor la comida cuando la preparas. Porque el ajo blanco le echas dos tres cabezas y no tienen sabor a ajo",* comenta Elena, quien prepara una pasta de ajo que ahora vende envasada: *"La pasta de ajo la hacían las señoras de Bahía Jara, y la vendían (...). Como este ajo es fuerte, en la preparación de pasta de ajo, se siente un tanto picante, pero el jugo de limón atenúa además de que ayuda a que no se eche a perder".* Para prepararla se muelen bien los dientes de ajo en un mortero y se agrega jugo de limón, sal y aceite. Optativamente se añade a gusto perejil, cilantro o merquén. Se muele todo hasta que quede como una pasta y se guarda en frasco de vidrio dejándolo en un lugar fresco o en el refrigerador.

Salmuera

La salmuera preparada en las casas, es un aliño común en las cocinas y mesas de la región de Aysén. Se trata de un complemento principalmente para la preparación de asados y carnes a las brasas. En el último tiempo se ha popularizado también el denominarla *"chimichurri"*, existiendo un preparado envasado con ese nombre, de origen argentino.

Se prepara en una botella de vidrio reutilizada, la que se tapa con un corcho al que previamente se le hace un pequeño canal por el costado utilizando un cuchillo, de manera que el líquido pueda escurrir con cierta facilidad. Se cubre el fondo de la botella con sal, se agregan ajos pelados y cortados en mitades y un poco de agua caliente o recién hervida, para que el ajo suelte mejor su esencia. Después se agrega vinagre de vino o de manzana para completar el espacio de la botella. Según el gusto se puede agregar ají en pasta o seco y orégano.

La salmuera se conserva por bastante tiempo. Se puede ir rellenando con más ingredientes pero manteniendo el ajo y los condimentos que quedan en el fondo.

Se utiliza para adobar o *"salmuerear"* distintos tipos de carnes para asar, o para preparar al horno, en guisos o sopas.

Cebolla de tres pisos:

"La cebolla de tres pisos, que da semillas arriba y después arriba más semillas, con esas se hacían empanadas de todo. Le viene la semillita y esa se planta y sale la cebolla de verdeo. Tenía muchas antes, pero se me perdieron"

Juana Gatica, Cerro Negro, Coyhaique.

Origen

La cebolla (*Allium cepa* L.) pertenece a la familia de las Aliáceas, al igual que el ajo, la chalota y la cebollita todo el año. Originarias de Asia Central y Medio Oriente, es una familia de gran variabilidad genética, que ha generado una extensa diferenciación de cultivares y se ha adaptado a todas las regiones del mundo. Fue traída al continente americano por los colonizadores y rápidamente se incorporó a la dieta básica de todos los pueblos americanos.

La cebolla de tres pisos en la región de Aysén es reconocida como uno de los vegetales disponibles en los primeros tiempos del poblamiento de la región, probablemente desde las década del '30 del siglo pasado. Es una hortaliza habitual en la huerta, que está siempre a la mano.

Descripción

La cebolla es una planta monocotiledónea de desarrollo bienal, esto significa que el primer año desarrolla su parte vegetativa incluyendo la formación del bulbo, y en un segundo año produce las flores. El tallo de la planta es un disco desde el cual salen las hojas que forman el bulbo en la parte basal y la parte verde fotosintética en la parte terminal. En el lado basal las hojas se engruesan como consecuencia de la acumulación de sustancias de reserva, formando las túnicas del bulbo, siendo las exteriores las más antiguas que forman una cubierta protectora del color característico de la variedad. Las raíces crecen desde el tallo, siendo fibrosas y poco profundas. Las hojas terminales o *"filodio"* constituyen la parte aérea de la cebolla, son cilíndricas y huecas (Aljaro et al., 2009). En un segundo año finaliza el ciclo vegetativo y se inicia el ciclo reproductivo, lo que causa la emisión de un largo tallo hueco que termina en una inflorescencia tipo umbela que origina una bellota con semillas.

El nombre *"cebolla de tres pisos"* se refiere a las partes de la hortaliza que se consumen: el bulbo que es alargado y pequeño constituye el primer piso y las hojas verdes son el segundo piso. El tercer piso se refiere a que las semillas originadas en el extremo superior del tallo son capaces de germinar antes de que el tallo que las sostiene se seque, germinando una nueva cebolla. Estas tres secciones o pisos son aprovechables.

Formas de cultivo

La cebolla es una hortaliza de estación fría que crece bien en un amplio rango de temperaturas y es resistente a heladas. Requiere de tiempo fresco y frío; días cortos durante su primera etapa de desarrollo y días largos y calurosos a partir de la formación del bulbo. La cebolla tres pisos se cultiva en huerta al aire libre, es muy resistente y rendidora por lo que es fácil tenerla en abundancia en todas las casas. Se siembra desde el mes de septiembre, lo que permite consumir desde diciembre en adelante. Se cosechan en verano y se venden en atados. Cuando llega el invierno la nieve la cubre completamente. Aún así la planta vuelve a crecer en cuanto inicia la primavera.

Formas de consumo

Cuando se cosecha la cebolla se consume completamente, el bulbo y las hojas. Antes de la cosecha se van cortando las hojas en la medida que la planta se desarrolla, ya que estos vuelven a crecer. Esta cebolla tiene una consistencia crujiente y jugosa en su tallo y un suave sabor que recuerda la cebolla y el ajo a la vez. Se consume generalmente fresca y picada y es un producto que en épocas de escasez podía ser la única verdura con la que se contara para cocinar. Se consume como verdura adicionada a la sopa poco antes de retirarla del fuego, en ensaladas o como integrante del sofrito para sentar la olla de estofados y guisos. Es el ingrediente principal de pebres o picantes con vinagre y ají.

Pebre de cebolla tres pisos

La cebolla se saca de la huerta, se lava bien y se corta transversalmente, empezando por la parte blanca o bulbo y continuando con las hojas. Si es una cebolla tierna se ocupa prácticamente completa. Si es más "vieja" las hojas se tornan duras y con un dejo amargo. Se aliña solo con aceite, vinagre y sal. Algunas personas le agregan ajo y un chorrito de agua hervida para que tenga un sabor más suave. Este pebre se prepara habitualmente en casa para acompañar todas las comidas, pero especialmente las carnes.

Cebollita todo el año:

"Es finita, esa la deja en la tierra nomás, uno la va cortando, es rendidora. Aguanta la helada, cae la nieve y queda tapada y cuando llega el calorcito vuelve a brotar"

Irma Biorene Catalán Pacheco, Chile Chico.

Origen

La cebollita todo el año o chalota todo el año (*Allium schoenoprasum* L.), corresponde a la hortaliza conocida como cebollín en otras zonas y difundida actualmente con su nombre común francés *"ciboulette"*. Pertenece a la familia de las Aliáceas, al igual que el ajo, la chalota y la cebolla. Es una especie muy resistente al frío y con una distribución muy amplia, encontrándose variedades silvestres en Asia, Europa y América del Norte. Su cultivo en Europa data del siglo XVI y fue introducida a América del Sur por los españoles (Krarup & Moreira, 1998).

Descripción

Es una hortaliza de hojas muy delgadas, huecas, alargadas y terminadas en punta. Forman champas de hojas que permanecen unidas sin formar bulbos y se reproducen por partición o separación. Sus flores son umbelas de color rosado intenso o púrpura que producen numerosas semillas. Su cultivo está restringido a huertas caseras para autoconsumo.

Formas de obtención

Biorene Catalán tiene cebollita todo el año en su huerta. Sobre su cultivo y propagación comenta: *"Esta no se cosecha, queda en la tierra nomás. Usted la transplanta y la hace una melga, la va separando las champitas y las planta, así se propaga. Ahora está florecido, porque está para semilla"*.

Dada su alta resistencia a climas fríos, es habitual en las huertas de la región. Elena Aguilar de Chile Chico, explica que *"aguanta la helada, cae la nieve y queda tapada y cuando llega el calorcito de la primavera vuelve a brotar"*.

Formas de consumo

Se consumen sus hojas, las cuales se van cortando directamente de la huerta cada vez que se necesitan. Son muy utilizadas para decorar y esparcir sobre los estofados, las cazuelas y los caldos, aportando un suave sabor fresco entre ajo y cebolla. También se utiliza en ensaladas y pebres.

Chalota:

"Esta chalota es escasa, ahora me compraron las señoras de Bahía [Jara], así que seguramente van a sembrar. Porque a veces se pierde, se seca"

Elena Aguilar, Chile Chico.

Origen

La chalota (*Allium ascalonicum* L.) es originaria del Asia Menor y Asia Central. Los españoles la conocen como ascalonia, palabra derivada de Ascalon, antigua ciudad de Palestina donde se habría cultivado intensamente (Kraup & Moreira, 1998). Si bien esta variedad de Allium es muy antigua en Chile y en la región de Aysén, no existen antecedentes sobre su arribo a dichos territorios.

Descripción

La chalota es una planta herbácea similar a la cebolla pero conformada por un número variable de bulbos. No siempre da flores y se reproduce vegetativamente al igual que el ajo a través de bulbos-semilla.

Elena Aguilar de Chile Chico, comenta que hay una chalota amarilla y una roja, que es la que ella cultiva.

Formas de cultivo

La chalota, al igual que los ajos, requiere una acumulación mínima de horas de frío para desencadenar el desarrollo apropiado del bulbo durante la primavera (Martínez-Lagos et.al, 2017). Al respecto Elena Aguilar explica: *"La chalota se siembra en este tiempo* [Abril]*, y no se le hace nada en la tierra, firme son. Con un diente salen de varias, puede demorar un mes en salir. Uno la deja en la tierra y va saliendo. Resiste el frío igual que el ajo. Una vez dejamos unas y entre la nieve salía lo verdecito, y lo verde usted igual lo consume, se va aprovechando para hacer pebre. Cuando está madura se saca. Se mantiene en cajita de cartón o un papelito, no en nylon".*

Formas de consumo

El órgano comestible es el bulbo, de apariencia similar a la cebolla pero más pequeño. Elena comenta su uso culinario: *"Para cocinar son ricas, no tiene para que partir una cebolla, para cocinar carnes, un asado o un pescado al horno, las pone a la orilla y le da sabor. La chalota es más fuerte que la cebolla. Se prepara toda la comida que usted quiera igual que la cebolla, chalota con huevo o para los bistec".*

Repollo:

"Mi mamá los repollos los arrancaba completitos con raíz y hoja y los ponía todos en vara colgados en el galpón y con la misma hoja los cubría. Y sabe que tenía repollo hasta Septiembre"

Blanca Molina Zapata, Coyhaique.

Origen

El repollo (*Brassica oleracea* L. var. *capitata* L.) es una de las seis variedades botánicas de *Brassica oleracea* junto con la coliflor, el brócoli y las Bruselas. Su cultivo se remonta por lo menos 4.500 años AP, en las costas del Mediterráneo, de Gran Bretaña y sudoeste de Europa donde aún crecen formas silvestres. A Chile fue introducido por los españoles como lo indica Gerónimo de Vivar en sus crónicas escritas en 1558: *"de las cosas que de nuestra España se han traído a estas provincias de Chile... muy buenas coles.."* (Vivar, 1966; Muñoz, 1975).

Rosa Soto de Lago Verde, es agricultora y cultiva el repollo en su huerta. Comenta que: *"lo trajeron principalmente las mujeres desde otros territorios para plantar en sus huertos. Lo cultivan las mujeres, dueñas de casa. Excepcionalmente algunos hombres jefes de hogar ayudaban en esa tarea. En lo que sí colaboraban a veces era en picar y limpiar la tierra donde se realizaría su cultivo."*

Un antecedente histórico sobre el cultivo de repollo, lo entrega la crónica del colono alemán Bruno Rösner que intentó por ocho años la colonización de un campo en isla Magdalena, frente a Puerto Cisnes. Allí Rösner plantó con éxito varias hortalizas, logrando buena cosecha para su consumo: *"En el huerto coseché por primera vez rabanitos, repollo blanco y morado, cebollas y lechuga (...) Ya que el repollo se daba excelentemente bien, preparé un barril entero de chucrut, y las papas doradas con chucrut eran mi cena diaria."* (Rösner, 2016).

El repollo en Aysén es protagónico tanto en las huertas continentales como las insulares, es una hortaliza que se almacena para el invierno y que acompaña durante todo el año las carnes, mariscos y pescados e incluso como ingrediente principal.

Descripción

Es una hortaliza de raíz gruesa, carnosa, con tallo corto y engrosado que sostiene un gran número de hojas superpuestas y apretadas. Es una planta bienal que florece solo después de un largo período de clima frío. Se reproduce por semillas. Es una especie de estación fría y por lo tanto se desarrolla muy bien en las condiciones de clima y suelo de la región, capaz de resistir temperaturas de hasta -10 grados C. Se adapta bien en ambientes húmedos siendo muy sensible a la sequía (Teuber, 2001; Fornaris, 2014). Sus características dependen del cultivar y de las condiciones ambientales donde se desarrolla: forma esférica, cónica u ovalada, hoja lisa o crespa, color amarillo, distintas tonalidades de verde y morado (Krarup y Moreira, 1998) Georgina del Carmen Uribe de Caleta Andrade, lleva más de 35 años trabajando su huerta y abastece con sus productos a negocios de la isla: *"La mayor parte de la gente me compra repollo... acá en Caleta y en Aguirre"*. Explica que en la isla existen las variedades *"corazón de buey"*, *"quintal"* y *"repollo morado"*, entre otras. El corazón de buey tiene una maduración mucho más rápida que el quintal: *"El quintal demora más en torcer, en madurar"*. El repollo morado posee un sabor diferente a los demás repollos: *"similar a la coliflor, es un poco ácido, pero sabroso, muy sabroso."*

Forma de cultivo

El repollo es una hortaliza de crecimiento lento y que tiene dos ciclos biológicos: la fase vegetativa o formación abundante de hojas y al año siguiente la fase reproductiva con la formación de flores amarillas y las semillas. Rosa Soto de Lago Verde, nos cuenta que se siembran en septiembre y una vez que se comienza a levantar el tallo y salen las hojas se debe *"aporcar la tierra"* es decir levantarla alrededor. Es un cultivo que requiere bastante agua. Se cosecha de buen tamaño a partir del mes de febrero hasta finales de marzo. En la zona intermedia y zona de microclima, este periodo puede extenderse hasta mediados de abril e incluso hasta mediados de mayo en la zona húmeda (Teuber, 2001).

Georgina Uribe prepara sus almácigos en una mezcla con arena y algas como la lamilla y el huiro, utilizados como abono. Luego los transplanta a una distancia de 50 cm. Planta en huerta al aire libre o en invernadero donde reduce a la mitad el período de crecimiento. Sobre el proceso de cultivo y obtención de semillas comenta: *"Cuando el repollo tiene la hoja gruesa viene grande. Esta listo para consumo cuando alcanza un color blanco y está apretado (...), al momento de extirparlo de la tierra se corta completo con cuchillo. Para semilla se deja un repollo que madure, que quede bajo tierra plantado (...) tres meses se demora un repollo en madurar, una vez que está maduro se empieza a partir el repollo, cuando se parte empieza a venir un brote: las guías, unas patillas de la planta, esa guía empieza a ser flor (...), una flor amarillita, muchas florcitas, esa flor empieza a hacer capi, cuando está madura está negrita la semilla."*

Una práctica antigua conocida por muchos entrevistados es la conservación del repollo para el invierno. Para ello el repollo se arrancaba conservando la raíz y las hojas exteriores y se colgaban invertidos desde la raíz en las bodegas. A veces se ahumaban pero no de forma intencional o directa (al menos no existen antecedentes según los informantes sobre ello), sino porque los lugares destinados a conservar alimentos, usualmente eran espacios donde además se hacía fuego y se preparaban alimentos ahumados. Algunas personas dicen que este proceso dejaba las hojas un poco *"ñonchas"* (blandas y latigudas).

También se conservaban en tierra como los tubérculos para lo cual se hacía un pequeño hoyo en la tierra, se le colocaba un poco de paja y los repollos se ponían con el tallo hacia arriba cubiertos de tierra seca y champas.

Forma de consumo

El repollo es una hortaliza consumida cruda como ensalada pero principalmente cocida en diversas preparaciones. Puede ir cortado en tiritas o en trozos grandes en cazuelas o en estofados y en sofrito como plato principal. Los caldos de pescado ahumado o cholga seca con repollo son preparaciones tradicionales y muy valoradas en Islas Huichas y en todo el sector insular. Además, dado el tamaño de sus hojas y su firmeza, se utilizan para hacer niños envueltos, prietas y para cubrir los curantos.

Isabel Coñuecar de Cerro Galera, comparte una forma de conservación del repollo en sal conocida como chucrut, pero que no incluye el proceso de fermentación: *"Los repollos, la Señora Raquel (Villegas) los hacía chucrut, en un barril grandote de esos donde venía vino, lo picaba* [sin lavar]*, como que usted va a picar para ensalada, y lo iba poniendo al barril y echándole sal, una capa de repollo, una capa de sal, una capa de repollo, una capa de sal, y así ... cuando se llenaba el barril, le ponía encima una piedra, entonces eso iba bajando, y ahí lo iba rellenando más, hasta que quedaba bien prensada. Después cuando quería ocupar, sacaba un poco y lo lavaba bien, lo usaba para ensalada, para comerlo frito, como lo comen algunos, pa´ lo que quisiera. Yo después intenté hacer pero se me pudrió, creo que era por el recipiente, porque ocupé un balde plástico y ella usaba un barril de madera."*

Frito de repollo

Rosa Soto de Lago Verde, aprendió esta receta de su mamá. Primero se cosecha del huerto todas las verduras que se utilizarán en la preparación. El repollo se deshoja y lava con bastante agua. Las hojas se cortan en tiritas más o menos finas. Se prepara una olla con fondo de aceite, ajo cortado en trozos pequeños y cebolla cortada en tiritas, se agrega sal a gusto, pimentón y aliño completo. Una vez frita la cebolla, se incorpora el repollo, el cual también debe freírse hasta que los ingredientes se mezclen y el repollo quede blando. Se acompaña con papas hervidas. La preparación tiene un color amarillo, es jugosa y de textura blanda, suave, aspecto lacio comparado a cuando la cebolla y el repollo está crudo. El sabor del repollo se intensifica al estar cocido. Es una preparación común en la zona de Lago Verde y Cisne Medio, especialmente para el almuerzo.

Niños envueltos (rellenos con carne)

Alejandra Sandoval de Coyhaique, comparte esta receta y relata: *"Esta receta ha estado presente en la familia desde mi abuela, la siguieron haciendo sus hijas y la tercera generación también. En la historia familiar se decía que mi abuela la habría aprendido de una familia árabe que llegó a Aysén, y que pertenece a esa cultura. Sin saber más detalles de esto, he comprobado que esta comida es bastante conocida entre familias de la región, aunque hoy se prepara mucho menos, probablemente porque es relativamente lenta o laboriosa."*

Los niños envueltos, es decir hojas de repollo rellenas con carne, son una preparación de influencia árabe. Primero se eligen y lavan varias hojas de repollo crespo, retirando la parte más dura de la hoja. Para cada niño envuelto se utilizan dos hojas de repollo. Se ponen a hervir en agua 3 a 5 minutos, para ablandarlas. Aparte se prepara un pino con carne molida cruda, arroz crudo, aliños (orégano, sal, pimienta y comino), cebolla picada fina, sea de guarda o cebolla tres pisos y pimentón picado. Se fríe el pino en el sartén con bastante aceite de manera que se impregnen los aliños y se inicie la cocción, pero quedando siempre seco. Luego se rellenan las hojas de repollo aprovechando su forma ahuecada natural con una cucharada grande de pino por cada niño envuelto. Se enrolla con otra hoja que se pone en sentido contrario armando un paquetito. Se colocan en una olla honda, con un poco de aceite y se cuecen tapados con un fondo de cocción (agua o caldo) y salsa de tomates por media hora. Los niños envueltos no deben revolverse ni darse vuelta, si es necesario se mueven suavemente con cuchara o espátula de madera para acomodarlos o despegarlos del fondo. Se acompaña con papas cocidas.

Es una mezcla de muchos sabores salados, en que el repollo es el más importante y aporta el sello a la preparación, su sabor combina perfectamente con el relleno de pino y con la salsa de tomate que aporta un poco de acidez al conjunto.

Puchero de repollo

También conocida como puchero de espinazo con repollo, esta preparación era una comida cotidiana en la casa de Bertila Velásquez del sector El Salto, comuna de Coyhaique. Su mamá la preparaba y ella la sigue haciendo hasta ahora. Los ingredientes son repollo, un espinazo de oveja para dar sabor al caldo y otras verduras como cebolla, ajo, zanahoria y pimentón. Bertila comenta que es una comida sencilla, preparada con *"lo básico"* y con lo que se *"tenía a la mano"*.

"Se hace un sofrito con la cebolla, el ajo y la zanahoria en la olla, se agrega el espinazo, agua caliente y se pone a hervir. Cuando la carne está blanda se agregan las papas y el repollo picado en trozos grandes. Se le hecha bastante repollo, mi marido se acordaba que su mamá lo hacía y la tapa de la olla quedaba levantada de tanto repollo que le ponía", relata Bertila y agrega*: "El plato es bastante contundente. Generalmente en las casas era plato único, a veces se hacía con arroz, si había zapallo, le ponía zapallo. Actualmente lo hago con todo. Antes había menos verduras, se le ponía generalmente papa y repollo nada más, pero hoy puede llevar de todo, morrón, hasta choclo."*

Es una preparación de consistencia espesa que se come con cuchara, que puede incluir arroz o chuchoca. La base del puchero es carne y/o hueso de vacuno o lanar hervido. La gente más antigua por lo general diferencia el puchero de la cazuela, identificando esta última como una preparación en base a carne de ave y con verduras de la huerta.

Ruibarbo:

"Es una de las plantas que se hacen ensaladas y antes le decían la nalca de huerta"

Elicia Cadagan, sector Lago Atravesado, Coyhaique.

Origen

El ruibarbo es una planta originaria de las regiones frías del Asia Central, desde donde se propagó a Europa y América del Norte, específicamente Canadá y Estados Unidos donde es muy consumida. Existen al menos 50 especies, considerandose a *Rheum palmatum* L. como la que se encuentra en la región de Aysén (Silva, 2010). Su introducción al sur de Chile ocurrió a través de inmigrantes europeos, quienes la utilizaban para preparaciones dulces y con fines medicinales. En la región de Magallanes, que es en la actualidad la zona de mayor cultivo de ruibarbo en el país, fue introducida por colonos ingleses a principios del siglo XX (FIA, 2009). Plantado en jardines, terrenos cultivados y en huertas cercanas a las cabañas transitorias de la región de Magallanes, se adaptó y sobrevivió compitiendo con la vegetación invasora seminatural (Moore y Goodall, 1977). Según muchos entrevistados, la presencia del ruibarbo en la región de Aysén y específicamente en la zona de Coyhaique es de principios del siglo XX, reconociendo su uso para preparar chicha y mermeladas. Se asocia a un producto *"traído por los alemanes"*, por lo que se podría considerar la década del treinta de dicho siglo como el periodo de propagación de la planta, cuando se instala una colonia de alemanes en Puyuhuapi.

Descripción

Es una planta herbácea perenne de 30 cm de altura, con largos pecíolos (tallos de las hojas) suculentos y acanalados por la parte superior, de color rosado y hojas ligeramente pelosas por el envés (Silva, 2010). Los tallos de la planta son los que se aprovechan como alimento. Es una especie que requiere muchas horas de frío, tierras húmedas, pero bien drenadas y veranos templados (FIA, 2009). Sus flores son amarillentas y aparecen en verano. Sus raíces secas y molidas tienen propiedades medicinales y se utilizan como purgante suave, para favorecer la digestión y como estimulante hepático (Silva, 2010).

Existen muchos ecotipos de ruibarbo siendo más demandadas los de pecíolos rojos. El ruibarbo más abundante de Aysén tiene una apariencia similar a la acelga, de hojas anchas y crespas y de tallos rojo-rosado matizado con verde y amarillo.

Formas de cultivo

El ruibarbo se cultiva en patios y sitios cercanos a las casas en zonas rurales y urbanas. No se cultiva en grandes extensiones. Para cosecharlo se cortan los tallos desde donde empieza a nacer la hoja, dejando las varas libres. Florece en verano y se planta a fines de invierno o en primavera. Se multiplica por división separando partes de la planta que tengan raíz bien formada. Elicia Cadagan de Lago Atravesado, explica: *"Se van sacando hojas y van saliendo hojas nuevas, la mata va creciendo. Cuando ya dejó de dar hoja da un chocho blanco* [flor] *como en enero o febrero. En el invierno queda toda la raíz ahí... aunque nieve, se tapa con nieve, se perdían ahí y luego empieza a dar el brote."*

Hoy se produce desde la región de Magallanes a la del Biobío, destinando la venta de pecíolos frescos en el mercado local, para consumo directo y elaboración de mermeladas, jugos, vinagre, conservas, entre otros productos (FIA, 2009). En la región de Aysén también se observa venta de tallos frescos en ferias agrícolas. En la ciudad de Coyhaique, durante las épocas de cosecha se puede encontrar en diversos comercios, que venden una cantidad de varas pesadas y embolsadas. La Feria de Productores *"Las Quintas"* es uno de ellos y otro es *"Helvecia"*, local con tradición de venta de hortalizas y frutos de producción propia.

Formas de consumo

El consumo de ruibarbo es moderado, estacional y principalmente doméstico por parte de quienes tienen la planta. Su parte aprovechable para uso culinario es el tallo, aunque hay bastante evidencia que indica otros usos con fines medicinales. El consumo del tallo crudo es tradicional, al morderlo libera un sabor ácido que se complementa muy bien con un poco de sal. Con los tallos también se preparan dulces o mermeladas, empanadas, conservas y hasta chicha.

Elicia Cadagan describe: *"Antes se usaba mucho y tenía mucho ruibarbo (...). El primer dulce de la temporada, en octubre, es el ruibarbo. Va dando casi todo el verano, uno va sacando la hoja con el palito y al palito se le saca la cáscara y se pica chiquito. Lo dejo con azúcar el día antes y al otro día lo cuezo, así queda brillosito y se notan más los cuadritos. A un kilo de ruibarbo será 800 g de azúcar. Si lo hace altiro queda duro como pasta. También se comen crudos con sal. Son ricos, los hacemos empanadas hechas en agua, como las empanadas de grosellas o manzanas. Le pico el ruibarbo crudo, le pongo azúcar y las hago empanadas".*

CEREALES

Quínoa o Kingua:

"Había quínoa de dos clases, una roja y una media negra-verde, pero le decían quínoa blanca, porque una florecía como la romaza y la otra como la quinguilla, la misma hoja, todo"

Audolía Muñoz, Puerto Ibáñez.

Origen

La quínoa (*Chenopodium quinoa* Willd) es un cereal nativo originario de la región andina de Bolivia y Perú (cuenca del lago Titicaca), desde donde fue diseminado a través de migraciones y comercio de culturas prehispánicas a lo largo de los Andes, territorio que hoy incluye a Colombia, Ecuador, Perú, Bolivia, Argentina y Chile (Bazile et al., 2014; Martínez et al., 2015). Cultivado desde hace 7.000 años AP, ha sido uno de los alimentos más importantes de los pueblos indígenas de América después del maíz. A escala continental existen cinco ecotipos principales asociados a subcentros de diversidad y adaptados a distintas zonas agroecológicas. En Chile se cuenta con dos de ellos, la quínua de los salares (Bolivia, Chile y Argentina) y la quínoa de la costa o del nivel del mar (Chile y Argentina) (Fuentes et al., 2012).

El intercambio cultural y de semillas entre la cultura incaica y otros grupos originarios de Chile, hizo posible que la quínoa se fuera desplazando desde el altiplano hasta la Isla de Chiloé, e incluso más al sur (47ºS, Puerto Río Tranquilo), adaptándose a diferentes condiciones geográficas y climáticas (FIA, 2017). Diversos documentos históricos evidencian la presencia de quínoa a lo largo del territorio chileno incluyendo la zona Sur. El botánico francés Claudio Gay la describió de este modo: *"planta originaria de América y cultivada desde mucho tiempo en Chile. Los españoles la encontraron en todas partes desde Copiapó hasta la Isla de Chiloe en donde los habitantes la cultivaban asociada al maíz y las papas ..."* (Gay, 1865)

Durante el período de Conquista, la quínoa fue excluida de los cultivos debido a su importancia religiosa y social para los pueblos indígenas y reemplazada por cultivos europeos como el trigo y la avena (Fuentes et al., 2009). A mediados del siglo XX el cultivo de la quínoa estaba prácticamente desapareciendo, sin embargo su agrobiodiversidad se ha mantenido gracias a la persistencia de los campesinos y agricultores pertenencientes a pueblos indígenas que resguardaron las semillas en territorios aislados de la zona Andina (pueblo aymara principalmente), zona central (regiones de O'Higgins y Maule) y a nivel del mar en Concepción y en la Araucanía (pueblo mapuche), donde es conocida como kinwa o dahue, sus denominaciones en mapudungun (FIA, 2018; Martínez et al., 2015).

En Aysén no hay certeza de la fecha en que fue introducida, pero distintos entrevistados indican su presencia antigua en sectores aislados de la región. Audolía Muñoz de Puerto Ibáñez, trae a su memoria el recuerdo de la cosecha y consumo de quínoa en los campos del lago Lapparent durante los años sesena. Por su parte Cinthia Wellmann comenta que la abuela de su suegra, pionera del sector Río León, doña Eleuteria Patiño, sembraba la semilla de "kingua" en huerta. El cereal se daba bien, porque los terrenos arenosos y el clima cálido de costa de lago lo permitían. A pesar que su producción era escasa y no todos los pobladores la cultivaban, su madre la valoraba porque tenía un alto rendimiento y la consideraba *"buena para los niños"*.

Descripción

La quínoa pertenece a la familia Chenopodiaceae que agrupa a especies de interés forrajero, hortalizas como la acelga, betarraga y espinaca y otros cereales andinos (Krarup y Moreira, 1998). Es considerada un pseudocereal ya que se utiliza de manera similar a los cereales pero no es una gramínea. La quínoa es una planta herbácea, dicotiledónea, de tallo cilíndrico y que puede crecer entre 1 a 3 m de altura. Sus hojas son anchas y tiene una inflorescencia terminal racimosa compuesta de flores hermafroditas y sin pétalos. Las semillas son redondas, planas de un diámetro variable entre 1.5 y 4 mm y de distintos colores según el ecotipo (blanco, tonalidades de amarillo, rosado, rojo, gris y negro). La semilla está rodeada de un epicarpo que contiene saponina, un metabolito secundario glicosilado que actúa como detergente natural y que otorga un sabor amargo o astringente (Vega-Gálvez, 2010). La quínoa tiene una gran capacidad de adaptabilidad a condiciones adversas de clima y suelo, siendo resistente a altas y bajas temperaturas (-4ºC a 38ªC), suelos salinos y sequía. Las propiedades nutricionales de la quínoa son excepcionales: contiene un 15% de proteínas, incluyendo los 10 aminoácidos esenciales, tiene un alto contenido de minerales (calcio, magnesio, hierro, potasio y fósforo), vitaminas (A, B2, C y E) y ácidos grasos polinsaturados como el ácido linoleico (Abugoch, 2009; Vega-Gálvez, 2010).

Audolía Muñoz menciona que en la región existían dos clases de quínoa, una roja y una negra-verde, pero que le decían quínoa blanca. Cinthia Wellmann, indica que en el sector del León se recuerda una semilla chica de color amarillo pálido de alto rendimiento. Blanca Molina de Valle Simpson, también recuerda la quínoa roja. Dada su diversidad, adaptabilidad, calidad nutritiva y bajo costo de producción, la quínoa es considerada hoy por la FAO un cultivo estratégico para contribuir a la seguridad y soberanía alimentaria mundial (FAO, 2011; Bazile et al., 2014).

Formas de obtención

La quínoa se sembraba en huertas, en extensión reducida, 25 X 25 m por la orilla de los huertos. Se sembraba en primavera (septiembre-octubre) para cosechar a fines de febrero o marzo. La semilla se guardaba o se compartía con otros vecinos que quisieran sembrar o se usaba para intercambiar por semillas de otros productos.

Audolía revive el proceso de cosecha y limpieza de la quínoa. *"Al cosecharla se arrancaba de raíz, se hacían grandes gavillas que se amarraban y colgaban con la raíz para arriba en los fogones, y se dejaba secando unos 5 o 6 días dependiendo de la humedad. Luego se colocaban en una lona y se aporreaban con un palo. Después se sacaba la pelusa, se alentaba en el viento con un plato moviéndolo y se almacenaba en saco de algodón, esos de la harina, o en barriles, donde venía vino, esos del año del cuete. No se sellaba, quedaban así no más. Se guardaba en las cocinas de fogón o en galpones, siempre que esté bajo techo que no se llueva, en la sombra."* Audolia habla en pasado porque comenta que la quínoa se ha dejado de cultivar: *"Se dejó de cosechar lentamente del '63 en adelante, ya no hubo fuerzas para seguir sembrando hasta que finalmente se perdió ya por ahí el '70"*

Cinthia comenta un proceso que ha escuchado de sus mayores: *"Después de la cosecha de la kingua se colocaba en asaderas o tarros con ceniza y agua. Se lavaba hasta soltar una espumita. Luego de eso se secaba bien para ser guardada en recipientes con tapa o sacos en lugar fresco y seco."*

Si bien el cultivo de quínoa está en condición de pérdida, la fuerte presencia de su recuerdo ha motivado a agricultoras a rescatar la tradición de su cultivo. Blanca Molina, de valle Simpson, pertenece a una agrupación de mujeres campesinas dedicadas a la preservación de semillas: *"En Futaleufu* [lugar donde nació y se crió antes de venir a vivir a Coyhaique] *la quínoa se perdió totalmente. Aquí hay gente que tiene, aunque no es la que yo conocí cuando mi papá sembraba. Yo estoy rescatando la quínoa nativa, la que mi papá cosechaba. Yo conocí también una persona que estaba sembrando en el lado de lago Paloma. La quínoa este año la coseché y salió cualquier semilla, ahora está todavía con el ollejo, pero el grano es rojo. La tengo guardada para sembrarla porque este año voy a sembrar harto, si dios quiere".*

Formas de consumo

Cinthia refiere: *"se usaba para comer con leche como postre especialmente para los niños. También la utilizaban para agregar a sopas o guisos en vez de sémola".* Otras formas de consumo informadas son cocida como mote con azúcar, tostada y molida para elaborar harina tostada de quínoa y molida sin tostar para hacer masas.

Trigo:

"Yo lo llevo como tradición y como de corazón el trigo de sembrarlo, porque Dios lo primero que creó fue el pan, y para mí el trigo es sagrado en la huerta"

Blanca Molina, Valle Simpson.

Origen

El trigo (*Triticum aestivum* L.) es un cereal originario de la antigua Mesopotamia, entre los valles de los ríos Tigris y Éufrates. Fueron los egipcios, quienes descubrieron la fermentación del trigo para la elaboración de alimentos. Desde el Medio Oriente se difundió por Europa y el resto del mundo convirtiéndose en el cereal panificable más cultivado en el planeta.

Fue traído por los españoles en el siglo XVI, transformándose rápidamente en uno de los cultivos más tradicionales de la agricultura chilena. El trigo se adaptó rápidamente a las heterogéneas condiciones climáticas, geográficas y calidades de suelo generándose variedades locales y cultivándose desde Coquimbo hasta Chiloé (Gay, 1865). Durante el siglo XIX el trigo se transformó en el principal producto de exportación del país, con envíos a Perú, Inglaterra, Estados Unidos y Australia. Las principales regiones productoras eran Maule, Bobío, actual región de Ñuble y Araucanía. (Cáceres, 2013).

El trigo acompañó el poblamiento del territorio de Aysén desde inicios del siglo XX. En el valle del Río Ibáñez, ribera norte del lago General Carrera, los pri-

meros pobladores correspondieron a unas 32 familias en su mayoría de origen huilliche, que se establecieron y comenzaron a sembrar diversos productos traídos desde sus tierras de origen, como papas, avena, arvejas y trigo (Millaldeo, 2001; Martinic, 2005).

Los primeros datos de producción de trigo en Aysén los recogió el Censo Agropecuario de 1928-29, elaborado por la intendencia de la antigua Provincia. Luego, el Censo Nacional Agropecuario de 1930, registró también su cultivo, en las variedades blanco y candeal, sembrados junto con otros cereales como el centeno y la cebada (INE, 1931). El trigo era un alimento esencial que producían los pobladores por tradición, ya sea para elaborar harina de consumo familiar o para alimentar animales domésticos, especialmente en tiempos de escasez. Cuenta Luz Álvarez, pionera del sector de Puerto Guadal en la ribera sureste del lago General Carrera, que gracias al trigo cosechado nunca les faltó el pan y la buena chupilca para compartir en las largas noches de invierno.

Descripción

El trigo es una gramínea herbácea anual. Tiene un tallo hueco, como caña, alcanzando entre 0.5 a 2 m de altura. Sus raíces son profundas y con numerosas ramificaciones. Las hojas son alargadas y rectas y terminan en punta. La inflorescencia es una espiga compuesta de un tallo central de entrenudos cortos sobre el cual van dispuestas de 20 a 30 espiguillas. Los granos tienen forma ovalada. Existen dos variedades principales: el trigo blanco (*Triticum aestivum* L.) que es el utilizado para elaborar harina de panificación y repostería y el trigo candeal (*Triticum turgidum* L.), de grano más duro y amarillo, utilizado para la obtención de sémola y pastas.

Formas de obtención

Luz Álvarez relata que casi todos los pobladores del sector de Puerto Guadal sembraban trigo. Ella aprendió esta costumbre de su suegra Zafira Antilef, reconocida vecina de origen mapuche proveniente de la Araucanía. *"Ella tenía muchas semillas de trigo, guardadas por años"*. Si bien no cuenta con información sobre la variedad de trigo que su familia sembraba, comenta que *"era un grano más pequeño y de color amarillo intenso en comparación con el grano que venía del norte"*. Luz recuerda que el trigo se cultivaba en huerta cerrada con cerco para proteger la siembra de animales como liebres, vacas, ovejas y caballos. Cuando era más cantidad se sembraba a campo, pero siempre con cerco. Los procesos de siembra y cosecha se hacían en familia, participando padres, hijos, abuelos, tíos y primos.

Luz cuenta a grandes rasgos que todo comenzaba en el mes de Mayo, con la elección del terreno más apropiado para la siembra. Se iniciaba el proceso de arado de la tierra usando bueyes, caballos o mulas. La siembra se realizaba en la primera luna menguante de agosto. Se cosechaba durante el verano, en la menguante de enero o febrero, en días soleados sin lluvia: "*Generalmente coincidía con que habían visitas de familiares en la casa, a veces hermanos de los dueños de casa que vivían en la ciudad o en otros lugares, que venían a pasar unos días de verano en familia y aprovechaban de disfrutar y ayudar. Si la siembra de trigo era muy grande, se invitaba a los vecinos de los alrededores con sus familias, venían con sus herramientas de cosecha (echona) y se realizaba una fiesta con asados y bebidas típicas. La cosecha era un evento para compartir y ayudarse, con el fin de que cuando le toque la cosecha a los demás vecinos sucediera lo mismo*".

Posterior a la cosecha se realizaba la trilla que podía ser con caballos y jinete o a yegua suelta, donde se hacía una parva o montón y un corral circular dentro del que se introducían los yeguarizos. Los animales al pisar el trigo cosechado producían el desgrane. Posteriormente el trigo se "venteaba" en asaderas o discos de tarro dispuestos al viento fuerte donde se vuela todo el desecho del trigo quedando solo el grano que es más pesado. Magdalena Muñoz de Península Levicán, comenta en relación al proceso de cosecha y trilla: " *Se cosechaba a echona nomás, después se emparvaba y se echaba a una carreta y se llevaba a la hera y ahí lo trillaban*

con las yeguas para sacar el grano. Luego se venteaba y el trigo quedaba limpiecito. Se venteaban así en el viento: [hace el gesto con las manos] *Lo amontonaban con un rastrillo o escoba y ahí lo entraban, lo tiraban con una pala así* [al aire], *el grano iba cayendo y el viento se llevaba la paja, lo más pesado quedaba abajo, lo demás se volaba."*

Posteriormente se guardaba en sacos de arpillera bien secos bajo galpones techados protegidos de la lluvia y el sol, para consumo familiar, para venta o para intercambiarlo por otros productos que faltaran a la familia productora. Magdalena Muñoz relata que también se guardaban en cajones grandes de madera que se llamaban *"graneros": "se hacía una corrida de cajones grandes con tapa, y en esos cajones se iba echando el trigo. Ahí se hacían 10 a 15 sacos, que no era poco".*

En la comuna de Coyhaique también estuvo la tradición del cultivo de este cereal. Blanca Molina comenta: *"Todos los años yo lo siembro en la huerta. De ese trigo yo hago la chochoca, el locro, la harina tostada, el catuto. Desde Futaleufú me traje trigo, mi papá tenía muchas variedades pero se fueron perdiendo. El que siembro me lo conseguí acá, es un trigo blanco".*

La siembra del trigo era una práctica con cierta autonomía y tradición familiar en los distintos valles del territorio. Algunos pobladores instalaron molinos para la obtención de harina y beneficiar la producción de los vecinos productores. El crecimiento del comercio, la disponibilidad de abarrotes traídos desde Puerto Montt a Puerto Aysén, puerto libre a mediados del siglo XX, impidió el crecimiento del cultivo de este cereal. En las tiendas de abarrotes y pulperías de las estancias de Coyhaique, Río Cisnes y Baker era posible encontrar harina refinada traída de las regiones del Maule y Biobío y desde Argentina. Clementina Lizazu de Puerto Guadal, hace referencia al origen de la harina en aquellos tiempos: "*La harina provenía de los víveres comprados en el pueblo o traídos de al otro lado, cuando se vendía la tropa de animales en Chile Chico para traer de vuelta víveres para el año en los pilcheros*". Maria Canible de Puerto Aguirre, recuerda: "*Cuando vivíamos en la isla Canal, la mandábamos a buscar* [haciendo alusión a la harina] *a Puerto Aguirre y sino a Puerto Montt, porque mi papi trabajaba con esas lanchas de Calbuco, que bajaban la harina, las papas, todas esas cosas".*

Formas de consumo

El trigo es una materia prima esencial para la obtención de harina con la cual se hace el pan, las tortillas, la torta frita y las empanadas. Generalmente se molía en la casa con un molino de piedra. Del trigo se hacía la harina tostada con la que se preparaba la chupilca, preparación con vino o chicha y el pavo, que era una preparación con agua salada y aliños, consumida como reemplazo de alguna comida del día o almuerzo rápido. Muchas preparaciones han sido recogidas en base a harina.

Harina tostada

Luz Álvarez aprendió a preparar harina tostada con su suegra Zafira Antilef, de origen mapuche, colona del sector Puerto Guadal. Para ella es un alimento esencial en su familia, muy utilizado por los mapuche (FIA, 2018). Es un producto seco listo para mezclar con cualquier líquido, ligero para la sed o espeso para el hambre. Un producto versátil e ingenioso para salir del paso, para espesar sopas, mezclar con leche o agua y dárselo a los niños. Un producto infaltable en las alforjas durante los largos viajes de su marido a la montaña arriando sus animales. Cuenta que su esposo, Ricardo Vera, decía que si tomaba un jarro de leche de vaca con harina tostada en la mañana era suficiente alimento para andar el día entero en el campo de a caballo buscando sus vacas.

Luz describe de este modo la preparación: "*Se dispone el trigo limpio de pajas en un disco de tarro cortado con un palo largo incrustado, de modo que se pueda colocar sobre el fuego con llama viva y se pueda ir moviendo el trigo para tostarlo por todos lados. El trigo debe quedar de un color tostado claro, sin quemarlo porque la harina quedaría amarga. Luego se dispone el trigo tostado en un molino de piedra, el cual no lo tenían todos los pobladores, por lo general se tomaba el trigo tostado en sacos y se iba a moler donde el vecino que contara con el molino de piedra.*"

La harina que resulta del trigo tostado molido debe tener un color café claro y un suave sabor a tostado, ni quemado ni amargo. Es un producto cotidiano consumido de diversas maneras por toda la familia. En verano se prepara con agua y azúcar en una jarra grande y se sirve en jarros chicos a toda la familia para capear el calor y calmar la sed. Se consume con leche para el desayuno. Mezclada con vino o chicha constituye la chupilca, bebida para los adultos. También es costumbre tomar harina tostada con chicha de manzana en invierno ya que eran dos productos de larga duración que se guardaban para los meses más fríos. "*Dicen que la harina tostada con chicha es buena para componer la resaca*", precisa Luz.

Pavo de harina tostada

El pavo de harina tostada es una preparación rápida y contundente, para servir al desayuno o la cena que Elia Cruces de Caleta Tortel, aprendió de su madre.

En un sartén se hace un sofrito con aceite o grasa de vacuno, una cebolla picada a cuadritos, ajo picado, pimentón y sal. Una vez cocida la cebolla se le agregan 2 a 3 tazas de agua caliente y 3 cucharadas de harina tostada. Se revuelve con cuchara de madera hasta que la harina esté cocida y sin grumos. Es una preparación muy espesa como puré, de color café, donde se observa la cebollita picada. Se percibe el sabor al sofrito y a la harina tostada. Puede ser consumido frío o caliente, solo o como acompañamiento.

El pavo de harina es una preparación popular en muchas regiones de Chile aunque con algunas diferencias. En la región del Biobío el pavo de harina es una bebida líquida, caliente y el Ñaco es una preparación espesa pero que puede ser dulce o salada (FIA, 2018). En la región de la Araucanía hay una preparación similar denominada ulpo salado, que además contiene chicharrones (FIA, 2018) y en la región de Coquimbo se prepara el cocho en todas sus variantes, una mezcla espesa de harina tostada con grasa, cebollas y aliños o el cocho dulce con agua o leche y azúcar (FIA, 2019).

Torta frita

La torta frita es una variedad de pan a la que se recurrió mucho en los primeros tiempos del poblamiento, principalmente porque su cocción no requiere horneado. La posibilidad de freír la masa permitía prepararla en cualquier espacio donde se pudiera contar con fuego, por rudimentario que este fuera, en un alto en el camino, colgando una olla con un fuego debajo o en la cocina a fogón, espacio elemental en cada lugar donde se establecía una vivienda. Otra ventaja era la disponibilidad de grasa en abundancia. Cada vez que se carneaba un vacuno o un lanar se disponía de grasa suficiente para distintos usos, como por ejemplo la fritura como forma de cocción. La grasa era un ingrediente accesible, más económico y portable que el aceite. Esta costumbre de consumo se ha mantenido hasta la actualidad. Aun cuando las condiciones de vida han cambiado bastante es muy común escuchar de quienes preparan las tortas fritas, hacer la distinción especial respecto de que sus tortas están fritas en grasa y no en aceite. Las tortas fritas en grasa se reconocen porque no dejan las manos brillosas, son de textura seca en la cáscara y se conservan por más tiempo. Las tortas fritas en aceite se sienten húmedas al tacto, y se van poniendo "latigudas" con el paso de los días. Muchos de los informantes consideran que la grasa es más sana que el aceite, porque es un producto que se obtiene directo del animal y no sufre tratamientos químicos para su elaboración o envasado.

Para su preparación se requiere harina refinada de trigo, levadura, agua, sal, azúcar y grasa o aceite para freír. La harina se dispone en un montón sobre una

mesa o en un recipiente y se ahueca con la mano donde se incorpora la levadura, un chorrito de agua tibia y un poco de azúcar para ayudar a que leude. Se deja reposar un rato. Cuando la levadura ha esponjado, se agrega en forma de lluvia la sal y la materia grasa tibia de forma que se incorpore fácilmente a la preparación. Una vez que todos los ingredientes están incorporados, se amasa por espacio de 10 a 15 minutos aproximadamente. El sobado de la masa influye en su posterior textura, a mayor sobado, más esponjosidad de la masa. Luego se deja reposar en un recipiente, tapada con un paño, en un lugar tibio para que leude. El tiempo para ello dependerá de qué tan rápido se requieran las tortas o de cuán esponjosas se deseen dejar. Al término del tiempo de leudado, se vuelve a sobar y se estira con un uslero hasta dejar la masa del grosor deseado. La masa estirada, se corta en tiras de aprox. 6 a 8 cm. de ancho y luego cortes en diagonal formando un rombo. Dependiendo de la altura que se le quiera dar se fríen de inmediato o se dejan leudar un rato más. Antes de freir en el aceite o grasa caliente se pinchan con un tenedor para que la masa al hincharse no se reviente. Las tortas están cocidas cuando flotan y adquieren un color dorado.

Una variante utilizada para la preparación de la masa, es usar una parte de la grasa solidificada blanca que quedaba en la asadera luego de haber cocido un asado de capón o cordero al horno, haciendo que la masa quedara más sabrosa.

Existe también una torta frita sin levadura que se denomina torta tropera, una torta que se prepara durante la jornada de trabajo trasladando animales y que podía durar varios días. Al respecto, Adolfo Barría de Caleta Tortel, enfatiza: "*La torta criolla no lleva levadura y es la más antigua compañera del mate y el asado.*" Recuerda su preparación durante sus jornadas como tropero: "*Yo aprendí hace como 25 años, de otras personas, recuerdo a Fernando Ruiz, Ricardo Arriagada, don Felipe Vargas. Con ellos anduve por el Ñadis y el Barrancoso tropiando.*"

La receta de la torta tropera o criolla como él la nombra, es la siguiente: "*Se debe hacer una masa con harina, sal, agua bien caldiá y grasa* [de oveja o vacuno] *caldiá, se soba* [amasa] *hasta que quede lista. Deben sonar como globos cuando se soba, ahí está lista. La masa estirada se corta en tiras anchas y luego en pedazos, algunas quedan cuadradas otras con orilla circular, quedan de unos 5 x 5 cm más menos. Se fríe en una olla, ojalá de fierro o enlozada donde se fríe en grasa muy caldiá, se dejan las tortas en la grasa hasta que flotan, después le das una vuelta. Antes se usaba la harina, sal y grasa sobre el cuero de la oveja recién carneada, ahí se sobaba la masa. En la casa bueno se usa la batea de madera. En la tropiada se estira la masa a puño y palma*"

Las tortas fritas son muy versátiles y son consumidas en distintas ocasiones: recién hechas para tomar desayuno, tomar mate, en la once a media tarde o para acompañar un asado en reemplazo o alternativa de las papas cocidas, siempre dispuestas en una panera al centro de la mesa. La torta frita también se utiliza como vianda para llevar a los viajes, paseos, tropeadas y jornadas de trabajo.

Tortilla al rescoldo

Las tortillas al rescoldo se hacen en el fogón, un espacio de un metro cuadrado, delimitado a veces con piedras, donde se cava un hoyo de aproximadamente medio metro y se cubre con arena fina. Maria Canible de Puerto Aguirre, relata: *"le ponen arena, el ripio que le llamamos acá y hacen fuego para calentar esa arena, se hace harto fuego (...), hay que hacer fuego en la mañana como a las ocho, como a la una ya está buena la arena para hacer tortillas, con fuego suave sí"*. Para que caliente bien la arena debe hacerse un buen fuego*: "tiene que ser con leña de tepú para que caliente más pronto la arena. La arena cuando calienta queda de color ploma oscura, se sacan los tizones, se ponen al lado y se mezcla la arena."* María aprendió la receta de su madre: *"nosotros como erámos tantos ... mi mami hacía una masa como para dos, tres tortillas grandes, como de un kilo cada tortilla y esa la amasaban con levadura, manteca, aceite cuando no había manteca"*. Recuerda que en su niñez solo se consumía tortillas al rescoldo, ya que no se tenía cocina a leña: , agregando que: *"la tortilla al rescoldo puede hacerse sin levadura con manteca y queda más rica, no sube, la tortilla con levadura si sube"*.

La señora Baldramina Carrillo de Villa La Tapera, un pequeño asentamiento rural de la comuna de lago Verde, comparte su receta: *"Sobre un mesón bien limpio se pone harina blanca. Esta se compraba en Argentina o en la pulpería de la Estancia Río Cisnes. Se hace un hueco*

en medio de la harina, como una especie de volcán, y en medio se pone grasa de oveja o a veces de vacuno al centro, se le agrega agua caliente y a veces se le ponía levadura; alrededor se le ponía sal a gusto, pero siempre es poco. Se mezcla todo y luego se amasa".

Las entrevistadas comentan que lo más importante es *"el punto de amase"*, cuando la masa *"suena"* debido a que se producen burbujas de aire en la masa que se revientan al amasar. La masa se deja en reposo entre 20 a 30 minutos para que fermente. Con toda la masa se hacen uno o dos tortillas grandes aplastándolas y luego colocándolas entre las cenizas mezcladas con la arena caliente. El tiempo de cocción depende del fuego y el calor que guarde, además del grosor de la tortilla. En promedio tarda entre 30 a 40 minutos. María Canible explica el proceso de cocción en el fogón: *"la tortilla se pone encima no más (...) se revuelven las cenizas y se hace el hoyito para poner la tortilla y se tapa con la misma arena. La tortilla se da vuelta por ambos lados para que se cocine completa, se revuelve nuevamente la arena, se corre y se ponen las tortillas lo de abajo para arriba".*

La tortilla al rescoldo se da vueltas con una paleta de madera o con un palo curvado que se denomina *"chueca"*. Clementina Lizazu de Puerto Guadal, utiliza este palo para saber si está lista: *"se golpea la tortilla y si suena a algo hueco indica que ya no está compacto ni líquido sino esponjoso y cocido".*

Cuando ya está lista, se saca de entre las brasas y se limpia la ceniza que queda con un paño seco. Si es necesario se raspa con un cuchillo para sacar carbones o zonas quemadas. La tortilla tiene forma ovalada o redonda y plana, de consistencia sólida, cascara compacta y color café claro por fuera. De cáscara crujiente e interior blando de color pálido y distribuida en capas, con escasas migas lo que hace que en boca no sea seco. *"La textura se diferencia del pan amasado queda más rica, la tortilla con manteca queda como comer galletas, así, crujiente, como la galleta de agua y la que tiene levadura queda como el pan. Adentro queda blanco"* relata Clementina.

La tortilla se consume en toda ocasión y en cualquiera de las comidas del día. En el desayuno y once o como acompañamiento en el almuerzo o cena. Se puede comer alrededor del fogón, como merienda acompañando el mate, como colación cuando los hombres salían a trabajar en las tropas, o cuando las mujeres y niños salían a recolectar frutos o hierbas. Usualmente no se corta con cuchillo, si no que se troza con las manos. Clementina comenta: *"Esta tortilla se servía completa a la mesa y después se repartía cortada con la mano para que no pierda su sabor decían; sobre todo cuando está caliente ya que si no se tiende a endurecer la masa al igual que el pan".*

PAN

El pan tiene la misma base de preparación que las tortas fritas y la tortilla al rescoldo. Se usa harina, levadura, sal, materia grasa (manteca, grasa o aceite), agua tibia. Sobre esta base se pueden hacer variaciones, como agregar huevo, leche en polvo o líquida, preparar una salmuera, y mojar previamente la levadura, o mezclar todos los ingredientes secos y luego agregar el agua (Muñoz, 2019). Si bien el pan es una preparación común y que abarca toda la región, *"Cada persona tiene su manera de hacer pan, ningún pan es igual a otro, varían los sabores, el color y textura que cada cocción le aporta, algunos quedan con una cáscara crujiente y oscura pero el interior es blanco y esponjoso, otros son macizos y de tono dorado, otros más blancos, en fin, lo único en que tal vez se igualan todos estos panes, el aroma inconfundible con que perfuman el ambiente y la sensación de agrado que provoca comer un pan calentito, recién hecho"* (Muñoz, 2019).

El pan requiere para su cocción de un sistema de horneado, por lo que las antiguas familias de la región idearon estufas a leña hechas con tarros, hornos de barro en zonas del lago General Carrera, y cuando pudieron acceder a las cocinas a leña, el pan reemplazó a la tortilla de rescoldo en muchas cocinas. María Canible recuerda: *"la churramba la hacen encima de la cocina, después fuimos aprendiendo a hacer el pan en el horno. Tres kilos de pan sale con una cucharada grande de levadura, un paquetito de manteca de 125 g también sal y agua tibia para no quemar la levadura."*

Catutos

Fresia Cruces del sector Chacras, en la localidad de Cochrane, cuenta que esta receta la realizaba su madre ya fallecida, como parte de las comidas habituales. Es una receta que conserva como recuerdo familiar, con añoranzas de infancia junto a sus hermanas y hermanos. Hoy en día la prepara en su casa y se la ha enseñado a sus hijas. Magdalena Muñoz de Península Levicán, coincide con la descripción de alimento familiar y común en todos los hogares de la zona, afirmando: *"era de consumo diario, era nuestro pan"*.

El catuto es un símbolo de la tradición culinaria mapuche, que mantiene la técnica de procesamiento, cocción y molienda de los granos (FIA, 2018). Para prepararlos, el trigo cosechado se pelaba usualmente con lejía. Magdalena Muñoz describe este proceso: *"Al trigo le echábamos agua, lo humedecíamos, poquita agua, sólo para que se humedezca y después le echábamos un poquito de ceniza, bien finita que no te quedara carbón ni nada. Ceniza de laura o maitén, esas eran unas cenizas especiales para pelar trigo (...) Y tú agarrabas y lo ponías en un trapo o una bolsa y lo maceteabas y se le sacaba toda la pelusa, quedaba bien blanquito. Y después uno lo lavaba, lo cocía y lo hacías en una piedra de moler, (...), no bien cocido ni recocido"*.

Fresia Cruces señala que el trigo pelado se pone a cocer en una olla grande aproximadamente por 1 hora, hirviendo a fuego lento. Posteriormente se escurre, se deja enfriar y se muele presionándolo con un moledor de madera hasta formar una masa. Se añade sal a gusto y se da la forma de catutos haciendo un lulo de masa con las manos, masajeando suavemente sobre la mesa hasta que quede bien formado.

Los catutos son un acompañamiento cotidiano de carnes como una forma de aprovechar el trigo del campo disponible en temporada después de la trilla. Es un lulo alargado de color blanco-amarillento, con sabor a pan casero. Se sirve de 2 a 3 unidades por plato, con un trozo de chancho ahumado o asado y una cucharada grande de jugo sobre ellos. También se pueden comer tostados, con mantequilla, mermeladas o miel en reemplazo del pan.

Chapaleles

Los chapaleles son una preparación típica chilota de sencilla factura y que fue adoptada por la región de Aysén debido a que muchos pobladores vinieron desde el archipiélago de Chiloé trayendo consigo la receta. Es una preparación rápida, que se puede elaborar dulce o salada, hervida o cocida en el tradicional curanto y que por lo tanto presenta también una diversidad de formas de consumo.

Además de ser una preparación habitual en el hogar, era una preparación frecuente en las faenas. A pesar de lo duro de los trabajos en el campo, los troperos se tomaban a veces un tiempo de prepararse cosas diferentes, darse *"gustos dulces"* como los chapaleles, entre tanta carne y torta frita.

Sara López de Cochrane, recuerda la receta con mucho cariño, ya que la aprendió de su madre. Ella los prepara para esperar a su esposo e hijos en las tardes frías de invierno y los sirve bien calentitos con mermelada de grosella o ciruela. Para prepararlos forma una masa elástica con *"dos puñados de harina y un poco de agua"*, estirándola sobre la mesa con un uslero y dejándola muy delgada. Luego se cortan rombos o cuadrados y se van *"tirando a la olla"* con agua hirviendo. Una vez que suben a la superficie están cocidos y se sirven inmediatamente con el dulce por arriba.

Evaristo Figueroa de Lago Verde, prepara una variante de esta receta, donde incorpora el azúcar en el agua de la cocción. Se mezcla un par de puñados de harina blanca, azúcar a gusto, un poco de agua tibia, lo suficiente para formar una masa fácil de estirar sin que se pegue en las manos. Se estira y uslerea y se cortan trozos rectangulares o se aplanan con la palma de la mano y se hacen redondos. En una olla se pone buena cantidad de azúcar y se dora cuidadosamente procurando no se pegue en el fondo. Cuando está bien derretida se le agrega agua hervida despacio y se revuelve. Se le agrega unas hojas de tepa o menta silvestre para otorgar sabor al jarabe y se introducen los chapaleles para su cocción. Estos chapaleles tienen un color café claro y un suave sabor a las hierbas aromáticas. Se sirven cubiertos con el mismo jarabe donde se realizó la cocción.

Chapaleles con papa

Malvina Chiguay de Melinka, señala que el chapalele lleva papa. Esta preparación de chapalele melinkano, compartida por otros informantes del litoral, es en base a una mezcla de harina, manteca y papa cocida molida siendo el calor emanado desde las piedras calientes del curanto al hoyo la forma de cocción. *"Para 4 kilos de papa van 4 o 5 cucharadas de manteca y alrededor de 1 kilo de harina"*, son las proporciones que comparte Malvina. La papa cocida sin cáscara, se muele como para puré, se le agrega la manteca y la harina. Se mezcla todo y se amasa armando con las palmas unas tortillas redondas. *"Esto se coce al fuego del curanto, no al horno"* explica Malvina, agregando que *"se come a la hora de almuerzo, con pebrecito"*.

Concones

Fresia Cruces del sector Chacras en Cochrane, recuerda que los concones eran preparados por su madre como un sustituto de los fideos caseros, que escaseaban después de varios meses sin ir a comprar a Argentina. Es una preparación que se menciona a lo largo de toda la región de Aysén, considerándose antigua y traspasada de generación en generación; una receta que se conserva y se hereda como tradición familiar y con gran valor sentimental. Se preparaban con lo que había disponible, por lo tanto un plato de concones puede ser en base a un caldo de hueso muy simple solo con papas o complementado con trozos de carnes y verduras de la huerta. Es una preparación abundante, nutritiva y rendidora para toda la familia.

En una olla a fuego lento se pone un chorro de aceite, 4 dientes de ajo picados fino, un cuarto de cebolla picada, y ají de color. Se le agregan 2 o 3 huesos de vaca y dos litros de agua tibia. El caldo se hierve por 1 hora hasta soltar la sustancia. Se agregan 3 zanahorias y 3 papas cortadas en cuadros pequeños. Olga Peralta de Puerto Cisnes, indica que le incorpora arvejas, porotos verdes y unas hojas de apio a la preparación.

Para preparar los concones se hace un volcán de harina en una fuente y se espolvorea con sal a gusto. Se forma un hueco en el centro donde se ponen los huevos y se le agrega agua tibia. Se comienza a batir con una cuchara hasta que se mezcla todo, quedando homogéneo y grueso. Con la cuchara se va sacando batido y se vierte al caldo hirviendo. Cuando los concones flotan en el caldo, están listos (aproximadamente 10 minutos).

Rosa Soto de Lago Verde, explica una variante de la receta: "*Se pueden hacer de dos maneras, así blanquitos nomás que queda un batido bien espeso y se van echando al caldo por cucharaditas, y otra manera es que se le echan verduritas verdes al batido, entonces queda mezclado, ciboulette, cilantro, perejil... Pongámosle que lo hacemos con dos huevos enteros batir, echarle un poquito de agua, echarle harina, batir y las verduritas si es con verduras*". La preparación se sirve en plato hondo con cilantro picado fresco al momento de servir. Los concones flotan en el plato, su forma es redonda de color blanco amarillento. Olga señala: "*Se sirve en plato de greda para que mantenga el calor, con perejil o cilantro picadito, y si no tiene se le pone chalotita del año*". Los concones se impregnan del sabor del caldo, manteniendo el sabor a huevo y harina y verduras si es que llevan verduras. Se acompañan de pan amasado o tortas fritas.

Sopa o caldillo de harina bruñida

La diferencia entre sopa o caldillo depende de la presa que da origen al caldo y que otorga la sustancia y el sabor predominante. Se llamará sopa a aquella preparación que lleva como agregado principal carne de vacuno o de cordero o en su defecto huesos del animal. Por otra parte el caldillo es una denominación propia del litoral que se refiere al caldo preparado con pescado y/o mariscos que pueden estar frescos, secos o ahumados. Aureliano Ñancul de Puerto Aguirre, prepara esta receta con carne de cordero o robalo ahumado o pescado y mariscos frescos (cholgas, almejas y choros) incluso con jurel en tarro, y la sirve en platos de madera y con "cuchara simple y sencilla". Así explica su elaboración: "*Para sentar la olla picas un ajo, cebolla verde y una cucharada de aceite, como sofrito. Se incorporan los cortes de carne o pescado en trozos grandes, tantos como comensales existan. Si es pescado, se corta principalmente en cabeza, guata y cola, un pescado pequeño puede obtener 3 pedazos si es más grande hasta cuatro*". Luego se agrega sal, aliños y dos litros de agua fría. Mientras tanto se prepara el bruñido, mezclando en un plato bajo una taza pequeña de harina y un vasito de agua. Entre las palmas de las manos se aprieta una parte de la mezcla y se "refriega" con movimientos circulares dejando caer al caldo hirviendo pequeñas fracciones de mezcla en forma de arroz. El caldo se hierve por 1 hora y se agregan papas en cuadritos.

Dina Cruces de Lago Vargas, conoce esta preparación como "sopa de harina refregada". La aprendió de su madre a los 8 años, época en que vivían en el campo. Como vivía en una zona continental no tenían acceso cotidiano a los productos del mar y por lo tanto la preparación era en base a productos cárneos. La mezcla la prepara con harina y un huevo, sin agregar agua. Toma la mezcla en las manos y refriega sus manos formando migas que se vierten a una olla de caldo hirviendo previamente preparado en base a huesos de vaca.

La preparación del caldo es fundamental para que la sopa sea sabrosa. Se utilizan huesos de cualquier parte del vacuno especialmente el hueso de la cadera y el hueso de la paleta que se hierven por lo menos 2 horas con aliños como el orégano o el tomillo, ajos y cebollas. El caldo obtenido es de color grisáceo de sabor salado donde se perciben los aliños y se le agregan papas en cubos y verduras de la huerta según disponibilidad. Después de añadidas las migas, se hierve 5 minutos como máximo. Se sirve en plato hondo, bien caliente, un plato reconfortante para los días fríos de invierno.

Pantrucas

"Esta receta se la enseñó la abuela a mi madre y mi madre a mí" señala Dina Cruces. Recuerda que su mamá se envolvía la masa estirada en el brazo y se arrimaba a la olla hirviendo sobre la estufa a leña y con los dedos cortaba pedacitos de masa e iba vertiéndolos en el caldo poco antes de servir. La masa se forma mezclando en una fuente harina, agua y un huevo. Luego se estira bien delgada y se forma lo que Dina describe como hojarasca. En una olla se prepara un caldo de huesos de vaca aliñados con orégano, comino y color y previamente fritos con ajos y cebollas. La masa se va cortando con los dedos y se va vertiendo al caldo hirviendo. Se cuecen en 5 minutos y se sirven, con un poco de cilantro o cebollita por encima.

Fideos de harina

María Noemí Nahuelquin de Melinka, relata que esta receta es heredada de su madre, Auria Lepio. *"Es una preparación que todos en Melinka saben hacer, ya que se realizaba en las ranchas, cuando se iban a trabajar al mar durante varios meses"*, señala. *"se hace mezclando la harina con muy poca sal en un recipiente, con el agua que no sea tan fría, que sea más que tibia, para que así quede la masa. Con todo eso tu formas la masa y entremedio pones manteca y la vas mezclando"*. Una vez que la masa está lista, María indica que debe abrir los huevos, separando la yema de la clara, ya que solo se utiliza la yema, *"cuando le coloco la yema, debo untarlo harto con la masa, con las manos uno lo amuña y lo va juntando. Hay que ir añadiendo harina dependiendo de la textura de la masa que se quiere obtener. Si se le pone muchos ingredientes a la masa, queda pesada"* comenta, refiriéndose a que queda dura.

Cuando la masa está blanda, se saca de su recipiente y se coloca sobre la mesa para ser estirada. *"Antes se hacía con usleros, pero también se usaban las botellas (...), servían como usleros"*, añade María. Cuando la masa está estirada lista para cortar, se espolvorea harina por arriba para evitar que la masa se pegue y se enrolla. Con un cuchillo se van cortando rebanadas del rollo de masa que al desenrollarse originan los fideos.

Los fideos de harina se utilizan en preparaciones con caldo, como sopas o caldillos como por ejemplo el caldillo de cholgas.

LEGUMBRES

Arveja:

"Las sinhila las voy a dejar para armarme de semilla, yo he comprado cuantas veces sinhila y no me salen sinhilas... claro que son tan ricas que cada vez que venimos nos llevamos unas pocas para la cazuela"

Juana Gatica Zenteno, Cerro Negro.

Origen

La arveja (*Pisum sativum* L. var. *sativum*) es una leguminosa cultivada desde el período neolítico (9000 a 8000 años AP), por pueblos del Medio Oriente y desde ahí extendida por el Mediterráneo y al resto de Europa. Sin embargo, su origen exacto y su antepasado silvestre son desconocidos. Fue extensamente cultivada durante la Edad Media en Europa distinguiéndose sus variedades hortícolas de consumo fresco y de grano seco (Krarup 1989; Berger, 1928). La arveja fue traída a América por los españoles, quienes le denominan guisante. Durante la época colonial su cultivo se extendió en Chile: *"Los guisantes, conocidos también con el nombre de arvejas en Chile, se cultivaban en toda la República desde Copiapó hasta Chiloé, pero con productos muy distintos según las localidades. En el Norte esta legumbre es de mala calidad y la planta se deseca muy fácilmente. Las Provincias, al sur del Maule son las que lo cultivan con mayor abundancia reemplazando allí los frejoles del Norte."* (Gay, 1865).

A inicios del siglo XX, funcionarios de las Comisiones de Límites chilenas que recorrieron el territorio de Aysén fueron los primeros en introducir este y otros productos agrícolas a modo de ensayos, sembrando papas, cebollas y arvejas alrededor de los campamentos, cultivos que resistieron los fríos inviernos y retoñaron en primavera (Pomar, 1923). Paralelamente los primeros pobladores que fueron habitando los valles de los ríos Simpson e Ibáñez también realizaron ensayos y pequeñas siembras de subsistencia (Osorio, 2014; Municipalidad de Río Ibáñez, 2015) hasta lograr excelentes resultados y después de dos décadas se podían apreciar huertos y siembras abundantes desde Puerto Aysén al interior del territorio (Latcham, 1935). En los terrenos concesionados a grandes empresas para la crianza de ganado vacuno y lanar, los empleados de las estancias también habrían hecho ensayos agrícolas con este y otros productos (Martinic, 2005). A medida que el cultivo del suelo se estableció como práctica de subsistencia e incluso económica entre repatriados y colonos de tierras chilotas y de otras de más al norte, la arveja se transformó en un cultivo exitoso. Fernando Sepúlveda (1931) describe la situación de la agricultura en el territorio a casi tres décadas de haber sido iniciado su poblamiento: *"La agricultura propiamente dicha tiene amplio campo en esta provincia. (..) Por su latitud, esta provincia se encuentra en condiciones más ventajosas que los países europeos que como Alemania, Francia y otros, han hecho progresos admirables. Actualmente se han obtenido resultados halagadores en las siembras de papas, arvejas, trigo, avena..."*. Si para el Censo ganadero de 1930 no hubo registros sobre producción de arvejas, el de 1936 registraba 160 quintales, que aumentaron a 1.232 en los registros de 1943 y a 1.640 en los de 1955 (INE, 1931, 1936; Ovalle, 2011 [1952]; Martinic, 2005).

Descripción

Las arvejas pertenecen a la misma familia de las habas (Fabaceae). La arveja es una planta anual, con un tallo primario y tallos secundarios trepadores de distinta altura según la variedad. Las hojas son en dos folios (similar a un par de alas) y terminan en estructuras

conocidas como zarcillos, que otorgan la propiedad de asirse a tutores durante su crecimiento para mantenerse erguida. La flor de la arveja es similar a una mariposa de pétalos blancos o violáceos. Forman racimos de 2 a 5 flores. Los frutos son vainas de color verde o amarillo dependiendo de la variedad. En su interior crecen entre 3 a 5 semillas.

Las arvejas tienen su mayor rendimiento cuando son cultivadas en climas templados fríos, resistiendo heladas durante su crecimiento vegetativo. (Mera et al., 2015).

Existen muchas variedades de arvejas dependiendo de la forma y color de la semilla tamaño de las plantas y forma del capi. Desde el punto de vista del consumo se clasifican entre arvejas cosechadas en estado inmaduro para consumo fresco de su fruto o vaina (arvejas hortícolas) y aquellas que el producto de consumo es el grano maduro y seco (Krarup, 1989). En Aysén las arvejas son principalmente para consumo fresco caracterizadas por poseer una vaina de un verde intenso y brillante. La piel que recubre cada grano es lisa y perfecta.

Formas de producción

Blanca Molina de Valle Simpson, pertenece a la Asociación Nacional de Mujeres Rurales e Indígenas ANAMURI y trabaja resguardando las semillas antiguas de diversos cultivos como habas, arvejas, quinoa, trigo, papas y ajos. Ella indica la forma de cultivo de esta leguminosa: *"Habas y arvejas suelen sembrarse cerca en la huerta, ni una diferencia tienen en los tiempos de siembra, siempre el mes de siembra es septiembre. La arveja no se escarcha, se cosecha en febrero dependiendo de cómo venga el año, el calor"*. Blanca tiene varias semillas distintas, el arvejón verde, la arveja enana y la arveja sinhila. *"El arvejón verde es más grande que la arveja común, tanto en el tamaño del capi, que puede*

llegar a ser el doble del de la arveja y más grueso, también el tamaño del grano del arvejón es más grande que el de la arveja, pero su sabor y usos no presentan diferencia. La arveja enana es otro tipo, es una chiquitita que crece así [indicando una altura inferior a 50 cm]*, que también es muy antigua, es de matita nomás, crece chiquitita pero le carga cantidad de arvejas"* .

Juana Gatica de Cerro Negro, describe las variedades de arvejas que cultiva en su huerta, y que son semillas propias que conserva año tras año: *"Tenemos arvejas media mata de capi normal, porque hay otras variedades, pero a mí se me da esa porque las otras da una mata muy grande y demora mucho en madurar o sea en granar, y ya en abril llega la escarcha y se muere. La arveja media mata se puede poner en guías o "crecer botada", así madura más rápido".*

Para sembrar arvejas primero se prepara la semilla, arvejas desgranadas y secas guardadas del año anterior, remojando en agua desde la noche anterior la cantidad que se va a sembrar. Una vez delimitado el sector de la siembra, se clavan estacas de punta a punta y se tira una lienza que demarca la franja donde irán las semillas (melga). Las melgas están separadas un metro entre sí, para dar espacio al crecimiento del producto. Las semillas se siembran en la melga a unos 4 cm de profundidad y a una distancia de 30 cm una de la otra. Las estacas con las lienzas se mantienen para luego cumplir una segunda función que es servir de guía a los tallos trepadores. En los valles de la comuna de Coyhaique, las siembras se inician en septiembre, pasando las *"heladas"*, alcanzando su apogeo desde fines de diciembre hasta febrero, época de huertas verdes y productos frescos en abundancia.

Las arvejas se cultivan para autoconsumo y para venta en ferias. Las agricultoras entrevistadas comentan que en la feria de productores locales de Coyhaique, se venden arvejas desgranadas o en capis, pero en otro tipo de comercios casi no se encuentran arvejas frescas, solo congeladas.

Formas de consumo

La arveja de Aysén se utiliza preferentemente fresca, recién desgranada, en ensaladas o en los guisos *"arvejados"*. Son tiernas y ligeramente dulces. Es un ingrediente tradicional de las cazuelas y estofados del verano. Algunas personas eligen las arvejas tiernas cuando no han "granado" y se las comen crudas con capi.

Juana Gatica comenta también su consumo como arveja seca: *"yo las saco cuando están granadas y las cuelgo, con mata y todo, y ahí quedan verdes y después uno las desgrana y las echo a remojar. Quedan como arveja partida pero entera, entonces yo las hecho a remojar con bicarbonato las refriego y queda la pura arveja. Antes guardaba mucho para consumir en el invierno. Ahora no, porque vendo y me falta".*

Arveja sinhila:

Graciela Mancilla es horticultora y pertenece a la Agrupación de mujeres campesinas "Las Maravillas de Puerto Aysén". Ella se ha dedicado a rescatar la semilla de la arveja sinhila junto a las familias de la comuna de Aysén, en el sector El Salto, camino a Puerto Chacabuco. Graciela realiza un laborioso trabajo de separación de variedades de arvejas que cultivan para autoconsumo. La sinhila es una semilla escasa, posible de encontrar en mercados informales, poco conocida entre la gente joven. Sin embargo, existe un interés creciente de rescatar esta semilla.

La arveja sinhila es una variedad de vainas comestibles. La vaina carece de la película fibrosa denominada endocarpio o pergamino que recubre la superficie interior de la vaina y de las fibras a lo largo de las suturas del capi de tal forma que el capi se puede comer completo (Mera et al., 2007; Krarup, 1989). El fenotipo está dado por tres genes recesivos lo que explica que sea una semilla escasa y que tienda a *"salir mezclada en la melga"*. Juana Gatica explica: "*He tratado de conseguir sinhila pero ahora salieron revueltas unas sinhilas, un par de matas, ahí las voy a dejar para armarme de semillas porque he tratado de conseguir pero me salen de otra variedad"*.

La arveja sinhila se siembra en noviembre y se cosecha en enero. Las vainas son amarillas, translúcidas, aplanadas, de textura suave, crujientes y sabor dulce. Se consume en estado tierno, antes que madure. La arveja madura es de color amarillo. "*El grano de la arveja sinhila cuando está maduro es grande, y la vaina es más grande, aunque como no tiene el forrito como plástico interior se puede seguir comiendo. Cuando la arveja está más grande la arveja es amarilla grande, cuando está seca es arrugado*", explica Juana Gatica.

Esta legumbre se asocia a sabores de antaño y comidas familiares. Se utiliza como ingrediente en la cocina típica de la gente de campo de la región, en ensaladas, cazuelas, guisos, estofados, tortilla y escabeche.

Chupe de arveja

Rosa Soto de Lago Verde, menciona esta receta como parte de su tradición familiar, aprendida de su abuelita que la cuidaba de pequeña. *"Chupe o frito de arveja, se hace también con haba y arvejas, con arvejas de la huerta y si hay arveja sinhila se le echa el capicito"*, indica Rosa. En una olla se fríe una cebolla cortada en cuadritos con orégano, comino y sal. Pasados unos minutos se agregan las arvejas recién lavadas con agua y se deja cocinar una media hora hasta que las arvejas queden muy blandas. Cuando está listo se sirve y se le pone queso encima de manera que el calor de la preparación lo derrita. Se acompaña con papas cocidas.

Tortilla de arveja sinhila

La tortilla de arveja sinhila es una preparación fácil de verano. Se hace un sofrito de cebolla y aliños e idealmente un trozo de cerdo o longaniza picada. Se baten huevos enteros (al menos 5 huevos para una tortilla familiar), se agrega el sofrito y las arvejas lavadas y se vierte la mezcla en sartén caliente con un poco de aceite. Las vainas al ser tiernas requieren poco tiempo de cocción. La tortilla se sirve tibia o fría.

Haba:

"Esas habas vienen de muchísimos años. La abuelita de mi papá falleció de 115 años y ella ya tenía el haba azul y la mantecosa. Ella era de la provincia de Arauco"

Blanca Molina, Valle Simpson.

Origen

Las habas (*Vicia faba* L.) pertenecen a la familia de las Fabáceas, originarias de Asia Menor y el Mediterráneo. Especie conocida por antiguos egipcios, griegos y romanos, consumida seca y como grano verde (Krarup et al., 2008). Fue traída a América por conquistadores españoles y portugueses, alcanzando una amplia distribución. "*La llegada de los españoles aumentó estos productos* [refiriéndose al maíz, las papas, la quinoa, el frejol pallar, el madi y el ají] *con toda clase de legumbres y cereales conocidas en la vieja Europa; y sucesivamente fueron introducidos en el país el trigo, la cebada (..), frejoles y las habas, (..) que continuaron cultivando a su modo los indígenas*", relataba Gay en 1862. Las habas fueron rápidamente incorporadas a la dieta mapuche, consumidas en grano verde o secas (FIA, 2016).

Su cultivo en Aysén es muy antiguo, un producto muy nombrado por los pobladores junto con las arvejas. En el Censo Nacional Agropecuario de 1936, los datos sobre el cultivo de habas indican una producción de 0.1 hectáreas y dos productores dedicados a esta legumbre (INE, 1936). Para 1943, la superficie destinada al cultivo de habas había aumentado a 330,6 hectáreas (Ovalle, 2011 [1952]).

Descripción

Es una planta anual que alcanza 1 m de alto, con tallos gruesos, vigorosos y erectos y ramificaciones más delgadas. Sus hojas son de lámina ovalada y de color verde grisáceo. Sus flores se presentan en racimos axilares, en grupos de 3 a 6. Son grandes, blancas, con una mancha negra al centro, hermafroditas y para aumentar su fertilización requiere polinización por abejas y abejorros. Las flores dan origen a vainas grandes (20 a 30 cm de largo) verdes, vellosas, que pueden ser erguidas o pendulares. Las semillas son generalmente entre 3 a 6 por vaina, son grandes y de color verde, gris o morada dependiendo de la variedad (Krarup et al., 2008).
Es un cultivo resistente, pueden crecer a sol y semisombra, tolera vientos fuertes, heladas y la exposición marina (Silva, 2010). Se adapta muy bien a climas fríos con temperaturas de crecimiento de 5ºC, y son capaces de soportar temperaturas de hasta -4º a 5º C durante su etapa de desarrollo vegetativo (Tay et al., 2015).

Formas de obtención

Blanca Molina de Valle Simpson, agricultora y guardadora de semillas, indica que las habas se siembran en septiembre y octubre, mientras que la cosecha se realiza entre enero y marzo: *"La haba, la arveja no tienen diferencia en los tiempos de siembra, son resistentes. La haba usted la puede sembrar este año y puede pasar todo el año en la tierra y no le pasa nada, en octubre la haba ya viene dando la flor, y se cosecha en enero o febrero, a veces se atrasa si no hay calor, para que el haba esté madura tiene que tener negro ese pedacito con que se sujeta a la vaina, ahí está buena".*

En relación a las variedades de habas que conoce señala: *"Hay tantas variedades de habas como las papas, tienen diferencia en el color de ese potito* [refiriéndose a la parte que sobresale del grano por donde se fija a la vaina] *en algunas es negro, en otras es café. Hay un haba muy grande, pero más curvada acá, como una muela, (...), hay algunas bien grandes y gordas, otras son más chicas y aplastaditas."*

Blanca tiene dos variedades de habas que cultiva y conserva como herencia familiar traída por su abuela desde la zona de Arauco, actual región del Biobío: *"La haba azul creo que viene de las primeras personas indígenas... la haba azul y la haba mantecosa. La mantecosa tiene el ojo bien negro, porque unas las tienen verde. Esas habas vienen de muchísimos años. La mamá de mi papá falleció de 115 años y ella ya tenía el haba azul y la mantecosa. Ella era de la provincia de Arauco, y cuando se vino a Futaleufú cuando mi papá era chico se trajo las semillas. Yo me armé de esa semilla en Futaleufú, de mi mamá y me la traje cuando me vine a Coyhaique. La vaina del haba es media morada y el palo también es morado. El grano no es azul, el cuerito del haba es el azul. La haba mantecosa es bien verde, porque al cocerla y sacarle el cuerito es mantecosa, la otra es más durita".*

Formas de consumo

Cuando las habas están cocidas adquieren un color verde plomizo, más opaco y oscuro que estando crudas. Cocidas se distingue que el haba se compone de un hollejo que al ser retirado deja a la vista la parte más tierna de la legumbre, de color verde claro. Algunas personas prefieren pelarlas antes de incorporarlas a la comida. Su consumo más tradicional es el Mote de habas, habas hervidas y estiladas que se comen directo desde una ensaladera. También se come como ensalada y agregado a cazuelas, sopas y estofados de carnes o mariscos.

Haba sinhila

En el huerto de Juana Gatica en Cerro Negro, junto a las arvejas sinhila crecen las habas sinhila. De manera similar es un haba de cáscara más fina que el haba verde, aunque sí tienen la hebra a lo largo de la sutura del capi. Es una planta de unos 50 cm de altura, más baja que la verde que mide 1.5 m. Su hoja es ovalada. Las vainas tienen una longitud de entre 15 y 20 cm; cuando se forman están orientadas hacia arriba pero al crecer las vainas caen y tienden a botar la planta al suelo. En cada vaina hay entre 6 y 9 habas. La señora Juana explica: *"Cuando está a medio grano se come en ensalada como el poroto verde, con cáscara, o se le puede poner al estofado o a la cazuela. Son mucho más grandes, tienen más granos, pero más chiquititos. Son dulcecitas"*. La semilla la conserva y la guarda para el otro año, dejándola secar. El grano es de color más bien blanco con unas delgadas líneas moradas, color que se pierde cuando el grano está seco.

Mote de habas

El mote constituye la forma más tradicional y sencilla de comer habas y consiste en habas desgranadas cocidas en agua con el cuero (sin pelar), aliñadas con un poco de vinagre de vino o manzana, sal y aceite. El mote no es una ensalada sino una preparación para comerla en el momento, mientras se realizan otras labores en la casa. Es común observar en las viviendas de distintos poblados de la región, las ensaladeras con mote de habas en la cocina, listas para servirse junto al mate o para quien quiera tomarlas al paso por la habitación. Victoria Perán de Puerto Ibáñez, recuerda que es una práctica de alimentación antigua: *"El mote de habas era para comerlo así no más, también se preparaba un vinagrito aparte donde se untaban igual como hoy se comen las alcachofas"*.

Guiso de espinazo de chivo con habas

Magdalena Muñoz de Puerto Ibáñez, comparte esta receta de familia que resalta los sabores dulces de las zanahorias y habas de la huerta familiar. Utiliza un espinazo de chivo o de otro animal que haya sido carneado. Primero las habas se cuecen en agua y cuando están tibias se les retira el hollejo. En una olla se prepara un sofrito con aceite, ajo picado, cebolla, zanahoria, aliñado con cilantro, orégano, color y sal a gusto. Cuando la cebolla está dorada se agrega el espinazo y se deja cocer al vapor agregando agua de a poco. Dependiendo de si la carne es blanda o dura (animal nuevo o viejo) se deja cocer entre 15 a 20 minutos. Posteriormente se agregan las papas en cubos y se deja hervir por unos 30 minutos agregando nuevamente agua si es necesario. Cocidas las papas se agregan las habas, se revuelve y se deja hervir unos 5 minutos para que se impregnen los sabores.

Es un plato colorido y muy sabroso.

TUBÉRCULOS

Betarraga:

"Nosotros la comíamos como ensalada, asada al rescoldo y asada al horno, como el nabo y la zanahoria"

Blanca Molina, Comuna Coyhaique.

Origen

La betarraga o beterraga (*Beta vulgaris* L., var. *crassa*) es un tubérculo de raíz engrosada comestible que se cultiva hace más de 4.000 años en el área circundante al Mediterráneo. En Chile este cultivo tiene una larga tradición que está bastante bien documentada: *"En Chile se conoce la betarraga desde mucho tiempo, pero solo, de algunos años por acá, se ha pensado utilizarla para la fabricación de azúcar (...). Las betarragas empleadas para esta industria han venido de Francia y elegidas entre las mejores variedades... se calcula que una cuadra produce como 1500 qq. de betarraga del valor 300 p., y que los gastos de cultivo no pasan de 100 p."* (Gay, 1865).

Descripción

La betarraga pertenece a la familia Chenopodiaceae junto a la acelga y la espinaca. Tiene una raíz primaria engrosada, un tallo corto y varias hojas de margen sinuoso que forman una roseta. La especie *Beta vulgaris* es muy amplia, existiendo una diversidad de colores, formas, tamaños y aplicaciones. Se la utiliza para consumo humano (*Beta vulgaris* L. var. *crassa*), para la alimentación de animales (remolacha forrajera) y como materia prima para fabricar azúcar (betarraga azucarera o remolacha, *Beta vulgaris* L.) (Kehr et al., 2014).

Formas de cultivo

Benjamín Lafuente, agricultor originario de Palena, comenta que el cultivo de betarraga no requiere de grandes cuidados, se adapta a cualquier terreno, siempre y cuando la tierra esté bien preparada: *"La tierra hay que molerla bien molidita igual que pa' la zanahoria, porque si la deja media como áspera, no le produce mucho porque los terrones la hacen desviarse, no crece bien, en cambio cuando es tierra que la ha trabajado bien, blandita, como ceniza poco menos, ahí hace su melga y le echa abono de cualquier cosa, si es de oveja, mejor y le produce lindo. La betarraga se siembra de a un granito, una semilla, separada más o menos 5 cm una de otra, tiene que ser así para que no se peguen, porque si las riega juntas como para transplantarlas no sirve, se secan, tiene que ser de a una, es un trabajo medio minucioso, pero tiene que ser así. Si quiere dejar semilla, usted tiene que dejar un par de matas nomás de su siembra del año anterior y crecen grandes y dan semillas arriba".*

El período de siembra es en octubre y se cosecha entre fines de enero y marzo. Se pueden guardar para el invierno junto a las papas. Benjamín recuerda al respecto: *"La betarraga se guarda igual que la papa, se saca, se le cortan las ramas de arriba y se guarda, pueden ser enterradas en un hoyo y tapadas con tierra, no les pasa nada, porque son muy duras, bien tapaditas con pura tierra".*

Formas de consumo

De la betarraga se come la raíz, redonda y de color morado intenso. Se consume principalmente en ensalada cruda o cocida, sola o mezclada con cebolla y cilantro. Tiene un sabor dulce y terroso. Recientemente también se ha adquirido el consumo de sus hojas tiernas, las que se usan en ensaladas y se venden integradas a *"mix de vegetales"* que se ofrecen en la feria de productores de Coyhaique. Blanca Molina relata: *"Antes la beterraga era rojita y blandita, ahora es dura. La beterraga de antes no crecía alta, crecía poco, unos 20 cm y desparramadita... Nosotros la comíamos como ensalada, asada al rescoldo y asada al horno, como el nabo y la zanahoria. Mientras mi mamá hacía la tortilla, nosotros hacíamos una rescoldada con beterraga".*

Betarragas al rescoldo

De manera similar a las papas y los nabos, las betarragas se consumen frecuentemente cocidas al rescoldo entre las brasas de un fogón. Una vez cocidas la piel se desprende fácilmente destacando el color morado de la betarraga. Cocida al rescoldo su dulzor se intensifica mezclándose con un sutil sabor a humo y ceniza.

Nabo amarillo:

"Se cosechaban unos nabos, ¡tremendos esos nabos amarillos!, era un nabo hermoso, usted tenía carne fresca, hacía un estofado y le plantaba esas rebanadas de nabo, como ponerle papa"

Rita Monsalve, Arroyo el Gato.

Origen

El nabo (*Brassica rapa* L.) pertenece a la familia de las Brassicaceae o crucíferas, que incluye muchas especies importantes en la agricultura como repollo, brócoli, mostaza y coliflor, entre otras. Son nativos del oeste de Europa y uno de los alimentos básicos de antiguos griegos y romanos. En Chile fue introducido como alimento de mesa y para animales, estableciéndose rápidamente como una especie silvestre en los campos e incluso invasora en cultivos de trigo (Gay, 1865). Colonos europeos los utilizaban en el siglo XIX en predios lecheros del sur como suplemento invernal (Cisternas et al., 2011).

La siembra y el consumo de nabo en Aysén se ha verificado desde las primeras décadas del siglo XX y hasta fines de los años setenta, a través del relato de varios entrevistados. Se sembraba en chacras extensas, junto a otros tubérculos como las papas, en todo lo que hoy es la comuna de Coyhaique y en otros territorios continentales y litorales.

Marta Olivares de Puerto Bertrand, relata que para su madre el nabo era muy importante en la cocina, ya que le daba sabor a las comidas y reemplazaba a otras verduras que podían faltar especialmente en el invierno. El nabo es uno de sus sabores de infancia y hoy día ella lo siembra en su huerta, porque ha decidido recuperarlo y por ello le enseñó a sus hijos a producirlo y venderlo.

Descripción

El nabo es una planta conformada por una raíz bien desarrollada, que puede ser redonda o alargada, y una parte aérea de hojas verde oscuro suculentas. Presenta alta tolerancia a las bajas temperaturas, adaptándose muy bien a las regiones frías de Aysén (temperaturas mínimas entre -7º y -18ºC). La relación entre nabos y hojas depende del grado de desarrollo del cultivo y de la variedad (Cisternas et al., 2011). Crece en suelos fértiles, bien drenados y expuesto a luz solar directa. Si bien existen distintas variedades de nabo para alimentar ganado en invierno, desde el punto de vista del consumo humano se mencionan dos: nabo blanco y nabo amarillo. En ambos lo que se consume es la raíz. El blanco es alargado, cilíndrico, sin coloración externa ni interna. El amarillo es el más consumido y valorado por su color, sabor y consistencia. Es redondeado y un poco achatado en los extremos, de superficie irregular. A diferencia del nabo blanco mantiene su consistencia al ser cocido.

Formas de obtención

Su temporada de cultivo es la misma que la de las papas. Sobre sus procesos de siembra y cosecha Marta Olivares relata: *"La semilla se siembra en huertas cerca de la casa, directo en el suelo, necesita un terreno húmedo y ojalá medio arenoso, porque así es más blando y aireado, lo que ayuda al nabo a crecer más grande. Se ralea cuando aparecen las plantas y se le mueve la tierra de los lados... La cosecha del nabo es en otoño, entre abril y mayo. Es fácil de cosechar, porque solo se va tirando de las hojas que sobresalen de la tierra".*

Formas de consumo

El sabor y consistencia del nabo amarillo cocido son similares a los del zapallo amarillo tipo calabaza, pero con un leve gusto y aroma a coliflor. Junto a la papa y zanahoria es un producto accesible que acompaña durante el invierno. Se utiliza en pucheros, sopas, cazuelas y estofados. Rosa Tocol de Coyhaique, comparte sus recuerdos sobre su consumo: *"Se usaba mucho en estofados. Nosotros lo comíamos enterrados en el rescoldo, igual que enterrar papas, lo dejábamos que se enfríe y lo comíamos... lo comíamos también en ensalada, cocido, con un poquito de aceite, sal y vinagre o crudo, rayado, mezclado con zanahoria".*

Entre las preparaciones informadas destaca el estofado de cholgas con habas y nabos, el nabo hervido para acompañar carnes en reemplazo de las papas, al rescoldo y las sopaipillas de nabo pasadas.

Sopaipillas de nabo pasadas

Rosa Pinilla de Villa La Tapera, comparte la receta de su madre, que utilizaba el nabo como sustituto del zapallo ya que este último no se daba en la región.

Para prepararlas, primero se ponen a cocer nabos con cáscara en agua fría. Cuando están blandos se pelan y se muelen formando un puré, el que una vez frío se mezcla con harina: "*se va viendo que quede como masa, no demasiado seco, ni muy húmedo para que no se pegue en los dedos*". Luego se incorporan dos yemas de huevo, se amasa y se van formando las sopaipillas pequeñas y redondas. Se fríen en aceite o grasa fresca de vacuno u oveja.

Mientras tanto, en una olla o sartén se pone azúcar blanca y se dora a "punto de rubia". Para esto, el azúcar se calienta y se va disolviendo lentamente hasta formar un caramelo color café claro brillante. Luego se le agrega agua hervida y se mezcla lentamente. Cuando las sopaipillas están fritas se dejan reposar en este almíbar para que se humedezcan y penetre el azúcar.

La sopaipilla es de color amarillo, de textura blanda. Se consumen a la hora de once, servidos en platos individuales y con cuchara.

Estofado de mariscos con nabo y habas

Gely Hernández del sector río Los Palos, prepara este plato que mezcla el sabor marino con el sabor dulce de los nabos y las habas de la huerta. Lo prepara principalmente con cholgas secas o ahumadas, durante la temporada de verano.

Las cholgas se sacan de la "*sarta*", se limpian y se machacan un poco. En una olla se agrega un chorrito de aceite, las cholgas, cebolla picada, zanahoria, pimentón, ajo y sal y se sofríe unos minutos para que suelten el sabor los ingredientes. Luego se agregan los nabos en trozos grandes y las habas previamente cocidas y peladas. Se agrega una tacita de agua y se deja hervir unos minutos hasta que los ingredientes estén cocidos.

Papa:

"La corahila era tremenda papa, y lisita, no tenía ojo, era linda papa"

Teresa Herrera, Chile Chico.

Origen

El origen de la papa que actualmente se cultiva y consume (*Solanum tuberosum* L.) es complejo y aún está sujeto a amplia discusión. Pertenece a la familia de las solanáceas, igual que el tomate, el ají, la berenjena y el tabaco (Ochoa, 2006). La especie está dividida en dos grupos (subespecies), provenientes de centros de alta biodiversidad en ubicaciones geográficas distantes: *Solanum tuberosum* grupo *"Andigenum"* (*Solanum tuberosum andigena*) en los Andes desde Venezuela hasta el norte de Argentina y *Solanum tuberosum* grupo *"Chilotanum"* (*Solanum tuberosum tuberosum*), en el territorio que comprende a las islas de Chiloé, el archipiélago de las Guaitecas y el centro sur de Chile. El ancestro sería la subespecie andina que en las latitudes del sur de Chile se habría adaptado a condiciones de día largo constituyendo la subespecie *tuberosum*. Es esta subespecie la que ha participado en la generación de la mayoría de las variedades hoy cultivadas en todo el mundo. (Spooner, 2012; Contreras, 1993).

La data más antigua de consumo humano de papas está en el sitio Monte Verde, ubicado en la región de Los Lagos, un asentamiento humano fechado en 14.000 años de antigüedad donde se encontraron papas silvestres: *"En la excavación se han recuperado, además, dos tipos diferentes de papa silvestre; uno de ellos fue identificado como Solanum maglia* (Dillehay et al., 1986, p. 102).

A la llegada de los españoles la papa era un cultivo ampliamente desarrollado por los pueblos indígenas de Chiloé, con una gran variedad de las más diversas formas, colores, texturas y sabores. En 1558, el escribano Miguel de Goicueta, integrante de la expedición de Francisco Cortés Hojea al Estrecho de Magallanes, describió en su crónica que a la altura de los 44º grados latitud sur (posiblemente el actual archipiélago de Las Guaitecas), observaron *"un bohío y chácaras viejas de papas"*, dando cuenta de un establecimiento con vivienda y cultivo de papas (Goicueta, 1558. En Urbina, X., 2014, p. 78), relevando el hecho que los chonos eran en parte agricultores y reafirmando la existencia prehispánica de este recurso. En enero de 1835 el naturalista inglés Charles Darwin desembarcó en la extremidad septentrional del archipiélago de Los Chonos donde pudo observar las papas silvestres que crecían en la isla que recorrió y anotó: *"...wild potatoes grow in plenty, one which I measured was oval, & its longest diameter two inches."* (Darwin, 1835, p. 513). En su libro sobre el viaje se explayó aún más respecto a estas papas, asegurando eran originarias de la zona e indicando el nombre probablemente chono de ellas, *"aquinas": "The wild potato grows on these islands in great abundance, on the sandy, shelly soil near the sea-beach. The tallest plant was four feet in height. The tubers were generally small, but I found one, of an oval shape, two inches in diameter: they resembled in every respect, and had the same smell as English potatoes; but when boiled they shrunk much, and were watery and insipid, without any bitter taste. They are undoubtedly here indigenous: they grow as far south, according to Mr. Low, as lat. 50°, and are called Aquinas by the wild Indians of that part: the Chilotan Indians have a different name for them."* (Darwin, 1845, p. 285).

En 1969, 130 años después del hallazgo de Darwin, el ingeniero agrónomo Carlos Ochoa, experto internacional en esta especie, redescubrió en bahía Low la papa hallada por Darwin. Luego de estudiarla, propuso que se trataría más bien de una papa llevada a la zona para su cultivo y que con el paso de los años se habría asilvestrado, ya que presentaba las mismas caracterís-

ticas genéticas de *S. tuberosum*, solo que había logrado adaptarse a suelos salinos (Ochoa, 2006).

Desde épocas prehispánicas en los archipiélagos e inicios del siglo XX en la zona continental, la papa ha sido un producto imprescindible para los habitantes de Aysén. Hoy en día, relatos provenientes desde las cuatro provincias del territorio evidencian su carácter fundamental en la dieta regional.

Descripción

La papa es una especie anual herbácea, que si bien desarrolla frutos con semillas viables, su propagación es a través de tubérculos semillas. Una vez el tubérculo madre está plantado, comienza el crecimiento y se origina el tallo desde el cual se desarrollan los órganos aéreos fotosintéticos de la planta (tallos y hojas). Paralelamente desde el tubérculo madre surgen los estolones o tallos laterales que son brotes de crecimiento horizontal bajo el suelo y en cuyos extremos se formarán los tubérculos a partir de la acumulación de hidratos de carbono generados en los tejidos fotosintéticos. Durante el crecimiento de los tubérculos la planta está en su máximo crecimiento vegetativo alcanzando alturas variables entre 0.5 a 1 m, con hojas alternadas de color verde oscuro y con flores abundantes de colores blanco a morado. Posteriormente ocurre el proceso de senescencia de tallos y hojas y se inicia la madurez de los tubérculos (Mansilla y Arribillaga, 2013).

Este complejo proceso fisiológico de la papa es conocido en detalle por los agricultores y es fundamental para el proceso productivo. Georgina del Carmen Uribe de Caleta Andrade, lo describe así: *"Las papas crecen debajo de la tierra, pero encima de ella existe la mata, la planta de la papa. La papa crece para abajo, se levanta tierra para afirmar la mata arriba, esa es la que uno tiene que cuidar y abajo está la producción, una mata da como 15 papas. Cada papa tiene ojitos y cada ojito es un tallo y cada tallo va dando una raíz y esa raíz puedes sacar muchas papas, todo depende del abono y de la manera en que tú trabajes la tierra. La mata se saca con gualato porque al mismo tiempo que sacas las papas, limpias; se hacen dos pegas al mismo tiempo. Si la papa se cosecha ahora en marzo va a estar madura y va a tener un sabor exquisito (...), si se saca antes es papa nueva".*

El mundo de las variedades de papas es extenso. Los agricultores en Aysén, especialmente en el litoral, mantienen y propagan sus semillas denominando *"papa nativa"* a un grupo de papas de distintos colores, texturas y formas. En el continente se recuerda con nostalgia la corahila, una variedad de excelente calidad culinaria que fue hace algunos años el principal cultivar en Chile (Contreras y Castro, 2008). Bajos rendimientos y alta susceptibilidad al tizón (*Phytophthora infestans* y *Alternaria solani*), son algunas de las causas de su desaparición. Julia Sandoval, colona del sector Lago Vargas, recuerda: *"la papa corahila es grande, bien rosadita, bien blanca por dentro, de una textura firme al cocinarla, con un leve dulzor y muy sabrosa. Es una papa resistente al clima del sur. En terreno blando y bien abonado crece una papa muy grande y sana. Era una semilla muy apreciada, se guardaba con la esperanza que no se pierda".*

Junto a la clasificación según características biológicas y productivas, hay una clasificación funcional que todos los agricultores realizan al momento de cosechar y que es de acuerdo al tamaño de la papa: las más grandes son las papas que se consumen, las medianas quedan para semillas y las más chicas o *"chancheras"* se utilizan para alimentación de cerdos y gallinas. Elena Aguilar de Chile Chico, recuerda *"si no se tenía semilla se sembraba la papa chanchera e incluso antiguamente se sembraba la cáscara de la papa, teniendo brote prenden. La semilla ahora se compra en Coyhaique, la Patagonia desirée".*

Formas de obtención

Las papas se siembran y crecen en huertas y chacras de extensión variable, para autoconsumo y para producción comercial. Las papas necesitan para su crecimiento una tierra picada, ablandada y en lo posible libre de pasto. Muchas veces se utiliza guano de oveja

como fertilizante. Menos común, pero usado también en las zonas costeras y archipielágicas es el abono de algas. No necesita mayores condiciones del terreno, ni riego. Sólo le afectan las variaciones extremas en las condiciones del tiempo tales como excesos de lluvia que pueden pudrir el tubérculo, escarchas o sequías sostenidas que no permitan el normal desarrollo de las papas. Elena Aguilar indica: *"Para sembrar se pasa el disco, se ara la tierra, se hacen las melgas y se le va tirando la papa y después la melga irla tapando. La tierra tiene que estar sueltecita para que la raíz pueda recorrer, porque si no se trabaja bien y se pone la papa y la tierra está apretada, entonces la raíz no corre. Se siembra en nombre de Dios nomás, ni tampoco nos regimos por la luna, así nomás. Si el tiempo está bueno hay que aprovechar de sembrar".*

En Aysén las siembras de papas se hacen desde agosto a noviembre y se cosechan en marzo y abril antes que comiencen las heladas aprovechando los días de sol otoñal. La cosecha es el momento de la selección, donde se separan las papas para consumo o venta de las papas que serán guardadas como semillas para la próxima temporada. En relación a las semillas Elena comenta: *"Es mejor que sea mediana, porque las grandes a veces no dan tan lindos frutos, porque hay que partirlas, hacerlas dos y las chiquititas se van sembrando de a dos... lo mejor es darle los espacios para que las raíces puedan recorrer".*

La región de Aysén presenta un gran potencial para la producción de papas debido al clima, la disponibilidad de superficie y las oportunidades en términos sanitarios. El Servicio Agrícola y Ganadero (SAG) la ha declarado como un área libre de plagas cuarentenarias de la papa, lo cuál permite producir semillas de calidad para comercializarla dentro y fuera del país. Esta es la razón principal por la cual se fomenta la utilización de semillas certificadas que cumplan con las disposiciones establecidas en la normativa del SAG.

Las papas se pueden almacenar por varios meses. Hay variedades que responden mejor a la guarda alcanzando los 7 a 8 meses. El proceso de guarda es fundamental para disponer de papas durante todo el invierno. Se guardan principalmente en un hoyo bajo tierra, a un metro de profundidad, donde se mantienen protegidas del frío extremo y la escarcha. También se utilizan unas pequeñas construcciones de barro y paja forradas con madera denominadas paperas o "toritos". Adentro se guardan las papas en cajones o sacos, junto a las betarragas, nabos y zanahorias. La papera debe estar bien cerrada para prevenir que entren roedores. En esas condiciones las papas duran hasta la nueva temporada de cosecha.

Formas de consumo

Las papas son parte de la mayoría de las preparaciones de la región, van en caldos, cazuelas y curantos, picadas o enteras, como acompañante de presas de cordero o pescado o constituyendo masas para pan, recetas dulces, tortillas y milcaos; también como reemplazo del pan, cocidas y dispuestas en fuentes o las mismas ollas en la mesa. Dependiendo de la preparación hay variedades mejores que otras, pero en general se valoran aquellas de consistencia firme que no se muelen con la cocción. Son una fuente importante de carbohidratos, de vitamina C, vitaminas del complejo B y minerales como potasio, fierro, fósforo y magnesio. (Vargas et al., 2015).

Papas nativas:

En Caleta Andrade, al sur de isla Las Huichas, en la provincia de Aysén, Georgina del Carmen Uribe cultiva la papa nativa en huerta y en invernadero. No especifica nombres, se refiere a ellas de manera genérica, pero su relato realza la variabilidad de colores, tamaños y formas: *"La papa nativa puede ser de diferentes tamaños, hay papas muy bonitas que a veces pesan hasta medio kilo o más, como hay otras también que pueden pesar 100 g. Los colores son variados, hay amarillas con azul, hay moradas completas, hay azules oscuras, hay rojas, hay de distintos colores"*. Las papas nativas se consumen en ocasiones especiales y en celebraciones para adornar los platos de colores.

La papa nativa se considera como propia y originaria, de raíces chilotas y eso la hace relevante por sobre las otras papas. En Chiloé se han identificado aproximadamente 230 variedades de papas nativas, siendo un centro de biodiversidad de relevancia mundial (Contreras, 2008). Sin embargo, no existe un catastro sistematizado de las variedades presentes en el archipiélago de Los Chonos.

Las papas nativas no son exclusivas del litoral. En el sector de Cerro Negro, comuna de Coyhaique, Juana Gatica y su marido Carlos Álvarez cultivan distintas variedades: *"Tengo como cuatro variedades de papas nativas, tengo una redonda morada que la estoy cultivando ya hace como tres años. Esa papa es muuuy antigua, nosotros la rescatamos no hace na' muchos años, se había perdido (...). Ahora ya está lista para la venta pero como papa nueva, porque después hay que dejarla para que madure un poquito. Esta papa le dicen papa mantequilla o papa cielo, porque es morada pero la papa es blanca. Yo sé que es antigua, porque mis papas antes sembraban de esa. Hay hartas papas*

que se han perdido. Las papas largas tienen varios nombres, la papa quila o boyo de gato la conocemos, pero hay de varios colores, rojas, moradas, azules, moradas con blanco. Nosotros conservamos las semillas. Esas hace hartos años que tenemos las nativas. Las otras no, la otra se va degenerando, no crecen normal, crecen con cachos."

Papa clavela

En Puerto Aguirre, la papa clavela se siembra y consume desde hace muchos años. También es reconocida en otros sectores continentales como Valle Simpson en la provincia de Coyhaique. "*Había un gringo acá de la planta conservera, que tenía huerto, me dijo ¿por qué no trabajas tu huerto?, yo estaba casado recién, y me dio estas semillas de papa clavela, y de ese tiempo las tengo, más de cuarenta años (...). Esta papa me gusta porque es rica, es muy blanda pa´ cocer, en cambio la otra es más dura, la colorá, así que pa´ usarlo hay que usarlo separada...*" relata Bernardo Chávez, residente en dicha localidad.

Visualmente la papa clavela se distingue de las otras por su forma entre redondeada y ovalada, de tamaño mediano muy lisa sin ojos. Lo más característico es el color de su cáscara con una franja rosada y otra amarillo claro. El color interior de la papa es blanco.

Papa desireé

La papa desireé es una variedad de origen holandés de año de inscripción 1962. Es una variedad introducida a la región que fue reemplazando otras variedades como la corahila. Es una papa ovalada, de ojos superficiales, piel rosada y pulpa amarillo claro. Es una planta de alto rendimiento agronómico, de madurez semitardía, adecuada como papa de guarda y con buena resistencia al virus PVY de la papa. Se siembra con fines productivos en Coyhaique y Chile Chico. Juana Gatica de Cerro Negro, describe sus propiedades culinarias: "*La papa desireé es buena para hacer puré, para la cazuela, pero no es buena para fritas porque se pasa de aceite. La papa karu es buena para freir, crece fantástica pero no se puede guardar, es muy blanda, no sirve para hacer puré, ñoquis, por más harina que se se le eche, va quedando más blanda*".

Papa cocida

Una opinión compartida por todos los entrevistados es que la preparación más tradicional de Aysén es la papa cocida. Una papa de buena calidad calentita, cocida al rescoldo o hervida en agua, es el acompañamiento preferido para guisos, fritos, estofados, presas de carne o pescado, asados familiares y comunitarios.

Virma Becerra de Villa La Tapera, prepara las papas al rescoldo poniéndolas entre las brasas del fogón con arena, para guardar el calor y que la cocción sea uniforme. Luego de unas dos horas las retira y las limpia con un paño seco. Recuerda una preparación de su mamá que era su comida favorita. A la papa aún caliente se le hace un hoyo y se le agrega queso y jamón a la salmuera picados en trozo. Se servía como entrada, usualmente antes de una sopa ya que la preparación era muy contundente.

Chochoca

Enedina Rain de Cochrane, cuenta que su madre, oriunda de Chiloé, aprendió con su familia muchas recetas y pese a que llegó a la región a muy corta edad, las recordaba y así comenzó a prepararlas. La chochoca es una de ellas. Se trata de una preparación rápida, que identifica muy bien la cocina chilota. Su madre la cocinaba frecuentemente para su familia y trabajadores en época de siembras o de faena con animales. Para su elaboración se requiere un palo chochoquero y el fogón. Se pelan unos 2 kilos de papas. La mitad se pone a cocer en agua y la otra mitad se ralla cruda y luego se estruja en un paño hasta sacar todo el jugo. Las papas cocidas se muelen y se mezclan con la papa cruda estrujada, para formar una masa que se va poniendo por pedazos en el palo chochoquero (una especie de uslero muy grande de madera), hasta cubrir toda la superficie. Se lleva al fogón y se pone sobre el fuego apoyando las dos manillas en caballetes quedando solo la masa expuesta al calor donde se va cocinando lentamente de vuelta y vuelta hasta que la superficie esté dorada y crujiente. Debe ser consumida en el momento, ya que así se garantiza el sabor a papa fresca. Se acostumbra hacer chochoca junto a un asado al palo, cuando hay visita de algún familiar o en celebraciones y festividades como noche de San Juan. Una persona puede tomar su plato en la mano y sacar un pedazo de chochoca y un pedazo de carne para servirse. Enedina recuerda que su madre preparaba chochoca en invierno, con las papas guardadas de la cosecha del año, para acortar las noches junto al fogón contando historias de antaño.

Milcaos

Los milcaos son una preparación de origen chilote muy común en toda la región. Lavinia Chodil de Caleta Tortel relata: *"Mi mamá nos enseñó con mis hermanos, después de los 12 años recién me tocó hacer sola todo el proceso. Cuando yo era chica mi papá usaba un tarro de café con hoyos como rayador, el tarro lo estiraba, y le hacía hoyitos con un clavo. Además toda la preparación se hacía en batea de madera. En mi familia siempre se preparaba en invierno y para celebrar San Juan, añadiendo chicharrón de oveja".*

El milcao tiene una parte de papa rallada cruda y otra de papa cocida. La proporción de la papa rallada debe ser un poco más del doble que la papa cocida. La Receta de la señora Lavinia indica que de los 7 kg de papas se utilizan 5 kg para rallar y 2 kg para cocer en agua. La papa rallada se estruja con paños limpios para escurrir el agua. La papa cocida en agua se muele caliente obteniendo un puré. Posteriormente se mezcla la papa cocida molida y fría con la papa rallada cruda obteniendo una masa. A la masa se le agrega un poquito de harina para que ayude a compactar y al freír no incorpore tanto aceite. El milcao se arma haciendo bolas con las manos que luego se aplastan del tamaño de la palma. Alternativamente se les puede agregar chicharrones de oveja o cerdo. El milcao se fríe en aceite o en manteca. Se presenta en la mesa en asadera, puede ser en plato pero normalmente cada uno saca y se lo come con la mano. Se recomienda comerlo en el momento. Se puede servir solo, con té o con una presa de carne.

Desde Chile Chico, Teresa Herrera recuerda: *"Para la saca de papa lo primero que se hacía era el milcao... antes se buscaba gente para la saca de papa... habían bastantes sacadores de papas y el cocinero lo más fácil era pescar una máquina, porque se hacían máquinas antes para rallar papa como para moler carne, unas tremendas de grandes que en un rato se molía una bolsa de papas. Donde yo me crié, en la Península Levicán, era tradición: cuando se hacía saca de papa se hacía milcao."*

Tortilla de papa

La tortilla de papa es una preparación de origen chilote, muy común en toda la región, que puede ser preparada al horno o al rescoldo.

"Hay una tortilla al rescoldo que se hace con papa", dice María Canible de Puerto Aguirre. Para hacer dos o tres tortillas se utilizan alrededor de 2 o 3 kg de papas. Se pelan las papas y se hierven alrededor de media hora en agua con sal. Luego se muelen como para puré, se agregan unas 2 cucharaditas de manteca y harina hasta formar una masa suave que no se pegue en las manos. *"Se hace una masa tal como las tortillas de harina que hago con levadura. La diferencia aparte de llevar papa es que después las tortillas de papa se lavan, después de cocidas se raspan un poquito y se limpian, que salga bien la arena y de ahí se lavan con agua fría. Luego se secan de inmediato con un paño de cocina. La tortilla de papa tiene que lavarse (...), la textura queda como rebanar un kuchen, queda blandita".*

Otra variante es la tortilla de papas horneada con chicharrones. Para ello se utiliza la misma mezcla de papa cocida con harina y manteca. Se toma con la mano una porción de masa, se le pone al centro una cucharada de chicharrones de cerdo y se cierra dando forma de pan levemente aplastado. Se colocan sobre una lata y se llevan al horno caliente por 20 minutos hasta que adquieren un color dorado.

Rabanito:

"¿El rábano?... desde que nació el mundo, mi mamá sembraba y lo comíamos en la casa"

Elicia Cadagan, Coyhaique.

Origen

El rabanito (*Raphanus sativus* L.) es una hortaliza de tubérculo cultivada y consumida en el mundo entero. En el antiguo Egipto se habría domesticado hace más de 4000 años. Su ancestro silvestre, *Raphanus raphanistrum* L. se distribuye principalmente en las costas del mar Mediterráneo y el mar Negro (Mitsui et al., 2015). A Chile fue introducido por los españoles como lo indica Gerónimo de Vivar en sus crónicas donde menciona el buen crecimiento experimentado por coles, lechugas, rábanos, cebollas, ajos, zanahorias, habas y cilantro, todos productos traídos de España (Vivar, 1966; Muñoz, 1975).

El rabanito es un cultivo que pasa desapercibido, menos mencionado que otros protagonistas de la huerta como el repollo, las cebollas y las habas, pero que surge de la conversación con varios informantes. La crónica del colono alemán Bruno Rösner mencionada en el texto del repollo, sobre sus experiencias de cultivo mientras fue colono en un campo de isla Magdalena, frente a Puerto Cisnes entre 1938 y 1945, lo relevan: *"En el huerto coseché por primera vez rabanitos, repollo blanco y morado, cebollas y lechuga"* (Rösner, 2016).

Elicia Cadagan del sector Lago Atravesado, lo cultiva porque lo considera un producto arraigado a su familia. Blanca Molina de Coyhaique, comenta: *"Toda la vida yo*

conocí el rabanito de potito blanco, ese es el más nativo que cultivaba mi mamá. No es grande, es un rabanito con un picante muy bueno, con dos o tres rabanitos se nota el sabor picante en el pebre".

Descripción

El rabanito es una planta con raíz gruesa y carnosa, de piel roja. Sus hojas se distribuyen en roseta y son de bordes irregulares. Brevemente antes de la floración aparece un tallo que alcanza el metro de altura. Las flores son blancas, rosadas o amarillentas dispuestas en racimos grandes y abiertos.

Existe una amplia variedad de rábanos diferenciados fundamentalmente por la forma, el color y el tamaño del tubérculo. Elicia menciona la existencia de dos variedades, unos de punta blanca y otros de punta roja. Los de punta blanca eran los que sembraba su mamá. Ahora ella siembra los de punta roja, porque la semilla la compra: *"Los rabanitos se suben, crece la hoja y dan semilla, se llena de semillas en un capuchito, antes sembrábamos esa semilla. Pero ahora es mejor comprar la semilla".*

El mismo recuerdo tiene Blanca: *"El rabanito de potito blanco es el más nativo, era el que cultivaba mucho mi mamá".*

Formas de obtención

Elicia explica que *"se siembra desde octubre para adelante, la semilla la compro, porque si la guardo se sube mucho. Antes costaba más ir a Coyhaique así que todo se dejaba semillar y esa semilla se sembraba, lo mismo la zanahoria y el cilantro. De cilantro sacaba medio saco de semilla. La semilla hay que cosecharla para menguante, eso es a la antigua, si la cosecha en creciente esa se sube toda. Y la menguante no, no se sube. Se da mejor en huerta que en invernadero. En invernadero se sube, en huerta da menos hoja, pero cabecea más. El de huerta tiene más sabor también que el de invernadero, igual que el cilantro de huerta tiene más aroma".*

Blanca explica que para su cultivo se requiere tierra blanda, *"apuercada"* y abono de animal. *"Se siembra bien ralito para que pueda crecer y cabecear bien, después se apuerca y el rabanito crece bonito"*, refiriéndose a que debe sembrarse con espacio para promover el crecimiento del tubérculo. Blanca agrega: *"El rabanito más bonito se deja ahí para que se suba, de ahí se saca la semilla. Se siembra de primavera. También se puede sembrar en abril para que alcance a cabecear antes del invierno".*

Formas de consumo

El órgano de consumo es la raíz, y casi siempre se come crudo, como ensalada junto a hojas de lechuga o diente de león o como pebre. Tiene una textura crujiente y sabor ligeramente picante.

Elicia recuerda que los rábanos que quedaban en la huerta y se *"subían"* (pasan a fase reproductiva) se consumían cocidos de manera similar a los nabos: *"Dan muchos y no sabíamos que hacer, los picábamos para ensalada. Se comen antes que suban, cuando están bajos, cuando se suben son más grandes, pero más duros y los cocíamos".*

Pebre de rabanitos

Elicia prepara un pebre a partir de rabanitos frescos recién cosechados de la huerta. *"El rabanito tiene que pelarlo un poco, porque la cáscara es picante, le deja poco rojo. Lo rojo le da el sabor y le da picante. Si a usted le gusta más picante se lo deja. El rabanito lo pica en cuadritos pequeños, y lo aliña con sal, aceite y limón o vinagre. También le puede agregar otras verduras de la huerta como cilantro, cebollita tres pisos o cebollita todo el año"*. Es una preparación fresca y crujiente, ideal para acompañar el pan o una preparación en base a carne.

Topinambur:

"Mi abuelo le decía la papa forrajera, se sembraba para dársela a las vacas"

Juana Gatica, Cerro Negro.

Origen

El topinambur (*Heliantus tuberosus* L.) es una planta de la familia de las Astaráceas, originaria de América del Norte, llevada a Europa por exploradores de aquel continente, donde es conocida como alcachofa de Jerusalem (artichoke Jerusalem) (Rebora, 2008). La presencia del topinambur en tierras chilenas es registrada por Frezier en 1712 (Frezier, 1902), quien la encontró en los campos de la provincia de Concepción, actual región del Biobío, en abundancia junto a nabos y achicorias. En Aysén es considerado un producto muy antiguo, introducido probablemente por colonos que llegaron a la región. Tiene un uso hortícola y forrajero. *"Topinambur, esa es antigua antigua, antiguaaa... antes me acuerdo, mi abuelo le decía la papa forrajera, se sembraba para dársela a las vacas, a los animales. Se le daba la papa, no la planta"*, relata Juana Gatica de Cerro Negro.

Descripción

La planta del topinambur crece con varios tallos y ramificaciones que pueden alcanzar entre 2 y 3 m de altura. La papa crece bajo el suelo, es un tubérculo de tamaño pequeño y forma irregular con muchas protuberancias y ramificaciones. La planta produce una flor amarilla grande y de varios pétalos. El rendimiento de sus tubérculos es alto, es poco susceptible a plagas y enfermedades y resiste las bajas temperaturas (Rébora, 2008).

Elena Gallardo del sector Río Los Palos, comenta que en la actualidad es un producto escaso. La agrupación de mujeres campesinas "Las Maravillas de Aysén", a la cual pertenece, está trabajando en su recuperación junto a otras especies de la provincia. Por ser un producto escaso solo se encuentra en mercados informales de productores locales, en ferias hortícolas y en predios conocidos como productores de este tubérculo.

Formas de obtención

La semilla se puede conservar seca por varias temporadas, sin embargo el consumo debe ser fresco. El topinambur tiene un ciclo de vida similar a la papa, genera una parte aérea abundante, tuberiza y la planta muere. Juana Gatica las siembra en melgas cercanas a sus papas nativas. *"La topinambur es una planta mucho más alta. Una planta muy diferente a la papa. Yo la topinambur la dejo en la tierra, porque si la cosecho* [toda de una vez] *se me hecha a perder. Una vez la coseché toda y se me pudrió. Voy cosechando y voy vendiendo. Se empieza a cosechar en abril hasta septiembre, octubre"*.

Formas de consumo

Existe una revalorización del producto y un mercado creciente debido a sus propiedades benéficas para la salud y funcionales, relacionadas a su alto contenido de inulina, fibra soluble que no es digerida por el intestino y actúa como sustrato alimenticio para la flora intestinal (prebiótico) (Kalyani et al., 2010). Elena Gallardo señala que no debe cocinarse más de diez minutos en las preparaciones.

FRUTAS

Cereza:

"La cereza de cultivo es grandota y dura y no tienen sabor a nada, yo prefiero comerme de las chiquitita, de las antiguas, que son más sabrosas"

Joaquín Viegas, Chile Chico.

Origen

La cereza (*Prunus avium* L.) pertenece al mismo género que el durazno, la ciruela, el damasco y la guinda. Sus antepasados silvestres están distribuidos en Europa, Norte de Turquía, y la región del Cáucaso (Vaughan y Geissler, 2009).

Sobre su introducción a Chile, Claudio Gay (1865) describe: *"Según Ovalle el primer cerezo proviene de unas estacas que un curioso trajo de España para el Perú. Eso sucedió en los primeros años del siglo XVII y desde entonces se han propagado en toda la República desde Copiapó hasta Chiloé".*

La cereza es una fruta muy común y abundante en la región de Aysén, especialmente en la zona continental. En ciudades y pueblos es común ver gran cantidad de árboles en los patios de las casas, en las quintas, algunas plazas y espacios públicos y en los campos en los sectores rurales. En Coyhaique, Puerto Aysén, Puerto Ibáñez y Chile Chico hay árboles de troncos muy gruesos, que alcanzan los 5 m de altura y que tienen más de 50 años de vida.

Descripción

Árbol de tamaño mediano, ramoso, hojas ovoides y lanceoladas, corteza lisa y madera color castaño. La floración ocurre en octubre, con flores en racimos generalmente blancas. El fruto es una drupa sin vellos, esférica, carnosa con una sola semilla en su interior. (Silva, 2010). Su maduración en la región comienza a fines de diciembre y se puede prolongar hasta fines de febrero.

Su coloración dependerá de la variedad. En Coyhaique hay dos principales: Corazón de paloma, de color blanco con una leve tonalidad rosada por un lado; y Roja que se tornan rojo oscuro cuando están maduras. El tamaño de estas cerezas es pequeño, de unos 2 cm de diámetro.

Formas de cultivo

Se cultiva tradicionalmente en huertos caseros y en los patios de las casas a lo largo y ancho de la región. Al caminar por las calles de Coyhaique durante enero, es posible apreciar en la mayoría de las casas un árbol grande cargado de cerezas. También es común observar que alrededor de árboles más añosos hay una buena cantidad de renuevos y árboles en distinto grado de desarrollo, ya que *"prende a partir de cuescos"* fácilmente en diversos terrenos.

Para que sea más fácil alcanzar la fruta, algunas personas los mantienen los árboles podados o cortan los ganchos más altos en la época de cosecha, para que no tomen demasiada altura. De este modo el árbol sigue engrosando su tronco y ramas hacia los lados, pero no verticalmente. El cerezo no necesita condiciones especiales para crecer, pero para que la fruta se desarrolle adecuadamente, tenga dulzor y carnosidad, deben darse condiciones básicas desde el momento de la floración: el viento a veces arranca las flores y eso impide o disminuye la producción de frutos. Si las heladas "queman" la flor, sucede lo mismo. Cuando el fruto ya ha cuajado, presenta mayor resistencia, pero para que madure adecuadamente precisa días de sol y calor. Cuando la fruta ha madurado, la cosecha de cerezas puede verse afectada por pájaros como zorzales y loros, que llegan a comerse la fruta y más delante cuando está más madura aún, si no se cosecha, es común que aparezcan unos pequeños gusanitos negros que también empiezan a alimentarse del fruto y descomponerlo.

Actualmente, la principal producción frutícola de la región es la cereza, siendo la principal variedad cultivada Sweet Heart, seguida por Bing, Kordia y Lapins (orden decreciente de hectáreas plantadas) (ODEPA, 2016). El microclima de Chile Chico, ha impulsado el desarrollo del cultivo comercial de cerezos en plantaciones de alta densidad y riego tecnificado produciéndose la cereza más tardía del país, con calibres muy competitivos para la exportación y muy pocos problemas sanitarios.

Joaquín Viegas del sector chacras en Chile Chico, ha sido testigo de la conversión agrícola que ha ocurrido los últimos años en la localidad, reemplazando árboles antiguos de las quintas por cerezos: *"Los frutales más antiguos aquí eran los manzanos, los perales y los guindos, pero ya no hay guindos... No queda nada de eso, porque sacamos y plantamos cerezos... Después del '90 en adelante, después del volcán. Las cerezas las cosecho como puedo con mi gente, ya no las entrego a exportación, porque no vale la pena, lleva mucho químico y lo que pagan no es nada. Así que no le pongo nada químico y las vendo así nomás"*. A pesar de la introducción de los cerezos de exportación, la cereza pequeña sigue siendo apreciada para su consumo.

Formas de consumo

Las cerezas se consumen frescas durante el verano y se preparan en conservas para disfrutarlas durante el invierno. También se elaboran mermeladas y distintos postres que las incluyen (ver preparaciones dulces).

Ciruela:

"La cosecha era en general realizada por las mujeres de la casa. Como era un árbol se le solicitaba ayuda a los niños para que treparan y pudieran alcanzarlas. Se extraían con la mano y de forma cuidadosa para que no se machucaran"

Dominga y Antonio Jaramillo, Lago Verde.

Origen

La ciruela (*Prunus doméstica* L.) corresponde a la ciruela europea que es una de las más cultivadas y consumidas en el mundo. Investigaciones recientes demuestran que es un híbrido interespecífico entre *Prunus cerasifera* Ehrh. o ciruela cereza y *Prunus spinosa* L. (Zhebentyayeva et.al 2019), de regiones euroasiáticas. Cuescos de las tres especies de *Prunus* fueron encontrados en sitios arqueológicos que datan entre 4000 a 6000 años antes de cristo en Alemania y Ucrania. Existe también el ciruelo japonés (*Prunus salicina*), de origen chino, pero domesticado en Japón y especies de ciruelos nativas de Norteamérica como el *Prunus angustifolia* Marhsall entre otros (Vaughan y Geissler, 1997).

El aporte que realizaron los agrónomos y botánicos andaluces en la identificación y clasificación de variedades de frutales en la península Ibérica durante el siglo XVIII y XIX fue fundamental, definiendo criterios para sistematizar la gran biodiversidad de ciruelos

existente en dicha zona. En Chile, entre los años 1777 y 1847 se aplicaron estos criterios y se identificaron siete variedades de ciruelos según color y forma de la fruta (ciruelos amarillos, blancos, negro, invernizo morado, de racimo); tamaño (ciruelo grande y pequeño); ciclo de cosecha (ciruelos de invierno); y origen geográfico (ciruelo de España y otros como el ciruelo de La Purísima y ciruelo Culenar) (Lacoste, 2011).

Descripción

El ciruelo es un árbol frutal caducifolio (que pierde sus hojas durante el invierno) de tamaño medio, que alcanza los 5 a 6 m de altura, de tronco de color pardo-azulado brillante. Sus hojas son oblongas y aserradas, de flores blancas, solitarias, con muchos estambres y anteras. La fruta puede ser redonda u ovalada, de color amarillo, rojo o violáceo, con mesocarpo carnoso amarillo con un cuesco alargado en el interior. Es un frutal rústico, fácil de cultivar, resistente al frío. Se propaga por semillas y por injertación.

Los ciruelos presentes en chacras de la región de Aysén son muy antiguos y de variedades muy diferentes a las variedades comerciales que hoy es posible obtener en viveros. Se reproducen fundamentalmente por cuescos, la fruta puede ser redonda o alargada y de colores, amarillo, rojo o negro.

Dominga Jaramillo y su hermano Antonio de Lago Verde, rememoran a la ciruela roja como un fruto común en las casas lagoverdinas. Era de color rojo brillante al sol, una forma algo alargada en la punta y por dentro color amarillo. Cuesco separado del carozo, de sabor dulce y jugoso. *"Mi padre Carlos Jaramillo Mella y mi tía Blanca Jaramillo traían plantas desde la Argentina. Iban a comprar víveres, en carretas con bueyes y traían los árboles pequeños"*, relata Antonio. Su familia es de origen chileno, pero vivieron mucho tiempo en Argentina, *"poco a poco fueron entrando a la zona de Lago Verde, a medida que corrían los límites"*, precisa.

Otro sector donde se daba una variedad de ciruela negra es en la comuna de Aysén, donde vive la familia de María del Carmen Velásquez.

Formas de cultivo

Los árboles son generalmente reproducidos a través de cuescos y crecen en huertos y quintas junto a otros frutales. No se les realiza manejo agronómico y por ende crecen con follaje frondoso y sobrepasan en muchos casos los 5 m de altura.

La época de maduración de la ciruela roja en Lago Verde variaba según la ubicación: *"Si estaba en el pueblo entre diciembre y enero ya estaban buenas para comerlas, pero si estaban arriba* [refiriéndose a las zonas donde ellos vivían, una zona de mayor altura y frío] *recién maduraban en febrero y duraban hasta principios de abril"* relata Antonio. No tiene claro por qué se perdió, pero comenta que con los años se cortaron muchos árboles en las quintas.

Formas de consumo

Las ciruelas se consumen preferentemente crudas, directamente del árbol. También se utilizan para preparar jugos, cocidas o como mermelada, aprovechando el sabor dulce-ácido. Desde la comuna de Aysén viene la preparación de chicha en base a ciruela negra, que se detalla más adelante.

Albaricoque:

El albaricoque es una variedad de ciruela muy difundido en la comuna de Coyhaique, tanto en sectores rurales como urbanos. Elicia Cadagan de Lago Atravesado, relata: *"Una amiga hacen aaaaños me dio unas plantitas chicas, desde Coyhaique. Luego agarré las semillas y las tiraba por ahí y me empezaron a salir muchas plantas. Se reían de mi, porque siempre juntaba las pepas en un vaso, yo las juntaba y las tiraba por ahí... y salían las plantitas de pepas, hay hartas que he producido y regalo mucho. Preparo mermeladas, jugos y las venden en la feria. Hago frascos grandes de conserva y en el invierno hago jugo con eso"*. Elicia las diferencia de las ciruelas. Para ella las ciruelas son amarillas y más grandes.

Morfológicamente son ciruelas redondas pero terminadas en una pequeña punta, de no más de 4 cm de diámetro, que pasan de un color amarillo a rojo con pequeñas pintas amarillas cuando están maduras.

Su reproducción es a través de cuescos. El árbol florece en primavera y a fines de enero empiezan a madurar los primeros frutos terminando el proceso en febrero. En ferias locales se observa la venta de albaricoques de varios colores, amarillos, verde claro, y rojo. Su sabor es dulce y ácido, la piel es suave y la pulpa de color amarillo, blanda y jugosa.

Frambuesa amarilla:

"La he tenido toda la vida, mi mamá la tenía aquí en Lago Atravesado donde nací y me crié. Después yo me la traje para acá"

Elicia Cadagan, Lago Atravesado, Coyhaique.

Origen

La frambuesa (*Rubus idaeus* L.) es originaria de Europa y el oeste de Asia. En sitios arqueológicos del periodo neolítico se han encontrado semillas de esta especie y otras *Rubus*. Su domesticación se inició en Europa hace más de 500 años (Vaughan y Geissler, 1997). Desde entonces, se han desarrollado una diversidad de variedades híbridas mediante cruzas con otras especies del mismo género, como *R. occidentalis* (frambueso negro), nativo de Norteamérica y *R. neglectus* o frambuesa morada. En el mercado mundial existen más de 100 variedades comerciales de diversos rendimientos, calidades, tamaños, formas y colores, destinados a consumo en fresco y procesado (INDAP, 2007).

Las frambuesas llegaron a Chile a mediados del siglo XIX, con los colonos de origen alemán que se establecieron a orillas del lago Llanquihue en la actual región de Los Lagos. Sin embargo, su cultivo comercial se inicia en los años '80 del siglo pasado con la introducción de cultivos comerciales como Glen Clova, Willamette, Heritage y Meeker (Bañados et al., 2015).

En Aysén las frambuesas fueron introducidas por colonos provenientes de Llanquihue y otras zonas de la actual región de Los Lagos. En 1910, el oficial de la marina Arturo Acevedo observó plantas de frambuesa cultivadas en pequeñas quintas, durante un viaje de inspección a la cuenca del río Aysén (Acevedo, 1912). La variedad de frambuesa amarilla es muy común, se encuentra en las huertas y a orillas de camino en las comunas de Aysén, Cisnes y Coyhaique. En palabras de Elicia Cadagan de Lago Atravesado: *"Esta frambuesa es la antigua* [mostrando la amarilla], *yo la estaba eliminando, porque tengo la moderna, pero no se compara con esta, es más rica, para comerla así nomás, es muy rica y madura muy pronto"*.

Descripción

Elicia Cadagan muestra orgullosa su frambuesal, un terreno cercado de aproximadamente ocho por ocho m, donde tiene plantas de tres variedades de frambuesas, la amarilla, la roja y la roja del norte: *"La estoy haciendo vivir porque se me había perdido, se la habían comido las ovejas. Cuando cerré aquí para huerto, para sembrar lechuga, repollo y zanahoria... hice matas así chiquititas e hice tres corridas y después se llenó. En dos años, tres años ya está muy desarrollada"*.

El frambueso amarillo es un arbusto que alcanza los 1.5 m de altura, de tallos leñosos recubiertos de espinas y brotes jóvenes pilosos. Tiene hojas ovaladas y dentadas de color verde claro amarillento, más claro que las hojas de las frambuesas rojas. Es una variedad unífera que significa que fructifica una vez al año, durante el verano (Silva, 2010). Otras variedades de frambuesas son bíferas o remontante, es decir fructifican a finales de primavera y finales de verano. El fruto de la frambuesa amarilla es pequeño, redondo y crece solitario, compuesto de pequeñas drupas agrupadas de color amarillo. Su principal característica es que al cosecharlas con la mano se separa con facilidad el receptáculo, y las drupas tienden a desgranarse. Es un fruto muy frágil. Recientemente se ha identificado que el color amarillo de esta variedad se debe a una mutación en un gen que codifica para una de las enzimas de la ruta de biosíntesis de las antocianinas, moléculas presentes en el género Rubus y responsables de su color y propiedades antioxidantes (Rafique, 2016).

En Aysén existen además dos variedades de frambuesas nativas, *Rubus radicans* y *Rubus geoides*, ninguna domesticada ya que tienen condiciones muy específicas de crecimiento. Fernán Silva precisa que la especie *Rubus radicans* es la que se indica en su libro *"Flora de Aysén"* como *Rubus geoides*. Es una hierba perenne, rastrera, de tallos y ramas cortas. Su fruto es una polidrupa pequeña de color verde, no alcanza el color rojo. Su distribución es desde la región de Magallanes a la del Biobío y el archipiélago de Juan Fernández. En Aysén se da en bosques de lenga y bosques siempreverde. La *Rubus geoides* se da en altura, la planta es más pequeña, pero el fruto es más grande y rojo (Silva, 2010).

Forma de cultivo

Sobre la forma de cultivo Elicia comenta: "*No le hago nada, hacer un hoyo y le hecho un poco de abono no más, si viene una sequía usted la puede regar. Es una planta que queda ahí como cosa perdida y uno la toma en cuenta cuando están cargadas, los meses de enero y febrero*". Elicia las reproduce a través de patillas.

Formas de consumo

Dada la fragilidad de este fruto, su consumo es principalmente en fresco e inmediatamente luego de ser cosechada. Elicia la transforma en jugo: "*Uno pesca un vaso, le hecha a la licuadora y le hecha agua mineral y hace un jugo súper rico*". También hace dulce o mermelada: *"Se hace como todos los dulces, por kilo de fruta, medio kilo de azúcar y se pone al fuego hasta dar el punto. Esta me quedó más oscurita que otras veces"*, comenta mientras muestra el dulce de frambuesas amarillas preparado el día anterior.

Guinda:

"Aquí en los campos toda la gente tenía uno o dos árboles de guindo, donde cae una semilla, sale un guindo"

Victoria Perán, Puerto Ibáñez.

Origen

El guindo (*Prunus cerasus* L.) es una especie de *Prunus* nativo de Europa y sudeste de Asia. Conocido como cerezo ácido, es muy consumido en países de Europa del Este (Vaughan y Geissler, 2009).

A principios el siglo XVII el guindo fue muy difundido en la región central de Chile, covirtiéndose un siglo después en uno de los frutales mas cultivados del país. Las preparaciones en base a guindo ácido, principalmente licores denominados *"enguindados"*, elaborados en base a la maceración del fruto en aguardiante, eran muy populares en los hogares chilenos. Los licores de guindas, mistelas y otros macerados eran bebidas muy apetecidas en la sociedad hispano-criolla colonial, sin distinción de estratos sociales (Lacoste et al., 2011).

En la región de Aysén el guindo es mencionado como uno de los árboles frutales con más historia en el territorio. En palabras de Joaquín Viegas del sector chacras en Chile Chico: *"Los frutales más antiguos aquí eran los manzanos, los perales y los guindos, pero ya no hay guindos"*.

Descripción

El árbol tiene forma arbustiva, es autofértil y más resistente a enfermedades que el cerezo (Vaughan y Geissler, 2009). El guindo se reproduce fácilmente por semilla y es frecuentemente utilizado como portainjerto del cerezo (Grau, 2007).

Este árbol florece entre los meses de octubre y noviembre y sus frutos maduran entre enero y febrero, al igual que las cerezas, dependiendo de las condiciones climáticas que suelen variar año a año.

Carolina Poo de Chile Chico, vivió su infancia en Gorbea, región de la Araucanía, donde conoció los guindos y los compara con los que ha visto en Chile Chico: *"Guindos hay silvestres, o sea guindos que prácticamente salen solos. A mí me gustaría tener una quinta de guindos, en Gorbea no maduraban y eran muy ácidos, aquí maduran y si bien son ácidos tu sientes el dulzor al final, son muy ricos. Talvez es porque aquí en Aysén los días son más largos".*

Forma de cultivo

Los guindos se encuentran frecuentemente en huertas y quintas en sectores rurales y pueblos, en torno a las viviendas. Victoria Perán de Puerto Ibáñez, comenta *"La guinda se da bastante bien aquí en la zona, toda la gente tiene guindo".*

Carolina tiene algunos árboles en la propiedad de sus padres y menciona que cada árbol produce aproximadamente 30 kg de guindas. Hoy la guinda se ha valorizado bastante y en Chile Chico se vende al mismo precio que las cerezas. Sus principales clientes son personas que aprecian las guindas para consumo en fresco y quienes producen enguindado, especialmente productores de licores de Coyhaique y recientemente del mismo Chile Chico.

Formas de consumo

Su fruto se cosecha y aprovecha en fresco y en preparaciones de manera doméstica. Eventualmente se pueden comprar directamente en un predio o por encargo. La guinda es ácida, de color rojo intenso y puede tener un leve amargor.

Carolina consume y vende la guinda fresca: *"La guinda se come como cereza, yo tengo clientes que me dicen que se comen un kilo en dos o tres días, son muy jugosas y muy ricas".*

Además de su consumo fresco, las guindas se utilizan principalmente para hacer licor de guinda, generalmente con aguardiente, con la guinda deshidratada o con la guinda fresca. Tambien se utilizan para preparar mermeladas y conservas o se deshidratan.

Victoria utiliza las guindas durante todo el año, para lo cual las cosecha del árbol, las lava, seca y congela con pepa. Con ellas prepara mermeladas o dulces para rellenar tortas durante el invierno.

Grosella:

"Mi madre y mi abuela preparaban empanadas de grosella hervidas cuando estaban en el campo. Algunas personas las preparan al horno, pero mi abuela las preparaba en agua hervida, porque las aprendió de la cocina tradicional chilota"

Elida Aguirre, Río León, Chile Chico.

Origen

La grosella (*Ribes uva-crispa* L.) conocida como grosellero, crece de manera silvestre en la parte norte y central de Europa (The Plant List, 2013). A partir del siglo XVI su cultivo se hizo muy popular, especialmente en los jardines de las casas, desarrollándose distintos cultivares (Vaughan y Geissler, 1997). Fue introducida al país por colonos alemanes durante el siglo XIX, adaptándose rápidamente a las condiciones climáticas y geográficas del sur de Chile (Medel, 1979). Su alta resistencia a heladas y su simple manejo en huerta casera permitieron que esta especie sea hoy muy difundida en la región de Aysén; en todos los hogares campesinos hay grosellas (Teuber, 2002). El sabor dulce-ácido de sus frutos ha permitido la preparación de productos con diferentes grados de procesamiento tales como mermeladas, licores y conservas.

En Aysén este fruto se conoce desde antiguo. En 1910 había ya plantas cultivadas en pequeñas huertas de colonos de la cuenca del río Aysén (Acevedo, 1912). Elida Aguirre de Río León, señala que las grosellas eran unas plantas muy apreciadas para su madre Margarita Pinilla, ya que las había heredado de su propia madre. Para ella, las frutas y en especial las grosellas representan la presencia femenina: *"Donde había una huerta llena de arbustos frutales se deducía que había una mujer preocupada de mantener estos frutos que requieren cuidados como la poda en su tiempo y propagación para ir teniendo nuevas plantas"*. Este fruto aportaba a la cocina campesina variedad de sabores para las mermeladas y preparaciones que hacían las ingeniosas mujeres del sector.

Descripción

Es un arbusto que crece entre 1 a 1.5 metros de altura, densamente ramificado y cubierto de espinas. Sus hojas pueden ser trilobuladas o pentalobuladas, de flores acampanadas, hermafroditas y solitarias. Sus órganos vegetativos y reproductivos tienen una alta resistencia a las heladas. Florece desde septiembre a noviembre y sus frutos maduran en enero (Silva, 2010).

Existen variedades comerciales de colores verde, amarillo y rojo y ecotipos regionales de frutos amarillos y rojos. Los ecotipos locales si bien son menos productivos que los comerciales, dan frutos 2 a 3 veces en tamaño (Teuber, 2002). Elida señala que las grosellas que tenía su madre eran grandes y cuando estaban maduras eran amarillas.

Forma de cultivo

La grosella es un arbusto que se cultiva en huertas, cerca de la casa, con cercos para protegerlas de los animales. Necesita de un suelo blando y húmedo. Elida señala que su madre cosechaba las grosellas en verano con ayuda de sus hijos en cualquier momento del día, ya que las matas estaban cerca de la casa, en el mismo lugar donde las había plantado muchos años antes su abuela Rosa Sáez.

Durante el otoño e invierno (desde mayo a agosto) se realiza la poda y posterior plantado de patillas para propagar plantas en forma ordenada en otra parte del predio.

Formas de consumo y preparaciones

En enero y febrero se cosechan los frutos verdes para elaborar mermeladas. Cuando están maduros se usan para conservas, salsa agridulce, tartas, empanadas y mermeladas. Elida Aguirre ofrece mermelada de grosellas a sus clientes, como producto local. Es un producto regional atractivo y con gran potencial de comercialización tanto para el mercado interno como externo. Actualmente, a partir del manejo agronómico de ecotipos del sector Cerro Galera, en la comuna de Coyhaique, se desarrolla una innovación financiada por FIA con este producto, que consiste en la elaboración de un espumante *premium* (espumante koskanhken).

Loga:

"La frambuesa es redondita como la mora y la otra es larguita, ésa es la loga"

Elisa Mariman, Puerto Aguirre.

Origen

Se denomina loga al loganberry (*Rubus loganobaccus* L.H.Baley). Esta planta frutal es un híbrido originado en California, Estados Unidos en 1881, al cruzar una variedad de mora americana silvestre (*Rubus ursinus* Cham. & Schltdl.) y una variedad de frambuesa (*Rubus ideaus*). Posteriormente fue introducido a Europa (Vaughan y Geissler, 1997).

"Mi mamá llegó de Puerto Montt, ella vivió antiguamente en una isla cercana a Puerto Aguirre, en esa isla tenía huerta, cuando nos vinimos mi mamá trajo esa planta", recuerda Maria Mancilla de Puerto Aguirre. *"Mi mamá sembraba mucho, sembraba de todo: arvejas, papas, ella tenía esa y otras como la frambuesa"*, agrega.

En la región de Aysén la loga se encuentra distribuida tanto en los archipiélagos como en el continente y a lo largo de todo el territorio. Para este inventario se ha reportado su presencia en las diez comunas de la región, y se la conoce bajo los nombres alternativos de *"frambuesa alemana"* y *"frambuesa cascada"*.

Descripción

Es una planta vigorosa, muy resistente a enfermedades y a heladas. Su fruto es rosado oscuro, alargado y con vellocidades, de sabor dulce-ácido, con poca vida pos cosecha.

Elisa Mariman de Puerto Aguirre, relata que posee en el patio de su casa diversos tipos de frutos rojos silvestres, hace la diferencia entre frambuesa y loga: *"La frambuesa es redondita como la mora y la otra es larguita, ésa es la loga. Posee unos pequeños pelitos delgados que la diferencian de la frambuesa aunque posean el mismo color (...), la loga empieza a madurar en diciembre, tiene una temporada nomás, las primeras semanas de enero ya habría que estar cosechando la loga, porque por ejemplo ahora, ya están demasiado maduras.* El clima de la isla es frío, lluvioso y húmedo, lo que hace que la temporada se alargue un poco: *"Acá en esta zona es diferente porque acá tenemos poco calor y mucha lluvia (...), la fruta madura más lento."*

Formas de obtención

La loga está presente en huertos, pero es bastante escasa. El tiempo de la loga comienza en diciembre: *"Ahí empieza a madurar, tiene una temporada no más, de diciembre y enero, de ahí ya no tiene más, se da una vez al año como toda fruta. Una mata de loga más o menos rinde unos dos o tres potes del fruto"*, explica María Mancilla, *"Una mata da harta loga"*, enfatiza.

Formas de consumo

Debido a su poca abundancia la loga se aprovecha de consumir fresca y en preparaciones dulces durante el verano. No es habitual la preparación de mermeladas o conservas.

María utiliza la loga para preparar kuchen y para acompañar otros postres como por ejemplo la sémola con leche: *"El kuchen queda rico, la loga va enterita, se limpia nomás y se le va poniendo, cuando tu la preparas, la riegas en la asadera. Para la sémola se le agrega arriba la loga mezclada con azúcar, eso se muele y se le agrega, similar al relleno de la empanada hervida".*

Elisa Mariman comparte su receta de empanada hervida que prepara con muchos frutos diferentes en toda época del año y especialmente con loga durante el verano: *"el relleno de loga es de color fresa, rosado potente porque la loga con el azúcar se hace como un jarabe, pero siempre queda la fruta allí, quedan las pelotitas y el jugo de la loga".*

También prepara empanada de loga al horno que además de la harina y el azúcar contiene huevo, polvos de hornear y manteca. *"Cuando la empanada es al horno le colocas* [polvos de hornear] *royal, puede ser manteca o mantequilla, 1 ½ cucharada"*, explica María. *"Por ejemplo para dos tazones de harina debes colocarle cuatro yemas del huevo, dos cucharadas colmadas de royal, después le colocas el agua. El relleno se debe agregar al igual que la empanada hervida, la loga con el azúcar".* Para que la empanada *"no se abra"* durante la cocción se unta con una brocha un poco de aceite vegetal. Se cocina unos doce minutos: *"Ahí se va viendo, por ejemplo cuando se pincha con la punta de un fosforito y si sale seco, está listo, si está doradita encima está cocida".*

Manzanas:

"Esta manzana amarilla es rica, es bien blanca adentro, es bien acidita, el nombre no sabría decirle, es rica para hacer empanada y para hacer la mazamorra. Aquí hay otra manzana pero no es dulce, no se consume ni se vende, mi hijo la hacía chicha"

Luisa Ruiz, Bahía Jara, Chile Chico.

Origen

La manzana (*Malus domestica Borckh*) es un árbol frutal originado en las montañas de Kazajistan, en Asia Central, desde su progenitor silvestre *Malus sieversii* (Ledeb.) M.Roem. A partir de allí se generaron cientos de variedades diferentes por procesos de hibridación, que se adaptaron a las distintas geografías y climas de Asia y Europa (Nan Wang, 2018). Los manzanos fueron introducidos al territorio durante la conquista a fines del siglo XVI y rápidamente se propagaron como relata Claudio Gay (1865): *"El manzano... desde el principio de la conquista se cultiva en Chile, habiéndose multiplicado de tal modo que forma selvas tan espesas en las provincias de Valdivia y Chiloé que sería difícil convencer a los habitantes de su completa ausencia unos dos siglos y medio atrás".*

En la región de Aysén el manzano es considerado uno de los frutales más antiguos, formando las primeras quintas, algunas de las cuales conservan árboles de 70 años o más. En 1910 ya se identificaban ensayos con estos frutales en Puerto Aysén y el valle Simpson (Acevedo, 1912). Luisa Ruiz de Bahía Jara, relata que Cantalicio Jara Burgos, abuelo de su marido, llegó a dicho sector en 1912 proveniente de Antuco, desde donde se trajo árboles frutales. Su casa, de más de cien años, está protegida por una hilera de álamos y en la quinta tiene nogales, perales y manzanos centenarios que son evidencia de este antiguo poblamiento.

En el censo agrícola de Aysén, realizado en 1929 por instrucción del intendente Luis Marchant, se constataron plantaciones de manzanos en quintas de Chile Chico y Puerto Ibáñez.

Descripción

Es un árbol que puede alcanzar los 10 metros de altura, de copa redondeada o globosa compuesta de numerosas ramas. Sus hojas son ovaladas, aserradas y caducas. Sus flores son grandes, de color blanco y rosado y organizados en corimbo. Florece en primavera.

En Aysén los manzanos de las quintas tienen formas diversas según su edad, su variedad y si están o no sometidos a manejo. La diversidad de ecotipos es enorme y una misma variedad puede ser nombrada de manera distinta dependiendo del sector. Hay manzanas de colores y tonalidades amarillo, verde y rojo, con cáscaras con pintas o rayas, forma redonda, achatada o como corazón y de todos los tamaños. Hay manzanas de pulpa blanca o amarilla, de sabor dulce, dulce-ácido y ácido-agrio, jugosas o harinosas, firmes y blandas. Hay manzanas tempraneras que maduran en febrero y otras tardías que maduran en abril. En una quinta conviven cinco o más variedades distintas siendo las más nombradas la Cabeza de Niño, Limón, Azúcar, Verde, Delicia, Fierro, Candelaria y Reineta. Enriqueta Avendaño de Los Torreones, se refiere a algunas de estas variedades: *"La manzana Candelaria es de Chiloé, se llama así porque para el dos de febrero que es ese santo, ya está buena para comerla... Esta es la manzana de azúcar, este es un árbol pequeño porque lo traje de la arboleda de mi abuelo. Se llama así porque es muy dulce, es bien roja y media alargada, no es redonda".*

Formas de obtención

Los manzanos se pueden reproducir a través de la germinación de pepas (semillas), sin embargo, para mantener las variedades la propagación debe hacerse a través de injertos. Algunos informantes mencionan que sus padres o abuelos realizaban injertos e incluso generaban sus propias variedades. Lamentablemente hoy existe un escaso conocimiento sobre injertación y es una práctica basada en la prueba y el error.

Los manzanos están en quintas alrededor de las casas o en huertos frutales, coexistiendo con pollos, pavos, ovejas y cerdos que se alimentan de las frutas caídas al suelo y proporcionan abono a la tierra. En algunos sectores de la región existieron grandes plantaciones comerciales que hoy han sido reemplazadas por cultivos modernos o eliminados por el avance de los sectores periurbanos. En Chile Chico, Joaquín Viegas relata: *"Mi papá Joaquín Viegas Caetano, plantó 1.200 manzanos en el año 1944. Los trajo desde El Vergel de Angol. Mi papá era portugués y muy compinche del General Marchant. Luego yo los hice volar, porque planté cerezos".*

La cosecha se inicia en febrero y finaliza en abril entrado el otoño. Algunos árboles son podados para mantenerlos a una altura de máximo 3 m y así cosechar utilizando escalera, tomándolas una a una para que no se dañen. En algunas quintas donde los árboles no han sido podados y las manzanas están a mucha altura se utiliza una "caña" (botella plástica partida atada a un palo largo) para cosecharlas. Por lo general los manzanos cargan mucha fruta por lo que la cosecha de un buen árbol puede dar varios sacos de manzanas. Carolina Poo de Chile Chico, comenta: *"Hace dos años, aquí hubo una buena temporada donde todos los árboles cargaron y salieron 17 variedades de manzanas... esa temporada saqué entre 8 a 8.5 toneladas y me tardé cuatro meses. Un árbol grande me da fácilmente 100 kilos".* La producción es fundamentalmente para autoconsumo, pero también para venta. Durante el mes de abril se comercializan manzanas para guarda y manzana de chicha en ferias o por encargo a los dueños de las quintas. Alba Segovia de Puerto Ibáñez, relata: *"Yo tengo manzanas de guarda que vendo aquí en el pueblo y me compran hasta el mes de agosto, hasta ese mes tengo manzanas para la venta. Estas manzanas se trajeron de Puerto Octay, las trajo mi suegro, porque fue a hacer un curso de poda, hace muchos, muchos años".*

Formas de consumo

Las manzanas se clasifican en manzanas de consumo directo, de guarda y para chicha. Las primeras son manzanas que maduran en febrero y que se consumen preferentemente frescas. Las de guarda son variedades que se cosechan en Otoño antes que comience la escarcha, son firmes y jugosas y tienen muy buena poscosecha, es decir pueden ser conservadas por periodos extensos de tiempo (3 a 6 meses). La importancia de estas variedades es que permiten disponer de fruta fresca durante el invierno. Se conservan en sacos de arpilleras o cajones de madera en bodegas o habitaciones oscuras y libres de humedad. El *"guardar manzanas"* es una práctica de antigua data y muy extendida en las localidades alrededor del lago General Carrera como Puerto Guadal, Puerto Ibáñez, Bahía Murta, Puerto Tranquilo y Chile Chico. Otra forma de conservación es en orejones o manzanas en rebanadas secadas al sol. Las que sirven especialmente para chicha son aquellas manzanas blandas, jugosas y ácidas que no sirven para guarda ni son apetecidas para consumo. Sin embargo, cualquier manzana sirve para chicha dependiendo de la abundancia y de las características de color y acidez que se desee otorgar a la preparación. Blanca Molina de Coyhaique, indica al respecto: *"La manzana para chicha no tiene que ser dulce tiene que ser un poquito ácida, porque el sabor da distinto dependiendo de la manzana, eso es lo que más hay que tener en cuenta. Si la manzana es roja la chicha es distinta a la manzana verde, tiene otro sabor. La manzana roja es más picantita y sale una chicha con más color. La verde es más suavecita y más cristalinita".*

Las preparaciones más tradicionales con esta fruta son las manzanas al horno con azúcar, la empanada de manzana, las manzanas cocidas como compota o mazamorra, mermelada de manzana y en kuchen o queques.

Manzana Cabeza de Niño:

El nombre manzana Cabeza de Niño alude a su principal característica que es su gran tamaño. Blanca Molina cuenta que: *"las manzanas más antiguas son las Cabeza de Niño, mi papá la tenía y mi abuelito la tenía allá en el campo en Futaleufú. Acá las manzanas Cabeza de Niño no las he visto, la manzana es grande, como un melón. El árbol crece desparramado".*

En Puerto Ibáñez, ribera norte del lago General Carrera, Ernesto Rosas relata mientras muestra sus manzanos: *"Mi papá, Silvio Rosas Manzano vino de Osorno hace más de 70 años a vivir a Ibáñez. Todo esto lo plantó él cuando llegó. Mi papá las llamaba Cabeza de Niño. Las dejo para mí porque son poquitas las que quedan, este año con el viento cayeron todas. No son de guarda, son buenas para hacer empanadas de manzanas".*

Cuando está en su estado óptimo de maduración es una manzana de cáscara color amarillo y rojo-anaranjado con rayas de un rojo más oscuro, perfumada, jugosa y dulce-ácida. Se cosecha en abril. Tiene un diámetro aproximado de 12 cm, aunque Ernesto comenta que pueden ser incluso más grandes y no caben en una mano. Sus características coinciden con las descritas en el Manual Agroecológico de la manzana de Chiloé, (Cooperativa de Productores Agroecológicos de Chiloé, 2018), no así con la descrita en el Inventario de Patrimonio Alimentario de la Araucanía (2018), que es una manzana de color verde oscuro.

Manzana Delicia:

La manzana Delicia es muy reconocida en Chile Chico y Puerto Ibáñez, donde se la denomina *"Deliciosa"*. Existe en varias quintas y es muy valorada como manzana de guarda. Es una manzana de calibre mediano, de color rojo intenso cuando está madura, con pintas blanco-amarillentas. Es firme, jugosa, dulce, de pulpa amarilla.

Carolina Poo de Chile Chico, comenta: *"Las Delicias al parecer vinieron desde el lado argentino. Los árboles en esta quinta fueron plantados entre el '64 y el '69, osea tienen entre 54 y 60 años, estaban aquí cuando llegamos. Estas manzanas yo creo que por el clima aquí se dan y llegan al punto de consistencia, de color, de maduración. Tengo dos variedades de Delicia... hay unas rojas y unas más oscuras tipo conchovino, y tengo unas más tempraneras y otras tardías. Es dulce y muy olorosa"*. Carolina cosecha las Delicia cuidadosamente a mano a medida que van madurando durante los meses de marzo y abril. Las clasifica por variedad y las guarda protegidas del sol para la venta.

Manzana Limón:

La manzana Limón es de calibre pequeño, cáscara de color amarillo con pintas de color café claro. Algunas de ellas presentan una tonalidad rosada por el lado que les da el sol. Se cosechan en febrero y marzo. Son manzanas delicadas, no resisten presiones o golpes. Son dulce-ácidas, jugosas y multipropósito, pues se consumen en fresco, en postres y también como chicha. Enriqueta Avendaño comenta: *"sirve pa´ las empanadas... porque es tipo la Candelaria, de la misma familia, es más primeriza y más dulce. No es muy firme, se deshace, para guardar son otras..."*

Vinagre de manzana

Para la preparación del vinagre se utiliza cualquier tipo de manzana, pero dependiendo del tipo de manzana y su maduración son las características del vinagre obtenido. Las manzanas rojas dan un jugo más oscuro que las manzanas verdes y por ende un vinagre con más color. Carolina Poo de Chile Chico, explica: *"Se utiliza de lo que tienes más, puedes usar todas las variedades incluso una mezcla. El vinagre que yo vendo tiene un 80% de manzana delicia que da un sabor muy diferente. El jugo de delicia es como agua turbia, no así el jugo de manzana verde que es amarillo claro, y esa diferencia también se aprecia en el vinagre. También el sabor que adquiere depende de la maduración de la manzana, si está verde o bien madura"*. El procedimiento de preparación del vinagre tiene varias etapas. Las manzanas se muelen y se prensan hasta obtener el jugo de manzana. Existen máquinas artesanales con rodillos de madera con clavos o también se utilizan molinos de piedra. En temporada de manzanas maduras, 1 kg de manzanas da aproximadamente 1 litro de jugo.

El jugo se vierte dentro barricas de madera que contiene la *"madre"*, según explica Carolina: *"La madre es una masa elástica, inmensa, tu la estrujas y se achica, y le sacas todo el vinagre. Te la puedes conseguir de otras personas para que el vinagre se haga más rápido porque si tu haces tu madre te demoras entre 2 a 3 años. Yo me la traje de Gorbea, mi papá tenía quinta de manzanos y mi familia hacían vinagre. Los barriles se vinieron con la madre adentro. Cada cinco años es recomendable hacer un lavado de la madre ya que va surgiendo nueva pero también va muriendo y se vuelve negra"*.

El barril con el jugo de manzana se deja en reposo para que ocurra el proceso de fermentación. Carolina explica que a los 2 años tiene un sabor leve a vinagre pero no es agradable. A los 3 años está listo, momento en el cual ella lo filtra y lo guarda en botellas oscuras para su venta.

Pera:

"Este árbol lo trajeron de Antuco, ¿y cuántos años tiene? Si es la edad de la casa y hasta el siglo"

Luisa Ruiz, Chile Chico.

Origen

La pera que se produce y consume en Aysén corresponde a la variedad europea (*Pyrus communis* L.), originaria de la región del Cáucaso y Asia central, a partir de sus ancestros *Pyrus pyraster* L.(Burgsd.) y *Pyrus caucasica* Fed. Cultivada en Europa por los griegos desde tiempos antiguos, experimentó durante los siglos XVIII y XIX un desarrollo importante, lográndose muchas variedades en Bélgica, Francia e Inglaterra (Vaughan y Geissler, 2009).

Los perales llegaron a Chile durante la Conquista, adaptándose rápidamente a los climas benévolos y suelos fértiles del territorio. El viajero francés Amedée Frezier, que recorrió el territorio del Reino de Chile entre 1712 y 1714, describió la presencia de perales y manzanos y no escondió su sorpresa ante su abundancia: *"Las peras i manzanas se dan naturalmente en los bosques i al ver la cantidad que hai, cuesta comprender cómo esos árboles han podido multiplicarse i esparcirse en tantos lugares desde la conquista"* (Frezier, 1902).
Una opinión compartida por muchos de los entrevistados es que en Aysén los frutales más antiguos de las chacras son las manzanas, los guindos y los perales. Luisa Ruiz de Bahía Jara, comparte su recuerdo: *"Este árbol lo trajeron de Antuco, ¿y cuantos años tiene? Si es la edad de la casa y hasta el siglo"*.

"Aquí en la Patagonia hay hartos perales" explica Victoria Perán de Río Ibáñez, *"a la gente no le llama mucho la atención, puede ser por la consistencia que tiene, pero cada fruta tiene su sabor, hay que buscarle el ajuste a la fruta"*, reflexiona.

Descripción

El peral es un árbol que puede alcanzar hasta los 20 m de altura y vivir hasta los 200 o 300 años. Es un árbol caducifolio, de tronco erecto y hojas ovaladas. Sus flores son blancas o rosado claro organizadas en corimbos (Vaughan y Geissler, 2009).

Es una especie de buena tolerancia al frío y requiere horas de frío para salir de la dormición e iniciar un nuevo ciclo. Existe una gran variedad de perales que dan frutos de distintas formas y fechas de maduración desde los meses del verano hasta el invierno.

En Aysén no hay mucho conocimiento de variedades de peras, se describen dos clases principales según su época de cosecha: las peras de agua o de verano y las peras de guarda o de invierno. Luisa tiene cuatro variedades distintas de peras en su casa, cuyo origen se remonta a la llegada de su suegro Cantalicio Jara Burgos a Chile Chico desde Antuco en 1912: *"Cuando llegué en 1978 estaba todo acá, no sé de donde lo trajeron ni que variedades son. Para la Guerra del '18 Cantalicio ya estaba instalado acá, no sé si en el campo de Santiago Fica haya de esta misma pera. Ellos estaban todos juntos cuando se vinieron"*.

Las peras de agua maduran en marzo o abril dependiendo del clima, son muy jugosas y blandas, *"estas son las peras de agua, son jugosas y más tempraneras, ya cayeron todas"*, señala Luisa. Carolina Poo de Chile Chico, explica: *"En la chacra tengo dos variedades de pera de agua, unas tempraneras que salen junto con las manzanas en marzo y un mes después salen las otras. Depende de la temperatura, los meses pueden cambiar, en promedio un mes de diferencia."* Carolina señala que las peras de agua se caracterizan porque en su punto

de maduración la cáscara es amarilla y a temperatura ambiente duran como máximo una semana. Si se cosechan verdes pueden durar unas tres semanas.

Las peras de invierno no alcanzan a madurar en la mata, se deben cosechar verdes en otoño, antes que empiecen las heladas y así evitar que se escarchen. Estas frutas se conservan durante el invierno al igual que las manzanas. *"Esta pera es de invierno. Eso es cuando se cosecha verde, no alcanza a madurar en el árbol, porque la pilla la helada. Tiene que guardarla y dejarla ahí nomás. Se pone bien amarillita cuando está madura".*

Formas de obtención

Los perales están alrededor de las casas o en las quintas junto a los otros frutales. Se reproducen principalmente por esquejes. Crecen sin mayores cuidados ni podas. La producción de perales al igual que los manzanos, puede ser afectada por el clima, principalmente heladas a principios de noviembre que impactan al fruto. Carolina señala además la existencia de una polilla que ataca la producción. Las peras se cosechan a mano y si la fruta está muy alta, se utilizan escaleras para alcanzarlas.

Formas de consumo

La principal práctica asociada al consumo de la pera, aún vigente en Aysén, es la guarda. Junto con la manzana son frutas para los largos meses de invierno e inicios de primavera. En palabras de Victoria Perán: *"La fruta de guarda es para comer en los tiempos que no hay".*

Las peras se consumen principalmente frescas. Son menos apreciadas que las manzanas, probablemente por su textura blanda cuando están maduras, aunque son ideales para preparar jugos. Victoria cuenta al respecto: *"Yo hace años atrás arrendé una casa donde había muchas peras y preparé mermelada de pera, peras al vino tinto y hasta tartaletas de pera".* También se preparan las peras al horno con azúcar y un poco de vino.

Pera de fierro:

La pera de fierro es una variedad de guarda, de cáscara color verde con café, de gran tamaño, más redonda que alargada. Se cosecha verde y se conserva durante todo el invierno madurando lentamente. Luisa Ruiz relata mientras señala el viejo peral al frente de su casa: *"Las peras de fierro, que le decían ellos* [refiriéndose a su suegra y su marido] *es una pera bien grande... y ese gancho que está caído se había cortado y no alcanzó a desprenderse y agarró de nuevo. Éstas a fines del mes de abril las cosecho y las guardo y en julio o agosto están maduritas. Hay que cosecharla para que no se caigan con el viento y para que no se escarchen. Ahora están medio ácidas no les va a encontrar sabor. Estas son muy dulces, mucho más que la pera de agua, no sabría como explicar. El corazón es muy blanquita".*

Al otro lado del lago General Carrera, Victoria Perán de Puerto Ibáñez, también conoce la variedad: *"La pera de guarda o pera de fierro, es una pera más dura, muy resistente. Se guarda y en agosto o septiembre, cuando no hay fruta, ya está muy rica para comer".*

Zarzaparrilla:

"Yo la conocía, nosotros le decíamos parra, cuando era cabrito chico... pero era una cosita chiquitita si, estas son más grandes, las mejoraron quizá"

José Legue, Coyhaique.

Origen

Las zarzaparrillas, popularmente conocidas como parra o corinto, son en realidad tres especies diferentes ampliamente difundidas a la región de Aysén: *Ribes nigrum* L. o zarzaparrilla negra, *Ribes rubrum* L. o zarzaparrilla roja y *Ribes magellanicum* Poir. *R. nigrum* y *R. rubrum* son originarias de Europa donde su cultivo es muy difundido especialmente en Holanda, Polonia, Alemania, Austria y República Checa. Se cree que fueron introducidas a Chile por colonos europeos y rápidamente se adaptaron a las condiciones del territorio nacional (Medel, 1979). Hoy las zarzaparrillas están distribuidas desde la región de Magallanes hasta la de Los Ríos (Teuber, 2002; Obando et al., 2009). La tercera especie, *Ribes Magellanicum*, es nativa de Chile y Argentina. En el país su distribución abarca desde Magallanes hasta la región de O´Higgins. En Aysén crece en márgenes de bosques siempreverdes y bosque andino patagónico y su fruto era consumido por pueblos cazadores recolectores (Rapoport, 1999). A pesar de la existencia de una variedad nativa, de mayor data de consumo en el territorio, las variedades más conocidas son las introducidas, especialmente variedades nuevas de *Ribes rubrum*, más grandes y más productivas, obtenidas por mejoramiento genético. José Legue de Coyhaique, trabaja hace más de 28 años en el vivero Patagonia Estampa, propiedad de Teresa Cristi Saavedra, en la ciudad y comuna de Coyhaique y ha sido testigo de este proceso: *"Después vino zarzaparrilla, pero era la parra, es lo mismo... le cambian de nombre... pero era una cosita chiquitita si, estas son más grandes, las mejoraron quizá, los ingenieros... estas las trajeron de Holanda, dejamos dos melgas y de ahí empezamos a hacer las patillas... si antes no habían de estas plantas aquí en Coyhaique".*

Descripción

El *Ribes rubrum* o zarzaparrilla roja, es un arbusto caducifolio de 1-1.5 metros de altura, erecto, ramoso, con hojas de cinco lóbulos y bordes dentados. Produce flores en racimos de color amarillo. Sus frutos son falsas bayas globosas, lisos, rojos y brillantes, agrupadas en racimos. El *Ribes nigrum*, también conocida como casis o grosellero negro, se diferencia en que es un arbusto de aspecto menos erguido y sus flores tienen un color rojizo en su interior. Sus frutos son negros y aromáticos. Las dos especies se cultivan en huertos. El *Ribes magellanicum* o zarzaparrilla nativa es un arbusto de hasta 3 m de altura, de hojas trilobuladas y de margen aserrado. Las inflorescencias se organizan en racimos con flores rojas campanuladas y pendulares y dan origen a un fruto globoso de color morado oscuro. Esta especie es frecuente en zonas húmedas, en claros y márgenes de bosques siempreverdes y en quebradas de bosques deciduos (Silva, 2010; Teuber, 2002). Sus hojas tienen propiedades medicinales y se utilizan para bajar la fiebre. Sus ramas eran utilizadas por los pueblos originarios de Patagonia y Tierra del Fuego, para elaborar astiles de flecha destinados a la cacería de aves acuáticas, por ser livianas y flotar (Chapman, 1986. En Prieto, 2011; Domínguez, 2010; Martínez Crovetto, 1968).

Según informó Bertila Velásquez del sector El Salto en Coyhaique, la variedad silvestre es factible de domesticar mediante patillas. En la época de maduración (enero), es posible encontrar un pequeño comercio del fruto en ferias de productores locales.

Forma de cultivo

El corinto se reproduce vegetativamente a través de estacas o patillas. Dominga Jaramillo de Lago Verde, comenta que los que ella tiene en su huerto fueron traídos de sitios vecinos: *"Esta tarea es ideal realizarla a la entrada del invierno, ya que permite que pegue rápido"*. La zarzaparrilla es una baya pequeña, que crece en racimos, la mayoría son rojas, aunque también es posible encontrar en huertos de color verde y amarillas. *"Nosotros tenemos rojas pero hay amarillas también, y hay una media blanca, porque allá entre las rojas nos salió una media blanca. Antes todo el potrero estaba lleno, se cría sola"*, explica José Legue. Los arbustos dan una gran cantidad de frutas. Su cosecha debe ser muy cuidadosa para no dañar el fruto.

En los últimos años se han realizado varias iniciativas y programas con el fin de incrementar el número de hectáreas cultivadas con frutales menores tales como arándanos, frambuesas y zarzaparrillas. Además se ha estado trabajando en la implementación de huertos bajo plástico para protegerlos de las condiciones climáticas, en las comunas de Río Ibáñez, Aysén y Coyhaique. Los productos están siendo comercializados en temporada en ferias realizadas en las capitales de las tres comunas mencionadas y tienen un interesante mercado local en torno al turismo (McLeod C. et al., 2014; Obando et al., 2009; Teuber 2002)

Formas de consumo

Tiene un sabor agridulce muy agradable, delicado, sobre todo en su estado ideal de maduración. El fruto es pulposo con un hollejo muy delgado, casi imperceptible al comerlo, tiene unas pequeñas semillas por lo que algunas personas al prepararlo prefieren colarlo, aunque son mucho más pequeñas y blandas que las del calafate. Por ser una fruta de consistencia casi líquida es difícil su conservación, su consumo es de temporada y con ella se preparan mermeladas, empanadas, tartaletas, jugos y jarabes.

Hierbas

Chascudo:

"Mi abuelita Salomé me contaba que guardaba todas las hierbas secas para el invierno con lo cual preparaban embutidos y charquis"

Victoria Perán, Puerto Ibáñez.

Origen

El chascudo es el nombre popular del tomillo (*Thymus vulgaris* L.) una hierba presente en la huerta y muy apreciada por su aroma. Es una planta originaria del Mediterráneo, en especial del sur de Italia, cultivada en Europa como planta aromática y culinaria (MINSAL, 2010). Sin embargo, también se denomina chascudo a una especie diferente conocida como ajedrea (*Satureja hortensis* L.) similar al tomillo pero de sabor más fuerte y picante (FIA, 2016). Victoria Perán de Puerto Ibáñez cultiva ambas hierbas en su huerta y explica: *"La mamá de mi abuelita, la abuela Salomé Miranda Díaz vino de Chiloé a vivir a Levicán en 1923, siete años después que su marido. Lo que ella me comentaba era que se trajo las hierbas de Chiloé. La pimientilla lo que ahora se conoce como el tomillo y después el chascudo que le decían comino negro usado para las carnes. De lo que yo he sembrado, el chascudo cunde mucho, pero no así el tomillo, no cunde. Entonces ahí tal vez hay una diferencia. El chascudo donde cae una semilla, seguro que sale una planta".*

Descripción

El tomillo es una planta muy aromática, de tallos y ramas leñosas, hojas pequeñas y afiladas, flores rosadas o blancas agrupadas formando una especie de espiga en el vértice de las ramificaciones del tallo (Silva, 2010).

Formas de obtención

Se reproduce a través de semillas y se cultiva principalmente en invernadero, aunque también en huerta al aire libre. Irma Viorene Catalán de Chile Chico, relata el origen de esta hierba que cultiva en su invernadero: *"Mi mamá lo sembraba afuera, porque no habían invernaderos antes. Ahora está florecido, porque está para semilla. La semilla me la traje de Bahía Murta".*

Formas de consumo

Irma ríe cuando escucha el nombre de tomillo: *"Antiguamente lo conocí por chascudo, por mi mamá, y después le cambiaron el nombre. La semilla es la miiiisma, si lo que pasa es que le cambiaron el nombre, igual que la cebolla todo el año ahora le dicen ciboulette. El chascudo, se usa para las comidas, las carnes y cazuelas. Tiene mejor aroma que el orégano".*

Victoria Perán recuerda: *"Mi abuelita me contaba que guardaba todas las hierbas secas para el invierno con lo cual preparaban todos los embutidos y charquis. Ellos criaban cerdos y hacían prietas y chorizos. Esto lo aprendió en Chiloé, que por los comentarios de personas más antiguas decían que la abuelita Salomé cocinaba muy bien".*

Hinojo:

"Sus semillas son más aromáticas aún y se usan generalmente para tomar mate dulce"

Enedina Rain, Cochrane.

Origen

El hinojo (*Foeniculum vulgare* Mill.) es una planta originaria de la zona sur de Europa (cuenca mediterránea), ampliamente distribuida en todo el mundo. En Chile crece a orillas de caminos. Ha sido siempre muy valorada en las casas de campo por sus excelentes propiedades medicinales.

Enedina Rain, agricultora y pionera del sector Tamanguito de la ciudad de Cochrane, considera que este producto es endógeno, ya que se ha cosechado por muchos años en el sector y era utilizado por su abuela, que venía de la Araucanía, como planta medicinal.

Descripción

Es una planta perenne que alcanza los 2 m de altura, de tallos lisos, huecos y ramosos, de hojas muy delgadas y alargadas (Silva, 2010). Sus flores están organizadas en umbelas y son de color amarillo.

Toda la planta despide un aroma dulce anisado muy agradable, siendo sus semillas más aromáticas que las hojas. Existe una variedad dulce (*Foeniculum vulgare* Mill. var. *Azoricum),* que posee un tallo bulboso blanquecino que se puede comer como ensalada crudo o cocido. (Silva, 2010). Se propaga fácilmente por semillas.

Formas de obtención

En la región de Aysén se arraiga en terrenos blandos y húmedos, necesita abundante agua y sol. La cosecha del hinojo se inicia en febrero y termina en abril, cuando comienzan las primeras heladas. Es una planta de varios cortes, es decir, se cosecha una vez y vuelve a crecer para ser cosechada nuevamente. Una vez cortado se pone a secar en rejillas de madera o en una mesa, dándole movimientos con frecuencia para que se seque por todos lados.

Formas de consumo

Las hojas del hinojo se utilizan para aromatizar postres, como condimento para cocinar y para preparar licores. Las semillas son muy aromáticas y se utilizan para tomar mate dulce.

Enedina Rain cuenta que heredó la tradición de usar yuyos (plantas medicinales) de sus abuelos que venían de Temuco, quienes poseían muchos conocimientos de la medicina natural. El hinojo era una de las hierbas indispensables en la huerta, desde que se es pequeño hasta adulto mayor. Dentro de los saberes y usos tradicionales asociados al producto, está el consumo de infusiones para calmar dolores menstruales, cólicos intestinales (antiespasmódico) y para favorecer la digestión y la expulsión de gases (carminativo). El mate dulce con semillas de hinojo ayuda a las madres a la producción de leche materna (galactógeno) (MINSAL, 2010).

Orégano:

"Se cosecha en la huerta una vez al año, se hacen ataditos, se amarra siempre con los palitos hacia arriba y las hojas hacia abajo, y se ponen a secar al lado de la cocina a leña"

Rocío Ortega, La Junta.

Origen

El orégano (*Origanum vulgare* L.) es una hierba aromática originaria de la cuenca del Mediterráneo, cultivada mundialmente por sus propiedades como planta medicinal y para condimentar preparaciones. Los antiguos griegos creían que el orégano había sido sembrado por la diosa Afrodita y que fue ella quien le dio su aroma (Green, 2007). A Chile fue traído por los españoles y se difundió rápidamente en el territorio.

"El orégano lo trajo mi abuelita Salomé, la mamá de mi abuelita, desde Chiloé. Ella trajo su orégano, uno medio silvestre bien aperrado al clima", recuerda Victoria Perán de Puerto Ibáñez, para quien el orégano, el chascudo (tomillo) y el cilantro han sido las hierbas infaltables en las huertas de su familia. Según Rocío Ortega de La Junta, el orégano es una hierba que siempre ha estado en la huerta fuera del invernadero, al lado de las chalotas todo el año.

Descripción

Es una planta herbácea y vivaz (que vive más de dos años), con tallo recto que alcanza hasta los 60 cm de altura. Sus hojas brotan de dos en dos en cada nudo, son ovaladas y vellosas por el reverso. Las flores se disponen en espiguillas de hasta 3 cm y son de color violeta a rosado (Silva, 2010). En climas cálidos y luminosos el orégano crece más abundante y es más aromático. Sin embargo también crece en climas fríos y resiste bien las heladas. Es altamente valorado por su sabor, aroma y por sus propiedades medicinales como antiespasmódico, antiflatulento y para aliviar dolores menstruales. El aceite esencial y la infusión tiene un potente efecto antibacteriano (Teixeira et al., 2012).

Formas de obtención

Se planta en primavera, incluso en tierras poco fértiles. Rocío Ortega explica las técnicas de propagación actuales y pasadas: *"Se puede propagar por semilla pero lo más común es propagar por esquejes, de la misma planta madre se saca una parte con raíz y se planta en otro lugar para que salgan nuevas plantas. Se puede hacer de las dos formas. Ahora en invernadero tenemos orégano aún y estamos propagando en bolsas negras, en agosto o septiembre lo pasamos a la huerta. Antiguamente se propagaba más por semilla ya que no habían invernaderos".*

Como condimento se utilizan las hojas y los ápices floridos a punto de abrir, por lo tanto se cosecha durante el verano y se deshidrata: *"Se cosecha en la huerta una vez al año, se hacen ataditos, se amarra siempre con los palitos hacia arriba y las hojas hacia abajo, y se ponen a secar al lado de la cocina a leña. Una vez seco se envasa para consumir durante todo el año"*, agrega Rocío.

Formas de consumo

Victoria Perán relata sobre sus usos y formas de conservación: *"El orégano lo uso mucho para aliñar el pescado y el salmón, con ajo. También lo uso para las masas, las cazuelas y los panes artesanales que yo elaboro. Mi abuelita también usaba mucho el orégano para los embutidos, ella secaba todas sus hierbas y las guardaba. Yo hago exactamente lo mismo, cosecho, lo hago montoncitos así y lo seco con las hojitas hacia abajo. Luego lo guardo y tenemos toda la temporada cuando es invierno o cuando queda lejos la huerta. Yo le mando a mis hijos para que no compren el de supermercado".*

Vinagrillo:

"Mi abuela tenía mucho vinagrillo en su huerta, porque de repente era lo único que había para hacer ensalada, es muy rico y esto ayudaba mucho para que la persona no le haga mal la carne, lo hacían con rabanitos también"

Luis Valdés, Cerro Galera.

Origen

El vinagrillo o acederilla (*Rumex acetosella* L.), es una hierba de origen europeo y que se ha distribuido por todo el mundo. Su primer registro en Chile es de 1851 con un alto potencial invasor (Fuentes et al., 2014). En el territorio chileno está distribuida desde Magallanes a la región de Arica y Parinacota, incluyendo el archipiélago de Juan Fernández. Los mapuche la conocen como quelucachu cuyo significado es *"hierba colorada"* (Villagrán, 1998) y lo utilizan como ingrediente para preparar pebres. En la región de Aysén crece de manera silvestre en pampas, praderas antrópicas de la zona intermedia del territorio, a orillas de camino y en huertos (Silva, 2010). Su uso se refiere más bien a tiempos pasados, aunque se mantiene vigente en algunos hogares.

Descripción

Es una hierba perenne de 10 a 50 cm de altura, con hojas de láminas ovaladas y alargadas de color verde claro y flores pediceladas pequeñas de color rojo. Se reproduce fundamentalmente por semillas que son esparcidas por el viento, agua o a través de la ingesta de animales. Cubre rápidamente extensas áreas de terrenos de cultivo (Fuentes et al., 2014).

Formas de obtención y consumo

Crece principalmente durante la primavera y el verano. Es una maleza muy prolífica y por lo tanto abunda en huertas de hortalizas, quintas de frutales y cultivos, por lo que su obtención es muy fácil.

Es común su mención en los relatos de los primeros tiempos del poblamiento, como uno de los pocos vegetales disponibles y accesibles para el consumo. Valorado por su sabor ácido, hojas frescas enteras o picadas integraban ensaladas y pebres, dando sabor a las preparaciones y actuando como sustituto del vinagre. Las hojas tiernas maceradas en agua y miel o azúcar producen un refresco semejante a la limonada; presenta además propiedades medicinales como depurativo y digestivo (Silva, 2010).

El vinagrillo se utiliza fresco recién cortado, en pebres con cebolla de verdeo y en ensalada acompañado de lechuga u otra verdura.

2 | Productos silvestres

HORTALIZAS

Brote de quila:

"Uno lo comía cuando era cabro chico, andábamos a la orilla de río, cuando andábamos jugando, era como comer nalca"

Orlando Soto, La Junta.

Origen

La quila es una planta nativa chilena perteneciente al género Chusquea con un número estimado de 12 especies distribuidas entre las regiones de Aysén y de Coquimbo (Parque Nacional Fray Jorge). En la localidad de La Junta, al norte de la región, la especie más característica es *Chusquea uliginosa* Phil. (Silva, 2010). Crece en sectores húmedos a orillas de ríos como el Palena y en bosques siempreverde. La expresión *"esto era pura quila"*, o *"puro quilanto"*, se repite entre los antiguos habitantes de distintos territorios de la región, rememorando el paisaje que encontraron las familias pobladoras al llegar a ocupar las tierras. Así lo relató el antiguo poblador de La Junta, Osvaldo Bohle, cuando fue entrevistado para el libro sobre la historia de la localidad: *"Bueno, lo que fundó La Junta fui yo, porque yo empecé acarrear toda la gente de aquí que sacaron campo,*

¡Si esto por allá era un solo quilantal, que no pasaban ni los chucaos!" (Cámara de Turismo y Comercio de La Junta, 2010). Al brote de la quila se le conoce en mapudungun como huilo (Osorio, 2019c, ms.).

Descripción

La quila es una planta perenne estructurada en cañas o culmos de 0,5 a 1,5 cm de diámetro y 2 a 3 m de altura. Los culmos presentan numerosas ramificaciones, las hojas son alargadas terminadas en punta, aguzadas y duras (Silva, 2010). Comúnmente forman matorrales difíciles de penetrar. La quila, al igual que la mayor parte de las especies chilenas del género Chusquea florecen sincrónicamente luego de un extenso periodo de tiempo de 10 a 30 años de crecimiento vegetativo, para luego dar semillas y morir (González, 2001). Por lo tanto, los brotes de cañas o culmos nuevos se presentan regularmente durante todo el periodo de vida de la planta.

Los eventos de florecimiento de quila se han asociado popularmente a periodos de hambruna y ruina. La gran cantidad de semillas liberadas hace proliferar la población de roedores silvestres, que una vez consumen la totalidad de dichos granos y sin más alimento al que acceder, se acercan a los lugares poblados en grandes cantidades invadiendo las cosechas y las casas. Esta invasión se conoce como *"ratonadas"* o en lenguaje popular del sur de Chile como "ratadas" (González y González, 2006). Al secarse la quila, se convierte en un potencial y potente agente combustible, que antiguamente fue usado por pobladores de Aysén para generar incendios con fines de apertura de campos (Osorio, 2019c, ms.).

Formas de obtención y consumo

No es un alimento incluido en la dieta diaria de los pobladores de la región, sin embargo, se lo reconoce como un reservorio alimentario, disponible para ocasiones especiales. En La Junta y alrededores su consumo es eventual, asociado al acceso ocasional que se tiene a la planta o al deseo específico de comer sus brotes en temporada. Orlando recuerda: *"Uno lo comía cuando era cabro chico, andábamos a la orilla de río, cuando andábamos jugando, era como comer nalca. Aparece la mata grande de quila y lo que viene bien abajo de la arena vienen unos cachitos y al lado el grueso y se pasa para arriba ya viene la caña. No más de 15 cm. es la comible y ese se arrancaba".*

El sabor se asemeja al del palmito pero es más dulce y de textura suave. Actualmente se consume también como ensalada o preparado como salsa picante para acompañar las carnes.

Diente de león:

"Yo lo conozco como achicoria o lechuga del pobre"

Rayén Cayún, Puerto Ibáñez.

Origen

El diente de león (*Taraxacum officinale* F.H. Wigg) tiene su origen en Europa y Asia. Los primeros registros del diente de león o amargón en Chile son de 1869, una planta introducida que se ha transformado en una maleza invasora (Fuentes et al., 2014). En Aysén se conoce popularmente como achicoria. Rocío Ortega y su madre Otilia Rosas son descendientes de pioneros que llegaron a la zona de los valles cercanos a la Junta, ellas relatan: *"Se consumía mucho por los colonos cuando llegaron a los campos en sectores donde no podían salir y todavía no se comenzaban los cultivos de los huertos y lo consumían en ensaladas, era común en las mesas de los campesinos".*

Descripción

Es una hierba con hojas largas, ovaladas y runcinadas, formando una roseta basal desde la que emerge un tallo que culmina en una flor amarilla de varios pétalos. Se reproducen a través de semillas que se esparcen por el viento y coloniza extensas zonas, por lo que es posible encontrarla en campos, pastizales, orillas de caminos y huertos (Fuentes et al., 2014). En climas benignos se mantiene durante todo el año, pero en Aysén pierde las hojas en invierno y rebrota en primavera. Es una de las principales fuentes melíferas de la región (Silva 2010). La raíz y el tallo se utilizan con fines medicinales como infusión y se pueden conservar deshidratadas. Rocío conoce y describe las propiedades de esta hierba: *"Una de las características que tiene es que tu le rompes el tallo, tiene un líquido blanco, lechoso justamente ahí tiene todas las propiedades medicinales. Tiene muchas propiedades. Para problemas del colon, es antinflamatorio... se recomienda para el hígado, por eso también aumenta su demanda. Para trastornos hepáticos y digestivos."*

Formas de obtención

Dada su condición de maleza y especie invasora, en Aysén se encuentra en pampas, praderas, en las huertas e incluso al interior de invernaderos. Se obtiene por recolección ya que en general no se siembra. Rocío explica: *"En invernadero está todo el año. Al exterior en agosto ya están brotando hasta enero y da las semillas, ya después muere".*

Formas de consumo

La planta se puede consumir completamente, desde las raíces hasta las flores (Rapoport et. al., 2009). Su consumo más frecuente en la región es el de las hojas nuevas y tiernas (antes que salga la flor) crudas en ensalada, mezclando con otros brotes como el vinagrillo y con hojas de lechuga.

Nalca:

"Cuando se sale a buscar nalcas, se prefieren las que crecen a orilla de río, en las playas, porque son más blandas, jugosas y tienen menos hilachas"

Rocío Ortega, La Junta.

Origen

La nalca o pangue (*Gunnera tinctoria* (Molina) Mirb.) es una planta nativa de Chile, distribuida desde la región de Magallanes a la región de Coquimbo, incluyendo el archipiélago de Juan Fernández.

En la región de Aysén son frecuentes en las zonas húmedas de todo el territorio, siendo evidente la exuberancia y tamaño de las hojas en la provincia de Aysén, al centro norte de la región (Silva, 2010). También es posible apreciarlas a lo largo de la carretera austral y en la estepa patagónica en fondos de quebradas. Consumidas por los mapuche quienes le llaman *nalka* al tallo central, *rahuay* o *chahuay* a los pecíolos de las hojas, *pangue, panke* o *panque* a las hojas y *depe* al rizoma o raíz (Lenz, 1910; Villagrán, 1998; FIA, 2016). En Aysén al tallo y a la planta completa se les denomina indistintamente nalca (Osorio, 2005, ms.).

La nalca es una planta generosa, sus tallos o pecíolos de las hojas se utilizan como alimento, sus hojas son fundamentales para preparar los curantos y las mellas, sus raíces otorgan el color gris a las lanas y tienen propiedades medicinales.

Descripción

Es una planta perenne de hasta 4 m de altura, de tallo semi subterráneo, grueso y corto, hojas de láminas gruesas y grandes de hasta 1 m de diámetro, pubescentes, ásperas y lobuladas. Los pecíolos o tallos de las hojas son largos, gruesos y fibrosos. Las flores se organizan en inflorescencias y dan origen a una drupa de color rojo.

Las nalcas se adaptan muy bien a suelos arenosos y poco fértiles.

Formas de obtención y consumo

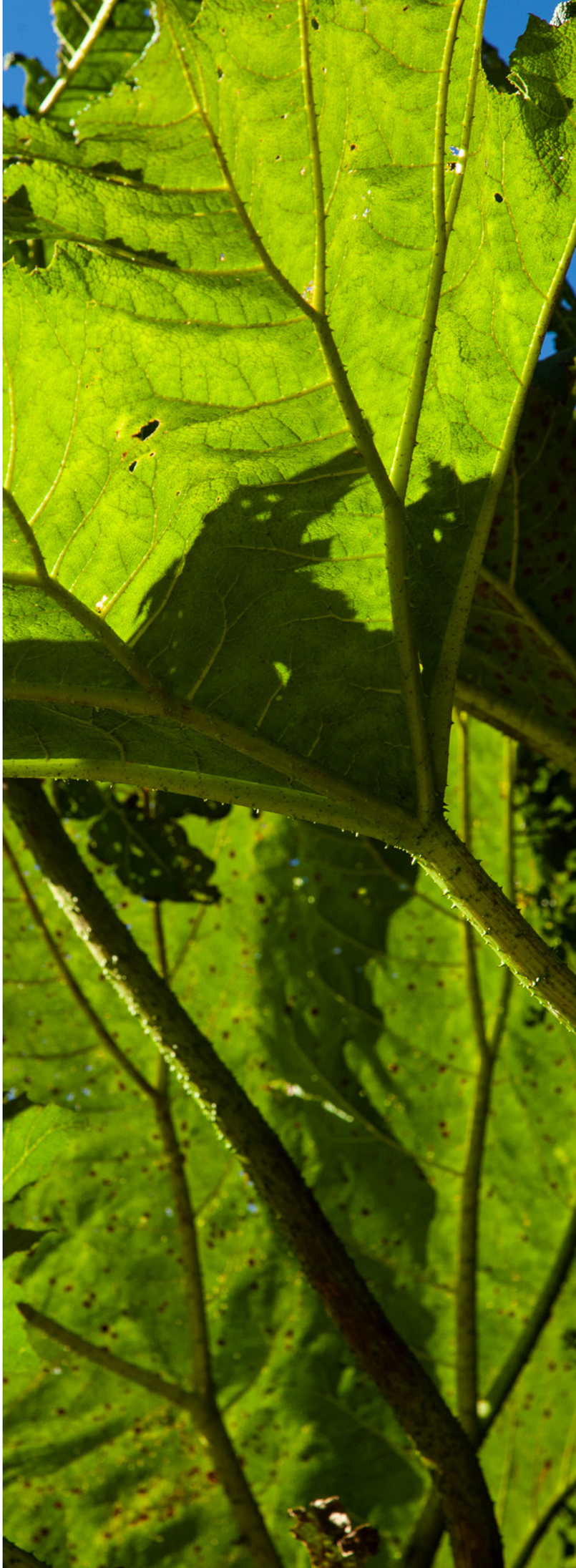
El órgano de consumo de las nalcas es el pecíolo de cada hoja, que se obtiene cortándolo directamente a cierta altura del suelo. Se prefieren los tallos tiernos de una altura aproximada de 50 cm. Jorge Ibar (1973), describía así el consumo y la obtención de nalcas en la antigua provincia de Aysén: *"La nalca es de sabor agridulce y se come al natural, o con sal, o se hace de ella una ensalada. Es muy apetecida por los niños y gente del pueblo. Quizás por tratarse de la primera verdura que se come en primavera en esta zona. En el mes de septiembre mucha gente va a las montañas y lugares apartados a buscar nalcas y las traen en lanchas o camiones para venderlas en los pueblos".*

Rocío Ortega de La Junta, describe el proceso de selección y recolección: *"Los tallos son propicios para el consumo por una breve temporada que empieza más o menos en el mes de octubre, mientras están tiernos. Lo ideal es comérselas cuando está abriendo el pangue, que es la hoja, porque cuando la hoja ya está abierta es porque la nalca ya está pasada y podría tener gusanos".*

Para consumir la nalca es necesario retirar la cáscara áspera y espinosa que envuelve el tallo y algunas hilachas gruesas que puedan estar adosadas. El tallo es duro y firme, de color blanco o rosado, jugoso, de sabor ácido, entre una fruta y una verdura. Combina bien con sal y con azúcar como las manzanas verdes o los membrillos. Rocío recuerda: *"Antiguamente era como una tradición salir a recoger nalcas, para comerlas*

con sal y azúcar, también se hacen ensaladas, mermeladas y conservas".

Los tallos de nalca se utilizan para teñir lanas de color amarillo y como fijador, y las raíces para teñir de color gris (Museo Regional de Ancud, s/f). Los usos medicinales de la nalca se relacionan con sus propiedades astringentes y hemostáticas (MINSAL, 2010).



FRUTOS

Calafate:

"Existe la leyenda del calafate, el afuerino que come calafate vuelve a la zona de alguna u otra forma"

Erica Velásquez, Cochrane.

Origen

El calafate (*Berberis microphylla* G.Forst) es un arbusto nativo silvestre característico de la Patagonia chilena y argentina que da un fruto redondo de color negro azulado (Rodríguez et al., 2018). Crece en toda la región, desde los valles de bosques siempreverde en la zona litoral, pasando por la zona intermedia de bosques deciduos hasta la zona del matorral y estepa patagónica.

Para el pueblo tehuelche es una planta importante como fuente alimentaria y forma parte también de sus narrativas mitológicas. Su nombre en aonekko 'a'ien (lengua franca de los tehuelche del sur de Patagonia) es *qon*. Entre los kawésqar, el calafate como varios otros frutos silvestres, también es consumido y se lo conoce con el nombre *cåulájek*. El pueblo chono de los archipiélagos septentrionales de Patagonia, habrían hecho uso de este fruto para complementar su dieta eminentemente marítima (Torrejón, 2013). Entre los kawésqar también se ha consumido junto a otras bayas como chaura, michay, zarzaparrilla y chilco (Emperaire, 1963). Su madera era, junto a la de michay, la más utilizada en la arquería patagónica para la confección de astiles de flecha (Prieto, 2011).

Es un arbusto distribuido en toda la región, desde playas aluvionales de la costa occidental, claros en los valles del bosque siempreverde, hasta a estepa patagónica (Emperaire, 1963; Silva, 2010). En la actualidad su presencia es característica en praderas antrópicas post-incendios, que corresponden a superficies que fueron incendiadas desde inicios de 1900 para destinarlas a la ganadería. Se presenta de manera abundante en claros y margenes del bosque, sitios afectados por ganadería, mallines, orillas de lagos y ríos (Tacón, 2017). Sin embargo, su distribución geográfica en el territorio chileno es desde Magallanes a la región del Maule (Silva, 2010).

En la cuenca del lago General Carrera el calafate es abundante, crece junto a otros matorrales bajos como el duraznillo y el molle (en Chile Chico). Los frutos de estos ejemplares son apreciados por ser de sabor más dulce. El calafate que crece en bosque siempreverde, en zonas húmedas del litoral como Puerto Aguirre, Puyuhuapi o las islas hacia el Golfo de Penas, es jugoso pero más ácido.

Además de su valor como alimento y medicina, el calafate tiene una gran significación cultural. Una frase muy popular en la región es "*quien come calafate vuelve a la Patagonia*". El pueblo tehuelche conserva una historia mítica sobre la aparición de la especie y podría explicar el origen del refrán: es la historia de una anciana que antes de iniciarse el crudo invierno y sabiendo que por su edad, retrasaría a todo el grupo en su viaje a lugares más protegidos en el norte, decide quedarse en el paraje en que se encuentran. La tribu levanta un toldo para ella y lo llena de alimentos. El invierno llega, aves y animales migran, dejándola totalmente sola. Pero sobrevive. Al llegar la primavera, golondrinas, becacinas y otras aves menores retornan y la anciana, enojada, las reprende por haberla abandonado. Las aves le explican que estaban obligadas a migrar para sobrevivir. Sin salir del toldo, la anciana

les dice entonces que desde ese momento podrían permanecer en el paraje ya que tendrían comida y abrigo. Al abrir el toldo, la anciana ya no estaba y en su lugar había un arbusto de flores amarillas y perfumadas que al fructificar, se transformaron en frutos azules llenos de semillas. Aves y miembros de su tribu los comieron y luego diseminaron las semillas por todos lados. Así nació el calafate. Las aves ya no se fueron y las que por fuerza debían hacerlo, siempre volvían a comer esos deliciosos frutos (Wilbert y Simoneau, 1984).

Descripción

El arbusto alcanza hasta los 3 m de altura. Sus ramas son largas y delgadas con hojas usualmente ovaladas, de margen entero, con uno a dos dientes espinudos por lado. Las ramas tienen numerosas espinas divididas en tres puntas de hasta 3 cm, más largas que sus hojas. Sus flores son amarillas, generalmente solitarias, de 4 a 5 mm de longitud. Florece en septiembre-octubre y fructifca en diciembre-enero. El fruto es una baya globosa de 7 a 11 mm de diámetro, de color azul oscuro que cuelga solitaria de un largo pedúnculo y en su interior contiene de 6 a 10 semillas (Silva, 2010; Tacon, 2017). Una vez maduro el fruto presenta un sabor dulce ácido, tiñe todo de azul marino intenso. Su tamaño y sabor va cambiando dependiendo del clima y condiciones ambientales.

Se reproduce principalmente a través de semillas, dispersadas por pájaros o pequeños mamíferos. También es posible su reproducción vegetativa a través de estolones lo que ha posibilitado el desarrollo de proyectos de selección y multiplicación de esta especie (Moya, 2018).

Las hojas y la corteza también se recolectan y se utilizan para el teñido de lanas (CEDEM, 1996; Osorio, 2010). Uberlinda Figueroa de Península Levicán, informa sobre estos usos como elemento tintóreo: *"Es un producto que tiñe demasiado, cuesta mucho sacar la tinta, por eso yo creo que es un producto caro, por el proceso que no es tan fácil como otros frutos. Por lo mismo sirve para teñir lanas, incluso la pepa que uno saca después de haber sacado la pulpa, uno la deja en la malla y puede teñir sus lanas. La raíz del calafate también sirve para teñir y da un color amarillo y la del fruto un color morado".*

Los pueblos de Patagonia y Tierra del Fuego, fumaban la raspadura amarilla bajo la corteza para entrar en trance alucinatorio y las ramillas para tratar el dolor de muelas, efectos producidos por el alcaloide berberina. Las bayas se utilizan hasta el presente para bajar la fiebre y tratar resfríos o gripes (Domínguez, 2010).

Formas de obtención

La principal técnica de obtención del calafate es la recolección, actividad familiar que se desarrolla durante el periodo de verano y que constituye una tradición milenaria en la Patagonia (Salinas, 2012). Norma Duamante, del sector de Puyuhuapi en la comuna de Cisnes recuerda: *"Antiguamente se daba mucho que en el verano se destinaba un día para ir toda la familia con baldes y fuentes a cosechar calafate, se salía temprano después del desayuno se llevaba el almuerzo y se regresaba por la tarde... todos con la boca azul de tanto comer calafates y con los brazos rayados por las espinas".*

Uberlinda Figueroa también hace referencia al origen silvestre de este fruto y su obtención por recolección: *"Se obtiene de la mata y se come. Al comerlo así sin hacerle ningún proceso, recoges todas las propiedades que tiene, en forma natural. Hay que tener mucho cuidado con las espinas durante la recolección".*

Desde más al sur, Erica Velásquez de Cochrane, señala que antiguamente se podía cosechar calafate por todos lados, pero en la actualidad ha ido disminuyendo debido a que llueve menos. Ella dice que va todos los años a cosechar en grandes cantidades al sector El Vagabundo, camino a Tortel. *"Se cosecha en familia, con la mano y mucho cuidado, porque la mata tiene muchas espinas, en recipientes no muy grandes, porque con el peso de los mismos se revientan".*

La recolección se efectúa entre diciembre y febrero, dependiendo del sector. Por ejemplo, en El Claro (Río Ibáñez) es en enero y en Puerto Ibáñez y Levicán en diciembre. El Instituto Forestal ha sistematizado y transferido a las comunidades información sobre buenas prácticas de manejo y de recolección que permitan asegurar la continuidad del recurso y la rentabilidad de la actividad (Tacón, 2017).

Formas de consumo

Como se ha dicho, el consumo de este fruto se remonta a los pueblos cazadores recolectores terrestres y marítimos, por lo que es uno de los productos silvestres de mayor tradición histórico cultural del territorio aysenino. Hasta hace una década se seguía teniendo la práctica de la recolección exclusivamente para autoconsumo. Sin embargo, en los últimos años el calafate ha tomado protagonismo nacional y mundial debido a que se lo ha identificado como un producto con alto contenido de polifenoles y antocianinas con actividad antioxidante, posicionándolo como un alimento funcional de alto valor gastronómico y medicinal (Ruiz, 2010; Ruiz, 2014; Mariengel, 2013). Uberlinda Figueroa comenta al respecto: *"Como se desarrolla de forma silvestre no llamaba la atención venderlo. Se recolecta en campos donde abundan los arbustos de calafate. Hoy día se deshidrata, es un producto muy caro, más para exportación".*

Actualmente se puede comprar a los proveedores de calafate que lo recolectan y lo venden en algunos negocios. *"Yo compro calafate, porque no me alcanza el tiempo para recolectar, pero cuando dispongo de algunos días libres, yo salgo y recolecto mi fruta; pero la gran mayoría la compro. Compro en el sector de Levicán y sector El Claro en Puerto Ibáñez, también en Puerto Aysén y Coyhaique. El kilo de calafate lo compré a $2.500 valor estándar, pero en Puerto Aysén uno los encuentra a $2.000. Es más barato que comprarlo en Ibáñez y en Coyhaique"*, detalla Uberlinda.

Las bayas del calafate se pueden comer frescas o emplear en la preparación de dulces, jarabes, como bebidas a base de aguardiente, o simplemente mezclando los frutos con azúcar (Silva, 2010). Se guardan secas o deshidratadas para preparar jugos o infusiones calientes. También se conserva como mermelada o como licor. Actualmente se conserva congelado y así mantiene sus propiedades. Erica produce licor de calafate, que es su principal emprendimiento.

En los últimos años el calafate ha concitado gran interés científico y alimentario, debido a su alta concentración de polifenoles y actividad antioxidante (Ruiz et al., 2010; Ruiz et al., 2014). Una de las empresas regionales que ha destacado en el ámbito de la comercialización del producto en estado de liofilización (proceso de deshidratación mediante congelación y posterior aplicación de vacío), es Patagonia Super Fruits, con su presentación llamada KON, un proyecto innovador y que ha alcanzado amplia difusión nacional. En la localidad de Puerto Ibáñez, el Comité de recolectoras "Las Collallas" organiza desde 2018 la *"Fiesta del Calafate"*, en el mes de febrero, con apoyo de la Municipalidad de Río Ibáñez y el Instituto Forestal. En dicho evento se exhibe y comercializa el fruto fresco y las diversas preparaciones que se obtienen a base de él; se realizan capacitaciones en manejo, recolección y propagación de la especie y una feria artesanal.

Cauchao:

"Yo le pido permiso a un predio privado para recolectar. Antes era un postre, uno decía me voy a ir al campo a comer (...), uno iba a los árbolitos y se prendía igual que esas cachañas, a comer el postre."

Alba Torres, La Junta.

Origen

El cauchao (*Amomyrtus luma* (Molina) D. Legrand & Kausel) también conocido como luma, caochao o cauchahue, es un árbol nativo de Chile y Argentina. Su distribución geográfica en Chile abarca desde Aysén hasta la región del Maule. Pertenece a la familia de las mirtáceas al igual que el naudapo, el mitao, el arrayán y la luma blanca, todas especies que producen frutos comestibles, aromáticos, jugosos y fáciles de recolectar. Su hábitat más frecuente en la región de Aysén es la zona baja y húmeda del litoral, bosque siempre verde con precipitaciones anuales de 4.000 mm al año. Su límite sur se encuentra en el valle del río Baker, cercano a su desembocadura. (Silva, 2010).

Descripción

Es un árbol fragante de hojas ovadas y opuestas, de corteza rojiza que se descascara fácilmente y que alcanza hasta los 20 m de altura. Presenta flores solitarias o en racimos, de cinco pétalos blancos. Los frutos son bayas globosas de color negro violáceas, con 1 a 3 semillas en su interior (Muñoz et al., 1981; Silva, 2010).
Alba Torres explica que el cauchao es abundante en predios aledaños a La Junta, en los sectores boscosos de los mismos. Su tamaño depende de la zona, siendo más grande en aquellas de mayor humedad.

Formas de obtención y consumo

La obtención del cauchao está basada en la recolección. Alba Torres de La Junta, relata: *"Yo salgo a los alrededores, camino a Lago Verde, a Raúl Marín o camino a Chaitén. Yo le pido permiso a un predio privado para recolectar"*. La fecha de recolección es entre marzo y abril.

Su sabor es distinto a los demás frutos del bosque, se describe como dulce y con un sabor mentolado, con permanencia en boca.

De manera similar a otros frutos silvestres de la región, su consumo tradicional es en forma directa, *"ir al campo a comer el postre"* es una expresión frecuente que define muy bien la práctica de consumo. Hoy se utiliza como producto para comercializar y para preparar postres, kuchen, licores, mermeladas y jarabes. El jarabe de cauchao es un producto innovador que se pueden encontrar hoy en la región para la preparación de tragos y jugos.

También se puede deshidratar y guardar seco para ser utilizado como infusión. Alba prepara y vende productos en base a cauchao: *"La gente ya no lo consume como antiguamente, uno no quiere que se pierda eso, por eso lo hago en jarabe y en licor"*.

Chaura:

"Se come así nomás, se saca y se come cuando se encuentra por ahí, no tengo recuerdo que se juntara o que alguien hiciera, antes ni ahora tampoco, mermelada o algo de chaura"

Otilia Rosas, La Junta.

Origen

La chaura (*Gaultheria mucronata* (L.f.) Hook & Arn.) es un arbusto perteneciente a la familia de las Ericáceas. Existen varias especies de *Gaultherias* nativas, que crecen en Chile desde la región de Magallanes a la región del Maule, en zonas costeras y hasta zonas andinas. El pueblo mapuche las conoce genéricamente como *"chauras"* especialmente la *Gaultheria mucronata* y la *Gaultheria poeppigii* que producen frutos comestibles sabrosos y se utilizan para la fabricación de chichas (Teiller y Escobar, 2013). Entre los kawésqar se le llama *acˇás*, nombre usado también para *Gaultheria pumila* (Domínguez et al., 2012).

La distribución de la *Gaultheria mucronata* en territorio chileno es desde la región de Magallanes hasta la provincia de Valdivia en la región de Los Ríos, presente en bosques de **Nothofagus** siempreverdes y en matorrales costeros primarios y secundarios (Teiller y Escobar, 2013). En Aysén se distribuye por toda la región en bosques siempreverdes, bosques deciduos de ñire y lenga y en la estepa patagónica formando matorrales de baja altura (Silva, 2010).

La recolección de frutos silvestres es una práctica usual para los pueblos originarios tehuelche, kawésqar, selknam y yagán que habitan la Patagonia y Tierra del Fuego. Constituyen alimentos complementarios a su dieta y tienen un uso medicinal para aliviar ciertas enfermedades. Está documentado que entre tehuelche, selknam y yaganes, las chauras se consumen y utilizan para aliviar el dolor de cabeza (Domínguez, 2010).

Descripción

Es un arbusto perenne entre 20 a 80 cm de altura, erguido de ramas robustas. Hojas alternas, duras, coriáceas, ovaladas y con 4 a 5 dientes a cada lado. Flores axilares, solitarias de color blanco que dan origen a una baya carnosa y globosa de 6 a 8 mm de diámetro de color blanco, rosada y púrpura (Silva, 2010; Teiller y Escobar, 2013). Otilia Rosas las describe así: *"Hay al menos 4 colores, rosada, roja, blanca, morada, los frutos más ricos que recuerdo que se encontraban en los campos, estaban siempre a la orilla de los ríos, en la playas"*.

Florece de diciembre a marzo y fructifica en abril y mayo, dependiendo del sol y las temperaturas en distintos territorios.

Formas de obtención y consumo

"Siempre se ha comido en esta zona en los campos, como un fruto silvestre, igual que el calafate o el maqui, se encuentra en diferentes partes, en los campos, y principalmente en las playas a orillas de los ríos. Se come así nomás, se saca y se come cuando se encuentra por ahí". El testimonio de Otilia refleja la permanencia de la tradición de consumo ancestral, la recolección y consumo directo del fruto desde el arbusto.

Chilco:

"Se ocupan principalmente los frutos que son los chanchitos que le dice la gente acá..., y la flor se usa para la menstruación irregular"

Rocío Ortega, La Junta.

Origen

El chilco (*Fuchsia magellanica* Lam) es una planta nativa que se distribuye en Chile desde la región de Magallanes a la región de Valparaíso. En Aysén está presente en claros de bosques siempreverdes y bosques deciduos, es frecuente encontrarla a orillas de caminos y zonas de pequeñas quebradas en las cuatro provincias (Silva, 2010). Sus bayas eran uno de los frutos frescos que formaban parte de la recolección y consumo directo entre los cazadores recolectores pedestres y marítimos. Los tehuelche en las pampas y la transición bosque estepa, consideraban su fruto para consumo inmediato y la infusión de las hojas la usaban para reducir la temperatura, como diurético y para disminuir la presión sanguínea (Rapoport et al., 1999; 2001).

Descripción

Es un arbusto de hojas ovaladas, glabras y de margen dentado, con pecíolos rojos. Sus flores atraen por su belleza, una flor colgante solitaria de 4 a 5 cm de longitud compuesta de 4 sépalos de color fucsia, carnosos y largos y 4 pétalos morados más pequeños que los sépalos. Los estambres son largos y de color fucsia. Florece desde noviembre en adelante y fructifica a partir de febrero hasta mayo. Sus frutos son bayas carnosas de 1 a 2 cm de largo de color morado oscuro o café a los que popularmente se les denomina *"chanchitos"* según el testimonio de distintas personas que aportaron su saber tradicional.

En medicina popular se utilizan sus ramas y flores como infusión para afecciones relacionadas con el ciclo menstrual (reglas irregulares, escasas o dolorosas) y como diurético. También es mezclada con tilo para controlar la fiebre y como diurético. (Muñoz et al., 1981; MINSAL, 2010).

Si bien es un arbusto abundante en la región, hoy se está desarrollando la domesticación en huertos. Se propaga por estacas o esquejes plantadas directamente al suelo en invierno, indica Otilia Rosas de La Junta.

Forma de obtención y consumo

El fruto es de tamaño pequeño, alargado y de color café. Es dulce pero un poco seco. No es un fruto abundante, su consumo es principalmente por niños o por el encuentro casual con el arbusto. Otilia Rosas explica: *"Después que el arbusto da la flor del chilco, se forma un fruto, éste se extrae directamente de la mata, en los campos o a orilla del camino como cualquier fruto así como el calafate, pero sin un fin comercializable. Se come durante el tiempo en que está bueno, debe estar bien maduro, al interior del fruto se aprecian muchas pequeñas semillas que son blandas y se comen también"*. El fruto se come inmediatamente o se transforma en mermelada. La flor se consume como infusión o se deshidrata para conservar.

Frutilla silvestre :

"La recolección de frutillas es una actividad familiar, más aún en los tiempos de antes donde se contaba con varios días para salir a la recolección de a caballo, con los enseres necesarios para armar un campamento donde se encontraran las manchas"

Lidia Serón, Río León.

Origen

La Frutilla silvestre (*Fragaria chiloensis* (L.) Mill.) es un fruto nativo del sur de Chile y Argentina. Su distribución en nuestro país abarca desde la región Aysén a la región de O'Higgins incluyendo el archipiélago de Juan Fernández (Silva, 2010). Existen en el territorio chileno dos formas botánicas de frutilla silvestre, una de fruto grande y de color blanco o blanco rosado, conocida y domesticada por grupos mapuche y otra de fruto pequeño y rojo, no domesticada por éstos. Ambas formas fueron ampliamente consumidas por pueblos alfareros y cazadores recolectores a lo largo de su espacio de distribución.

Durante la colonia se establecieron cultivos semicomerciales de 1 a 2 hectáreas en las zonas costeras desde la isla grande de Chiloé por el sur al río Itata por el norte (Hancock et al., 1999; Finn et al., 2013).

En 1712 fue llevada a Francia por el ingeniero Frances M. Frezier donde fue cruzada con la variedad *Fragaria virginiana,* nativa de norteamérica, dando origen a la variedad *Fragaria X Ananassa* (Frezier, 1716; Morales-Quintana, 2018). La introducción en Chile, a partir de 1950, de cultivares europeos y posteriormente de variedades de California de mayores rendimientos y rentabilidad, fueron poco a poco desplazando las plantaciones de frutilla silvestre. (Hancock et al., 1999; Morales-Quintana, 2018).

En la región de Aysén existe solo la variedad roja. Crece frecuentemente en praderas antrópicas generadas con posterioridad a las grandes quemas forestales de mediados del siglo XX. También se la encuentra en zonas costeras, islas fluviomarinas como isla Leones en el extremo norte de la región, donde fue descrita a fines del siglo XIX (Brito, 2016). Una de sus características relevantes es que habita en todos los ambientes geoclimáticos: bosque siempreverde, bosques andino-patagónico, valles transversales y áreas de transición bosque-estepa.

Descripción

La frutilla silvestre de Aysén es una hierba perenne y rastrera, crece muy pegada al suelo emitiendo muchas guías laterales que van formando un manto tejido con las otras plantas silvestres. Sus hojas son ovaladas e irregularmente aserradas, con la cara superior levemente pilosa. Las hojas van insertas en el tallo o corona, sus flores son blancas compuestas por 5 a 7 pétalos que se organizan en pequeños grupos o solitarias (Silva, 2010).

El fruto es carnoso, redondo, pequeño y de color rojo intenso. Lidia Serón, pionera del sector El León, lo describe resaltando su sabor y aroma: *"Tiene un sabor intenso a frutilla, su aroma es muy exquisito, su tamaño es más bien pequeño, respecto de las frutillas de huerta, pero su aroma y sabor es mucho más marcado. Al dejar un recipiente con frutillas en un lugar semi cerrado, su aroma impregna todo el espacio".*

En la actualidad es un producto que ha experimentado un descenso progresivo en cantidad y extensión. Su disponibilidad para la recolección es la temporada de verano, entre diciembre y febrero. Según Lidia, en el

sector donde ella vive todavía abunda, desde fines de diciembre hasta mediados de febrero y reflexiona que *"la estacionalidad ha ido cambiando, quizás por el cambio climático"*.

Para Juana Gatica del sector Cerro Negro, es un producto importante: *"La frutilla silvestre, es chiquitita, riiiica, dulcecita, tiene mucho aroma. Tenemos un campo para buscar frutillas, están coloreando ya las frutillas. Es una tradición de ir a juntar frutillas, esos eran los postres de antes, se hacían con leche con nata. Antes salían todos a recolectar frutillas"*.

Formas de obtención

Las frutillas silvestres se obtienen principalmente por recolección, aunque existen iniciativas de propagación de plantas en viveros y cultivo en huertas.

"Las frutillas silvestres crecen en pampas medianamente húmedas, presentadas al sol", relata Lidia. *"La recolección de frutillas es una actividad familiar, más aún en los tiempos de antes donde se contaba con varios días para salir a la recolección de a caballo con los enseres necesarios para armar un campamento donde se encontraran las manchas. Cuando encuentras manchas de frutillas, se deben recoger todos los frutos que hayan, porque si se dejan, se descomponen fácilmente con la lluvia y el sol fuerte"*. Lidia considera que la tradición de *"juntar frutilla silvestre"* debe ser heredada de generación en generación, si bien hoy día se ven pocas, no hay que perder la costumbre de la recolección.

En la actualidad la frutilla silvestre es muy cotizada como producto forestal no maderero, se recolecta en las comunas de Aysén, Río Ibáñez, Lago Verde, Chile Chico, Cisnes, Cochrane y Coyhaique para autoconsumo directo y procesamiento como dulce o mermelada, que puede destinarse también al consumo familiar o a la comercialización (Salinas et al., 2012).

Formas de consumo

El consumo de frutilla silvestre por parte de pueblos originarios se ha descrito principalmente en cuatro formas: como fruta fresca, deshidratada, infusión medicinal recomendada para tratar la indigestión y la diarrea y fermentado, específicamente con la variedad roja, usada para preparar *"lahueñe mushca"*, (Labarca, 1994; De Moesbach, 1992). En la región de Aysén los pueblos cazadores recolectores las colectaban para consumirlas preferentemente frescas, aportando azúcar y vitaminas a sus dietas (Rapoport et al., 1999).

Lidia, que nació en Bahía Murta y vivió su infancia en Puerto Guadal, ambas localidades ubicadas en las riberas del lago General Carrera, comparte sus recuerdos: *"Las frutillas silvestres fueron frutos muy cotizados por campesinos de ese entonces ya que no existían comercios cercanos donde poder comprar frutas para los niños o para hacer mermeladas, o quizás inventar algún postre o licor. En tiempos de aislamiento en el sector, era un fruto apreciado para esperar a un pariente que venía de visita con un kuchen o empanadas o simplemente para agasajar a sus hijos y esposo con una exquisita mermelada"*.

Las preparaciones más frecuentes realizadas con esta fruta son empanadas, mermelada o dulce, licor, chicha (jugo fermentado), ponche y kuchen.

Maqui:

"Antiguamente se cosechaba por gusto, para el consumo familiar, veníamos con mi papá a cosechar maqui"

Yuri Arre, La Junta.

Origen

El maqui (*Aristotelia chilensis* (Molina) Stuntz) es una especie nativa de Chile, distribuida entre las regiones de Aysén y Coquimbo (incluyendo el archipiélago de Juan Fernández), desde el nivel del mar hasta los 2.500 m.s.n.m., habitando quebradas o márgenes de bosques, faldeos de cordilleras y sectores húmedos de los valles (Rodríguez, 1995).

En la cosmovisión mapuche, el maqui (*maque*, *koelon*, *qüelon* y *queldron*) es una especie sagrada símbolo de la benevolencia y la intención pacífica (FIA, 2018).
En Aysén crece en el bosque siempreverde y bosque andino patagónico de las provincias de Cisnes y Aysén (Silva, 2010).

Descripción

Es un árbol siempreverde que alcanza entre 4 a 5 m de altura, de hojas glabras y de margen levemente aserrado. Sus flores son de color blanco, de 5 pétalos y forman inflorescencias axilares y terminales. El fruto es una baya pequeña de 5 a 6 mm de diámetro que pasa de verde a negro brillante cuando está maduro. Sabor dulce y contiene entre 2 a 4 semillas en su interior.

El maqui florece aproximadamente en noviembre y los frutos están aptos para el consumo en el mes de febrero. Dependiendo de las condiciones particulares de sol y temperatura pueden haber variaciones en la madurez y tamaño de los frutos entre un sector y otro. Al respecto, Paola Llancalahuén de Villa Mañihuales señala: *"donde está más a la sombra es más grande el fruto, porque demora más en madurar y donde está a todo sol o al lado de piedreríos que reflejan mucho el sol, madura rápido el fruto, pero queda chico y se seca rápido también"*.

Al igual que el fruto de calafate y michay, el maqui contiene una alta concentración de polifenoles y antocianinas, razón por la cual es altamente valorado por sus propiedades antioxidantes y como ingrediente funcional (Escribano et al., 2006; Fredes et al., 2014). Sus hojas son utilizadas como infusión para bajar la fiebre y las diarreas. Sus frutos, además de ser usados como alimento o complemento alimentario, son utilizados para teñir lana de color violeta; la madera se usa en la confección de instrumentos musicales (Hoffmann, 1982).

En Aysén, la explotación comercial del fruto de maqui tiene una historia reciente, ya que en la década del noventa del siglo pasado, se exportó principalmente al mercado europeo (Silva et al., 2017) y la empresa a cargo de dicho negocio (Comercial Mañihuales) desarrolló una estrategia de trabajo con recolectores locales, incentivando este oficio en la comuna de Aysén, donde hay abundancia de esta especie, pero generando una situación de sobreexplotación de la misma (Benedetti, 2012). Si bien dicha empresa no logró dar continuidad a esta explotación, debido a que quebró, la recolección de maqui con fines de exportación se ha mantenido en la región, provocando una presión sobre los macales que podría afectar gravemente la reproducción de los mismos (Silva et al., 2017).

Forma de obtención

Paola Llancalahuén describe la forma de recolección del maqui: *"Se cosecha cortando ganchos, una vez que*

está cortado el gancho se coloca en el nylon y se apalea con un palito y se le pega a las hojas y luego se arnerea para separar el fruto de las hojitas y palitos, se cosecha en el día y se entrega en el día".

Yuri Arre indica que en La Junta no se ha desarrollado un negocio en torno al maqui y se sigue cosechando y consumiendo como se hacía antes: *"Antiguamente se cosechaba por gusto, para el consumo familiar, veníamos con mi papá a cosechar maqui, traíamos lonas, porque no había los polietilenos actuales, y se sacudían o se desganchaban y los bajábamos y los secábamos sobre la lona, y una vez que se secaba, el maqui se guardaba embolsadito, y en invierno teníamos para hacer jugo".*

La técnica de recolección descrita parece ser la única en contextos de explotación y manejo de la especie en ambientes naturales (Silva et al., 2017).

Actualmente el Instituto Forestal (INFOR) en conjunto con FIA, fomenta prácticas de recolección sustentable del maqui a través de programas de capacitación de recolectoras en la región de Aysén. Uno de los énfasis es podar únicamente ramillas terciarias con frutos (que se renuevan cada año) evitando cortar ramas principales o secundarias para no dañar el árbol y mantener la producción al año siguiente (FIA, 2017).

Debido a la gran demanda existente por este producto como alimento funcional, en algunos sectores de la zona centro norte de la región como Mañihuales, la cosecha del maqui está mucho más organizada y existen recolectores que se dedican a extraerlo y venderlo a las empresas. Paola se dedica hace doce años a la cosecha del maqui: *"Para cosecharlo y venderlo tiene que ser bien maduro. Acá en el sector* [Mañihuales] *antes venía una sola empresa que le compraba a toda la gente, pero después llegaron otras empresas (Calfú, Bayas del Sur), creo que lo vendían para Korea, en esos tiempos llegaron a pagar $ 2.000 el kilo, pero ahora parece que se cerró ese mercado en Korea y ha bajado el precio, están pagando $1.000 y $1.200 el kilo".*

Forma de consumo

El maqui es de sabor dulce, se consume fresco *"de la mata"* y se utiliza para repostería, mermeladas jugos y chichas. También es común su conservación deshidratado para infusiones (té) o a través del proceso de rehidratación preparar jugos y postres.

Paola explica que el proceso de secado del maqui es una práctica antigua y bien conservada por su familia: *"Mis abuelos son de Temuco y ellos trabajaban el maqui y las hierbas. Hay una técnica mapuche, el maqui lo secan a todo sol y luego cuando usan el producto lo procesan todo, entero, para hacer jugo por ejemplo... se deshidrata o se congela para hacer mermelada, lo secaban así nomás en el campo, o se secaba en mallas, me acuerdo que mi abuela me daba maqui casi fresco, en una olla lo cocía en poca agua y lo comíamos con mote, también se molía seco en el molino se preparaba como infusión".*

Sobre el consumo de maqui, Yuri trae sus recuerdos al presente: *"Siempre lo hicimos así frío, se remojaba, se dejaba de un día para otro, se prensaba... como el maqui tiene harto desecho, tiene pepas, entonces estaba la bolsita de género que ayudaba para eso, prensarlo y colarlo. Hoy día lo guardamos, lo ocupamos igual, lo hacemos mezclado con frambuesa que es una combinación muy buena, con la diferencia que ahora se ocupa la juguera, igual se remoja el maqui pero después se echa directo a la juguera y listo, se cuela nomás. Se hacía chicha de maqui también, eso me consta, se guardaba hecho chicha...".*

Michay:

"Antiguamente no se comían los frutos del michay como los del calafate, la gente acá lo consideraba más bien una maleza. Ahora eso está cambiando y se hacen licores y mermeladas".

Rocío Ortega, La Junta.

Origen

El michay (*Berberis darwinii* Hook) es una especie nativa de Chile y Argentina. En el territorio chileno se encuentra entre Magallanes y las regiones de Biobío, Ñuble y Maule. En Aysén, se distribuye en el bosque siempreverde y las zonas intermedias de bosques deciduos (Silva, 2010; FIA, 2018). Su nombre común proviene del mapudungún *mə́chai* (Augusta, 1910). Los mapuche utilizan sus raíces y tallos para teñir lanas, sus frutos para preparar bebidas fermentadas y las raíces, tallos y frutos para preparar infusiones que alivian resfríos, bajan la fiebre y el dolor estomacal (Hoffman, 1982; FIA, 2018).

Entre los tehuelche era muy apreciada también su madera que junto a la de calafate, se utilizaba para confeccionar los astiles de las flechas (Prieto, 2011).

En el territorio costero y archipielágico de Aysén fue consumido por cazadores recolectores marítimos, que complementaban su dieta con algunos frutos silvestres estacionales de los bosques siempreverdes que rodean los canales, entre los que está el michay (Cárdenas et al., 1991; Torrejón, 2013).

Rocío Ortega vive en La Junta y se dedica al cultivo de hierbas y recolección de especies silvestres. Ella comenta que en Aysén el uso tradicional del michay es como infusión de hojas y frutos más que como fruto comestible, pero desde hace poco tiempo, junto al calafate, se está potenciando como fruto por su alto contenido de antioxidantes: *"El Ministerio de Agricultura está trabajando a través del INFOR el poder insertar en el mercado estos frutos como superalimentos, el problema es que como esto está recién descubriéndose, la gente lo sigue sacando de los potreros para limpiar los espacios de los campos. Esto podría transformarse en una oportunidad productiva, falta difusión".*

Descripción

El michay es un arbusto leñoso, ramoso y espinoso que alcanza los 2 m de altura. Las hojas son glabras de color verde oscuro, lustrosas y con espinas en sus márgenes. Las inflorescencias son amarillo-naranjo o amarillo oro, organizadas en racimos densos de 10 a 20 flores, con pedicelos de color rojo naranja. El fruto es una baya azul oscura, globosa parecida al calafate pero un poco más alargada y además forma racimos.

El michay florece de forma abundante en noviembre y los frutos aparecen entre enero y febrero, madurando paulatinamente en las matas.

No tiene problemas de conservación, es abundante a orillas de caminos, y por la belleza y colorido de sus flores se utiliza de manera ornamental como cerco vivo o arbusto floral.

En relación a sus propiedades medicinales, sus raíces y tallos se utilizan popularmente para bajar la fiebre (febrífugo) y como purgante suave (Muñoz et al., 1981; Silva, 2010). Estas propiedades se atribuyen a la presencia en esos órganos vegetativos de alcaloides como la berberina (Ruiz et al., 2014).

Formas de obtención

Los frutos se recolectan en racimos de la misma forma que crecen, tomándolos directamente del arbusto, lo que debe hacerse con cuidado ya que este tiene abundantes espinas. Como su sabor no es particularmente agradable, no se consumen en el momento, a diferencia de casi todos los otros frutos silvestres que crecen en la región.

Formas de consumo

Rocío explica que el sabor del fruto del michay es menos agradable y menos dulce que el calafate, por lo tanto necesariamente se debe someter a alguna preparación para su consumo. Su uso antiguo y tradicional es como jugo cocido y prensado, adicionando azúcar para contrarrestar la acidez y como infusión o té. Blanca Molina originaria de la zona de Palena, recuerda en su infancia haber consumido frutos de michay como jugo y como infusión.

Para ser utilizado como té, el fruto se deshidrata y luego se muele para que al momento de preparar la infusión se extraiga de mejor manera el sabor y el color. Rocío explica como se realiza el proceso de deshidratación: *"Acá en la región el deshidratado no es al sol, porque los días de sol son muy pocos y se rehidrata fácilmente con la humedad. Aquí se deshidrata en bandejas que se ubican al lado de la cocina a leña".*

Rosa mosqueta:

"Para tomarla es harto trabajo...uno no puede comer el fruto asi, se pica porque tiene espinas, hay que echarlas a cocer para comerlas"

Elena Aguilar de Chile Chico.

Origen

La rosa mosqueta (*Rosa rubiginosa*) es un matorral nativo de Europa y Asia (Weber, 2003). Fue introducida a Chile en 1875 y constituye hoy una especie invasora en gran parte del territorio nacional, desde Magallanes a la región de Valparaíso (Fuentes et al., 2014). Ha sido utilizada por colonos alemanes en el sur de Chile para elaboración de conservas, dulces y otras preparaciones que se difundieron rápidamente (FIA, 2017).

Sobre el origen de la rosa mosqueta en la región, Cinthia Wellmann del sector río León, comenta: *"Se dice que la rosa mosqueta la trajeron del norte como planta ornamental a la zona, las señoras antiguamente se conseguían patillas para plantarlas en sus casas sin pensar en que a futuro serían una plaga"*. Introducida a la región en tiempos del poblamiento, posiblemente en las décadas de 1910 a 1930, hoy es un arbusto invasor y asilvestrado (Fuentes et al., 2014), considerado una maleza por campesinos y ganaderos.

Descripción

Es un arbusto de hoja caduca que alcanza los 2 m de altura, de tallos flexibles y cubiertos de espinas. Hojas ovaladas con bordes aserrados, flores de cinco pétalos de color rosado. El fruto es seco, de pericarpo delgado, presenta un color anaranjado y numerosas semillas en su interior. Es un arbusto que crece rápido en distintos tipos de suelos. Se reproduce vegetativamente y por semillas dispersadas por animales que la consumen. Invade rápidamente formando matorrales densos y desplazando formaciones de plantas nativas (Fuentes et al., 2014). En Aysén, esto se observa con gran claridad en zonas de transición bosque estepa, donde el calafate y michay se han visto desplazados por este matorral.

Se lo ha utilizado popularmente como infusión para tratar resfríos, afecciones bronquiales, tos y diarrea (MINSAL, 2010). De las semillas se obtiene el aceite de rosa mosqueta, un producto de propiedades cicatrizantes y regeneradoras de la piel (FIA, 2017).

Forma de obtención

Se cosecha desde las plantas silvestres en verano y otoño, en familia. Se recolectan cuando están de color naranja-rojizo desde fines de febrero hasta marzo. Cinthia Wellmann explica *"se juntan aproximadamente unos 10 kilos para elaborar mermelada y cuando se necesita se vuelven a juntar, ya que no se pueden guardar, para hacer mermelada debe ser el fruto fresco. Los frutos son pequeños, se recolectan cuando están de color rojo medio pálido si están muy maduros no sirven para mermelada"*. Los mejores frutos son aquellos de arbustos que crecen en sectores húmedos y con bastante sol.

Forma de consumo

La rosa mosqueta es un fruto que no puede consumirse fresco, por lo tanto su principal uso es como materia prima para preparar mermeladas, néctar y chicha. Los frutos también se pueden secar y en ese estado se utilizan para preparar infusiones que alivian la tos y los síntomas del resfrío.

HONGOS

Digüeñe, llao llao o pan del indio:

"Yo me acuerdo que se preparaba junto con otra ensalada que también se salía a buscar que eran los berros, se hacía juntos; digüeñe con berro como ahora lechuga con tomate, se aliñaba con vinagre, bueno sería con vinagre, porque era lo que había"

Alfredo Fica, Coyhaique.

Origen

Dentro de los hongos parásitos de *Nothofagus* presentes en el territorio de Aysén se encuentran *Cyttaria darwini y Cyttaria hariotii*. Estos hongos son característicos de los bosques de la región (Espinosa, 1926), desarrollándose en troncos y ramas de árboles como: lenga, ñire y coigüe de Magallanes (*N. pumilio, N. antarctica y N. betuloides,* respectivamente). En la región de Aysén se los conoce genéricamente como *"digüeñes"* o *"pan del indio"*. Sin embargo, hay pobladores de origen mapuche y criollo que identifican con claridad al Llaollao (*C. hariotii*), dintinguiéndolo del digüeñe común y la pinatra (*C. espinosae y C. berteroi*) que no se encuentran en este territorio, ya que son parásitos exclusivos de *N. obliqua*, especie arbórea que se distribuye en la zona centro-sur de nuestro país. Entre los kawésqar era conocido como *ánate*. Este hongo cuenta con una tradición sostenida de recolección y consumo entre pueblos originarios que habitan la región y también consumo identificable en sectores campesinos de diversos territorios de Aysén. Si bien no podría considerarse un alimento central en la dieta de los pobladores ni los posteriores habitantes de la región, sí se reconoce como alimento de antigua data. Existen antecedentes de su recolección y consumo por parte de comunidades mapuche, así como kawésqar, tehuelche o aonekko, yámana y selknam; esto último, se cree, puede haber dado origen al nombre tradicional que algunos campesinos le dan a este hongo: *"pan de indio"* (Sánchez et al., 2017).

Descripción

El digüeñe o llaollao es una fructificación de las agallas (tradicionalmente nombradas pecotras) de la madera de donde nace, emergiendo como una forma de globo, redonda. Se lo encuentra en grupos o racimos abundantes, puede estar tanto en las ramas como en el tronco de un árbol. Abunda en bosques de ñire y de coigüe. Se lo puede observar a orilla de caminos flanqueados de estas especies. Para su óptimo crecimiento necesita sombra.

Al inicio de su desarrollo lo cubre una delicada película de color blanco que al madurar más se pierde dejando ver nítidamente las cavidades de color naranja que cubren su superficie. El periodo ideal para cosecharlo es antes que pierda esa película o capa.

Está compuesto en gran cantidad de agua, lo que se nota en su textura y sabor, además es relativamente viscoso por dentro. Su textura es firme al inicio de su fructificación, tornándose más blanda o voluble al ir madurando. Puede medir entre 2 a 6 cm de diámetro.

Estos hongos se pueden encontrar desde fines de septiembre hasta fines de noviembre aproximadamente, según las condiciones de humedad y luminosidad del sector o zona boscosa en que se encuentren, lo que puede influir en los tiempos de fructificación y madurez.

Forma de obtención

En las zonas rurales de la comuna de Coyhaique, se obtiene fácilmente saliendo a caminar, ya que los digüeñes son visibles en los árboles y fáciles de desprender, *"Crece en racimos o grupos, y se saca fácilmente del tronco, se tiran o se tuercen un poquito y salen"* comenta Alfredo Fica de Coyhaique, y agrega: *"En el sector de Arroyo el Gato, cerca de la escuela, ahí hay mucho"*.

No es demasiado frecuente encontrar digüeñes o llaollao en la oferta del mercado local, eventualmente se los encuentra en ferias de campesinos y productores en pequeñas cantidades. En la temporada, también hay un incipiente intercambio comercial que funciona vía redes sociales, en la que se puede identificar la venta por kilo. Por lo general la obtención es particular, recolectando, porque se desea comer o porque se presentó la oportunidad.

Forma de consumo

Este hongo se identifica como un consumo de primavera. Alfredo Fica comenta: *"Cuando está en su mejor momento para ser consumido es redondito y durito, como una pelota de golf, porque tiene hoyitos por fuera, es amarillito, no tiene mucho sabor, es como aguachento, por eso quizás queda bien con aliño como ensalada, siempre lo recuerdo y lo he comido en ensalada... el sabor dulzón lo toma cuando está ya por pasarse, pero cuando está bueno no es dulce, después que pasa su momento se empieza a poner blando y le sale un gusanito, no es recomendable consumirlo demasiado maduro"*.

Es posible consumir el hongo en diversas formas, la más tradicional es comerlo directamente después de tomarlo en el bosque; también se recolecta y se puede consumir como ensalada. Al respecto Alfredo recuerda: *"Yo me acuerdo que se preparaba junta con otra ensalada que también se salía a buscar que eran los berros, se hacía junto; digüeñe con berro como ahora lechuga con tomate, se aliñaba con vinagre, bueno sería con vinagre porque era lo que había"*.

Entre los mapuche se prepara también *"chicha"*, derivada de la fermentación del hongo. Un uso menos conocido es el de aportar a la elaboración de cerveza del tipo lager, ya que para ella se usa una levadura sintetizada de este hongo recolectado en el extremo sur de Sudamérica (Sánchez et al., 2017).

Otras recetas más contemporáneas lo usan para preparar pebre, picados junto a cebolla en cuadritos y cilantro u otro ingrediente. En Hongusto, guía de hongos comestibles de la región (Sánchez et al., 2017), se incluyen dos recetas con esta especie: una en ensalada y la otra es un tártaro donde también se utiliza crudo.

Gargal:

"No se comerciaba, era... un alimento, un consumo, un gusto en realidad, era un privilegio tenerlo. Mi papá cuando salía a ver los animales lo encontraba y lo llevaba en los pilcheros"

Germán Vidal, La Junta.

Origen

El gargal (*Grifola gargal* Singer, 1969), es un hongo que por lo general crece en ejemplares viejos de árboles del género *Nothofagus* y también sobre la madera podrida, troncos y pedazos de madera caída, debido a su conducta saprofita (alimentarse de materia orgánica en descomposición). Su distribución se ha documentado desde la región de Aysén a la del Maule (Furci, 2007; FIA, 2008). En distintas publicaciones científicas se lo describe como habitante exclusivo de *Nothofagus obliqua* (Barroetaveña y Toledo, 2016), lo que haría suponer que no podría presentarse en la región de Aysén, donde esta especie arbórea no está presente. Sin embargo, el gargal parece fructificar con éxito sobre *N. nítida* (coigüe de Chiloé), *N. betuloides* (coigüe de Magallanes) y *N. dombeyi* (coigüe) (Micófilos Chile, comunicación personal; Sandoval-Leiva, com. pers.; Sánchez et al., 2017; Saavedra, 2018), todas ellas presentes en la región de Aysén. Al respecto Germán Vidal de La Junta, recuerda que: *"Este hongo se daba en los coigües, en zonas de humedad"*.

Gargal es un nombre del español chileno, cuyo significado descrito en el Diccionario de la Real Academia Española (DRAE) es *"agallas del roble"*. Proviene de la palabra en mapudungun *galgal/ɣalɣal/, kalgal /kalɣal/,* que refiere a un tipo de hongos que fructifica en los robles (Sánchez, 2010). Su sonoridad, unida al significado consignado en el DRAE, hace pensar también en la palabra *traltral* que significa *"agallas"* en idioma mapuche. En la región de Aysén el conocimiento sobre esta especie, como de otras del reino fungi, su recolección y formas de consumo, tendría raíces mapuche-huilliche. Sin embargo, su estudio sistemático está en pleno desarrollo, lo que permitirá conocer mejor su asociación a bosques de coigüe, o descrubrir tal vez que se trate de una especie relacionada que se encuentra solo en esta región.

Descripción

Es de color blanco crema y crece en forma de repisas en conjunto con varios especímenes, por lo cual se le denomina multipileada. En la parte inferior tiene una serie de poros, por los cuales desprende sus esporas. Puede alcanzar dimensiones de entre 27 cm de ancho por 20 cm de alto (Furci, 2007).

Los testimonios asociados al consumo de hongos hablan más de una recolección derivada de otras actividades rurales como el manejo del ganado. Las salidas diarias a reunir los animales que pastan en el campo, eran aprovechadas para recoger gargal, porque existía el conocimiento de que ese determinado hongo era comestible, como indica el relato de Germán Vidal: *"Cuando mi papá salía por ahí los encontraba y traía, se cocinaba, mi mamá los hacía como en lonjitas. Los arrancaba, cortaba y ahí se desprendía del árbol y los guardaba... cuando de repente salían al campo a ver los animales los encontraban y se llevaban a la casa para comer el rico gargal"*.

Esta especie tiene fructificación a partir del otoño y hasta el invierno. Al respecto Germán recuerda: *"Siempre en tiempo de invierno mi papá los encontraba, no sé si en tiempo de verano habrá"*. Aquí se confirma que el crecimiento adecuado para consumirlo corresponde a periodo de transición de otoño a la estación invernal, en Aysén desde mayo a julio. Germán lo describe del

siguiente modo: *"Es un hongo como oreja de palo como le decimos nosotros y grande, como de dos kilos, de color blanco. Es como que no tuviera gusto es igual al champiñón, era natural nomás para comer, porque hay hongos venenosos"*.

Forma de obtención

Este hongo no se comercia localmente, ni menos en ferias ni restaurantes. Germán recuerda: *"No se comerciaba, era... un alimento, un consumo, un gusto en realidad, era un privilegio tenerlo. Mi papá cuando salía a ver los animales, lo encontraba y lo llevaba en los pilcheros"*.

Forma de consumo

Según Olaya Díaz de Puerto Cisnes, este hongo fue consumido abundantemente en los primeros años de colonización de dicha localidad (desde principios de los años treinta del siglo pasado), ya que era una forma de poder suplir la falta de alimentos, como la carne específicamente.

Se usaba principalmente en estofados: *"Se comía lo que había, no ibas a ir a la esquina a comprar, había que andar una semana a caballo para llegar donde había algo de alimento que era Puyuhuapi o Lago Verde... se cocía, como cocer la coliflor. Se hervía y de ahí lo acompañaban con otras cosas, con arroz, cebollines, porque cebolla no había. Como sofrito, bueno ahora digo sofrito como sé cocinar un poco, antes no, frito nomás o en sartén digamos"*, comenta Olaya.

Actualmente, en el creciente proceso de industrialización y apertura comercial ha disminuido el consumo de estas especies silvestres por parte de las generaciones más antiguas, ya que esta práctica está asociada a situaciones de pobreza o falta de recursos. No así en las generaciones jóvenes, quienes han decidido poner en valor este conocimiento tradicional que forma parte de las prácticas y narraciones de sus mayores.

Morilla :

"...después de un incendio salen muchas, pero al otro año en el mismo lugar, no sale nada".

Blanca Muñoz, Villa Ortega.

Origen

La morilla (*Morchella spp*), también denominada murilla, morchela y hongo colmenilla (Machuca et al., 2015; Sánchez et al., 2017), es una especie de amplia distribución en el mundo. Se la ha descrito en América del Norte, Europa, Asia y Oceanía (Machuca et al., 2013) y aunque en la literatura se señala que las especies encontradas en el Hemisferio Sur del planeta, fueron posiblemente introducidas desde el Hemisferio Norte, cada vez hay más evidencia de especies endémicas, particularmente en la Patagonia chilena y argentina, asociadas a bosque nativo (Machuca et al., 2015). En Aysén por ejemplo, se ha logrado identificar por medio de análisis de adn a *Morchella sustrata* de color amarillo y *Morchella Mel* (grupo *elata*) de color negro, en dos regiones de estudio: Ñirehuao (provincia de Coyhaique) y lago Juncal (provincia Capitán Prat) (Machuca et al., 2015).

Si bien su consumo no era una costumbre común en los pobladores y campesinos de la región, actualmente este hongo está pasando por un importante proceso de valoración por su gran potencial culinario, significando por lo mismo, un gran aporte para la economía familiar campesina de la región de Aysén.

Las morillas son un producto escaso, se encuentran asociadas a suelos de bosques de *Nothofagus* (lenga, coigüe, ñire). Las morillas negras son más frecuentes en lugares sombríos y de bosque más achaparrado, mientras que las amarillas en bosques de mayor altura, según relata Blanca Muñoz de Villa Ortega: *"las negras crecen antes y con menor tamaño, a diferencia de las amarillas que son las últimas en crecer, pero de un tamaño mucho mayor, llegando hasta 15 centímetros"*. Las condiciones del suelo, requeridas para su crecimiento, son la riqueza de nutrientes y una textura que permita aireación. Puede crecer en solitario o en agrupaciones numerosas. Según los relatos de recolectoras, se observa un aumento exponencial en la fructificación de esta especie un año después en bosques que fueron afectados por incendios, mientras que al segundo año del evento se observa una baja significativa en de ejemplares. Blanca Muñoz cuenta que *"después de un incendio salen muchos, pero al otro año en el mismo lugar, no sale nada"*.

Descripción

Este hongo presenta una forma característica que permite una buena identificación y es su sombrero (*píleo*) ovalado y alargado verticalmente. Toda la estructura del mismo está compuesta por celdillas (costillas) y alvéolos (espacio vacío entre las costillas) similar a la estructura de un panal. Aunque hay especies parecidas, como la denominada *"falsa morilla"* (*Giromita antartica*), las personas que recolectan saben identificarla. La morilla negra puede medir entre 4 y 12 cm y pesar entre 12 a 20 gr fresca, mientras que la amarilla llega a medir hasta 18 cm y un peso de 18 a 40 gr fresca (Machuca et al., 2015). En el sombrero es donde se verifican las diferencias de color entre amarillas y negras, aunque los estudios y testimonios de recolectoras indican que también se encuentran algunas de color gris. La coloración no parece constituir una diferenciación de especies según la bibliografía consultada, sino que indicarían diferencias en la exposición al sol, en el grado de madurez o crecimiento, entre otras. El pie (símil del tallo) se denomina estípe. Es hueco, de color crema, recto por lo general, la esporada varía en su color, desde crema-ocre a café. (Machuca et al., 2015).

Formas de obtención

La actividad de recolección se relaciona directamente con el proceso de venta del producto, cuyos valores varían según esté fresco o deshidratado, siendo este último estado mucho más conveniente para la venta. Los compradores principalmente son intermediarios que luego envían el producto al exterior, también los restaurantes son en la actualidad un poder comprador importante; en menor medida es posible encontrar el producto fresco o deshidratado vendido a público en general, sobre todo en las localidades de Cochrane y Villa Ortega.

En la región la morilla es la especie del reino fungi que destaca como la más conocida entre sus habitantes (Soza et al., 2016). Estos hongos logran pasar desapercibidos en su ambiente gracias a su coloración, por lo que su identificación requiere dedicación y cierta experiencia en terreno. Esta actividad se hace mediante el proceso de recolección, práctica que se empieza a desarrollar gracias a la apertura comercial de este producto por parte de Comercial Mañihuales, empresa regional que desde 1999 comenzó a comprar diversos productos locales para su posterior procesamiento y exportación. Esta empresa inició un nuevo sistema de trabajo, estableciendo cierta regulación respecto de la calidad y condiciones del producto que compraba. Sus operaciones se extendieron hasta el 2011, año en que debió cerrar. Es destacable que la operación de esta empresa generó procesos de transferencia de conocimientos en recolectoras locales, quienes luego vendían el producto recolectado exclusivamente a dicha empresa.

Una vez cerrada la planta, se genera una transformación mercantil que opera actualmente, compuesta de tres grupos: recolectoras, intermediario y exportador, siendo este último el que logra captar el más alto porcentaje de ganancia con la venta del hongo en el comercio internacional, principalmente en Francia, Japón y España.

A medida que se dispone de mayor información sobre el valor de este recurso, se ha generado un aumento del interés desde distintos sectores de la comunidad, comercial, científico y culinario. Por este motivo, algunas agrupaciones de recolectoras, están solicitando que la actividad se certifique y regule a fin de proteger el recurso y su entorno, así como la calidad de las prácticas de recolección.

Actualmente, se estima que la recolección y comercialización de esta especie es un aporte significativo para la economía familiar campesina de Aysén, lo que reconfigura la identidad de las comunidades rurales que habitan el territorio de los bosques de *Nothofagus* o de transición, dinamizando así su identidad. Las comunas donde se identifica mayor presencia de morilla son Lago Verde y Coyhaique, mientras que Cochrane destaca por tener gran número de recolectores, compradores e intermediarios (Machuca et al., 2015).

La actividad de recolección se realiza generalmente en grupos familiares o de vecinos, en campos privados principalmente, de ahí la necesidad de que las recolectoras cuenten con una identificación. Marcela Agüero de Villa Ortega, destaca: *"Los grupos son compuestos principalmente por mujeres con lazos familiares, es muy fácil identificar un grupo compuesto por mujeres de una misma familia y con a lo menos tres generaciones, como es mi caso que aprendí de mi mamá y ahora también he incorporado a mi hija"*. Esta situación se repite en diversas localidades, por lo que se estima que es una actividad con un potente componente cultural (Soza et al., 2016). Los utensilios necesarios para desarrollar esta actividad son una malla de plástico y un cuchillo, se recorre los lugares tradicionales de recolección con fuerte presencia de bosque nativo, se identifican las morillas y se procede a su extracción, la que se realiza con un cuchillo o con *"la uña"*. Se corta el tallo o pie, con un margen de a lo menos el ancho de un dedo, desde el suelo hacia arriba y se guarda en la malla plástica, esto último es fundamental según cuenta Blanca Muñoz, ya que le permite al hongo esparcir sus esporas

en el terreno, lo que le da continuidad al ciclo de vida de la especie.

La recolección se realiza en primavera, entre los meses de octubre y noviembre. Desde hace tres años en Villa Ortega, localidad ubicada al nororiente de Coyhaique, se realiza una fiesta anual para celebrar esta cosecha, el "Festival de la Morilla".

Formas de consumo

Un aspecto importante que enfatiza toda la bibliografía asociada al producto es que su consumo debe ser cocido, ya que presenta sustancias con un grado de toxicidad que la cocción elimina. También se aconseja un consumo moderado.

Su preparación considera una primera cocción, luego se elimina el agua utilizada y se vuelve a hervir. Cuando se trata del producto deshidratado, éste se pone en agua antes de prepararlo, para que se hidrate y recupere parte de su textura, puede ser de un día para otro. El agua donde se remojaron las morillas también se puede usar en las preparaciones ya que conserva sabor, pero el proceso de hidratación no debe superar los dos días, porque el agua empieza a ponerse viscosa. La morilla también puede usarse seca y procesada, como polvo, pero igualmente debe cocerse.

En general quienes han comido morilla dicen que se trata de un sabor suave y agradable, algunas con una ligera acidez, que combina muy bien con preparaciones cremosas para acompañar carnes de todo tipo, o en combinaciones con vegetales y pastas.

Su uso por lo general es en salsas como acompañamiento, salteadas enteras o picadas, hechas crema (sopa) solas o acompañadas de otro ingrediente, en conserva. El libro Hongusto (2017) presenta dos recetas con morilla. Una de ellas pertenece a una emprendedora campesina, agricultora y recolectora que reside en Arroyo El Gato: *"Empanada frita de morilla y queso"*. La otra corresponde a un instructor de INACAP Coyhaique y se hace con morilla seca en polvo. Su nombre es *"Crema de morillas con crutón falso de cavaltia"* (otro hongo).

Las comunidades que recolectan este hongo, por lo general no consumen esta especie o no la tienen integrada en su recetario tradicional. La importancia patrimonial de la especie está asociada al tejido social local y su potencial a futuro, ya que se estima que las nuevas generaciones de las comunidades rurales, tendrán asociada la actividad de recolección, como un acto fundamental entre sus oficios, reactivando este sistema de obtención de alimentos, de larga tradición en la Patagonia chilena.

La principal forma de conservación es el deshidratado, el cual permite conservar todas las propiedades organolépticas del producto, incluso las realza positivamente, tales como aroma y sabor. Una vez que las morillas se han secado adecuadamente se guardan colgadas en mallas u otro tipo de envase que las mantenga aireadas, y se pueden colgar en lugares donde no les llegue sol directo ni humedad.

ANIMALES

Avutarda, caiquén:

"A fines de marzo, terminado el verano había abundancia de avutardas nuevas, era como una competencia, con palos o resorteras que ellos mismos se hacían le tiraban a las aves, después las llevaban a la casa y se preparaban, pero los retaban por andar matando estas avecitas indefensas"

Rosa Vargas, Villa Amengual.

Origen

La avutarda como se la conoce tradicionalmente en la región de Aysén, es el mismo caiquén (*Chloephaga picta*), una de las cinco especies de gansos originarios de Sudamérica que habitan en Chile (Philippi, 1953). La distribución del caiquén abarca desde Magallanes hasta el sur de Talca, hallándose la mayor cantidad de población en las regiones de Aysén y Magallanes, en especial en zonas dulceacuícolas del territorio continental de estas regiones (Figueroa, 2001).

En Aysén es común que las personas identifiquen los nombres de caiquén y avutarda como especies distintas, no obstante se trata de la misma ave. El veterinario y funcionario del Servicio Agrícola y Ganadero de Aysén (SAG), Rodrigo Sandoval aclara esta situación explicando que se trata de una confusión propia de esta región por la cercanía geográfica y cultural con Patagonia argentina donde se le denomina avutarda a este ganso, mientras que en Chile desde Puerto Montt al norte la denominación es caiquén, pero se trata de una misma especie.

Descripción

Uno de los rasgos más distintivos de esta ave es su dimorfismo sexual, es decir que la hembra y el macho tienen un colorido muy diferente entre sí. El macho, que llega a medir entre 65 a 70 cm de largo, presenta dos fases o variaciones de colores de manera estacional: la fase blanca donde la cabeza, cuello completo y el pecho se muestran blancos, al terminar el cuello, los flancos y el lomo empiezan a presentar sobre el color blanco, barras negras gruesas, las plumas de las alas y del centro de la cola son de un gris oscuro. Las patas y el pico son de color negro. La fase barrada, cuando el macho pasa por esta fase sólo la cabeza y la parte superior del cuello son blancas, mientras que desde el medio del cuello hacia abajo, pecho, abdomen y flancos son de color blanco con barras gruesas negras; el resto del plumaje se mantiene como ya se describió.

La hembra, que llega a unos 60 cm de largo, presenta la cabeza y cuello de color castaño o café rojizo, el dorso y el pecho de este mismo color café rojizo, pero con barras negras, el abdomen y los flancos inferiores blancos con barras negras, las alas y cola del mismo color que las del macho, el pico de color negro y las patas amarillas.

La avutarda o caiquén vive principalmente en ambientes abiertos, como praderas húmedas andino-patagónicas a orillas de charcos, lagos, esteros, bordes de costas y canales (Figueroa, 2015). Se alimenta de pastos, bayas y plantas acuáticas. Hace sus nidos en zonas bajas, cerca de las fuentes de agua o en mesetas y colinas aprovechando las depresiones naturales del terreno. Recubre el nido con sus propias plumas del pecho, quedando muy abrigado y protegido, para iniciar su período de postura de huevos aproximadamente en noviembre, pudiendo encontrarse polluelos desde los meses de diciembre a febrero.

Forma de obtención

Por tratarse de un ave silvestre, la forma de obtención es la caza. Los testimonios señalan que se cazaba con *"resortera"* y también con escopeta de un calibre 12 o 16. Se trata de un ave relativamente mansa que se presenta en grandes bandadas a las que se puede ver comiendo en sectores abiertos generalmente en torno a pequeñas lagunas o mallines, donde resulta accesible para la caza. Rosa Vargas de Villa la Tapera, recuerda que incluso se podían cazar tirándoles palos, como lo hacían sus hermanos más grandes cuando ella era chica: *"A fines de marzo, terminado el verano, había abundancia de avutardas nuevas, era como una competencia, con palos o resorteras que ellos mismos se hacían le tiraban a las aves, después las llevaban a la casa y se preparaban, pero los retaban por andar matando estas avecitas indefensas"*.

En Aysén la caza de esta ave está permitida y regulada por la Ley de Caza y su reglamento: el período autorizado comienza el 01 de abril y se extiende hasta el 31 de agosto de cada año, estableciéndose una cuota permitida de 10 ejemplares por cazador (SAG, 2015a).

Forma de consumo

Su consumo se limita a las épocas de otoño-invierno y depende de la obtención de ejemplares en jornadas de caza, como lo señala el relato de Rosa Vargas, que aprendió a preparar la avutarda de su abuelita, *"Era algo ocasional, que se realizaba a causa de las travesuras de los niños más grandes de la casa, que mataban estos animalitos, no era que uno tuviera la idea de salir a cazar estas aves para el consumo"*.

Quemel Sade de Puerto Guadal, recuerda que su padre hacía este estofado *"...principalmente en otoño cuando hay ejemplares de avutardas jóvenes que son de carne más tierna... se preparaba estofado de avutarda principalmente los fines de semana, para variar un poco las comidas de la carne roja"*.

Todos quienes informaron sobre el consumo de esta ave, señalan que queda mejor preparada *"en olla"*, sea estofada, al jugo o con alguna otra variante, pero siempre cocida, ya que de esta manera la carne resulta más tierna y además permite agregarle otros ingredientes, como vegetales, que se mezclan con el sabor del ave potenciando la preparación.

Avutarda al jugo o estofada

Se presentan dos preparaciones denominadas por los informantes *"al jugo"* y *"estofado"* y que son muy similares entre sí. Sin embargo, cada una tiene un toque diferente en los pasos previos a la cocción, que vale la pena conocer.

Rosa Vargas de Villa Amengual, aprendió esta preparación de su abuelita Rudelinda Sandoval (Q.E.P.D.), quien decía que la preparaba *"igual como lo haría con un ave de corral"*.

El primer paso con esta ave una vez que se ha cazado una o más, es desplumarla: *"Se le sacan las plumas igual que si fuera un ganso, con agua caliente, aunque si es nueva no es necesario, porque son blandas, se abre y se le saca el interior, como son salvajes, el interior no se come, se sienta la olla, con grasa o aceite, ajo picado, zanahorias en trozos y sal, se ponen encima las avutardas, dependiendo del tamaño, se ponen más o menos enteras, o se trozan las partes más grandes o con más carne. Se sella esta carne, y luego se le agrega un poco de agua para que no se peguen en el fondo de la olla. Se tapa y cada cierto tiempo se revuelve, procurando que se vaya cociendo pero sin que se pegue la carne, en el fondo o en algún borde de la olla. Cuando la cocción ya va avanzada, se le agregan arvejas, habas, y en forma posterior, nabos o zapallo, según lo que se tuviera. En el caso de ser nabos, se ponen al sentar la olla, al ser zapallo, se debe colocar junto con las papas o un poco después cortados en trozos medianos..."*

Quemel Sade de Puerto Guadal, se refiere a esta preparación como estofado de avutarda. La aprendió de su padre, del mismo nombre, quien fue de los primeros pobladores de esta localidad y que entre sus habilidades estaba la de cocinar muy bien.

"Primero se corta la avutarda en presas y se pone a macerar en leche de un día para otro. Al otro día se lavan las presas y se aliñan con condimentos a gusto y sal. Se ponen a freír en una olla ancha, con ajo y chalota de huerta. Una vez fritas las presas se pone un chorro de agua y se le agregan zanahorias en rodajas, nabo y arvejas verdes de la zona. Se deja hervir hasta que las verduras estén tiernas". Señala que lo sabroso de esta forma de preparar la avutarda se lo da *"el dorado de la carne al principio de la preparación"*. Indica que finalmente debe quedar la carne blanda y con abundante jugo.

Según Rosa y Quemel, la carne de avutarda es oscura y un poco seca, similar a la del ganso, sabrosa y no demasiado *"fuerte"*. Esto, según Rosa se debe a que *"es un animalito que tiene poca grasa, entonces no es tan cargante"*. Ella destaca que la gracia de su preparación es que *"toma sabores del huerto, sobre todo por la presencia del haba y los nabos, que junto con el sabor suave de la carne del ave, lo hacen delicioso".*

En ambas preparaciones se releva que todos los ingredientes deben quedar bien integrados pero no *"deshechos"*, por lo que es importante conocer los tiempos de cocción para agregar cada cosa.

Liebre:

"Yo la he comido al palo o la parrilla... va a depender, igual que en otros animales, si es vieja o no, si es una liebre nueva, pichona va a ser blandita, pero la forma en que mejor queda es a la olla"

Alfredo Fica, Coyhaique.

Origen

La liebre (*Lepus europaeus*) que vemos en Aysén corresponde a un mamífero originario de África, Europa, Asia y el archipiélago Japonés. Actualmente su distribución es mundial, encontrándose en parte de Oceanía, en un sector de América del Norte y el cono sur de América del Sur, que abarca principalmente a Perú, Chile y Argentina. En estos países la liebre se considera una especie invasora, que causa daños principalmente en las siembras y predios destinados a la agricultura. Para el caso de Aysén, la liebre pudo haberse introducido desde Argentina, donde ingresa junto con otras especies exóticas hacia finales del s. XIX, y desde entonces se dispersa ocupando hoy los territorios del sur de Perú, sudoeste de Bolivia y prácticamente todo el territorio de Argentina, Uruguay y Chile (Bonino, 2009). Esta especie llega a Patagonia argentina y chilena, una vez que se inicia el proceso de colonización de estos territorios desde principios del siglo XX, provenientes del centro sur de Argentina como desde Chile, ya que también se señalan introducciones de este mamífero en el sector de Última Esperanza, región de Magallanes y en los territorios de Valdivia y Osorno a inicios del siglo XX (Cossíos, 2004).

Descripción

La liebre es un animal que se esconde y aleja de los lugares poblados y de la presencia humana, por eso es frecuente verla en los caminos rurales corriendo muy rápido en sectores despejados o cruzando a toda velocidad delante de vehículos que transitan por esas rutas. Mide entre 44 a 50 cm de longitud y puede pesar entre 1500 a 2600 gr, sus orejas miden aproximadamente 10 cm de largo, su color es predominantemente café y en partes presenta pelaje blanco mientras que los extremos de la cola y las orejas son oscuros casi negros. Se diferencia del conejo por su mayor tamaño y longitud, también sus patas traseras y orejas son notoriamente más largas que las de los conejos. En época de primavera es posible apreciarlas en mayor cantidad y se les ve jugar y correr con más alboroto. La liebre no tiene un periodo de celo específico, puede reproducirse durante todo el año, lo que se verá incentivado o inhibido dependiendo de las condiciones de alimento y bienestar de que disponga. Puede tener hasta dos partos en un año cuando son jóvenes, esto aumenta cuando se trata de liebres sobre los dos años de vida que llegan a tener tres o cuatro partos en el año, por varios años. Las liebres no construyen madrigueras como los conejos, ellas aprovechan los desniveles del terreno y las alturas del pasto para protegerse y tener sus crías, las que en cuestión de días ya son independientes, también pueden ocultarse en la corteza de un árbol o debajo de alguna raíz o en cualquier accidente del terreno que se preste para ello. Esta condición las hace prácticamente invisibles aún en terrenos llanos y despejados, como son las zonas de estepa en las que principalmente habita. Por este motivo uno de los momentos preferidos para cazarlas es después de una nevada ya que les resulta más difícil mimetizarse con el paisaje.

Forma de obtención

Por las características antes descritas, la liebre no es un animal domesticable, por lo tanto la forma para su obtención es la caza, actividad permitida en Aysén para este animal, dada su condición de introducido y "*dañino*" (SAG, 2015). Se hace por lo general de dos maneras: una es con la instalación de trampas denominadas "*huaches*", que funcionan mecánicamente dejando aprisionada a la liebre por alguna de sus partes cuando pisa o presiona la trampa, este proceso implica la instalación de los huaches en distintos lugares y su posterior revisión para ver si cayó alguna liebre y retirarla. La otra forma es con arma de fuego por lo general rifle a postón o nitro postón calibre 5,5 que equivale a un calibre 22 de revólver, su alcance es aproximadamente de 80 m y para este rifle no hay que tener un permiso de porte de armas, basta con tener la licencia de caza al día.

Quienes conocen más de la caza y consumo de liebre, señalan la ventaja de hacer esta actividad en invierno, cuando ha nevado. Como lo relata Alfredo Fica de Coyhaique: *"El proceso de la caza de la liebre es ideal después de una nevazón como esta, cae nieve y obviamente el pasto está tapado, entonces la liebre se esconde por tres o cuatro días y después sale por ahí a ramonear el pastito que se asoma, entonces esos días sirvieron para que la liebre se despaste, o sea como no tiene nada en la panza entonces no queda tan pasosa y además, como está vacía es más fácil despanzarla* [sacarle los interiores]. *Terminado el proceso de la cacería, lo primero que se hace es despanzar, o sea abrirlas lo necesario para sacarle los intestinos, luego lo que se hace es descuerar, se cuelga, se le cortan las patitas, se abre el pellejo que está unido y se tira hacia abajo, sale todo el cuero, se limpia por dentro, se lava y se deja que estile, al otro día hay que ponerle orégano, no sal, y se le da un golpe de humo, con ramas de árboles frutales, manzano, cerezo, cualquier árbol que no tenga resina, es un golpe de humo nomás, y después de eso, lo que hacemos es separar los huesos y sacar la carne, sólo la carne porque la usamos para hacer longanizas, esto es cuando cazamos hartas liebres…"*. Alfredo señala que si se desea, se puede guardar la liebre congelada y con el toque de ahumado, lo que ayuda a que sea más blanda cuando se desee cocinar.

Por algunos años en Coyhaique, la planta faenadora Mañihuales que funcionó entre las décadas de los '80

y '90, compraba liebres en cantidad, exigiendo ciertos estándares en la condición de entrega de los ejemplares. En esta planta se aprovechaba tanto la piel como la carne, para ser exportadas. Alfredo recuerda: *"Antes cuando la planta recibía, a uno lo obligaban a entregarla despanzada pero lo hacía en la misma planta y ahí tenías las instalaciones agua, luz y todo"*.

Posteriormente, en el año 2015 otra planta faenadora, Cisne Austral, abre una línea de procesamiento de liebre para exportación de carne, pero tiene un breve tiempo de funcionamiento. Ambas plantas procesadoras compraban el producto que se obtenía mediante la caza de estos animales. En la actualidad no se registra un poder comprador importante y los precios han bajado considerablemente, por lo que la caza se destina principalmente al consumo o la elaboración de algún subproducto, como las longanizas.

Forma de consumo

El consumo de liebre se describe como eventual, tanto en épocas pasadas como actuales. Si bien la instalación de trampas permitía contar con una cierta provisión de liebres, este consumo no se consideraba determinante en la cotidianidad familiar, ya que por lo general había otras alternativas cárneas. La forma más recomendada de preparación de la liebre es el estofado y sus variaciones como por ejemplo *"al jugo"*, escabechada o arvejada. Por ser un animal de mucha actividad física, su carne es muy firme y fibrosa, requiriendo una adecuada cocción para ablandarla. También se la consume asada como explica Alfredo: *"Yo la he comido al palo o la parrilla... va a depender, igual que en otros animales si es vieja o no, si es una liebre nueva, pichona va a ser blandita. Pero la forma en que mejor queda es a la olla"*.

Otro aspecto importante para su consumo es saber *"despielarla"*, como explica Alfredo: *"...antes de prepararla... si tú no quieres que te salga esa piel que cubre los músculos, hay que sacarle eso... eso es despielar, en la planta Mañihuales tenían unos rodillos que uno ponía la presa y la iba pasando por ahí y le sacaba esa cubierta, que es como una tela, que es dura y cuando uno la cocina con eso, como que cuesta cortarla... se le puede sacar con la liebre fresca, pero yo encuentro que es más trabajo, cuando está ahumada se le saca más fácil, se tira..."*.

Por último si la persona que prepara lo desea, puede someterla a un tratamiento para que se suavice su sabor, o *"se le vaya lo fuerte"*, ya que existe la impresión bastante compartida de que el sabor de la liebre es fuerte, debido a que es un animal silvestre que principalmente come pasto. Para este tratamiento previo a ser cocinada existen varias formas y preferencias, desde orearla (airearla) de un día para otro, hasta remojarla en agua o agua con vinagre, remojarla en un poco de leche y otras. Luego de esto se cocina con un fondo de cocción que puede ser agua o vino blanco principalmente.

Liebre al jugo

Esta es la preparación básica de la liebre que más se repite en las referencias y que con mínimas variaciones permite otros platos que detallaremos más adelante. Para preparar la liebre al jugo o a *"la olla"*, como también se le conoce, se usa una liebre que ya ha sido *"cuereada"* y *"despielada"*, ahumada o no, lo que dependerá del gusto y costumbre de quien prepara, y despresada. Alfredo Fica de Coyhaique, explica la forma más sencilla en que se prepara la liebre al jugo: *"Se pone en la olla cebolla en pluma, con bastante ajo y todos los condimentos que se quieran, se fríe un poco, se ponen las presas, ahí se sofríen un rato y luego se le pone vino blanco y sal a gusto, se cocina con olla tapada cuidando que no se seque la preparación, debe tener siempre líquido. El tiempo de cocción es más de una hora, puede ser una hora y veinte o más, ahí se va probando, va a depender del tamaño de las presas y de la edad de la liebre, si es grande y ya madura demora un poco más"*.

Liebre estofada

A la misma preparación base antes descrita se le pueden agregar verduras cuando ya se calcula que la carne está casi lista, zanahorias en rodajas, papas y otras a gusto, para hacer un estofado, pueden agregarse buena cantidad de arvejas si se quiere *"liebre arvejada"*.

Liebre escabechada

Otra variación sobre la preparación base con cebolla y ajo, consiste en agregar un vasito de vinagre blanco de manzana u otro, además de vino blanco en la cocción, también se puede agregar pimientos morrones y luego servirse caliente o fría.

3 | Productos ganaderos

ANIMALES

Caballo-yeguerizo-equino:

"Antes había tanto caballo, aquí nomás, en el campo de la mamá de Ramón Pradenas, habían 70 caballos, y toda la gente tenía hartos caballos"

Albino Muñoz, Cerro Galera.

Origen

El origen del caballo que conocemos (*Equus ferus caballus*) se situaría en Eurasia, donde se habría producido la domesticación de la subespecie *Equus ferus*, conocida como *Tarpan* hace unos 5.500 años AP., aunque existe controversia ya que se plantean también otras locaciones de domesticación en Europa, incluso la misma península Ibérica (Von Lettow-Vorbeck, 2005). Evidencias paleontológicas encontradas en América del Norte, sugieren que el primer ancestro del género *Equus* y de todos los demás équidos, fue el *Eohippus* (llamado también *Hyracotherium*), que habitó hace 50 millones de años, durante el Eoceno, en esa zona (Pérez, 2019). Millones de años después, cuando se consolida el cierre del istmo de Panamá a consecuencia del llamado *"Gran Intercambio Biótico Americano"*, hace unos 3 millones de años, se desarrollan dos géneros de équidos en América del Sur, el *Hippidion*, con tres especies identificadas (*H. devillei, H. principale y H. saldiasi*) (Alberdi et al, 2007), que vivió en el pleistoceno entre los 2,5 millones de años y los 8 mil años y el *Equus (Amerhippus),* presente desde el pleistoceno medio hasta una fecha similar. Ambos se extinguieron junto a otras especies pleistocénicas (Alberdi y Frassineti, 2000). El *Hippidion* se ha registrado en sitios paleontológicos y arqueológicos de Patagonia chilena, tanto en Magallanes como Aysén (Alberdi et al., 2007; Labarca et al., 2008). Si bien ambos géneros habrían convivido con grupos cazadores recolectores, que los habrían utilizado como parte de las especies disponibles para su alimentación, no hay evidencia que éstos hayan intentado su domesticación (Labarca et al., 2008).

La introducción del caballo actual en América fue obra de españoles durante la conquista, quienes habrían traído ejemplares de la raza de Andalucía (Gay, 1847). En Chile la presencia del caballo como cabalgadura, animal de tiro y para trilla, fue importante desde los inicios de la conquista. Los primeros caballos en llegar al territorio, provenían del departamento de Charcas en Perú (Donoso, 1960), registrándose *"el primer criadero que hubo en el país, 1545, perteneció al R.P.* [Reverendo padre] *Rodrigo González de Marmolejo, estableciendo sus crianzas en las tierras que poseía en Melipilla, Marga Marga, y en los valles de Quillota y Aconcagua"* (Donoso, 1960, p. 10). Progresivamente las cantidades de animales se incrementan y el manejo en algunos criaderos perfila una variedad de caballo que empieza a denominarse *"raza chilena"*, con características particulares. En 1910 la Sociedad Nacional de Agricultura crea el *"Registro de Criadores de Caballos Chilenos"*, reservado exclusivamente para animales que pudieran acreditar ser de pura raza chilena (Donoso, 1960).

En Aysén la masa de caballos o yeguerizos como se les denomina comúnmente, ha sido menos abundante que la de ovinos y vacunos, como lo indica el Censo Agropecuario de 1930, pero significativa en cuanto a su importancia como medio de transporte y de tiro, así como también para el consumo, más abundante en épocas pasadas que en la actualidad, aunque aún se mantiene. En el territorio de lo que hoy es Coyhaique, la Sociedad Industrial de Aysén, empresa ganadera que inició sus operaciones hacia 1903, mantenía una importante masa de caballares en ciertos sectores identificados como potreros de la estancia (Galindo, 2018).

También existían caballos *"baguales"*, es decir asilvestrados, probablemente provenientes de las caballadas que los tehuelche o aonekko (Domingo, 2019), mantenían en los contrafuertes cordilleranos. El bagualeo era una de las formas de obtener caballos, la otra era la crianza, uso y posterior sacrificio de estos animales, o la crianza específica para consumo en cualquier edad del animal.

Descripción

Es un mamífero persiodáctilo (extremidades terminadas en número impar de dedos, cubiertos por pezuñas, con un dedo central que les sirve de apoyo). Pertenece al género de los *Eqqus* (junto a asnos y cebras). En los tiempos del poblamiento se contaba con masa equina de crianza, pero también había animales no domesticados que vivían en estado salvaje y que eran *"capturados"* para ser amansados, práctica que con el tiempo se transforma en un deporte conocido como *"jineteadas"*. La crianza por lo general se realiza en espacios abiertos, grandes potreros donde los animales pastan libremente. Existen también espacios de reparo bajo árboles, madera o alguna construcción para que los animales se resguarden de la lluvia, el viento y la nieve. Según la edad del animal se le dan las siguientes denominaciones: potrillo-potranca es el animal recién nacido hasta un año aproximadamente; potro–potranca se le llama a un animal en edad reproductiva; caballo (macho) o yegua (hembra) es el animal adulto, por lo general el macho ha sido castrado.

Cuando se trata de animales destinados al uso regular como cabalgadura o para el deporte del rodeo, reciben mayores cuidados y se les mantiene en pesebreras. Cuando un yeguerizo se destina al consumo o se le quiere engordar, más que darle una alimentación especial, lo que se procura es restringirle un poco el movimiento. La alimentación tradicional de todo tipo de ganado en Aysén es la pastura natural y eventual-

mente su complemento con forraje guardado, el que se usa principalmente en invierno.

"En mayo se come caballo" es un dicho que hasta el presente se escucha en la región. Era costumbre en la forma de vida y economía campesina carnear un equino macho o hembra entre mayo y entrada de invierno, junto con un animal vacuno o cerdo para elaborar principalmente charqui y longanizas, destinadas a guardarse para la temporada más difícil del invierno donde los animales pierden peso y escasea la comida cultivada o de recolección y era más difícil el desplazamiento para abastecerse mediante la compra de víveres. El consumo del caballo era frecuente hasta fines del siglo XX como recuerda Albino Muñoz de Cerro Galera.

Una de las características distintivas de esta carne es su color más oscuro que la de las otras carnes rojas, y su grasa de intenso color amarillo y de consistencia muy líquida cuando se procesa, muy apreciada para la fritura. Ada Cadagan, propietaria de una carnicería equina en Coyhaique, indica: *"es que queda muy líquida y luego que la masa está fría, la grasa no se solidifica, no se siente esa sensación de grasa al comerla, es como aceite. Aunque en algunas personas, existe cierto rechazo por el olor de la grasa o de la carne a veces..."*.

Opera cierto prejuicio hacia esta carne como que su calidad o categoría es inferior a la del vacuno u otros animales. Sin embargo, Ada Cadagan relata que hay permanente demanda en la carnicería y que parte importante de su clientela es dueña de restaurantes que compran *"los lomos completos"* y los venden especialmente en sándwiches (churrascos).

Formas de obtención

Actualmente en Coyhaique la carnicería equina "Club Hípico" de Ada Cadagan, quien la trabaja junto a su madre, lleva muchos años de funcionamiento y se abastece con la producción local de los campesinos cercanos al área urbana.

El caballo no tiene temporada específica, pero según Ada *"es más escaso en invierno"*, por lo que ella se provee de animales en la época de verano y otoño y los guarda en el campo, para contar con abastecimiento *"el año redondo"* para su carnicería.

La forma de comercialización es la venta directa de animales en pie en sectores rurales, luego de lo cual el comprador lleva a faenar al matadero, desde donde sale con la autorización sanitaria correspondiente para venta en carnicería, en piezas y cortes menores. Otra opción es comprar los animales en la feria ganadera y desde ahí llevarlos al matadero, repitiendo el ciclo anterior hasta llegar al consumidor final.

Si no se compra en carnicería, otra forma de obtención puede ser la compra informal y posterior faenamiento, por lo general en el sector rural, para consumo de quien compra y/o venta también informal, por piezas. Por último está el faenamiento de un animal propio, para consumo.

Formas de consumo

Esta carne sirve para los mismos usos que cualquier otra, sólo en el caso de prepararla en sopa hay testimonios que indican que no serviría, porque tiene cierta acidez que no es agradable en el caldo, aunque también existen opiniones en contrario. Los usos más frecuentes son el asado al palo, en especial de los costillares, el asado a la olla y al horno, el charqui, los cortes para bifes y la grasa que se utiliza para freír.

Charqui

Aunque se puede hacer charqui de vacuno, chivo u ovino, parece ser que el caballo se presta mejor para este uso. El charqui en base a carne de caballo se recuerda como una práctica frecuente sobre todo en épocas pasadas. Actualmente es difícil encontrar casas donde aún se prepare, pero el gusto por su consumo no ha desaparecido, encontrándose emprendimientos gastronómicos en las ciudades de Coyhaique y Chile Chico que fabrican charqui aunque con técnicas diferentes de las tradicionales.

Ada Cadagan relata esta preparación de acuerdo a lo que le ha tocado observar del proceso que hacían sus padres, tíos y otros familiares: *"Se elige la parte del animal que se cortará para charqui"*. Para este uso lo más apreciado son los cortes magros o que tienen el menor porcentaje de grasa, por ello, Ada indica que los cuartos del animal serían lo más apreciado para esto. *"Se cortan como bifes o bistec, rebanadas de carne de un tamaño ni grueso ni delgado,* [entre 1 y 2 cm de grosor], *la cantidad la decide quien va a preparar, el procedimiento es el mismo, sean más o menos pedazos. Estos trozos se cuelgan al aire libre para que se sequen... se dejan un día colgados por un lado y luego se dan vuelta y se cuelgan por el otro lado, esta etapa puede durar dos a tres días"*.

Una vez que los trozos de carne se secaron al aire se procede a golpearlos por ambos lados con un mazo de madera o piedra o elemento con peso que permita al tiempo de golpear adelgazar y estirar el trozo de carne sin destrozarlo, es decir manteniéndolo en la pieza original.

Luego de tener los trozos adelgazados y extendidos, Ada explica que se cuelgan en un lugar donde les llegue humo, generalmente se busca un lugar cerrado, seco, aireado y donde el humo logre impregnar el ambiente y la carne colgada. *"Se dan vuelta los trozos de carne hasta comprobar que están buenos, secos y ahumados al gusto"*.

Charquicán

Mercedes Escalona de Chile Chico, comparte su manera de preparar charquicán, una receta que en su origen partió con charqui, pero después fue cambiando y se reemplazó el charqui por carne molida. Sin embargo, ella que tiene acceso a charqui, porque lo prepara con fines comerciales, puede hacerla a la manera original:
"Para hacer este charquicán, como para cuatro personas se utiliza como medio kilo de charqui, eso se va a calcular según la cantidad que se prepara, se necesitan papas, zapallo, zanahoria, cebolla, ahora se le puede echar también esas mezclas de verduras congeladas, chacarera, queda bueno. Unas dos horas antes, hay que dejar remojando un poquito de charqui [picado] *en agua para que se hinche. Después, en una olla a fuego de estufa a leña o gas, frío en aceite con condimentos la cebollita en pluma o cuadrados, zanahoria en rodajas o en cuadrados. Se le agrega el charqui remojado y se mezcla con la cuchara, que se cocine un poco y ahí le echa otras verduras si tiene. Aparte en una olla con agua, cuezo las papas peladas y un pedazo de zapallo cortado en trozos como para puré. Cuando está cocido se muele con un mortero mezclándolos. Se mezcla todo, el puré con el charqui y las verduras y se sirve en plato bajo, si uno quiere pone uno o dos huevitos fritos arriba".*

Cerdo:

"...el cuero, para preparar porotos con rienda y cuero de chancho, chicharrones y manteca, patas de cerdo ahumada, cabeza de cerdo como para cecina"

Irma Muñoz, Mañihuales

Origen

El cerdo (*Sus scrofa doméstica*) es un mamífero artiodáctilo de la familia de los Suidae. *"El origen del cerdo criollo latinoamericano se remonta a la conquista del continente por los españoles. La introducción inicial de cerdos ocurre en el 2° viaje de Cristóbal Colón en 1493 a América, (a la isla La Española, actualmente el territorio de República Dominicana y Haití) hecho que es recogido por Fray Bartolomé de las Casas en su "Historia de las Indias"* (Rico, 2002, p. 20).

En Chile actualmente la producción de carne porcina se concentra principalmente en la región Metropolitana y otras del centro del país. Para la región de Aysén, el Censo Nacional Agropecuario de 1930 (INE, 1931), muestra que la producción de ganadería porcina era insignificante, situación que no ha cambiado hasta la actualidad. Un estudio complementario, que en 1931 analiza las cifras de ganado desagregadas por "regiones de la provincia", señala: *"A pesar de ser, por su clima, la provincia muy favorable a la crianza de cerdos y cabríos, los pobladores no le han dado la importancia que merece para la economía nacional"* (Sepúlveda, 1931). La mantención de este tipo de animales para el consumo es muy baja en sectores rurales, y aún en los casos en que se crían, se hace en cantidades pequeñas, para el consumo familiar y la venta ocasional.

Descripción

La crianza de cerdos se realiza en predios particulares, no se registran criaderos de cerdos en la región. En estos predios los animales cuentan por lo general con un corral pequeño, o recinto cerrado donde se les mantiene y alimenta. Los testimonios indican que el animal elige un lugar donde hará siempre sus necesidades y en otra parte se le habilita una batea para darle de comer, además es muy importante que cuente con agua ojalá corriente, siempre limpia ya que el cerdo toma mucha agua. Parte de esa agua corriente debe servir para formar barro en el suelo, para que el chancho se revuelque como efectivamente acostumbra hacerlo. Su alimentación es muy variada, recibiendo por lo general todos los desechos vegetales domésticos, complementando esto con algún cereal, como afrechillo o maíz del mismo con que se alimenta a las aves. Según informa Cinthia Wellmann del sector El León: *"la comida del chancho debe ser siempre cocida, y los granos se les deben dar chancados, o sea deben pasarse por el molinillo, porque si se les da entero no lo aprovechan, entonces se le puede dar maíz, avena, trigo, pero todo chancado. La comida del chancho principalmente lleva papas, por eso se dice papa chanchera, porque se guardan esas papas más chiquititas, que a veces son como la yema del dedo, esas se ponen en una olla grande, donde se le puede poner restos de verduras, cáscaras, eso le va a dar el almidón, a ese cocimiento al final le agregas afrechillo seco que le de espesor, queda como una crema, y ahí le das una baldada de eso en la mañana, al mediodía y otra en la tarde. Alguna gente le da también las vísceras y sangre de cuando se carnea un animal o ave en el campo, pero eso se le echa a la comida también, para que sea cocido".*

La crianza de cerdos, no tiene grandes exigencias de terreno ni clima, se adapta a todos los ambientes por lo que se puede hacer en cualquier parte del territorio de Aysén. Hasta no hace muchos años, era frecuente que en algunas casas ubicadas en el radio urbano se criaran algunos cerdos, para consumo y venta, no obstante esto

generaba molestias en el entorno inmediato, como olores particulares, presencia de moscas y otros, estando actualmente prohibida la tenencia de estos animales, así como conejos y gallinas en el sector urbano.

Formas de obtención

En la actualidad la oferta de carne de cerdo principalmente se concentra en carnicerías de toda la región, las que se abastecen de las grandes empresas que producen y distribuyen a nivel nacional. De manera muy eventual alguna carnicería local a veces cuenta con carne de cerdo que ha sido faenada en el matadero de Coyhaique y la ofrece como cerdo o *"chanchito"* de la zona. Algunos campesinos y pequeños productores agropecuarios crían cerdos, porque gustan de su carne y los faenan de manera particular para el consumo familiar. En la época en que se cuenta con varios *"lechones"* es posible que se venda algo de esa producción.

Formas de consumo

Irma Muñoz de Villa Mañihuales, recuerda como *"una tradición antigua que gira en torno a una faena campesina, en donde el cerdo se mata y sirve para distintos cocimientos o varios platos que se pueden preparar, en donde se aprovecha al máximo los productos que se rescatan, tales como cuero del cerdo para preparar porotos con rienda y cuero de chancho, chicharrones y manteca, patas de cerdo ahumada, cabeza de cerdo como para cecina".*

Aún considerando que su consumo tradicionalmente ha sido menor que el de otras carnes, la memoria de los tiempos en que la forma de vida rural era la predominante en la región, registra prácticas asociadas a la crianza y engorda de al menos un animal porcino que se destinaba todos los inicios de invierno para ser sacrificado junto con un vacuno o *"yeguerizo"* (caballo), con el fin de asegurar el consumo de carne en los meses de escasez de alimentos frescos. Con su carne se elaboraban longanizas, jamón de pierna, carne ahumada, manteca y chicharrones.

Actualmente muchas de estas preparaciones se siguen haciendo y consumiendo, pero con carne y grasa de cerdo comprada. El consumo de masas con chicharrones es cotidiano y apetecido en la cultura alimentaria de Aysén, herencia en parte de la cultura chilota con fuerte presencia en este territorio. Panes, tortillas de papas, milcaos van acompañados de chicharrones que son elaborados en base a la *"gordura"* de cerdo que se produce de manera industrial en el centro del país y se vende en todo Chile, la cual es procesada manteniendo las costumbres tradicionales para elaborar los subproductos de la carne de cerdo. Lo mismo pasa con las longanizas que antiguamente eran preparadas en las mismas casas y ahora su costumbre de consumo se mantiene, pero se compran preparadas, sea esta preparación artesanal en locales autorizados o industrial, envasadas al vacío. La oferta en locales establecidos y carnicerías incluye también prietas y carne de cerdo, cruda, fresca y congelada o previamente aliñada y a veces ahumada.

Estofado Chileno

Fresia Cruces de Cochrane, rememora esta preparación familiar, en donde el sabor de la carne de cerdo ahumada es protagonista dentro de la variedad de ingredientes que lleva: *"En una olla grande se colocaba costillar y espinazo de chancho ahumado trozado en presas, carne de pavo en presas, cuero de chancho en presas* [tocino] *y longanizas, también cebollas en mitades, todo se sofreía en un preparado con ajos y aliños* [orégano y sal eran los principales], *luego se le añadía un poco de agua y por último choclos, papas partidas, para hervir todo por 1,5 horas aproximadamente en total. Y en el transcurso de la cocción se le va añadiendo vino blanco o vinagre para regular que la cocción no se seque."*

Al destapar del estofado debe irse probando con un tenedor la dureza de las papas que fue lo último en añadirse; el tenedor debe entrar fácilmente al pinchar una papa y esto indica el punto de cocción. Estando cocidas las papas es seguro que los demás ingredientes también lo están.

Al comer el estofado chileno, este reúne los sabores del campo; debe sentirse el gusto de sus ingredientes cocinados, unidos junto al vino y su jugo, con un toque de ahumado que impregna todo de sabor.

Esta receta la realizaba la madre de Fresia, cuando ella se crió y eran chicos con sus hermanas/os. Se realizaba para festividades especiales y reuniones familiares en torno a la celebración de San Juan y San Pedro.

Fresia se la ha transmitido a sus hijas y hoy se sigue preparando por la familia cuando se reúne en festividades como año nuevo. Se conserva esta receta como recuerdo familiar de cocina.

El estofado chileno se comía como señal de festejo cuando se celebraba en grande con la familia, amigos e invitados y como una forma de aprovechar el producto del campo y de la huerta disponible en la temporada y aquellos de guarda.

Esta preparación ha sido parte de su historia, le trae recuerdos de su infancia y de su madre ya fallecida, por lo que lleva una carga emotiva importante su ejecución en las actuales fiestas familiares.

Prietas de Cerdo

Irma Muñoz de Villa Mañihuales, describe esta preparación que empieza con el faenamiento del chancho, del cual se obtendrá entre muchas otras cosas, la sangre y el *"tripal"*, (conjunto de tripas) para las prietas.

"Una vez retirado el tripal del animal, se limpia muy bien, extrayendo la grasa que se encuentra pegada en las paredes de la tripa. Una vez separadas y limpias las tripas se dejan remojar en abundante agua fría y vinagre... la sangre que se saca del animal se cuela, para mantenerla líquida y no coagulada. Aparte, se pica el repollo en pluma, el cual debe ser crespo y se cuece previamente".

Irma dice que se prepara la olla o recipiente donde se va a cocinar, lo que llama *"sentar la olla"*, generalmente se hace un sofrito a base de cebolla, ajos y otros ingredientes picados con aliños, dependiendo del gusto y lo que se tenga a mano, tiene variaciones de forma y contenido de los ingredientes. *"Se sienta una olla al fuego y se le agrega la grasa del mismo animal de donde se sacaron los otros ingredientes, se le pone picada en cubitos pequeños; luego, se le incorpora cebollas en cubo en abundancia, aliños* [ajo, sal, pimienta y hierba buena. Esta última es indispensable en este plato]*, se deja hervir por 10 minutos y se le agrega repollo picado previamente cocido, papas rayadas o arroz; se deja hervir nuevamente, revolviendo de vez en cuando, finalmente se le incorpora la sangre colada, que tiene que estar líquida".*

Respecto de ponerle papas o arroz, Irma dice que hay dos formas de prepararlas: *"la prieta chilota es con papa rayada, también se le puede poner arroz, en ese caso debe cocinarse previamente antes de mezclarlo con los otros ingredientes. Se deja enfriar la mezcla y se comienza a llenar la tripa previamente lavada; usando un embudo y un cuchillo o palo largo que permite embutir la pasta hacia abajo en la tripa; hay que tener la precaución de no dejar espacios vacíos, para que no se rompa cuando hierva".*

Una vez que está llena, la tripa se amarra en porciones que determina la cocinera y se colocan a hervir en un recipiente lo suficientemente grande, por cerca de 20 a 30 minutos, hasta que agarran el color blanco característico y flotan en el agua... ahí se sacan y se cuelan. Cuando se van a servir, se colocan en una asadera, se les rocía aceite y se ponen a dorar al horno permitiendo que el cuero quede crujiente, se sirven en plato bajo, con papas hervidas.

Pan con chicharrones

Receta entregada por Elia Cruces de Tortel: *"En una fuente pongo 1 kilo de harina, 1 cucharada de levadura, sal y grasa del chicharrón* [grasa escurrida donde se frieron los chicharrones], *agua calentita también, para formar la masa mezclando todo, primero con cuchara y después con la mano. Una vez lista la masa, voy sacando pedazos, del porte de la palma de mi mano, con cada pedazo se formará un pancito, ahí dentro voy colocando los chicharrones individualmente a cada pan, y los voy dejando subir unos 4 minutos, después que la masa se ha dejado subir, se forman los pancitos dejando adentro los chicharrones, se dejan subir otra vez. Para freír los chicharrones puede ser sartén, pero mejor es una olla, los hago en la cocina a leña, bien caliente en el horno, hoy también se hacen en cocina a gas. En Tortel se ha masificado el uso de la cocina a gas, porque la leña es muy cara. Esto yo lo aprendí de mi mamá, como a los 14 años, primero ella nos decía que miremos como se hacía, después nos guiaba. Los pancitos quedan como con sabor a mantequita de chicharrón sabrosa, la sal a punto, y el color dorado, en tamaño individual".*

Jamón de pierna

Una de las formas en que se han conservado desde la antigüedad las carnes, es el proceso de salado y secado, para este procedimiento, la pierna del cerdo, o cuarto, se presta especialmente, como lo indica el testimonio de Isabel Coñoecar de Cerro Galera, quien aprendió de Juvenalia Ferrada, del mismo sector, dos tipos de procesamiento, para lechón o animal nuevo y para *"chancho grande"* (Muñoz, 2019): *"Una pierna de lechoncito chico, se tiene ocho días sumergido en una caja con sal, se le hace una cama de sal, se pone y se tapa con sal, y se tiene 8 días, ahí se saca y se prensa, se le pone un peso con una piedra encima, hasta que bota todo el líquido, de ahí se saca y se le pone pimentón* [en polvo] *por fuera y se cuelga al humo. Y de chancho grande son 12 días que tiene que estar en un barril con salmuera, primero se prepara la salmuera, en un perol se pone a hervir agua y se le echa sal, hasta que quede bien salada, se pone el agua en un barril y se le prueba con una tapa, se echa la tapa adentro y si flota es porque está buena la salmuera, y si no flota no está buena. Cuando está buena se pone la pierna que tiene que estar doce días".*

Chivo :

"Campos secos, cerrilladas y matorrales. El chivo es un animal que se adapta muy bien a los sectores rocosos y escarpados, se alimenta de pastos y arbustos. No necesita grandes cantidades de agua, ni praderas"

Jorge Contreras, sector El Claro, Puerto Ibáñez.

Origen

Conocidos como ganado caprino, cabras o chivos (*Capra aegagrus hircus*), estos animales fueron domesticados originalmente en Mesopotamia hace aproximadamente 9.000 años, desde donde se han diseminado por todo el mundo. Se considera que la cabra doméstica, pertenece al género *Capra*, y que se diferencia de la cabra salvaje (*Capra aegagrus*) que sería su ancestro (Mujica, 2005).

Su introducción en Chile se verificó durante la conquista española, reconociéndose algunas razas españolas de las que descenderían las cabras que se conocen como *"criollas"*, mayoritarias en Chile. Sin embargo, en su genotipo se han identificado cruces con las razas Anglo-nubian y Saanen, entre otras (Mujica, 2005).

La producción caprina está presente en todas las regiones de Chile, principalmente en manos de pequeños productores, siendo significativa especialmente en las regiones de Coquimbo, Valparaíso y sectores cordilleranos de la Araucanía (Mujica, 2005). Según el mismo estudio, en Aysén la producción caprina es de muy poca relevancia. Sin embargo, datos históricos de los Censos agropecuarios, permiten situarla como la tercera masa ganadera de la región, después de ovinos y bovinos (INE, 1931; 1936). Su destino principal ha sido el consumo de su carne, y en el caso específico de la comuna de Río Ibáñez, el uso del cuero para la artesanía tradicional en greda que se elabora en la localidad de Puerto Ibáñez (Centro de Estudios para el Desarrollo de la Mujer y SERCOTEC, 1996). El territorio que concentra la mayor disponibilidad de este ganado y también el uso alimentario más extendido, es la provincia General Carrera.

Descripción

Los chivos, como se les denomina comúnmente en Aysén, son animales de gran rusticidad, capaces de soportar condiciones de aridez, frío, escasez de pastura, además de su conocida aptitud para moverse en terrenos escarpados. Jorge Contreras de Puerto Ibáñez, describe el ambiente en el que crecen estos animales: *"Campos secos, cerrilladas y matorrales. El chivo es un animal que se adapta muy bien a los sectores rocosos y escarpados, se alimenta de pastos y arbustos. No necesita grandes cantidades de agua, ni praderas"*.

En la zona del Puerto Ibáñez la mayoría de los pobladores cuentan con un pequeño rebaño o *"punta"* de chivos para el autoconsumo familiar, que oscila entre diez y cincuenta hembras adultas, dependiendo del tamaño del terreno disponible. Durante el día los animales se dispersan para pastar y en la tarde se encierran o resguardan cerca de la casa.

Las denominaciones locales de estos animales según su edad son cabrito-cabrilla o simplemente chivo nuevo o chivito: de 2 a 6 meses; chivo capón: animal joven castrado mayor de 6 meses, pero menor de un año por lo general. Con más de un año ya es un chivo adulto y luego un "*chivo viejo"* poco apetecido para el consumo. Jorge Contreras comenta que *"para comer en asado, ideal 6 a 12 kg. Más de eso no, porque están muy gordos y pasados de grasa. El sabor y aroma de la carne es un tanto particular, fuerte. Todo esto varía según la zona y*

la pastura. Su grasa no es saturada por lo cual no daña al hígado y es recomendable para personas con problemas hepáticos".

Forma de obtención

La carne de chivo se obtiene por compra directa a los crianceros o algún establecimiento autorizado de la región. En el sector El Claro de Puerto Ibáñez existen criadores que para navidad y año nuevo generan ventas considerables. Desde mediados de diciembre y hasta marzo, se encuentran animales buenos para el consumo, es decir de carne tierna.

El chivo además forma parte de los mecanismos de intercambio económico entre los pobladores de la provincia General Carrera. Como señala Jorge Contreras: *"Antiguamente los pobladores criadores de chivos los usaban como moneda de cambio para adquirir otros alimentos, ropa y/o materiales. Hoy en día, la crianza es para consumo propio sin dejar de ser un bien de intercambio: por ejemplo es común pagar con un asado de chivo por ir a ayudar en una señalada o en la construcción de algo en el campo, en fin...".*

Formas de consumo

La carne de chivo se puede preparar de todas las formas, igual que la de cordero o capón, aunque en la temporada de verano es más frecuente el uso para los asados al palo, con animales nuevos. Durante las estaciones frías, donde se cuenta con animales más grandes, la carne se consume asada al horno, en estofados y guisos.

En el plano simbólico, el consumo de esta carne se asocia con relaciones de infidelidad y se usa a modo de broma la frase *"le gusta comer chivo"* para insinuar que una persona es infiel o mantiene relaciones amorosas más allá de su pareja estable. Posiblemente la relación se ha construido en función de que la tradición considera *"fiel"* el consumo de carne ovina e *"infiel"* el de carne caprina.

El consumo de leche de chiva es restringido y se realiza en la temporada de primavera y verano. A diferencia de otras regiones con marcada tradición de crianza de ganado caprino, en Aysén no se evidencia comercialización de leche, ni de su derivado, el queso de cabra.

Palomita de chivo

Este es un tipo de asado a fogata cuya característica principal es el tamaño reducido de la carne que se asa. Jorge Contreras comparte su manera de preparar este asado, cuyo nombre *"palomita"* hace alusión simplemente a que es un asado pequeño, de un trozo de carne y no un asado de animal entero. Una palomita puede ser desde medio animal hasta un pedazo pequeño como para una persona y se prepara con todo tipo de carne de las que se consumen al palo, las principales: cordero, vacuno, chivo y caballo.

Para esta preparación se usa una pieza de carne de chivo, puede ser un costillar, paleta, o pierna. Se descarta expresamente el espinazo, porque no se presta para asarse solo. Se le coloca sal a gusto, algunos prefieren ponerle una salmuera con ajo, también se usará un asador hecho de un palo verde, labrado en las puntas, leña que se tenga a mano, cuchillo verijero o facón (cuchillo grande), para las labores de corte en la preparación y en el consumo.

Ya contando con la pieza de carne faenada se procede a salarla con la mano, palmeándola. Se prepara el asador de palo. El tamaño debe ser proporcional a la pieza de carne para que la pueda sostener. Se ensarta la pieza de carne en dicho asador, el que se entierra en una de sus puntas a una distancia suficiente del fuego para que el calor lo vaya asando de manera uniforme, esto significa que no debe tener mucha llama.

Se debe trabajar el fuego entre llama y brasas de manera que siempre mantenga la misma intensidad y de a poco comience a penetrar y cocer la carne, sin que ésta se queme o reseque. Esta faena dura aproximadamente un hora o menos, dependiendo del tamaño de la carne; se termina cuando se considera que la carne se ha cocido adecuadamente, idealmente se come de inmediato.

Al estar terminado, la carne debe presentar un color rojizo-dorado distinguiéndose el derretimiento de la grasa en zonas como el pecho y los riñones. Tradicionalmente se retira la palomita un poco del fuego y se procede a cortar directamente a gusto de los comensales acompañando el consumo con tortas fritas y en algunos casos papas hervidas o cocidas al rescoldo en la misma fogata. Generalmente la palomita se realiza como una preparación rápida en faenas de campo como arreos, pastoreo, leñeo, entre otros.

Oveja–capón-cordero:

"...mucha gente, incluso de campo de muchos años, no les gusta tanto el cordero, les gusta la carne más grande y ahí es donde entra la carne de capón... se busca esa carne porque es más firme y sirve para hacer todo tipo de preparaciones, cualquier comida que quiera"

Cecilio Aguilar, Coyhaique.

Origen

El ganado ovino (*Ovis orientalis aries*) se considera de las especies domésticas más antiguas aprovechadas para la alimentación humana. Su origen se ha establecido en Europa y Asia.

Su introducción formal en el territorio, data de principios del siglo XX, época en que el estado de Chile concesionó toda la zona de la actual región a particulares que luego cedieron dichas concesiones a empresas y sociedades ganaderas (Osorio, 2014), entre las que destacó por su permanencia la Sociedad Industrial de Aysén (SIA), que introdujo gran cantidad de ganado ovino, vacuno y equino, para dedicarse a la producción y exportación, teniendo su base de operaciones entre lo que hoy es Coyhaique y Puerto Aysén. Hacia 1909 esta empresa ganadera mantenía *"...ochenta mil lanares, diez mil vacunos y mil cuatrocientos caballares"* (Acevedo, 1912). También en esa época se desarrolla un proceso de ocupación del territorio de Aysén por parte de familias pobladoras espontáneas, quienes se

establecieron en diversos valles de la parte continental del territorio, trayendo *"ganado menor"* (ovino), junto al ganado vacuno y yeguerizo, como queda registrado en cartas de los propios pobladores de la época (Millar, 2017). Este ganado menor, pasó a ser muy significativo en términos de número como indicarán posteriormente los censos de 1930 y 1936 (INE, 1931; 1936) donde la mayor masa ganadera era la ovina, repartida entre las familias campesinas y las empresas ganaderas.

En esos años como en la actualidad, la producción pecuaria se concentraba en predios privados, siendo el ganado ovino superior en número de cabezas, a todas las otras especies de consumo (INE, 2014), aunque con tendencia a la baja por distintos factores.

Históricamente la raza con mayor presencia y distribución en el territorio ha sido Corriedale, de doble propósito: producción de lana y carne (IREN, 1980), superando a otras razas también presentes, como Merino (lana) y Romney March (doble propósito). La raza Corriedale fue creada en Nueva Zelanda, su introducción en la región de Magallanes se remonta a 1880, (Mujica, 2005) luego de lo cual, ingresa a Aysén. Uno de los primeros ingresos documentados de esta raza fue el arreo realizado 1907 de cerca de 40 mil ovinos desde Punta Arenas, comprados por la Compañía Explotadora del Baker, de los que sólo lograron llegar con vida a dicho territorio 2 mil cabezas, luego de un dramático viaje (Osorio, 2015).

Descripción

De acuerdo a la edad, un ovino recibe en esta región distintas denominaciones: cordero es la cría de la oveja, es un animal *"nuevo"* hasta los 8 o 10 meses de edad aproximadamente; capón es el animal macho que ha sido capado poco antes de cumplir un año, quedando para el consumo; oveja se designa a la hembra que también se consume ocasionalmente, pero su función principal es de reproductora.

El ganado ovino se cría en la mayoría de los territorios que conforman Aysén, siendo considerado *"el rubro pionero en la región"* (IREN, 1980, p. 193) con la excepción de algunas islas donde no se cría ganado.

Una de las características que distingue la forma de crianza y producción ovina en Aysén es que se practica el pastoreo libre de las ovejas y sus crías, las que recorren y se alimentan de lo que ofrece el entorno, no se mantienen en corral ni se les da suplementos o preparados alimenticios para su engorda, por lo mismo el sabor de su carne estará impregnado del tipo de pasto que el animal consumió. De este modo, el sector geográfico en que se encuentren los rebaños puede determinar el matiz de sabor de la carne. Es así que el conocimiento tradicional distingue entre el cordero criado con pasto coirón de sectores de estepa o pampa, y el criado con pasto de praderas y valles. Cecilio Aguilar lo explica de esta manera: *"El cordero es el animal que más aumenta de peso en un corto tiempo y ese aumento de peso se debe a la ingesta de pasto, entonces el sabor de ese pasto es más presente. Y es en la grasa donde uno lo nota, la grasa del animal alimentado con coirón es más firme, uno podría comerla sola, mientras que la grasa del otro tipo de pasto es más voluble, menos firme y repugna más. El animal tiene que caminar más para alimentarse* [con coirón], *en cambio el otro pasto es más abundante por temporada y el animal no necesita moverse para alimentarse, entonces acumula más grasa..."* (Muñoz, 2019). En entrevista para el presente inventario refuerza esta idea: *"El cordero criado con pasto de pradera o de valle, come más verdín, engorda rápidamente y no necesita moverse demasiado para obtener su alimento, por ello cría una grasa más gorda, en mayor cantidad, y más blanda. No obstante, se trata de una carne muy sabrosa, aunque con la cualidad de ser grasosa, lo que se percibe en la boca y las manos, al tomar la carne".*

La mayor disponibilidad de corderos a lo largo de la región, ocurre entre los meses de septiembre y febrero a marzo. De ahí en adelante se contará con capones para el consumo, en los que se va acentuando el sabor de la carne y es mayor el rendimiento de esta por ani-

mal. El cordero es un animal relativamente pequeño que puede dar en promedio 10 a 13 kg de carne, tiene menos grasa que un animal mayor y su carne es muy blanda, incluso se deshace a mucha cocción. Todas las partes son pequeñas, costillas, cuartos, espinazo, aptas para comer con la mano. El capón en cambio tiene una carne con más sabor, firme y densa, pero no por eso dura. Las presas son más grandes, y puede dar hasta más de 20 kg de carne, dependiendo de que tan grande y gordo sea.

Formas de obtención

El principal destino del ganado ovino, además de la venta de su lana, ha sido el consumo como alimento básico, en especial cuando la región tenía una forma de vida esencialmente rural. Actualmente esto ha cambiado, existiendo mayor cantidad de zonas urbanas y un amplio acceso al comercio que ofrece distintas alternativas para el consumo de carne. Sin embargo, se sigue consumiendo y en los ambientes campesinos de Aysén continental es la carne más utilizada. En tanto que en las zonas archipielágicas se encarga al continente dicha carne. Su obtención puede ser mediante compra en carnicerías, enteros o faenados por partes o piezas. También pueden adquirirse enteros y faenados en el matadero. Si se quiere comprar el animal vivo, hay oferta en el comercio formal e informal dentro de la ciudad (en fechas de celebración a fin de año es muy abundante) o directo a campesinos en sus predios, si se sabe quien vende. La otra forma de obtención es la crianza por parte de los propios campesinos para su consumo. Cabe mencionar que en los últimos años se ha tenido acceso a carne de cordero todo el año, gracias a la oferta de la empresa Cisne Austral que mantiene un stock de carne congelada.

Formas de consumo

La carne de cordero es apetecida por su sabor distinto de cualquier otra, más suave que la del lanar de mayor edad, por eso también es más valorada entre un público amplio y no necesariamente regional. Cecilio Aguilar afirma que *"...el tema del cordero es simplemente para la temporada y hecho al palo para que no tenga tanta grasa, la grasa del cordero es más peligrosa para el hígado"*. La carne de capón u oveja cuenta con la ventaja de ser más sabrosa para el paladar local y mucho más rendidora por la proporción de carne que entrega por animal.

Por lo general, el cordero, la oveja y el capón no se consumen inmediatamente carneados, porque la carne demasiado fresca es más resistente (latiguda) y el sabor está levemente alterado. El ideal de consumo, en especial si se va a preparar asado al palo, es que la carne se oree (sea expuesta al aire) varias horas o de un día para otro, esto puede hacerse colgándola de un árbol a la usanza tradicional o en un lugar cerrado y aireado. Antiguamente si el animal no se usaba entero, podía conservarse colgado al aire y a la sombra siempre que no hubiese animales dañinos que lo puedan consumir o ensuciar. También se colgaba en una carnicera (construcción pequeña de altura (1 ½ m, como mínimo), bien cerrada y aireada, idealmente con piso de cemento, sombreada, fresca y seca, aislada de insectos y ratones. Actualmente en muchas casas ya no se usa carnicera y se ha optado por sistemas de almacenaje en refrigeradores y congeladores de gran capacidad. Es frecuente incluso la práctica de congelar un cordero entero, aunque los más tradicionalistas declaran que prefieren la carne fresca.

Puchero de oveja

El puchero es una preparación ampliamente conocida y practicada en los sectores de Aysén donde se consume carne en abundancia. Su preparación se remonta a los tiempos en que el transporte a caballo llevando tropas o simplemente trasladándose de un lugar a otro, hacía muy lentos los desplazamientos y se debía armar un campamento en cualquier parte y preparar algo de comer. Por este motivo también se le llama *"puchero de campamento"*. En otras ocasiones se trata de una comida preparada para los trabajadores que realizan una faena grande, tal es el caso del *"puchero de esquila"*. Aunque los nombres y los contextos difieren, se trata de una misma preparación que actualmente se sigue preparando. El puchero se diferencia de otras sopas, porque se hace con huesos y carnes rojas (oveja o vaca principalmente) y porque no lleva mayor cantidad de ingredientes. Se usa carne de oveja, que al ser más dura se suele hervir por bastante tiempo para que se ablande y entregue mucha substancia y sabor.

Los detalles de esta preparación que se describen más adelante corresponden a Clementina Lizazu de Puerto Guadal, que lo aprendió de su abuela a quien le tocaba salir en arreos con tropas de vacas a la veranada, y preparar esta comida en una fogata improvisada en algún bajo con aguada, mientras los troperos armaban campamento. El mismo trabajo de troperos ha dejado esta comida en el recuerdo de Andrés Hernández de La Tapera y Anastasio Arias de Villa Amengual, que lo preparaban cuando les tocaba salir a estos trabajos, y entregan también su manera de hacerlo.

Clementina Lizazu explica: *"Se pone una olla sobre la cocina a leña, antiguamente se hacía en una olla de fierro sobre el fogón, para que en el fogón la olla no quedara tan cerca del fuego, se le ponían alrededor piedras para alzarla, se agrega agua fría y trozos de hueso de oveja previamente "enjuagados" o lavados, principalmente se usan los huesos de la paleta, espinazo* [columna del animal] *o los cuartos* [piernas]*"*.

Se deja hervir unas dos horas, rellenando con agua cada cierto tiempo para que no se seque la olla y retirando la espuma que va formándose en el proceso de hervido hasta que ya no se genere espuma. Según el testimonio de los informantes, esa espuma se retira porque *"se ve fea"* y no aporta al sabor de la preparación.

Cuando ya lleva harto tiempo de hervido y la carne se nota blanda, recién se le agrega sal a gusto, ajos y papas peladas y cortadas en trozos grandes, o enteras si son chicas. Cuando no había papas, se sustituía por arroz o fideos o se podían combinar papas con uno de los otros ingredientes. Cuando estos últimos ingredientes están cocidos, el puchero está listo.

Acerca de su consistencia, Anastasio Arias indica: *"es clara, un agua clara transparente. Bastante líquido, aunque adquiere un poco de espesor por la substancia que sale del hueso al hervirlo, es una especie de gelatina que sale de ellos. A la vista es poco llamativo, pero estando bien preparado es muy sabroso, su sabor es intenso, pero no es un sabor cargante"*.

Andrés Hernández considera que *"esta preparación entrega energía, fortaleza física, es reponedor y saludable, especialmente para los huesos"*.

Cuando se comía en un campamento, se servía alrededor del fuego, procurando que cada plato tuviera la misma proporción de carne, acompañamientos y caldo, si se come sentados a la mesa se pone la olla en el centro y se sirven los platos.

Albóndigas de oveja

Esta preparación es entregada por el matrimonio de Néstor Sansana y Lidia Muñoz de Villa La Tapera: *"se pica la carne muy, muy finita hasta que queda completamente molida, esto antes se hacía usualmente con un pequeño machete de cocina, se dejaba caer sobre la carne para molerla completamente, esto por falta de máquinas moledoras. Como la carne se muele, se puede usar la de un animal que es más duro como la oveja, pero que sus partes dan más proporción de carne"*.

A la base de carne se le agrega cebolla de tres pisos cortada en cuadraditos muy pequeños, ajo picado muy fino y sal a gusto. *"Era sal en piedra, la cual había que picar y moler"*, recuerda Lidia Muñoz.

Se va tomando con las manos esta preparación y se hacen pequeñas bolas procurando que no se desarmen. Se agrega un poco de harina alrededor de las bolitas de carne, esto para compactarlas por fuera y evitar que se desarmen a la hora de freírlas, que es el siguiente paso.

Se coloca un poco de grasa o aceite en un sartén (poco, como para hacer huevo frito), y se ponen las albóndigas de carne sobre la grasa o aceite bien caliente. La cocción debe ser lenta, para que se cueza bien el interior de las bolitas. Se acompaña de papas hervidas, arroz o pan. Su apariencia al estar listas es la de pequeñas esferas o bolitas de color café oscuro, crujiente por fuera y blando por dentro. Un poco secas. De textura granulosa, ya que al mascar se va deshaciendo la forma de bola y se sienten los trozos molidos de carne. Su sabor es salado y algo grasoso, es un sabor fuerte, intenso y persistente, muy característico de la oveja, descrita como "sabrosa".

Grasa para cocinar y "color"

Según Andrés Hernández y Marta Arias de Villa La Tapera, la grasa animal para cocinar se divide en dos grandes grupos: grasa o sebo (obtenido de ovejas, vacunos y caballos) y manteca (obtenida del cerdo).

Una vez faenado el animal, se extrae la grasa que posee, principalmente la del lomo. En el caso de ovejas, vacunos y caballos también se realiza este proceso con la grasa que rodea riñones y guata.

El material obtenido ha de ser enjuagado, con el objetivo de eliminar partículas externas que se hayan adherido durante el proceso. A continuación se deposita el contenido en una olla, idealmente enlozada, la que permitirá uniformidad en la radiación de calor y evitará que se adhiera el contenido a ella.

El tiempo de cocción oscila entre 25 a 40 minutos, sobre cocina a leña, revolviendo el contenido pausadamente con una paleta de madera cada 5 minutos. Un momento clave en su elaboración, ocurre cuando la grasa comienza a *"humear"*, ya que, durante este proceso se elimina la humedad y las partes sólidas que contiene, lo que influirá en la consistencia que luego tendrá y su capacidad de preservarse en el tiempo.

En el caso de que la grasa presente trozos de carne y/o piel, deben ser retirados en este momento y conservados, ya que con ellos se realiza una preparación adicional llamada *"chicharrones"* (frituras de piel de cerdo o carne de oveja, vacuno o caballo).

Al finalizar el proceso, la grasa se deja enfriar a temperatura ambiente para que se solidifique.

Para un correcto almacenamiento, se recomienda conservar el producto en un lugar seco y resguardado de la luz del sol.

En el caso de ovejas y vacunos la grasa presenta elevado grado de cristalización o capacidad de solidificación, lo que es fácilmente apreciable a la vista y al tacto. Una vez endurecida, su color es blanco o ligeramente amarillo. La de caballo en cambio, posee gran plasticidad y elasticidad, por lo que no se endurece y suele ser transparente; su textura es oleosa, suave y lisa.

En el caso de la grasa de cerdo o manteca, también se solidifica pero no al punto de perder plasticidad, queda más manejable que la de oveja o vacuno. Posee un color blanquecino. Su textura también es oleosa, suave y lisa.

Por lo general se almacena en las mismas ollas en que se realizó la cocción y el producto se utilizará en la elaboración de otras preparaciones. La grasa más sólida presenta mayores posibilidades de guardado envuelta en un paño respirable u otro material, incluso es transportable una vez solidificada ya que no ensucia y se puede cortar en trozos del tamaño requerido. Era lo que se denominaba antiguamente el *"tejo de grasa"* (por la forma redonda y gruesa que se formaba al enfriarse al fondo de una olla). Este *"tejo de grasa"* se llevaba junto a los víveres y pertrechos en los viajes, se derretía al calor del fuego y al alcanzar una elevada temperatura, aproximadamente 160°C, servía para elaborar las *"tortas fritas"* (masa de pan frita).

"Color" o *"La color"*: Una variación de la preparación y guardado de la grasa para cocinar, es esta preparación que resulta frecuente escuchar en las descripciones de distintas comidas, como aliño, ingrediente de base o complementario. Por ejemplo, es común escuchar *"se le pone un color"*, en todos estos casos se hace referencia a la grasa preparada como se describió anteriormente, a la cual además se le agrega como ingrediente fundamental, el pimentón en polvo también llamado ají de color, además de sal y ajos molidos; de manera que al utilizarse funciona como un aliño base para cualquier comida, ya sea cuando se inicia, cumpliendo la función de preparar la olla emulsionando y dando sabor, o también se usa derretirla y agregar por ejemplo a las legumbres al momento de servirlas.

Prietas de oveja

Ilda Cadagan de Villa Amengual, entrega esta receta aclarando que se trata de prietas al *"estilo chilote"*, su preparación tiene varios pasos que a continuación se detallan:

El proceso comienza al momento del carneo de una oveja, recogiendoen una fuente o balde el desangrado del animal. La sangre se deja reposar en un lugar fresco, donde no se *"alumbre"* (entre en proceso de fermentación-descomposición) y donde no le entren basuritas.

El paso siguiente es sacar las tripas del animal, se utiliza principalmente la tripa gorda (intestino grueso). Se quita la basura que tiene dentro y se lava muchas veces para quitarle cualquier residuo y olor. Se da vuelta la tripa y se coloca en una fuente con agua y abundante sal, para que repose un momento y luego se vuelve a lavar con abundante agua. Esto es para que se le salga el sarro del interior de las tripas.

Aparte de estos procesos, se debe poner a cocer papas previamente peladas, en agua con un poco de sal. Se cortan en cuadrados pequeños. En otra olla se pone a cocer arroz, con agua que lo cubra y un poco de sal. Se toman hojas de repollo, y se cortan en tiritas muy finitas, como para ensalada, se reservan sin aliñar ni cocer.

La sangre que se reservó previamente, con el reposo, cuaja. Por tanto, con los dedos se deshace el cuajo grande. Esto se hace apretando suavemente para que la gelatina se separe, sin que quede líquida. Se le sacan las *"hilachas"* de sangre. Se escurre la posible agua que

tenga, sin ningún utensilio, sólo con las manos. A esta sangre se le agregan condimentos (sal, orégano, hierbabuena), se agrega el arroz sancochado, las papas, el repollo y grasa de cordero previamente cocida, tibia para que pueda mezclarse con los demás ingredientes. Con esta preparación mezclada, se rellenan las tripas de animal previamente lavadas. Eso se hacía antes con un tubo de lata de conservas que se adaptaba. Este utensilio lo fabricaba antiguamente Tito Carrillo, de la misma Villa Amengual. Ilda recuerda que él hacía las mejores adaptaciones, ya que se debía hacer un trabajo muy cuidadoso para que no quedaran bordes en la lata que pudieran rajar las tripas. Se introducía el tubo en las tripas dejando un extremo afuera por el que se iba poniendo la mezcla. Para que se rellenara todo el intestino, se empujaba la mezcla con un palo de punta redondeada, previamente limpio y trabajado para esta tarea.

Así, cuando se llenaban aproximadamente 8 a 10 cm de intestino, se ataba un nudo con hilo de algodón y se continuaba rellenando hasta que se completaban otros 8 a 10 cm y se ataba nuevamente, y así de forma sucesiva hasta terminar. Esto se hacía para definir porciones y además para ir resguardando la preparación, ya que si por accidente se llegase a rasgar el intestino, no se vieran afectadas las demás porciones ya listas.

Finalmente, la preparación se pone a hervir 20 minutos aproximadamente.

Usualmente, se ponen en una asadera y terminan su cocción dentro del horno de la cocina a leña. Eso es solo para dorarlas. Se sirven acompañadas de papas cocidas en agua, previamente peladas.

Las prietas tienen un intenso color oscuro en tonos negro o café. Son alargadas y gruesas. De consistencia sólida. Crujientes por fuera (en el caso de ser doradas en el horno) y suaves por dentro. Tienen un sabor particular y reconocible, dado por la sangre cocida. Su consistencia es como un paté suave y espeso que se pega en el paladar en ocasiones, con sabor intenso y pesado. Con la presencia de arroz, el repollo y trozos de papa el sabor varía un poco hacia los cereales y vegetales. La hierbabuena le quita pesadez. Es un elemento fresco, que le otorga sabor particular y distintivo a esta preparación. Al comerlas, se sienten las diferentes texturas de los ingredientes, algunos arenosos, otros suaves y otros crocantes.

Chicharrones

Audolía Muñoz de Puerto Ibañez, recuerda: *"En el invierno cuando nevaba mucho, siempre ahí, cuando estaba bueno* [el tiempo], *se carneaba una oveja para los chicharrones. Se carneaba y la carne con grasa y todo se freía"*.

En este caso se hacían chicharrones en abundancia, destinando prácticamente todo el animal para esto, ya que luego se guardaban para consumir durante varios meses. El mismo procedimiento se puede hacer en menor cantidad: *"La carne se cortaba en trocitos, por ejemplo las costillas se cortaban en dos o tres pedazos enteras, las adelgazaban un poquito para que no quedaran tan gordas, y se frieran bien, se conservaran bien, se freían con hueso y todo. En una olla de fierro y con la grasa misma que va dando la carne se iba friendo en un fogón. El tiempo de cocción depende de como esté el fuego, depende del fuego que uno le haga, lo iban cociendo de a poquito me acuerdo yo. Y ahí le iban sacando la grasa en otra olla aparte* [con una cuchara de palo]. *Hasta que ya estaban doraditos, se sabía que estaban cocidos y se sacaban* [retiraban del fuego con una espumadera tejida de alambre] *y le ponían sal... salmuera y lo dejaban que se enfríe en una asadera o fuente y lo envasaban en costalitos de cuero de chivo y en cuero de yegua"*.

Al estar listos son de color café-dorado. Se comían recién hechos con sal o salmuera, el sabor era el de la grasa y la carne doradas. Cuando estaban guardados y se querían comer, se podían calentar en una asadera en el horno, ahí se comían con pan. También se usaban agregándolos a una sopa si no se tenía carne. Se recuerda como una comida especialmente de invierno.

Asado de capón al horno

Esta sin duda es una de las formas más comunes de comer esta carne en la región de Aysén, tanto por lo grata que resulta al paladar, como también porque antiguamente (más que ahora) las cocinas a leña (con horno), pasaban todo el día encendidas como calefacción y para disponer de agua caliente, entonces el horno estaba siempre listo.

Se puede hacer este asado de cualquier parte del animal y el procedimiento será prácticamente el mismo, las diferencias pueden estar en los tiempos de cocción y en los cortes de la carne que se deciden antes de ponerla a cocer. La cantidad de carne dependerá de cuantas personas vayan a comer, se puede poner un pedazo de carne entero (por ejemplo cuarto o costillar) o se puede poner cortado en *"presas"*, esto es lo más práctico ya que se cuecen más rápido y es mucho más sencillo que todos se vayan sirviendo las porciones cortadas. Cuando el asado incluye costillar, se le hace primero un corte vertical de manera que las costillas quedan divididas a la mitad, luego se van separando en partes, cada dos o tres costillas, la paleta del animal se abre y se corta, las presas del espinazo (columna) se pueden cortar cuando se han sacado los costillares, desde el mismo cogote, calculando la separación de las vértebras del animal.

Una vez que se tienen cortadas todas las presas, se les puede sacar un poco de grasa si se quiere y se salan a gusto; si se quiere aliños, el principal es el ajo molido, algunas personas agregan orégano y otros aliños, aunque otras declaran que los mejores asados son con *"pura sal"*, por lo que siempre depende del gusto de quien prepara. Luego de esto la asadera va al horno, se puede esperar a que la carne empiece a soltar líquido y la grasa que contiene se derrita en el calor del horno, antes de agregarle un poco de agua, o se le puede poner líquido a la asadera desde antes de ponerla al horno, lo importante es que en el proceso de cocción del asado no se pegue a la asadera o fuente y no se queme. Para cuidar esto último debe regularse la intensidad del fuego de manera que sea un calor equilibrado y suficiente para cocer en aproximadamente una hora la carne que se ha puesto.

Arrollado de capón

Carmen Espinoza de Cochrane, cuenta que la costumbre de hacer arrollados de carne era muy común en las casas de campo, pero este arrollado de capón recuerda que lo aprendió de sus amistades con ascendencia turca, quienes lo hacían con ingredientes agridulces como repollo con ciruelas, y otras cosas, pero ella acomodó la receta de modo que gustara a todo tipo de gente.

En esta preparación solo se usa la carne del costillar. Se preferirá una pieza de capón que no esté muy gorda, es decir que tenga poca grasa. Por eso se acostumbra hacer este arrollado para aprovechar el costillar de un animal flaco. Carmen describe el procedimiento: *"Primero se retiran todos los huesos de costillas, tratando de no romper mucho la carne, de modo que quede como un asado de tapaguata* [una plancha de carne de grosor lo más parejo posible]. *Luego se aliña muy bien con ajo molido y orégano, se van poniendo zanahorias cortadas en tiras, arvejas, huevos duros y carne molida, se va enrollando bien y los ingredientes van quedando adentro, se ata con una pita, de modo que quede bien firme. Se pone a cocer en poca agua en una olla, luego se escurre y se deja enfriar. La carne de capón es muy sabrosa, esto queda muy rico y además con los ingredientes que se le ponen de relleno queda un arrollado perfecto para servirlo como entrada con mayonesa casera".*

De este modo se obtiene un arrollado redondo, las rodajas se cortan no muy delgadas. Debe quedar de una consistencia firme para poder rebanarlo. Cuando se cortan las rebanadas se ven los distintos colores del relleno. Se sirve como una entrada contundente cuando el plato de fondo es más liviano; o como comida fría, se come en el plato con cuchillo y tenedor. Carmen preparaba arrollado de capón para sus huéspedes con mucho cariño para sorprenderlos con algo rico y con productos naturales de la zona, ahora por su edad ya no está cocinando, pero conserva intactos sus conocimientos.

Cordero al palo

El primer paso es contar con un cordero, puede ser macho o hembra, carneado e idealmente oreado (que ha reposado y se ha aireado de un día para otro), aunque también es posible prepararlo con un cordero recién carneado. Para el asado al palo, no se utilizan la cabeza ni los interiores del animal, aunque según el gusto de quien lo prepara, muchas veces se les deja los riñones y la cola. Una vez listo el animal, se debe ensartar para ponerse al fuego.

Para ello se puede usar un fierro o vara delgada que servirá de vertical, más larga que el cordero y cuyas puntas son aguzadas. El fierro o vara se entierra verticalmente en el animal, paralelo al espinazo (columna vertebral), interceptándose entre algunas vértebras cada cierto tramo, esto le da una primera firmeza, la que luego se refuerza con amarres usando alambre o agujillas de madera o metal que atraviesan la carne en el sector del espinazo para fijarse al soporte vertical. Estas fijaciones deben quedar bien apretadas ya que durante el proceso de cocción, la carne tiende a contraerse por efecto del calor y disminuir su volumen, por lo que el asado podría soltarse y resbalarse hacia el suelo.

Luego, en forma de cruz, se inserta de manera transversal una vara delgada o caña, para fijar partes laterales, que quedarán en la parte superior más lejos del fuego (cuartos o paletas), de manera que se mantengan abiertas durante la cocción. En el extremo opuesto inferior también se realizan fijaciones con alambres o agujillas de caña, para mantenerlo extendido y expuesto de manera pareja al calor. Se realizan algunos cortes o *"charqueo"* en las partes más gruesas del animal como cuartos y paletas, con el fin de adelgazarlas y asegurar así una cocción uniforme del cordero.

Una vez que está perfectamente ensartado y con sus fijaciones, se procede a salar, procurando que la sal cubra todo el animal. Para que se adhiera la sal se humedece un poco la carne antes. Al iniciar la cocción es decir al plantar el asado, se pone por lo general la zona interior del animal de frente al fuego y se termina con la exterior, donde está la grasa que cubre a la carne. Esta preparación se cuece en contacto con el calor de las brasas y la llama de un fuego que se prepara con leña en un fogón o base, frente a la cual se ensarta el asador de fierro o palo, el cual se va moviendo o reubicando de acuerdo a las necesidades de exposición al calor. En promedio un cordero demora tres horas en estar bien cocido, aunque esto puede variar dependiendo de distintas condiciones y el criterio de la persona que oficia de asador, quien puede decidir cocerlo usando el calor de las brasas o acercarlo a la llama directa, según la etapa de avance en que se encuentre la cocción y el estilo personal.

Las variantes de aliño dependen de los distintos gustos, pero consiste principalmente en sal preferentemente gruesa, la que se esparce por todo la superficie del animal, procurando que se pegue o humedeciendo ligeramente la carne para que la sal se pegue. Otra posibilidad es preparar agua con bastante sal y humedecer con esto toda la carne.

Otros aliños posibles o complementarios son la salmuera, agua con sal y dientes de ajo preparada en una botella, también puede llevar orégano o ají.

Menos frecuente, pero igualmente practicado es aliñar con cerveza y sal, también con harina tostada y sal. La harina tostada aumenta la apariencia dorada de la carne asada y contribuye a crear una cubierta o costra crujiente, no obstante esto no representa la práctica común, sino más bien una variación particular.

Los utensilios para asar de esta manera, han evolucionado desde el palo, labrado y aguzado a cuchillo para este efecto, hasta el fierro y luego el metal cromado. Lo más importante es que el asador tenga la firmeza y largo necesario para que el animal quede vertical y fijo al suelo. Si se usan varas delgadas, se les saca punta para enterrarse en el suelo y en la carne. Para fijar las partes laterales y extremos se usan agujillas (varillas delgadas aguzadas) de caña, madera o fierro y/o alambres para amarrar la carne a éstas. Para el fuego, se usará la leña que esté disponible en el lugar, pero se prefiere y elije aquella con mayor poder calórico, y duración en forma de brasas, por ejemplo el ñire.

Asado de cordero con cuero

Esta es una variación del asado al palo, su característica principal es que al carnear el animal, no se retira por completo el cuero y la lana que lo cubre, sino que se abre por la guata y el pecho hasta el cogote, lo necesario para sacar todas las vísceras del animal y limpiarlo, el pecho se abre y separa, se retira el cuero que cubre la parte interior de las patas y cuartos, así como la parte interior de las patas delanteras, las coyunturas de las patas separan y se sacan las pezuñas, de esta forma el animal queda limpio y libre de cuero por su lado interior, mientras que por el lado del lomo se ve cubierto con su cuero y lana. Estando así se abre, se ensarta en el asador, fijándolo, como ya se ha descrito y se le unta sal por el lado descubierto de la carne. Se planta en el fogón para su proceso de cocción, que será más lento que el de un cordero al palo común. Alicia Haro, quien ofrece este tipo de asado en su establecimiento turístico de Cerro Galera, explica que como mínimo demora 4 horas o más, para que quede bien. Durante todo este tiempo no se da vuelta, se mantiene recibiendo calor por el lado de la carne.

Para saber si está listo, Alfredo Fica indica: "*Se le tira un pedazo de la lana, si sale fácil y queda como un pelón donde se ve el cuero, significa que está listo, generalmente se le tira por ahí cerca del lomo que es lo más grueso*", entonces se da vuelta y la parte de la lana se acerca al fuego para que se chamusque. Otra opción es que "*se agarra un tizón* [un carbón encendido, del mismo fogón] *y se prende la lana para que se queme*", comenta Alfredo.

Cazuela de espinazo de cordero con luche

Esta cazuela traída desde Chiloé, es un plato tradicional icónico de la región. Integra en su caldo la pampa a través del espinazo del cordero, con el mar a través del luche. Es una preparación transversal, consumida desde el archipiélago a la estepa, donde todo Aysén se encuentra.

Luz Andrade de Coyhaique, cuenta que aprendió esta receta de su abuela Manuela Méndez. Puede hacerse con con espinazo de cordero o de animal más grande, capón.

"En primer lugar, el luche hay que ponerlo a remojar la noche anterior. Al momento de cocinar, en una olla grande, poner un chorrito de grasa o aceite de cocina, cebolla picada en cuadritos, zanahoria rallada y zanahoria cortada en pluma, y se ponen las presas de carne... un trozo de morrón rojo y un trozo morrón verde [vegetales disponibles en años más recientes], *tres dientes de ajo previamente machacados en el mortero, sal, pimienta y orégano. Se sofríe la carne y las verduritas unos minutos, luego le agrega bastante agua, que tape la carne, se deja hervir para cocer la carne... bueno de ahí se agregan las papas, un poco de arroz y más agua. El luche que se estaba remojando hay que lavarlo bien, sacarle las piedritas o impurezas y un poco antes que estén listas las papas, se agrega a la olla, y se espera a que hierva. Una vez que hierve se apaga la olla, se le puede poner cilantro fresco, antes se le ponía las verduras que estuvieran disponibles, casi siempre la cebolla tres pisos o la chalota de todo el año como se conocía al ciboulette. Se sirve en plato hondo, un trozo de carne, una papita, y la sopita con arroz y luche, que por lo general sube, se aprecia en la superficie, se le puede agregar ají verde a elección. Si se puede, es ideal hacerlo con papitas nuevas y en cocina a leña".*

Lo que tiene de especial esta cazuela respecto de las comunes de carne de vacuno o ave, es precisamente el agregado de luche cuando la cazuela está casi lista. De esta forma, el luche conserva muy bien su sabor marino, el que combina con el sabor de la carne y demás ingredientes de la preparación. Luz comenta que es un plato especial y apreciado por toda su familia.

Palomita de cordero

Se le dice palomita a un corte de carne inferior en cantidad a medio cordero, que se prepara al palo. Se hace para el consumo de pocos comensales, podría ser desde uno hasta tres. La palomita puede prepararse eligiendo un pedazo de costillar con *"paleta"*, medio costillar de cordero o un cuarto, *"charqueando"* la carne para extenderla y asarla mejor.

Una vez obtenido el corte, el procedimiento para asarlo es el mismo que para un cordero entero, sólo que a menor escala, se le agrega sal y se planta en un asador o palo preparado al efecto. El asador o soporte vertical podrá ser más pequeño, a la medida de la pieza de carne y requerirá de menos soportes laterales, sólo un par de agujillas y alambre bastarán. El fuego deberá ser proporcional al tamaño de la pieza a cocer, se pone la palomita por un lado primero, siendo su tiempo de cocción mucho menor que el de un cordero; dependiendo del corte que se haya elegido, puede estar lista en una hora aproximadamente. Por estas razones la palomita es una preparación que se identifica mucho con la comida de los troperos, quienes para comer en el transcurso de un desplazamiento, recurrían a esta manera fácil de asar un pedazo de carne, justo en cantidad para el o los que iban a comer, no se generaban sobras, no requería más utensilios que el asador y un cuchillo para prepararla y comerla, incluso a cierto tipo de asador se le llama asador tropero por su tamaño especial para ser transportado en estas faenas.

Pierna de cordero asada al horno

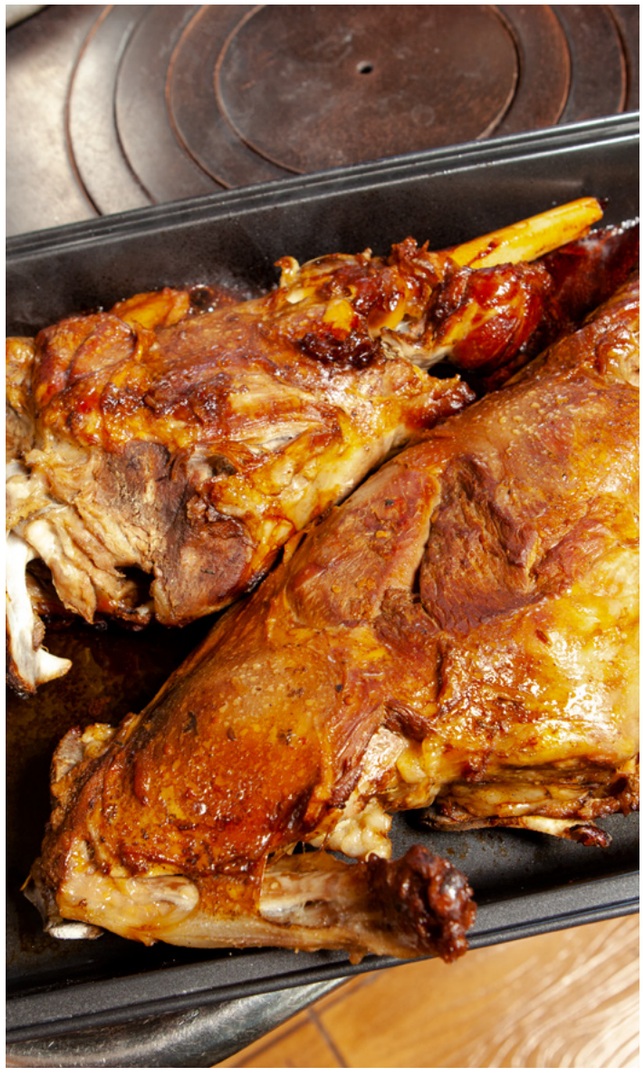
Esta preparación puede hacerse de igual manera con una pierna (cuarto) de cordero, como de capón, la única diferencia estará en los tiempos de cocción, que son menores para el cordero.

Esta preparación puede hacerse de igual manera con una pierna (cuarto) de cordero, como de capón, la única diferencia estará en los tiempos de cocción, que son menores para el cordero.

Pierna entera: El cuarto o pierna sin hacerle cortes, se aliña a gusto, puede adobarse con sal o salmuera al momento de cocinar o dejarse la noche anterior con ajo molido, sal y orégano u otro condimento. Para su cocción se dispone en una asadera y se coloca en el horno de la cocina a leña, *"con buen fuego"* pero sin exceso, es importante poner líquido en el fondo de la asadera, lo más recurrido es agua de la tetera, no importando mucho su temperatura, puede ser también vino blanco o cerveza. Debe tener líquido además del que soltará la carne, para que no se seque o pegue en la asadera.

Por tratarse de un trozo entero sin cortes, el tiempo que requiere para que el calor penetre y cueza hasta la carne que está junto al hueso, es de dos a tres horas aproximadas, dependiendo del tamaño del cuarto y la regularidad del fuego, que debe cuidarse. A media cocción debe darse vuelta el cuarto y puede bañarse con el líquido de cocción. Idealmente la pierna quedará con un hermoso color dorado en ambos lados, y es muy jugosa por dentro, conservando de manera especial el sabor de la carne, que se ha cocido pero sin tomar contacto con el recipiente, ni con el calor del fuego directo, por lo que el sabor es *"muy puro"* o marcado.

Pierna charqueada: La diferencia con la preparación anterior, es que al cuarto se le hacen cortes para abrir la carne y dejar el hueso a la vista sin que lleguen a separarse por completo. Esta operación expande el trozo



de carne de manera que su grosor y volumen, es menor al de un cuarto entero, pero la cantidad de carne es la misma. Esta técnica se ocupa cuando se quiere hacer el asado en menor tiempo, o se gusta de la carne más seca ya que la diferencia en esta forma de preparación es que la carne queda un poco más seca y dorada que cuando se cocina el cuarto entero, sobre todo en la superficie, pero permite que el aliño de ajo y sal por ejemplo, penetre mucho más, por lo que estos sabores son un poco más marcados. También producto de los cortes, la grasa escurre mucho más en la asadera, por lo que la carne se percibe más magra al paladar.

Estofado de cordero con chancho ahumado

Ema Figueroa de Lago Verde, reconoce el estofado como una de las preparaciones más comunes antiguamente y que se ha mantenido; el estofado que prepara lo aprendió de su madre. Lleva carne ahumada aparte de la carne de cordero que es la principal, porque cuenta que *"antes toda la carne se ahumaba"*, proceso que se hacía para conservarla. También lleva longaniza y pocas verduras, porque antes se disponía escasamente de verduras variadas. Por eso la preparación rescata la manera antigua de cocinar un estofado con lo que se tenía disponible.

Se ponen a cocer las presas de cordero en una olla, con un breve sofrito previo si se quiere. Cuando la carne está medianamente cocida, se agregan las otras carnes, en este caso cerdo ahumado y longanizas, se agrega también cebolla y ajos a la cocción para que le den sabor, se aliña con sal, orégano y comino o a gusto de quien prepara; lleva también zanahorias, hortaliza de mayor disponibilidad antiguamente. Se va agregando agua si se observa seco el fondo, pero solo lo necesario, porque esta es una preparación con poco líquido. Una vez cocidas las carnes, se agrega papas y fideos *"canutones"*, que eran muy comunes antes, ya que se compraban en grandes sacos o bolsas; se dejan el tiempo necesario para que se cuezan junto a los demás ingredientes. Una vez cocidas las papas y fideos está listo el estofado. Si se tiene disponibilidad de alguna verdura, se le agrega por encima al momento de servir, como decoración. En este caso Ema le puso cebollita todo el año o chalota.

Este estofado no presenta gran variedad de colores, siendo la carne ahumada de cerdo y las longanizas los elementos más coloridos del plato, junto con la chalota al final. Los trozos de verduras y carnes, así como los fideos, mantienen sus formas notándose perfectamente cada ingrediente en el plato.

Estofado de cordero o capón y repollo

Desde Lago Verde, Lucrecia Shuster presenta otra manera de hacer estofado. En esta preparación se combina la carne de ovino, siempre disponible en esa zona, con el repollo, una de las hortalizas que se siembran y cosechan en abundancia desde tiempos antiguos.

La preparación del estofado se inicia colocando las presas en la olla para darles un sofrito, al que si se quiere se puede agregar ajos, cebolla y aliños. Luego se tapan y se dejan cocer un rato. El tiempo de cocción de la carne de capón puede ser de una hora más o menos y es un poco mayor que si se trata de carne de cordero que es más blanda. Se le agregan luego otros ingredientes como zanahoria, cebolla de pluma, nabo o zapallo: *"Yo no le puse nabo porque no tenía, pero se usaba en los estofados como reemplazo del zapallo, porque el nabo nuevo es exquisito"*, reflexiona Lucrecia. El repollo se agrega picado en tiras gruesas de manera que se sienta su sabor que combina muy bien con la carne. Al final se agregan las papas enteras o en trozos, las que deben cocerse el tiempo necesario para que no se deshagan. Lucrecia recuerda que muchas veces le agrega salsa de tomates a este estofado: *"La salsa de tomate se usaba mucho para los guisos, también se usaba mucho que al estofado se le ponía salsa de tomate al momento de sacarlo casi... y no se mezclaba con el resto, quedaba como una capita por encima. Yo no le puse, porque ahora no tenía"*.

Al servirlo se calcula que cada plato lleve una presa de carne, una porción de los demás ingredientes mezclados, repollo, papas, zanahorias y jugo de la misma preparación, donde se ha concentrado el sabor de todo lo que lleva esta comida.

Guata de cordero rellena

Lidia Serón de Río León, entrega esta receta que aprendió de su mamá, reconociendo que es una buena forma de aprovechar al máximo un animal cuando se carnea, en este caso un cordero, en donde se le retira la guata que tiene la forma como de una bolsa y se procede a rellenarla de acuerdo a este proceso detallado por ella: *"...lo primero es limpiar la guatita, con agua hervida y unas gotas de jugo de limón. Ahí se prepara el sartén, se pica la grasita de adentro del cordero y se pone a freír, después se le pone la cebolla tipo pluma y se dora; ahí se le echa merquén y orégano, hojitas de hierba buena molida, para esto hay que cocer aparte todos los interiores, corazón, la pana* [el hígado], *parte de los pulmones, riñones, los chunchules, todo eso se lava aparte y se pone a cocer, se le da un hervor con ajito y después se sacan y se pican finitos y se mezclan con la cebolla y otras verduritas verdes para darle una fritura y terminar de cocerlos en el sartén. Esta receta no lleva arroz, cebolla sí, la cebolla se pica con la grasita o telita del interior y con eso se pone a freír. Esta receta la aprendí de mi mamá, ella le llamaba guata rellena. La sangre para tomarla en el cordero se hace en una olla a la que uno tiene que ponerle un poco de sal y agua fría, se recoge la sangre y se empieza a batir suave y sacarle todo lo sólido, los nervios* [se van enredando en el tenedor], *que quede lo líquido nomás, que no cuaje. Después esa sangre se mestura con la verdura y todo lo que yo piqué, se mezcla y se echa adentro, eso es lo único que tiene que cocerse, y la guatita de afuera, lo demás está todo cocido o sofrito. Y ahí se cose con hilo de las bolsas* [harineras]*; hay que cocer la guata yo lo costuro tipo poncho, tomo un lado de allá y lo meto acá, otro de acá y para allá... para que quede firme... entonces donde la guata empieza a hinchar, menos se suelta. Porque si usted la amarra cuando empieza a hervir se desata, se revienta y empieza a salir la sangre".*

Al servirlo se ve de un color muy oscuro, casi negro, el relleno debe presentar una contextura firme y blanda a la vez, lo mismo con la guata que lo contiene, que debe ser firme, pero que no se rompa ni se deshaga. Durante el proceso de cocción debe mantenerse el relleno adentro y no escurrir, por lo que debe quedar bien cocida.

Lidia considera que este plato debe ser muy nutritivo, porque cree que la sangre tiene muchos nutrientes y es muy alimenticia. Respecto de su sabor indica: *"Es salado, sabroso... por los aliños y el sabor de la sangre cocida; tiene sabor suave y agradable, al comerlo no se siente el gusto de los intestinos o partes sólidas, todo está muy mezclado. Es muy similar al sabor de las prietas".*

Esta preparación se consume a la mesa, se sirve en plato, donde se disponen unas rebanadas de guata rellena acompañadas por lo general de papas cocidas.

Las ocasiones en que se prepara son aquellas en que se carnea un cordero para el consumo o con ocasión de un evento familiar especial como una marcación por ejemplo. En ambos casos la guata rellena se consume a media mañana o como almuerzo y en la tarde o noche se hace un asado con la carne del animal.

Ñache

Esta preparación se hace con la sangre fresca de un animal que ha sido carneado para su consumo.

Procedimiento: al ser degollado el animal, la sangre se recoge en el momento con una asadera dispuesta debajo del cogote del animal, cuidando que no caiga ningún elemento extraño. Lidia Serón de Río León, prepara el ñache de la siguiente forma: "*Yo pongo en la fuente o asadera los aliños y la sal, después se recoge la sangre. Al irse juntando la sangre se revuelve lentamente, también se le puede agregar después la sal, también aliños como pimienta o ají*". Con esto, la sangre se va enfriando y solidificando lentamente, dando una apariencia uniforme, como de un flan con la superficie ligeramente más seca, como nata.

Una vez solidificada la sangre se le agregan aliños, orégano fresco, cilantro y/o cebollín, sal y pimienta, puede ser también jugo de limón cuando se tiene. Una vez que está listo, aflanado o al menos espeso, se puede dividir en porciones con forma de cubo dentro de la misma asadera o también dejarlo sin cortar y que cada persona saque un poco a su gusto, con una cuchara.

El ñache es una comida informal, su consumo es rápido en relación al momento en que se prepara ya que una de sus propiedades es ser un alimento fresco, recién hecho. Se consume en la mañana mucho antes de un asado, acompañado de pan o tortas fritas y algún pebre o preparado picante, además de los aliños que ya contenía. Los aliños en esta preparación, si bien realzan el sabor, son secundarios ya que predomina en cantidad y presencia el sabor de la sangre cuajada. Se puede acompañar con vino en bota.

El ñache se prepara cuando hay bastantes comensales reunidos por motivos de festejo o trabajos comunitarios (señaladas, marcaciones) y donde hay sacrificio de animales para alimentar a los asistentes. No todas las personas lo comen, no es una preparación de gusto masivo, a muchas le pasa que sienten rechazo al ver la sangre, o no gustan de su sabor, pero quienes lo consumen lo hacen por gusto y porque consideran que es un alimento de gran valor nutricional.

Estofado de achuras

Preparación entregada por Cinthia Wellmann que la aprendió de su suegra, residente en el sector El León, comuna de Chile Chico. Cuando se carnea un cordero en edad de lactancia se obtiene la cabeza, el corazón y el hígado, estas son llamadas achuras (menudencias). *"Se lavan bien cada una por separado; el corazón se parte por la mitad y se quita el exceso de sangre; el hígado se lava bien y se le quita el esófago; la cabeza se parte por la mitad con una sierra y se le corta toda la parte de la nariz y los dientes, y se le quitan los ojos".*

Todas estas presas se colocan en una olla con agua caliente al fuego hasta que larguen un hervor y suelten una espuma blanca, momento en que se la retira del fuego. En otra olla más bien plana se ponen a freír la cebolla picada en pluma y ajo molido con aliños como orégano, comino, pimienta y pimentón. Encima se van poniendo las presas blanqueadas, se agrega sal y se tapa la olla. Cuando la preparación se sofríe bien, se le agrega un chorrito de vinagre blanco o vino blanco, se tapa y se cocina un momento más. Esta preparación es de rápida cocción. Las presas no se mueven una vez puestas en la olla porque se pueden desarmar. Cuando todo esté blando y cocido está listo. Si se desea, se le agrega un poco de salsa de tomates o tomates frescos picados, lo que le da aún mejor sabor. Aparte se ponen a cocer papas para acompañar este estofado. *"El sabor de las achuras puede ser un poco fuerte, por eso se le agrega un chorrito de vinagre o vino blanco que lo suaviza",* indica Cinthia, quien asegura que esta receta la creó su suegra para aprovechar estas menudencias que resultan al faenar un cordero. *"Es importante que sea cordero joven porque así se asegura que el hígado esté sano y que las achuras sean blandas. Cuando se faena un cordero para hacer un asado al palo se deja enfriar la carne de un día para otro, entonces ese mismo día de la carneada no se come asado, entonces ahí se puede preparar este estofado".* Otros testimonios ratifican el consumo de estos interiores o achuras, preparándolos de manera similar, en un "cocimiento" o a la olla, aunque no necesariamente con el nombre de estofado.

Vacuno Clavel:

"Nuestro ganado es de pasto, pasto común y corriente, no distinguimos muchas diferencias al interior de la región, tampoco entre razas hay mayores diferencias en el sabor, ya que se alimentan de pasto natural, de manera libre. La diferencia mayor puede producirse con carnes que son criadas fuera de la región a corral y las alimentan con maíz u otras cosas... ahí uno puede establecer diferencias substanciales de sabor..."

Yuri Arre, La Junta.

Origen

Se estima que los vacunos (*Bos Taurus*) que hoy conocemos fueron domesticados hace unos 10.000 años en el Oriente Medio. Estos animales rumiantes y pertenecientes a la familia de los Bóbidos (al que pertenecen también búfalos, bisontes, cabras y ovejas entre otros), se caracterizan por tener sus extremidades terminadas en un número par de dedos, de los cuales apoyan al menos dos para caminar, cubiertos por pezuñas. Su ganadería se expande por Europa y Asia inicialmente, aprovechándolos como animales de tiro, como también para la producción de carne y leche. Más adelante se siguen expandiendo por el mundo y creándose razas a partir de la selección y manejo de sus ejemplares, con el fin de potenciar características específicas de su productividad.

Es el caso de Chile que desarrolla un tipo especial de vacuno, a partir del Rotbunte, una raza introducida, que tiene su origen en Europa central, en la región de Frisia, parte norte de Holanda, en los Países Bajos. A esta raza se la conoce con otras denominaciones como Overo colorado (manchado blanco y rojo), Frisón rojo chileno, Berrendo rojo o Clavel alemán. Es este Overo colorado el que en Aysén se denomina comúnmente Clavel.

El Overo colorado se estableció en Chile a comienzos del siglo XX, en la zona centro sur, importándose animales finos de pedigree, desde Alemania y posteriormente de Holanda. Desde esos años hasta la actualidad, la raza ha estado vigente, siendo mejorada permanentemente, según las exigencias nacionales, hasta tener en el país una raza con características específicas. En entrevista concedida a Revista del Campo en 2018, Jaime Piñeira, biólogo del Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias (INIA), sede Carillanca, expresaba al respecto: *"Esta raza ha sido muy demandada en las zonas más australes del país, donde hay varias asociaciones gremiales que se han preocupado de su crianza y expansión como la de Pequeños Campesinos de La Junta en Aysén, de Criadores de la Raza Clavel de carne chilena, Pequeños Agricultores Claveleros de Cunco y de Criadores de Raza Bovina Clavel"*.

Si bien en las zonas de estepa y los valles intermedios de Aysén, hay mayor presencia de otras razas bovinas, como Hereford y Angus, se ha considerado importante relevar la raza Overo Colorado o Clavel, por el trabajo desarrollado por los crianceros de los valles centrales del río Palena, al norte de la región, desde los inicios del poblamiento en dicha área a mediados del siglo pasado.

Yuri Arre describe este proceso de introducción y modificación de la raza: *"Hay variedades de claveles, algunos llegaron más blanqueados, o con la cabeza tapada, o más manchados... en fin, entonces los ganaderos grandes, por ejemplo los García de Temuco, dijeron: por qué no empezamos a criar el clavel chileno, entonces empezaron a uniformar un tipo de animal, por ejemplo con las cuatro patas blancas, en fin, pero el origen del clavel es alemán. En Alemania se ha perdido esta raza y en Chile se conserva"*. Sobre como llega esta raza al valle del Palena agrega: *"Tuvo su origen en personas dueñas de predios que vinieron de Llanquihue, y esta raza quedó acá como en una isla, donde no se mezcló mucho con otras razas, lo que le salvó de cambiar su fisonomía..."*

Justamente productores como los pertenecientes a la Asociación Gremial de Ganaderos y Agricultores de La Junta, se han preocupado de mantener la calidad de esta producción ganadera, reconociéndose en particular por la raza Clavel dentro del panorama regional. Refrendando esto, la Asociación organiza anualmente en La Junta, la celebración denominada *"El día del Ternero"*, que en 2019 cuenta su 5ª versión, la que tiene por objeto poner en valor la producción ganadera ya descrita, así como los modos de vida asociados a ella.

Descripción

Aunque el vacuno Clavel es un animal de doble propósito, (producción de leche y carne), en Aysén la producción se enfoca principalmente a la venta de terneros cuyo principal mercado está en las ferias de la décima región. Es una raza considerada además de gran rusticidad, es decir que se adapta a condiciones climáticas y geográficas como las que encontramos en la zona sur austral de Chile. Como lo describe Yuri Arre: *"Es una raza que da buen rendimiento, la principal característica de esta raza es que la grasa va bastante separada de la carne, hay otras razas que tienen la grasa más incorporada, entonces desde el punto de vista de lo sano, uno a esta carne le saca fácilmente la grasa, a diferencia de otras razas cárnicas que hay en la región como Angus o Hereford, en que la grasa está muy mezclada con la carne, entonces es difícil separarla. El Clavel igual tiene grasa incorporada pero la mayor parte de grasa es externa"*, agregando que *"La crianza del animal es bastante ventajosa, porque es un animal muy rústico, no es un animal especial, delicado. No tiene problema en el invierno en invernar a pura quila, con poco alimento, entonces es ventajoso para quien la produce. Este vacuno se cría en los campos o en invernadas,*

pastando libremente y eventualmente se le da forraje en caso de inviernos muy malos". Esta característica es la que destaca el sabor de la carne de vacuno en Aysén, que permite identificar la alimentación de pastos naturales y cultivados.

Formas de obtención

En la actualidad la carne de vacuno criado y engordado en la región, se vende mayoritariamente en carnicerías de todo el territorio, las que en su mayoría se abastecen de animales que son adquiridos en las ferias locales y posteriormente faenados en mataderos autorizados o directamente comprados en dichos recintos. Otra forma de adquirir esta carne es comprando *"al corte"*, es decir en secciones grandes o piezas enteras (un costillar, una pierna). Al comprar *"al corte"*, baja un poco el precio por kilo de carne, pero exige saber cortar y aprovechar todo lo que la pieza puede rendir. Si se destina al ámbito doméstico, por lo general se hacen cortes más pequeños y se conserva o congela para racionar el consumo parcial a lo largo de un período, también puede destinarse a abastecer comercios más pequeños o restaurantes donde es más conveniente comprar en piezas grandes y luego cortarlas según el uso definido, También es frecuente la compra *"al corte"* de piezas para asados al palo, como por ejemplo costillares que son apetecidos para asarse completos.

Formas de consumo

La carne de vacuno es apta para todo tipo de preparaciones y el aprovechamiento que puede hacerse del animal es completo, desde la cabeza a las patas, incluyendo todos los interiores, guata, riñones, corazón entre otros. La carne por su parte, se presta para asados al palo, al horno y la olla, estofados, todo tipo de guisos, así como preparaciones con carne molida y picada, también para sopas o pucheros, estas últimas privilegiando el uso de los huesos o de los cortes menos nobles, que soportan mejor un tiempo largo de cocción y aportan gran sabor al caldo resultante de la cocción. Antiguamente cuando no se contaba con sistemas de refrigeración tecnologizados en sectores rurales, se buscaban maneras de conservarla, tales como el uso de carniceras, espacios cerrados, frescos, aireados, en lo posible con piso de cemento donde se colgaba la carne y podía durar varias semanas. Otra forma de conservación consistía en ahumar trozos de carne y los mismos huesos, lo que ayudaba a conservarlos por más tiempo, o bien hacer charqui con la carne, un proceso de salado y secado que permite conservarla por meses.

Vaquilla entera al palo

Víctor Hugo Uribe ha preparado en fiestas costumbristas y muestras gastronómicas este asado de vaquilla completa. *"Lo primero es saber charquear el animal y de ahí saber acomodarlo en el asador y tener la leña adecuada, lo ideal es el ñire o tronco macizo, el ñire porque deja brasa y esa se mantiene"*. Para mayor firmeza la vaquilla se coloca sobre el fierro central de una parrilla: *"...arriba de la parrilla para hacer todo el trabajo del charqueo y preparación, se parte el pecho y de ahí se abren las costillas del espinazo y luego viene el tema del charqueo y después se instala al fuego, acá entre cuatro personas lo instalamos"*.

Al decir *'charquear'*, Víctor Hugo se refiere a cortes que van abriendo y acomodando el animal para que se pueda asar mejor, pero sin dividirlo: *"El animal se parte, se charquean los cuartos, se recorta con el serrucho la costilla para dejarlo como asado de tira y donde hay hueso, tratar de cortarlo con el serrucho, porque después ya no se puede cuando está caliente. Primero bajamos la costilla lo que es las cuatro costillas de la paleta y de ahí se baja hacia el cogote por ambos lados y de ahí se charquea lo que es el cuarto arriba, las piernas. Para charquear los cuartos, se abre a la mitad del hueso del centro y de ahí se saca hacia arriba la pulpa y otra parte se saca hacia abajo, se reparten las dos carnosidades, y del costillar se saca la costilla blanca que es el hueso blanco, que como ya está recortado con el serrucho... una vez que está cocido se empiezan a abrir las costillas solas"*.

Una vez acomodado el animal, viene el proceso de asegurarlo en la parrilla para que no caiga: *"y bueno... hay que atar, por lo que es la firmeza del animal, porque por el peso se puede caer, entonces hay que asegurarlo. Es lo que yo recuerdo... porque siempre he andado en las fiestas camperas y yo esto lo vi hacer a don Pancho Cordero que él ya no está y fui observando como el la hizo y después se me fue dando la oportunidad y en una muestra gastronómica a la usanza criolla, la hice. La carne se aliña con la misma salmuera que se usa en el asado de cordero: ajo y sal que es lo común en los campos, una salmuera que se hace..."* indica Víctor Hugo.

El proceso de cocción de la carne es largo: *"Cuando usté acalora el asado, es un buen fuego primero, pero lejitos, metro y medio del fuego al asado, a medida que se va cociendo lo va inclinando porque siempre pide más calor arriba en las partes más gruesas que son los cuartos y el centro de la paleta, son las partes que por lo general quedan un poquito encrudecidas pero es lo mínimo... por lo mismo que hay que manejarse con el fuego, porque las costillas son partes delgadas y de ahí...el estomaguillo también, entonces debe mantener el calor permanente, pero no quemarlo. El tiempo de cocción, depende del peso del animal, mientras más peso son más horas, lo normal son 12 o 14 horas, mientras más reparado el lugar puede ser más rápido, si es al aire libre demora más"*.

Asado con cuero al palo

Para esta preparación se han tomado los testimonios de dos informantes: Rolando Andrés Montenegro, originario del sector Río León y Adolfo Barría de Caleta Tortel.

Rolando relata que su padre, del mismo nombre, contaba que en una de sus andanzas como tropero vio a un hombre gaucho que carneó una ternera mamona y en lugar de sacarle el cuero como de costumbre, sacó toda la parte del animal desde el pecho hasta la ubre, con mucho cuidado de no pinchar el estómago y fue cortando el asado con el cuero incluido, luego le puso sal y lo ensartó en un asador de fierro.

Adolfo recuerda: *"Yo aprendí de mi viejo, mi primer asado fue en la costa del río Murta, tenía como 12 o 13 años"*, y agrega que *"para el asado con cuero, siempre se carnea una mamona* [vacuno hembra en proceso de destete], *de carne más gordita... el tapapecho es el corte a cocinar, se debe cortar con cuero y todo, se aliña con ajo y sal de un día para otro dobladito como un libro, antes de estaquearlo* [afirmarlo con varillas]. *Se corta todo el tapapecho con cuero* [piel y pelo del animal], *dejando unos 5 cm de cuero por lado para poder estaquearlo, este asado tiene que quedar del grosor de una pulgada y media para que su cocción sea pareja"*. Rolando por su parte, indica que *"se acostumbra aliñar bien el asado un día antes con ajo, sal y orégano para que se pase de sabor"*.

Una vez puesto en el asador de fierro se coloca cerca de un fuego hecho con leña de ñire o lenga. Cuando se considera que está cocido por el lado de la carne, se dispone de un palo con fuego encendido con el cual se comienza a quemar el pelo del lado del cuero, luego se raspa para quitar los restos de pelo y está listo para consumirlo. El lado de la carne debe quedar dorado y el lado del cuero queda quemado ya que se le aplicó fuego vivo para que se queme el pelo. Por dentro la carne queda jugosa. Al respecto Adolfo apunta: *"Se cocina con fuego y brazas, tiene que ser leña larga, ojalá ñire, coigüe o tepú, la llama más o menos a un metro, que no se arrebate"*. Y para saber si está cocido aporta un dato importante: *"Es cosa de fijarse como se va soltando el pelo, ahí tu sabes a que parte le falta cocción"*. Se refiere a que el pelo se tira con la mano, si sale fácilmente es que ya está cocida esa parte, pero si ofrece resistencia es porque falta todavía.

Tanto estos testimonios, como otros recogidos indican que la principal característica del asado con cuero, es que además de quedar perfectamente cocido, conserva todo el jugo en el interior de la carne, lo que le otorga un sabor y textura especial al comerlo.

Ambos informantes comparten recuerdos especiales de esta preparación asociada a faenas de marcación o trabajos compartidos entre varias personas: *"Me trae recuerdos de reuniones familiares, marcaciones, señaladas de terneros, a orillas de un fogón"*, dice Rolando Montenegro y cuenta que todos los años lo realiza para la fecha de marcación de terneros y pretende enseñarlo a sus dos hijos para seguir con esta preciada tradición. Adolfo Barría por su parte recuerda: *"Era especialmente para las señaladas o marcaciones* [faena de reconocimiento y marca del ganado de un predio en particular], *se armaba un fogón cerca del corral, y se plantaba el asado en el mismo fuego donde se calientan las marcas"*.

Pierna de vacuno a la salmuera (jamón)

Esta preparación permite conservar una pieza grande de carne por tiempo largo e ir consumiéndola de a poco, cosa muy necesaria en los tiempos en que no se contaba con electricidad, ni refrigeradores. El vacuno en especial, por la cantidad de carne que entrega y el tamaño de sus piezas, demandaba un esfuerzo importante para su conservación.

Elba Sandoval de Villa La Tapera, describe el proceso: *"Se carneaba un animal vacuno de más de dos años* [ocasionalmente, también se hacía con cerdo]. *Se utilizan los 'cuartos'* [piernas] *del animal y se le cortan las patas. A veces también el lomo se dejaba orear por tres días"*.

Se preparaba un tambor grande de madera (para esto recuerda que se usaban barriles de vino cortados por la mitad), se llenaba de agua y mucha sal, se usaba sal en piedra, la que se picaba y raspaba para reducirla. A la pierna se la pinchaba con cuchillo, y se introducía en el barril, sumergida en el agua salada. Se dejaba ahí entre dos semanas y un mes.

"Ahí se sacaba y se envolvía en un paño y se le ponía presión, se apretaba con piedras, para que le escurriera completamente el agua. Luego se dejaba secar y se le daba un golpe de humo". Esto por lo general se hacía sobre zarandas ubicadas sobre un fuego que se mantenía y manejaba para que tirara humo, en un lugar especial para esa tarea. En ese mismo lugar se almacenaban y conservaban otros alimentos preparados, como el queso por ejemplo. Una vez que estaba lista la pierna, seca y ahumada, se conservaba en una bodega de barro y tierra, que era de forma redonda, una construcción especialmente levantada para ello.

La carne lista de la pierna quedaba con un color *"algo oscuro-rojizo por fuera y más claro-rosado por dentro; más claro de que si se le hubiese cocido a leña o hervido"*.

El resultado es una pieza salada, de textura más blanda que el charqui, pero firme, lo que se lograba con un proceso de estrujado bien hecho. Su sabor es salado y ahumado.

Elba recuerda que esta preparación la hacía especialmente su esposo Eliseo Becerra, que probablemente lo aprendió de sus papás. Era un trabajo *"del hombre de la casa"*. Cuenta que su marido era de Valdivia, donde aprendió esta técnica. Lo más común es que se sirviera como acompañamiento para el pan, se cortaba en lonjas delgadas. Se servía en el desayuno o en la once. Se sentaba a los niños en la mesa y se les daba de comer. Se comía igual alrededor de la cocina o el fogón, tomando mate. Se les convidaba además a las visitas.

Empanadas de cogote de vacuno

Elena Gallardo, dueña del local La Bandera Blanca en Puerto Aysén, entrega esta receta que aprendió a través de la tradición de su mamá, quien la cocinaba para la familia numerosa que tenían. En la actualidad esta receta la ha transmitido a sus hijas quienes colaboran con ella en la preparación y venta de este producto en su local.

Antes de hacer el pino, se le hace una preparación a la carne, se usa la carne del cogote de vacuno, sin grasa; se sancocha, es decir se coloca en agua caliente con sal y dos dientes de ajo, por cerca de cuarenta y cinco minutos, no llega a cocerse por completo, luego se deja enfriar y se pica en trozos grandes. El uso del cogote para esta receta se explica porque es una carne bastante firme, además no se pueden sacar trozos muy grandes, por eso se presta de manera ideal para usarla picada y en una preparación que vaya bien cocida para que se ablande.

La cebolla también se sancocha en agua hirviendo con sal por cerca de una hora, luego se lava y se cuela, ahí queda lista para mezclarla en el pino.

Masa: con aceite, bicarbonato, una cucharada de polvos de hornear por cada 3 kilos de harina, sal a gusto. Se hace la masa, se soba y se estira. Se prepara el día antes, especialmente cuando se trata de una gran cantidad de empanadas y se dejan listas las tapas (masa estirada cortada en círculos), unas sobre otras y separadas con algo para que no se peguen.

El pino se prepara del siguiente modo: *"Se fríe la carne en aceite caliente, o puede ser en manteca o grasa si prefiere, más o menos son 2 kg de carne por cada 2 kg de las cebollas que están listas, se le agrega un pichintún de pimienta, sal a gusto y merquén. Una vez que está listo el pino se va echando a la hojarazca de masa, se le agrega huevo cocido, una mitad, aceituna y pasas, de ahí cerrarla y darle la forma característica de la empanada de horno"*.

Cuando la empanada ya se ha cerrado se le sellan los bordes y se procede a esparcir sobre la superficie con una brocha o pincel, clara de huevo y se hornean.

Es una comida que se asocia a la celebración de fiestas patrias, una de sus características es que es mantenedora, satisface y entrega calorías. *"La masa tiene que quedar media morenita, color caramelo, se puede comer caliente o fría, es salada, pero se mezcla con los sabores dulces que lleva, deja un picor en el paladar, por el merquén, al partirlas se ven los trozos de carne picada y los demás ingredientes"*. Elena considera que lo especial de sus empanadas es la preparación previa de la carne y la cebolla, por eso son más sanas y agradables de comerlas. Esta técnica para hacer las empanadas era un secreto de su madre, originaria de la isla de Chiloé.

Empanadas fritas de carne

Las empanadas fritas son una preparación muy consumida en toda la región de Aysén, variando sus rellenos según la disponibilidad de productos. Además de las que se hacen para consumo casero, se ofrecen en el comercio y en la mayoría de eventos costumbristas, rodeos o *"beneficios"* comunitarios que se organizan, es posible degustarlas.

Bertila Velásquez del sector El Salto, en Coyhaique, comparte su receta de empanadas fritas con carne molida de vacuno. *"Harina, sal y la manteca caliente, todo caliente, el agua a punto de hervir pero no hervida, se puede hacer con aceite la masa, pero calentito, y polvo de hornear casi nada, porque si se le pone, después la masa se pasa mucho de aceite al freírla. El pino... la cebolla frita, algunos la hierven primero, para que no haga mal, pero yo no. Dicen que otro secreto para que el pino no se repita es echarle una cucharada de azúcar a la masa, yo a veces me acuerdo (...), la frío un poquito y enseguida la carne molida, me acuerdo que antes se compraba o se tenía la carne en un trozo, y se le pegaba un sancocho y después se molía, parece que así quedaban más jugosas. ¿Y qué más le pongo?... condimentos, lo normal, aliño completo y el orégano aparte, pimentón también; el huevo yo se lo echo picado al pino, pero otras personas prefieren ponerlo rebanado en cada empanada, cuando hay, le pongo perejil o algo verde... queda rico, me gusta hacerlas con pasas, pero no a todos les gusta"*. Con este pino se rellenan las empanadas y se fríen en aceite o grasa o una mezcla de ambas.

Además del relleno con carne de vacuno, se acostumbraba, principalmente en el campo, hacerlas de carne de capón, utilizando para ello preferentemente carne del cuarto, la que se sancochaba en un trozo, con aliños para luego ser picada a mano, o molida en máquina de moler manual.

Queso de pata y cabeza

Desde Caleta Tortel, Ana Vidal, campesina del sector Lago Vargas, nos entrega su forma de preparar este queso, que también ha sido recordado en los testimonios de personas de distintas localidades de la región, demostrando que es una receta tradicional en base al vacuno, muy conocida en el territorio.

"Yo la aprendí de mi mamá, como a los 12 años. Primero se limpian las patas, se les quita el pelo, para eso se quema en el fuego, después se raspan hasta que quedan amarillas, después le parto las pezuñas y lo deposito en una olla grande, para que se cuezan. De la cabeza del vacuno saco la carne de las carretillas [mandíbula inferior y superior] *y del tungo* [parte de atrás de la cabeza], *a todo eso se le echa sal. Una vez que tengo todo en la olla, lo tapo con agua hasta que hierva. Se cuece con agua a fuego lento, siempre lo hago en la cocina a leña, una vez que se empieza a separar la carne de los huesitos, le saco todos los huesos, vuelvo a salar, añado ají picado, orégano y comino. Todo lo que se va a aprovechar en el queso, se pica finito en cuadritos o pedacitos del mismo tamaño. Una vez cocido se hecha en una asadera y lo deja reposar de un día para otro, en un lugar fresquito si no se tiene refrigerador o no hay luz, en la asadera se pone firme y se amolda. Se consume frío, su sabor es salado y aliñado".*

Ana reflexiona sobre lo arraigada que está esta preparación entre los pobladores: *"Esta es una preparación bastante común en los campos, se hace cuando se carnea, para aprovechar todo. Se come por lo general para acompañar el pan, como un embutido, también se usa que se puede llevar si uno va de visita, para compartir".*

Tuco (salsa-guiso) de riñón

Esta receta fue compartida por Virma Becerra de Villa La Tapera, dueña de la Residencial Virma. La comenzó a realizar como una forma de aprovechar los interiores que quedan al carnear un vacuno. Virma comenta que como antes había abundancia de vacunos y carne, muchas personas no aprovechaban los interiores, pero ella sí. El procedimiento lo explica de la siguiente manera: *"Luego de carnear un animal vacuno, se le extraían los interiores y se utilizaban los riñones. Se ponían en una fuente con sal de un día para otro para sacarle el olor y sabor a orina. Cuando se iban a preparar, se enjuagaban muy bien para quitarle el agua y la sal. Se cortaba en cuadritos".*

Para cocinarlos, se sentaba la olla con un poco de grasa, se le agregaban ajos y tallos de ajo y se sofreían los riñones. Se les ponía un poco agua para que se cociera al vapor, se le agregaban verduras si habían (zanahorias principalmente) y se le agregaba perejil, además de sal a gusto. Queda una comida de color bien oscuro, de consistencia húmeda, no aguada, como un guiso y su textura general es blanda.

Esta preparación además se acompañaba con papas de la huerta cocidas en agua o arroz cuando había. Las papas debían estar bien cocidas como acompañamiento. Blandas, pero que no se deshicieran. Se servía como plato de fondo. La salsa en la mitad del plato y las papas o arroz del otro lado. Lo mezclaban si así lo deseaban los comensales. A veces se ponía perejil sobre la preparación. Virma comenta sobre su sabor: *"Queda sabroso, es así por el sofrito, el riñón de por sí es sabroso y tiene un sabor particular..."*.

Leche:

"La leche recién ordeñada es tibia y espumosa, aunque debe tomarse previo proceso de hervido para eliminar bacterias, mucha gente consume un poco al pie de la vaca, antiguamente era común darle un poquito de esta leche a los niños"

Rayén Cayún, Puerto Ibáñez.

Históricamente la leche que más se ha consumido y consume en Aysén, proviene de la ordeña de vacas. En la actualidad, esta forma de obtención está restringida a sectores rurales específicos dentro del área continental de la región.

En ciertos sectores como el valle del río Ibáñez y la cuenca del lago General Carrera, se ha registrado la obtención y consumo de leche de chiva, práctica arraigada desde los primeros pobladores y que se mantiene hasta el presente.

No se han encontrado antecedentes bibliográficos ni testimoniales que indiquen consumo de leche de oveja, como parte de las costumbres alimentarias pasadas o actuales de los pobladores de Aysén.

Leche de vaca

Origen

La leche de vaca puede considerarse un subproducto de la explotación de ganado bovino, (IREN-CORFO 1979, p. 208). El ganado bovino de la región, históricamente se ha orientado a la producción de carne, quedando la leche como producto destinado principalmente al autoconsumo: *"Contados son los pobladores del interior que se dedican a la producción de leche y su industrialización, en cambio, son más numerosos los hacendados de los alrededores de Aysén y Coyhaique que se dedican a la explotación de este rubro aunque en forma primitiva, puesto que, llegado el invierno y por falta de galpones y alimentación especial para el ganado lechero, estas actividades se suspenden y por consiguiente durante los meses de abril a septiembre inclusive no hay abastecimiento de leche natural en ambas poblaciones. Entonces es necesario recurrir a leche condensada y en polvo que se trae del norte del país"* (Universidad de Chile, 1959).

A fines de los años setenta, un estudio de IREN – CORFO indicaba que la leche era un producto eventual y que debido a condicionantes propias de la región las posibilidades de desarrollar una ganadería lechera en Aysén eran complejas, contando con el antecedente de que funcionó una planta en Coyhaique, entre los años 1969 y 1976 y luego reabre por un tiempo breve en 1979. Se abastecía de la producción lechera local, la cual era estacionaria, coincidiendo con el ciclo de parición de las vacas, por lo que luego de unos años la planta empieza a incorporar leche recombinada (leche descremada en polvo y butter oil) en pequeñas proporciones para equilibrar los meses en que no se producía leche localmente. La mayor parte de la producción fue queso, que por lo pequeño del mercado local debió ser colocada en parte en el mercado nacional. La planta no producía mantequilla en base a la leche que ingresaba. El estudio concluía que esta planta estaba sobredimensionada respecto a las materias primas disponibles y a la capacidad de consumo del mercado local (IREN-CORFO 1979).

Descripción

La leche de vaca es cremosa y levemente dulce, la cantidad de materia grasa y su consistencia pueden variar de acuerdo a las condiciones del animal, raza, peso y pastura de la que se alimenta. De la materia grasa que se concentra en la nata que la leche forma al enfriarse y que toma un color amarillo, es posible hacer mantequilla. Mientras más amarilla es esta grasa se cree que es más *"gorda"* o concentrada.

Forma de obtención

En la región de Aysén, la ordeña manual ha sido la forma tradicional de obtener leche. Desde el momento de la parición, en septiembre de cada año, las vacas son ordeñadas manualmente en galpones o al aire libre en los corrales de aparte de madres y crías. El ciclo de crianza de los terneros, permite la disponibilidad de leche desde septiembre (época de parición) hasta marzo o abril, cuando se produce el destete de las crías. El destino principal de la leche es el autoconsumo, la elaboración de quesos y mantequilla y también la venta a pequeña escala de leche en el predio o en ferias agrícolas de pueblos y ciudades. En algunos sectores como La Junta hay productores que comercializan un volumen mayor de leche a fábricas locales de queso.

La comercialización a pequeña escala es una actividad tradicional en diversos sectores de la región, existiendo testimonios de antiguos pobladores que recuerdan el paso de un carro o carretón (tirado por caballo) por el pueblo, ofreciendo leche a domicilio (Muñoz, 2019).

La ordeña manual requiere ciertas acciones como "manear" el animal, (inmovilizarlo de las patas traseras) y sujetarlo del cuello con un lazo para evitar que se muevan o encaren. Luego se procede a ordeñar, apretando alternativamente las tetas de la vaca con movimientos que requieren conocimiento y destreza para que salga un chorro de leche abundante y el proceso no sea demasiado largo. La leche se recibe en un jarro que una vez lleno se vacía en un balde más grande. Una vaca puede entregar aproximadamente unos 10 lt de leche en una ordeña, aunque esto es variable, y puede ser bastante más dependiendo de las condiciones particulares del animal.

Julia Sandoval del sector Lago Vargas, recuerda: *"Ordeñábamos de quince a veinte vacas con mi marido en el verano. Las vacas debían estar en un potrero pastoso cercano a la casa para poder ir a buscarlas todos los días como a las cinco de la tarde para encerrar a sus crías y ellas quedar libres para juntar leche durante toda la noche. La ordeña comenzaba a las cinco o seis de la mañana para aprovechar lo fresco de la hora y porque luego vienen muchos otros quehaceres en el campo, y se terminaba como a las nueve justo cuando aparece el sol y los tábanos* [insectos] *que molestan mucho a las vacas y hacen más difícil la labor de la ordeña (...). Yo llevaba esa leche fresquita en los baldes bien limpios con sus tapas hasta la cocina, ahí había que colarla"*. Julia relata que cuidadosamente colaba la leche con un paño muy blanco, una vez colada la vertía dentro de unas ollas grandes para poder entibiarla un poco encima de la cocina a leña, o hervirla dependiendo del uso que se le iba a dar, que por lo general era la fabricación de queso, el consumo directo o la elaboración de postres.

Forma de consumo

Siempre cocida, quizás la forma más común y más recordada es la leche fría, en abundancia durante la época del verano. Muchos relatos recuerdan este consumo como parte de la vida en el campo. Otra forma importante y apetecida sin distinciones de edad, es el queso hecho con leche de vaca. Luego de eso, mantequilla, quesillo, manjar, postres y preparaciones dulces, en las que la leche es ingrediente principal. La nostalgia de la leche de vaca recién ordeñada y cocida, es un tema recurrente en la memoria de quienes se criaron con este consumo cotidiano. Hoy se sigue consumiendo envasada y desde que inicia la época de ordeña se puede comprar leche fresca y cruda en las ferias de productos hortícolas.

Leche de chiva

Origen

Es un subproducto de la ganadería caprina. Los chivos se crían entre el campo plano y los cerros, delimitados por cercos, se adaptan bien a terrenos duros y pedregosos, por eso se encuentran en importante cantidad en zonas como el valle del río Ibáñez y la cuenca del lago General Carrera. La mayor parte de este ganado se mantiene en predios particulares, donde también se venden animales para el consumo.

Descripción

Rayén Cayún de Puerto Ibáñez, relata: "*Yo me crié con leche de chiva junto a mis hermanos en la laguna Sepúlveda, mis padres siempre tuvieron chivas*". La leche de chiva es menos grasa que la de vacuno, su consistencia se aprecia más aguada, su sabor es levemente dulce. Rayén indica que "*...una chiva te puede dar hasta un litro de leche, más no te va a dar, porque la chiva tiene sólo dos tetas, la vaca tiene cuatro*". Por esta razón se requiere ordeñar varias chivas para lograr una cantidad de leche que permita hacer alguna preparación, lo que hace que ésta sea más escasa y por lo general su destino es el consumo familiar.

Forma de obtención

Rayen afirma: "*Si tienes parición puede ser en noviembre-diciembre-enero. De ahí el chivo crece y hay que esperar hasta la otra parición para obtener la leche (...) ordeñando, que significa extraerla de la ubre o teta del animal, para eso primero tienes que tener chivas, esas chivas tienen que tener crías, y cuando la chiva pare, puedes empezar ese proceso de ordeña. Se ordeña todos los días temprano, en la mañana, ese proceso se hace en el verano, hay que hacerlo entre las 7 y las 8 de la mañana, más menos, la forma de ordeñar no es como con una vaca, porque con la vaca, usas una manea* [traba de cuero para las patas traseras] *o especie de correa donde le trabas las patas a la vaca; en cambio la chiva, como es un animal más chico, tú le tomas una pata, y te la colocas... la trabas con una pierna tuya, donde doblas la pierna, ahí pones la pata* [una de las traseras] *y la aprietas, y así puedes manipular fácilmente, entonces con una mano ordeñas y con la otra recoges en un jarrito que tienes siempre para ordeñar y lo llenas y lo vacías a un tarro o tacho más grande*".

Rayén recuerda que la ordeña era parte de la vida diaria en el campo desde los inicios de la vida en Aysén y "*hasta no hace tantos años*", pero reconoce que hoy ya no es tan habitual, porque la masa ganadera ha ido mermando y también por el acceso más fácil a los alimentos como la leche, a diferencia de los tiempos antiguos en que se consumía principalmente lo que se producía: "*Aún se sigue ordeñando, sobre todo en las casas en que se elabora queso, pero es poco común*". Por este motivo no es frecuente o accesible el comercio de leche de chiva. "*Cuando era chica me acuerdo que había una familia que salía a caballo por el pueblo vendiendo leche en pilchero* [caballo de tiro que lleva carga], *que llevaba un armado confeccionado especialmente para llevar 12 botellas por lado*".

Rayen afirma que aún se siguen criando chivas en el sector de Puerto Ibáñez, pero es principalmente para consumir carne, escasamente para utilizar su leche y piel.

Forma de Consumo

Se toma sola, hervida, caliente o fría, se utiliza para hacer quesillo, queso, manjar y mantequilla, básicamente, tiene el mismo aprovechamiento de la leche de vaca.

Queso de leche de vaca

Para describir la preparación del queso, producto muy apetecido y valorado en distintos lugares de Aysén, se presentan los testimonios de Julia Sandoval, campesina, agricultora y ganadera de Lago Vargas, y Ana Vidal de Caleta Tortel, campesina del sector el Rincón Bajo, quien cuenta con gran experiencia y reconocimiento como quesera.

Julia relata que luego de ordeñar junto a su marido y colar la leche obtenida, la ponía en unas ollas grandes a entibiar sobre la cocina a leña. Una vez entibiada, se le agrega el cuajo (preparación a base de una parte del intestino del vacuno que sirve para cortar la leche): *"Se hace una cruz con un cuchillo en cada olla para asegurarse que se haya cortado"*.

Ana explica el procedimiento de *"desuerar la cuajada"* (sacarle el suero): *"Se le va sacando el suero con un plato hondo para no romper la cuajada, luego se le agrega suficiente agua fría, ahí mismo, para ir lavando la cuajada y se le va sacando esa agua del mismo modo con el plato hasta ver que el agua sale limpia"*. Finalmente se prepara una salmuera caliente para cocinar la cuajada, sin quemarla; se le agrega sal para que vaya quedando sazonado lo que será el queso.

Esta cuajada ya sazonada se trabaja con las manos formando una bolita que se coloca dentro de un molde cuadrado hecho de cuatro tablitas de madera, con un paño de algodón (de bolsa de harina). Al terminar de llenar el molde se dobla el paño arriba y se ponen las tablitas que encajan perfectamente a modo de tapa, para poner luego la prensa que comprimirá el contenido para que elimine toda el agua. Según cuentan estas mujeres, la prensa se hacía de una piedra de gran tamaño que se amarraba con un alambre y se colgaba a un palo firme que actuaba aplastando el queso, para que escurriera el líquido sobrante durante la noche.

A la mañana siguiente se desmonta la prensa y se saca el queso del molde para llevarlo a la zaranda (rejilla colgante hecha de cañas) donde se aireará por todos lados. Es necesario mover los quesos todos los días para que se sequen parejo, así van formando una cáscara que les sirve para su mayor duración. Ambas queseras coinciden en que los quesos pueden variar de una persona a otra, depende de la temperatura de la salmuera, del porcentaje de grasa que tenga la leche, del lavado de la cuajada, entre otros secretos para lograr un buen queso, secretos que no todas comparten.

Si bien hacer queso conlleva un arduo trabajo, esto se ve recompensado a la hora de disfrutar un trozo con pan, torta frita, comerlo derretido en una paila, o venderlos a buen precio en pueblos y ciudades.

Mantequilla de leche de vaca

La leche de vaca se presenta en dos estados durante el proceso de ordeña. Al principio tiene mayor contenido de agua y al final es una leche alta en materia grasa. Esta última es la que se ocupa para obtener la mantequilla y en el campo se le denomina *"apoyo"*.

Teresa Llanllan de Villa La Tapera, cuenta que: *"Para sacar el apoyo a la vaca se produce una especie de engaño: mientras se está ordeñando, el ternero permanece amarrado y cuando se quiere sacar el apoyo, se le larga un ratito, entonces al mamar el ternero se le vuelve a llenar la ubre de esta leche con más grasa que la vaca guarda para su ternero, entonces se vuelve a amarrar el ternero para sacar el apoyo. Eso sí, siempre se le deja un poco para la cría porque si no, se adelgaza mucho"*.

En Puerto Ibáñez, Rayén Cayún recuerda que hacer mantequilla era una tradición de familia, ella lo aprendió de su mamá y de sus abuelos: *"La leche del apoyo mientras más gorda sea, mejor sale la mantequilla. Se coloca en una olla enlosada, encima de la cocina a leña, medio retiradita del calor, solo para que se entibie y se retira, y así es como comienza a formar la nata encima, que se le va sacando con una espumadera en una fuente. Se puede ir juntando nata de dos o tres días para comenzar a batirla. Luego se bate esta nata o crema hasta que se corte o sea que se formen grumos y vaya soltando el suero. Se le agrega agua muy fría para que se separe mejor la materia grasa y a la vez se vaya lavando para sacar todo el suero. Se forma una pelota con todos los grumos y esa es la mantequilla. Se le agrega sal si gusta, amasando con las manos para que se incorpore bien y se guarda en una fuente de vidrio con tapa o en una olla en un lugar fresco"*.

La mantequilla era muy abundante en el campo en época de ordeña, mientras que en el invierno comenzaba a escasear. Se usaba para hacer masas dulces o saladas, para sofritos, para untar el pan. Ambas señoras apuntan que la vida de antes era más sana, porque se usaban productos que uno sabía de dónde venían.

Leche con harina

Muchos recuerdos de niñez de los pobladores en Aysén están asociados a escasez de productos, debido a las grandes distancias que se debían recorrer para comprarlos o conseguirlos, a que el territorio no contaba con caminos y medios de transporte como los actuales y los pequeños centros poblados no contaban con abastecimiento regular ni comercio establecido que proporcionara variedad de productos. Por este motivo, muchas de las comidas que se recuerdan y que eran frecuentes en épocas pasadas, se preparaban con los ingredientes más sencillos y corrientes de los que se disponía con mayor frecuencia. Por ejemplo, esta preparación de leche con harina.

Rosa Caucaman, apicultora del sector San Lorenzo en Cochrane, recuerda que fue criada por su padre desde muy pequeña junto a sus hermanas mayores en el campo. Cuenta que su padre les daba leche de vaca con harina como desayuno. Recuerda esta preparación espesa en su mamadera endulzada con azúcar, lo cual le proporcionaba un alimento completo.

En el sector Villa la Tapera se encuentran Marta Arias y Andrés Hernández, matrimonio que recuerda haberse levantado muy temprano a ordeñar las vacas para diferentes usos de la leche, entre ellos la leche con harina que le daban a sus hijos pequeños como desayuno. Marta se retiraba del corral de ordeña con los primeros litros de leche fresca para llevarla a la cocina, colarla con un paño limpio y batir un poco de harina con leche fría para posteriormente agregarle leche caliente y llevar al fuego lento revolviendo constantemente. A veces le agregaba huevo para que fuera aún más nutritiva.

Ambas señoras señalan que la leche con harina sirve para tomarla más bien líquida cuando está caliente y después cuando se enfría, se cuaja, quedando como un flan que sirve como postre.

En Puerto Ibáñez, Rayén Cayún recuerda: "*Desayunábamos como a las once de la mañana, entre que largábamos las chivas y las íbamos a dejar a un lugar y ayudarle con sus crías... entonces siempre desayunamos nuestra leche con cuacker o con un bruñido que hacía la mamá con harina cruda. Se le ponía agüita a la harina, cuando veías que estaba hirviendo se le colocaba eso a la leche, quedaba claro y como con un grumito, es como si hicieras un cuacker pero con harina cruda y eso quedaba muy rico*".

Candeal

Por mucho tiempo la leche ha sido consideraba un producto vital para la nutrición de los niños. En los campos de Aysén se acostumbraba darles leche de la ordeña de vacas como principal alimento después de la leche materna, cuando se disponía de ella. Desde Puerto Bertrand, Marta Olivares recuerda que siempre les dio leche de vaca a sus hijos y para aumentar su valor nutricional, se acostumbraba agregarle yema de huevo, a lo que le llamaban candeal: *"Quedaba una leche amarillita media espesita con azúcar que a los chicos les gustaba mucho"*.

Marta dice que el secreto de un buen candeal es batir la yema del huevo hasta que quede líquida junto con el azúcar y agregarla a la leche tibia dentro de un jarro enlozado sobre la cocina a leña sin dejar de revolver hasta obtener la consistencia de una salsa, sin hervir.

Ella recuerda que su mamá le daba a tomar esta exquisita bebida cuando era chica, que además de ser muy rica era muy *"llenadora"*.

Leche con harina refregada

Una variación de la forma antes descrita, la aporta Irma Bahamonde de Villa Amengual, quien cuenta que la leche con harina también queda bien preparada de la siguiente manera: *"Se moja uno las palmas de las manos y las va posando sobre la harina, luego se restriega una con la otra sobre la olla con leche caliente y después revolver hasta obtener la consistencia deseada"*, se agrega azúcar a gusto. En esta forma, van cayendo pedacitos de harina similares a migas dentro de la leche, que le otorgan espesor. Irma señala que es importante realizar esta preparación en una olla que no se pegue, porque de lo contrario se va a obtener un sabor ahumado al final, producto de que la mezcla se quema en el fondo.

Otros testimonios en distintos lugares reafirman la presencia de esta preparación, conocida como leche con harina, leche con harina refregada o leche con harina bruñida. En el relato de quienes la han consumido, se reitera que queda muy rica, que es muy alimenticia y aporta sensación de satisfacción por mucho rato y también que queda parecido a una leche con cereal.

Quesillo de leche de chiva

Rayén Cayún de Puerto Ibáñez, se crió en el campo y recuerda esta preparación que hacía su madre: *"Se corta la leche, eso se hace crudo, le colocas el 'cuajo' del mismo animal, que es un órgano que tiene, ese se seca cuando tu carneas el chivo para la carne, se guarda esa pieza, se seca y se va cortando de a pedacitos, y al momento de hacer el quesillo o el queso, porque es el mismo proceso de elaboración, colocas la cantidad de leche y un pedazo –la mamá nunca pesó ni midió sino que un cálculo, herencia que traía de sus padres–, se dejaba un rato a la espera que ese cuajo por la acidez que tiene, cortara la leche. En el momento que la leche se ha cortado pasa a llamarse cuajada, ya no es más leche. Eso se parte, para probar si está firme o no, la mamá lo cortaba con un cuchillo así a la mitad. Eso lo ponías en un recipiente, generalmente una olla grande. Entonces cuando ya tienes eso, tienes que tener agua hervida para lavar esa cuajada, y le vacías esa agua, ahí se cuece recién la leche, con esa agua hervida. Se le echa y revuelve.*

Después se va sacando con la mano o con un pañito para ir colando, tú tienes que ir sacando todo el suero, porque la leche después que se hizo cuajada, larga un líquido que se llama suero, (ese mismo suero se guarda para remojar el cuajo, y conservarlo para cortar la leche cuando se hace queso de nuevo) y vas colando eso en un paño blanco, generalmente eran las bolsas de harina que salían antes, se mantenían esos paños impecables sólo para eso, exclusivo para hacer el queso o el quesillo. Con eso se exprime, sale toda esa agüita, todo el suero, después con la mano haces tus quesillos del porte del plato de té, más grandes no son y los vas colocando en una bandeja, porque después viene una especie de zaranda, que siempre está en la casa de campo, colgada desde el techo, con madera se hacía, y ahí ibas colocando tus productos, eso en la cocina o en una bodega si tenía, ahí se dejaban para que se fueran secando. Pero en este caso del quesillo pasaba estar un rato no más en la zaranda, porque era comida para más tarde. Pero el queso se deja para que se seque, se oree en esas zarandas". Respecto a los moldes que se utilizan para hacer los quesos, Rayén reflexiona: *"Antes no se veían quesos redondos por ejemplo, eran quesos cuadrados, porque la dobera, que le llamábamos, era un cajoncito de madera cuadrado, con hoyitos, eran una especie de cajón sin fondo, con las dos entradas abiertas, era para hacerle forma al queso, eso se colocaba encima de unas maderas y después se apretaba para que soltara todo el líquido, se le ponía una tablita y se apretaba con unas piedras esa dobera, para hacer el queso, para exprimirlo, eso se dejaba todo un día y una noche ese queso ahí con esa prensa encima. Al otro día se le sacaba los bordecitos, lo que se le llamaba las colitas –esa era la afición temprano, comerse las colitas– y ahí va el queso a la zaranda. Y hoy aún se conserva todo ese proceso si se hace queso".*

Respecto a la coloración Rayén Cayún indica que *"el color que queda es blanco para el quesillo. No es un producto liso, la leche y eso no pasa por una máquina, es hecho artesanalmente, hecho con las manos, siempre quedan porosidades, hoyitos, porque se juntan no más, no es una cosa perfecta y tampoco es necesario hacerlo perfecto".*

4 | Aves de corral

Gallina

"Si uno vive en el campo, como no va a tener gallinas, una casa sin gallinas no tiene ni una gracia"

Luz Bella Álvarez, Cochrane.

Origen

La gallina (*Gallus gallus domesticus*) se considera una subespecie de *Gallus gallus*, originaria del Sudeste asiático. Las gallinas y gallos son las aves más numerosas del planeta, su aprovechamiento principal es como alimento, además de la producción de huevos. A diferencia de otros animales consumidos en Aysén y en Chile, cuyo origen no es americano sino que llegan hasta nosotros desde Europa durante la conquista, la gallina presenta una raza prehispánica, que se estima originaria del territorio mapuche. En 1914 Salvador Castelló, catedrático español, conoce esta variedad en Santiago e inicia su estudio (Wilhelm, 1963). Castelló, director de la Real Escuela de Avicultura de España, la describe como especie y la denomina *Gallus inauris* en 1924. (Alcalde, 2007). Hoy se la considera parte del acervo común de la gallina originaria de Asia, donde habría sido domesticada hace 10.000 años. (Alcalde, 2007). Esta raza se habría mantenido en Chile –aunque mezclada– hasta la actualidad, presentando entre sus características particulares la de producir huevos que se reconocen por sus tonalidades azuladas y verdosas.

Actualmente, estas gallinas están experimentando un proceso de reconocimiento y revalorización, principalmente en regiones del centro sur del país, que ha determinado esfuerzos para su manejo responsable y conservación de las características que la identifican, para diferenciarla de las muchas mezclas con razas introducidas que se han producido por años. En Aysén no se registra una línea de trabajo en este sentido, manteniéndose la crianza de gallinas de manera doméstica y tradicional que utiliza un conjunto de nombres para distinguir tipos de gallinas según características como su color del plumaje o forma general del cuerpo. Entre estas distinciones aparece la denominación *"Collonca"* para identificar a las gallinas sin cola conocidas también como gallinas mapuche. Se nombran también otras como cogote pelado, y luego por los colores, *"castellanas", "coloradas", "flor de haba",* entre otras.

Descripción

Las gallinas son las aves de corral más comunes en las casas rurales y muchas en las pequeñas localidades de la región de Aysén. Su crianza ha sido siempre de tipo doméstico, destinándose al autoconsumo y a la venta a pequeña escala.

Luz Bella Álvarez de Cochrane, afirma: "*Si uno vive en el campo, como no va a tener gallinas, una casa sin gallinas no tiene ni una gracia*". También dice que las gallinas son "buscavidas", porque aunque no se les da mucho alimento, se las arreglan para encontrar que comer. Por lo general se les prepara un corral sencillo, construido en madera o zinc con estructuras de cañas o palos donde se agarran para dormir. El piso puede ser de tierra, pero lo ideal es que sea de cemento y con una inclinación que permita asearlo fácilmente. En las paredes se clavan cajones a los que se les pone pasto seco o paja, para que hagan sus nidos y pongan ahí sus huevos. El recinto donde estarán las gallinas debe tener un bebedero con agua limpia y otra parte donde se les dará comida por la tarde cuando es la hora de encerrarlas. Durante el día se les deja salir a recorrer para que coman pasto, gusanos y frutos que encuentren. Esta rutina asegura el cuidado de las gallinas y la producción de huevos, ya que si se crían demasiado libres ponen sus huevos en lugares donde es difícil encontrarlos.

Cuando se mantiene un control de la crianza se puede identificar el día en que la gallina se echa a empollar y se cuentan 21 días para que saque sus pollos. Si no se quiere criar pollos, se les impide echarse a empollar. Una gallina puede poner huevos desde los seis meses de edad. Para controlar el número de gallinas que se quieran mantener se destinan los pollos machos al consumo, lo cual se puede hacer desde los cuatro meses, ya que no debe haber una cantidad excesiva de machos reproductores. Los pollos que se van a consumir pasan por un período de engorda, que consiste en encerrarlos en un espacio más pequeño del recinto donde no caminen y alimentarlos regularmente por unos días.

Es recomendable ir cambiando de gallos todos los años, a fin de no degenerar la producción, asimismo es aconsejable renovar a las gallinas ponedoras cada dos años, porque pasado ese tiempo baja su capacidad.

Formas de obtención

Las gallinas se compran o se intercambian en los mismos campos, entre vecinos, o eventualmente en alguna feria de productos agrícolas. También es común que alguien que quiera empezar a criar, compre o se consiga pollos regalados y comience su plantel. Cuando se quiere comprar gallinas o pollos para el consumo, se debe ir directamente al campo, o encargar. A veces en las ferias se puede encontrar venta de pollos vivos o *"carneados"*, es decir desplumados y eviscerados.

Actualmente consumir un pollo o gallina criados en el campo no es algo fácil o común para quien vive en sectores urbanos, la venta del comercio establecido, sólo contempla pollos y gallinas de producción industrial, por lo que las ferias rurales que poco a poco han ido ganando preferencia en la población urbana, se convierten en los espacios para acceder a ellos. En el sector rural, las familias campesinas mantienen la costumbre cotidiana de consumir esta especie.

Formas de consumo

La cazuela suele ser la preparación por excelencia para las aves y en particular para las gallinas, pero también es común que se preparen pollos y gallinas en estofado. Son de consumo inmediato, es decir que se faenan para preparar la o las comidas deseadas. Y aunque actualmente pueden congelarse, se prefiere comerlas frescas.

Cazuela de gallina

Erica Velásquez de Cochrane, recuerda con especial cariño esta preparación, porque la aprendió de su madre Abelina Maldonado, que preparaba siempre cazuela de gallina o pollo para su familia. *"Mi mamá era de Puerto Montt, llegamos a Cochrane el año '54, pero nos criamos en el campo, cerca del glaciar Cayuqueo... allá mi mamá sembraba de todo, ordeñaba y criaba aves. Para esta receta, se debe matar una gallina o pollo macho preferentemente joven. Se despluma con agua caliente, se le quitan los interiores y lava muy bien. Se despresa y se aliña con ajo. Se coloca a sofreír con pimentón y cacho de cabra –esas cosas se traían de Argentina–, se agrega chalota de todo el año, zanahoria picada y arvejas verdes frescas, papas medianas enteras... finalmente un poquito de arroz cuando las papas todavía no están cocidas.*

Mi mamá le daba un buen sofrito a las presas primero, con ajo, para que den el sabor, lo hacía así, para dar vuelta las presas, movía la olla, no metía la cuchara, era para no raspar la olla, mi mamá le colocaba también el rique [molleja] *y la pana* [hígado]. *Después para cocer la carne se le pone el agua, puede ser caliente si es un animal nuevo, pero si es un pollo o gallina más viejos, que pueden ser duros, se les pone agua tibia o fría. Las zanahorias se ponen primero, se le da una hora más o menos a la cocción, para que dé sabor, después se le pueden poner los ingredientes, las verduras en orden de las que son más duras primero y al final las que demoran menos en cocerse".*

Erica dice que el principal atributo de la cazuela de gallina es que los huesos dan una sustancia gelatinosa que aporta nutrientes: *"Por ejemplo, para alentar a una persona que lleva unos días enferma o desnutrida".*

La cazuela debe tener una consistencia líquida de sopa. *"El color se lo da el pimentón, para servirla se ve más bonita con cilantro picado en el plato, porque el verde realza los demás colores".*

Erica recuerda que las preparaciones de su madre eran abundantes, destacando siempre la cazuela que le trae a la memoria reuniones familiares numerosas en que este plato siempre alcanzaba para todos. También cuenta que cuando le ayudaba a su madre a sacrificar el ave, ella le decía que ese sacrificio era en honor a la visita de ese día.

Ganso

"Yo lo hago relleno, se le saca la guata, los interiores y eso se rellena con carne picada o carne molida, de vacuno, de capón, se le pica el rique también y verduras, como un pinito con cebollita, zanahoria. Se le cose la guata con aguja y un hilo y se echa a cocer"

Rita Vega, Arroyo el Gato.

Origen

El ganso (*Anser anser domesticus*) desciende de especies de gansos salvajes denominados también ocas, cuyo origen se sitúa de manera amplia entre Europa, Asia y el norte de África. Su consumo y aprovechamiento de plumas data desde los inicios de las primeras civilizaciones en estos continentes (Prenzlau, 2000). Su introducción a Chile se produjo desde España; distintos estudios denominan como criollo o mestizo al tipo de ganso que se encuentra en el país y que ha resultado de las sucesivas mezclas entre razas introducidas, destacando la Embden y Toulouse (Mujica, 2009). La producción de gansos en Chile ha sido artesanal, destinada al autoconsumo y en menor medida al aprovechamiento de las plumas. Si bien en los últimos años se han visto oportunidades de comercialización en base a su carne o hígado, la crianza no se ha tecnificado ni se registran experiencias con introducciones de planteles especializados.

Descripción

Los gansos son aves de crianza, por lo que es común observarlas en los alrededores de las casas rurales. Se alimentan de pasto verde, tallos y brotes, complementada con avena, trigo o maíz. Requieren acceso permanente a fuentes de agua; cuando cuentan con agua corriente o alguna fuente de agua natural en el lugar de crianza es común que pasen la mayor parte del tiempo en las cercanías de dicho sitio.

Quienes crían gansos, disponen para su cuidado de un espacio para que duerman y se resguarden de los depredadores tales como zorro, zorrino, visón u otros. Los gansos se caracterizan por andar siempre agrupados y ser territoriales, defienden su espacio de intrusos, incluyendo a las personas que se les acercan.

La época en que alcanzan su mejor desarrollo es en verano cuando hay más pasto o las siembras de pasto se cortan y así pueden comer lo que queda. De este modo engordan lo suficiente quedando aptos para el consumo hasta entrada de invierno. El momento para consumir esta ave puede variar ya que si se le da alimentación, se mantendrá gordo en distintas épocas.

Se crían para autoconsumo, pero también se someten al proceso de engorda cuando se quieren consumir en un determinado momento o para venta. La engorda consiste en restringir el espacio de movimiento del ave y aumentar su alimentación o seleccionar determinados alimentos que le otorguen mejor sabor a la carne.

Formas de obtención

En el ámbito de la crianza de aves domésticas, el ganso es una especie menos frecuente que pavos y gallinas. Las familias que los crían, se convierten de este modo en las proveedoras de otras familias o personas que deseen iniciar una crianza o solo consumir un ejemplar. Esta especie no se consigue en el comercio establecido ni viva, ni como carne.

Forma de consumo

La mejor época para el consumo es desde entrada de invierno (mayo), hasta el mes de julio aproximadamente. Por lo general se recomienda sancocharlo (darle un hervor en agua) con sal y algún aliño, por una hora aproximadamente antes de realizar la preparación definitiva para consumirlo, que puede ser asado al horno solo o relleno, que son las preparaciones más frecuentes. Rita Vega de Arroyo el Gato, comenta: *"Yo lo hago relleno, se le saca la guata, los interiores y se rellena con carne picada o carne molida, de vacuno, de capón, se le pica el rique también y verduras, como un pinito con cebollita, zanahoria* [el relleno va crudo]. *Se le cose la guata con aguja y un hilo, y se echa a cocer"*. Cuando se ve que ya está blando, se pone al horno para secarlo un poco, terminar de cocerlo y dorarlo. Se come todo junto, la carne del ganso con el relleno.

Actualmente la gente que gusta de comer ganso, puede congelarlo para prepararlo cuando estime. Según algunos testimonios recogidos, el golpe de frío le quita cualquier gusto a pasto que podría ser lo que afecte al sabor de la carne en estas aves, ya que es su principal alimento.

Ganso asado

La preparación de esta receta es entregada por el matrimonio lagoverdino conformado por Lidia Muñoz y Néstor Sanzana.

"Bueno, primero hay que matar un ganso, se le estira el cuello y se le pincha con la punta de un cuchillo para que se desangre. Este ganso idealmente tiene que haber cambiado sus primeras plumas, cosa que empiezan a hacer en el mes de mayo, así sus plumas son más gruesas y son más fáciles de sacar. Se le tira agua recién hervida y se hace el proceso de desplumarlo. Luego se lava bien y a veces se le pasa un poco de fuego por encima del cuero, por todo el cuerpo, para quemar las pelusas más pequeñas que no se pueden sacar con facilidad. Luego se le sacan los interiores del ganso". Lidia y Néstor comentan que para esta preparación no se utilizan los interiores y lo más común es dejarlos para alimentar a los perros.

Se termina de lavar el ganso por dentro y por fuera. *"Se pone a cocer en una olla grande, con bastante agua y se le agrega cebolla cortada en tiritas en la cocción".* Cuando ya está blando y su cocción bastante avanzada se retira. *"Se enmantequilla una asadera y se le pone ajo picado por todo el fondo y luego, el ganso encima. Se le pone sal a gusto y se mete al horno. Ya puesto ahí, se le agrega un poco de agua para que no se pegue a la asadera. Se deja ahí hasta que se complete la cocción y el ganso se ponga dorado. No se mueve ni se cambia de posición el ganso dentro de la asadera, pero sí se mueve la asadera, para que se dore de forma pareja. Para que no se pegue se debe procurar que la asadera siempre tenga un poco de agua".*

Se puede levantar un poco el ganso para comprobar que no se esté pegando y le ingrese agua abajo. *"El ganso debe quedar bien dorado por encima, y por dentro tiene un color entre amarillo o un poco oscuro, la carne queda blanda, se desmenuza al quedar bien cocidita, no queda seco, ya que justamente para que no ocurra eso, es que se hierve en vez de cocerlo completamente en el horno".* Para explicar su sabor, comentan que puede ser similar al del pollo, pero más denso: *"Tiene un gusto especial, más marcado que se lo da la grasita que tiene".*

Al servir, se pone la asadera al centro de la mesa para que todos los comensales puedan sacar a su gusto. Suele trozarlo el dueño de casa. Cada uno se sirve en sus platos individuales alrededor de la mesa del comedor o la cocina. Si se acompaña con papas, usualmente la dueña de casa pasa con la olla por cada persona y ellos sacan las que deseen servirse. A los niños casi siempre se le sirve, ya que las papas están calientes.

Pavo

"Ojalá no le des comida a los pavos juntos con las gallinas, lo mejor es criarlos aparte, se les hace una pavera, que es lo mismo que un gallinero pero para los pavos, es una pequeña construcción para que duerman en la noche, y un recinto o corral para que se mantengan encerrados, pero solo en las tardes, porque los pavos no pueden pasar encerrados todo el día..."

Cinthia Wellmann, Río León.

Origen

El pavo (*Meleagris gallopavo*) es originario de México. Se estima que su domesticación ocurrió hace cerca de 4.000 años, en la parte sur del altiplano mexicano. Existe la hipótesis que los pavos evolucionaron de un ancestro que cruzó el estrecho de Bering cuando Alaska estaba conectada con Eurasia (Camacho-Escobar et al., 2011). En México se le denomina guajolote distinguiéndose especies domésticas y silvestres. Hallazgos arqueológicos han podido determinar que *M. gallopavo* evolucionó de otras especies ya extintas, los restos encontrados corresponden a lugares en el sur de Estados Unidos y norte de México, con una data aproximada de 11.000 años AP (Camacho-Escobar et al., 2011).

Luego de la conquista de América, estas aves son llevadas a España y desde ahí se distribuyen por Europa y el mundo, creándose variedades de razas mediante la selección y reproducción de ejemplares, las cuales vuelven a ser introducidas en América por lo que se siguen produciendo modificaciones en las razas locales.

Descripción

En Aysén las aves de corral, pavos, gallinas y otras llegan con los pobladores que ingresan a inicios del s. XX al territorio, familias indígenas y chilenas que ocuparon campos en diversos valles generando las condiciones para habitar esas enormes extensiones. La distribución intraregional fue de este modo posible y hoy el pavo se encuentra en casi toda la región.

Isabel Coñoecar de Cerro Galera, recuerda que cuando era niña, criada en un campo cerca de la frontera internacional con Argentina, veía que en todas las casas vecinas a donde iba, se criaban pavos y también era común verlos volar en grandes bandadas.

Cinthia Wellmann de Río León, cuenta que por lo general ha sido una costumbre campesina criar pavos y gallinas, pero no demasiado juntos por razones sanitarias, ya que el pavo es propenso a adquirir enfermedades al estar cerca de las gallinas. *"Ojalá no le des comida a los pavos juntos con las gallinas, lo mejor es criarlos aparte, se les hace una pavera, que es lo mismo que un gallinero pero para los pavos, es una pequeña construcción para que duerman en la noche y un recinto o corral para que se mantengan encerrados, pero sólo en las tardes, porque los pavos no pueden pasar encerrados todo el día..."*

Hay algunos aspectos a considerar en la crianza de pavos, indica Cinthia: "*Se puede tener hasta un pavo por 3 a 5 pavas. Cuando ponen las pavas, no es difícil saber dónde hacen sus nidos, porque cuando las sueltas en la mañana ellas van a ver sus nidos... se van lentamente y se les puede seguir, uno busca el nido, pero no para sacar los huevos, sino para estar atenta a cuando saque sus pavitos, para poder ir a buscarla con todos y cuidarlos los primeros días, porque si uno no ve a los pavitos desde que nacen, se ponen ariscos y se arrancan de uno. Cuando los pavitos están recién nacidos es mejor tener a la pava encerrada unos días, para poder darle alimento a los pavitos y que se fortalezcan, lo mejor que se les puede dar es cuajada* [de la leche] *mezclada con pasto tierno picadito, el pasto*

es un alimento esencial para los pavos, pero cuando son chiquitos no pueden arrancarlo del suelo ellos mismos", recalca.

Formas de obtención

No hay comercio establecido para comprar pavos de crianza doméstica, vivos o faenados. La forma de adquirir esta ave si se quiere para consumo, es teniendo algún dato o contacto en el sector rural donde puedan vender de manera informal un ave viva o faenada. Se cobra más si quien vende debe hacer el trabajo de *"carnear"* el pavo. En las carnicerías y otro comercio establecido se puede comprar pavo proveniente de la producción industrial del centro del país.

Para crianza, lo usual es comprar uno o más *"casales"* (pareja de macho y hembra) o eventualmente una pava con crías, siempre que éstas ya tengan más de dos semanas de vida. Las personas que saben de la crianza de aves, consideran a las crías de pavo muy delicadas, siendo frecuente que mueran durante sus primeros días de vida, por lo que se les debe dedicar mayor atención que a las crías de gallina.

Formas de consumo

Para el consumo se prefiere a las hembras, porque tienen una carne más tierna y con mayor porcentaje de grasa, lo que también asegura un mejor sabor que el de un animal sin grasa o *"flaco"*. Una de las formas apetecidas de consumir esta ave es la cazuela de pava, aunque también se prepara en estofados y asada al horno. Es de cocción lenta y suficiente en olla. Antes de asar al horno es recomendable sancocharla.

Cazuela de pava con locro de trigo

Nelly Berrocal de Mallín Grande, comparte esta receta familiar que tiene especialmente asociada al recuerdo de su abuela que la preparaba usando el trigo de propia cosecha, molido en la casa y guardado para darle diferentes usos, entre ellos esta cazuela:

"Primero se debe contar con locro, que es el trigo pelado y molido. Se despresa la pava y se ponen a freír las presas aliñadas previamente, se agrega abundante agua, sal a gusto y se pone a cocer. Se le pone cebolla de huerta y las verduras que tenga disponibles, zanahorias, arvejas, se le ponen también papas enteras, una vez que volvió a soltar el hervor, se agrega el locro en forma de lluvia para que no se apelotone, cuando está todo cocido, se sirve bien caliente, con cilantro picado. Debe quedar un caldo no espeso, consistencia de sopa. Esta cazuela con locro queda muy sabrosa". Nelly recuerda de esos tiempos en que vivía su abuela: *"que en verano se criaban muchos pavitos y entrando el invierno ya eran aves jóvenes con buen tamaño para consumirlas y de carnes muy tiernas".*

5 | Productos marinos

ALGAS

Cochayuyo:

"El cochayuyo es muy sano para la salud, especialmente para embellecer e iluminar la cara de las personas, ya que posee muchas vitaminas"

Carmen Fernández, Puerto Gala.

Origen

Cochayuyo es el nombre común del alga *Durvillea antarctica* (IFOP, 2009). Es un alga exclusiva del hemisferio sur y se encuentra sólo en la costa de Chile, las islas subantárticas y Nueva Zelanda. En el país se distribuye desde Tierra del Fuego a la zona central, aunque estudios muy recientes han detectado su presencia en la Antártida (Fraser et al., 2018). Por su parte, la evidencia arqueológica indica que ha sido consumido por comunidades costeras desde hace miles de años (Dillehay et al., 2008). Su consumo en los archipiélagos de Los Chonos y Guaitecas fue documentado por diversas expediciones coloniales (Urbina, 2014, 2018).

Descripción

El cochayuyo es un alga de gran tamaño, puede llegar a medir hasta 15 m de largo, suele ser de color pardo verdoso o pardo amarillento, de superficie lisa y consistencia elástica. Es llamado también hierba del mar, cochahuasca o látigo de mar. La palabra es de origen quechua, proviene de *kocha*, que significa "laguna, mar" y *yuyu*, que significa "nabo", "hortaliza". Es decir, cochayuyo significa "planta de mar". Cochahuasca significa "soga de mar" (Latcham, 1936; Lenz, 1910. En Manzur 2016).

Cuenta con largas frondas que forman *"latigos"* de distinta longitud y que se unen, pegadas a las rocas sumergidas en el mar, por un ancho disco. Es muy usual verlo entre los roqueríos en grandes cantidades y botado a la orilla del mar.

El Cochayuyo cuando ya es adulto desarrolla en sus láminas de las frondas una estructura similar a un panal de abejas. Las células de la médula forman cavidades que se llenan de aire, lo que permite que floten en la superficie del mar llevadas por las corrientes. De esta manera conforman verdaderas islas flotantes, que acarrean otras algas y pequeños animales en su viaje, atrayendo aves marinas y peces como lugar de alimentación.

En Chile se suele extraer esta alga y luego someterla a un proceso de secado y amarre que ha permitido la conservación del producto y su traslado e inclusión en la cocina del continente. El continuo aumento de los niveles de extracción para satisfacer la exportación ha originado su desaparición en algunos sitios australes.

Formas de obtención

El cochayuyo y el ulte (tallo que se adhiere a las rocas) son parte viva de la alimentación en los hogares del litoral de la región de Aysén y en muchas casas del continente. El cochayuyo se consume, es cosechado por los mismos comensales o comprado en los mercados. Manuel Ibáñez de Puerto Gala, dice que *"aparece en el mar, se queda pegado en una piedra y de eso se le saca el famoso ulte que es como el tallo, igual que el palmito, se hace ensalada del ulte."*

Según los habitantes de los archipiélagos de Las Guaitecas y Los Chonos, el cochayuyo crece en las piedras, y los temporales los arrancan y los llevan a la costa.

Es por eso que su recolección se puede hacer buceando entre las rocas, mientras se está *"mariscando"* (sacando mariscos) o recogiendolo directo de la orilla.

Formas de consumo

El cochayuyo se consume de formas variadas: fresco en ensaladas, en estofados o charquicán y también se consume seco.

Los habitantes de la costa secan el cochayuyo para poder conservarlo, trasladarlo y comercializarlo a través de atados del alga seca y enrollada. Al sol, al horno o en una olla al fogón, el cochayuyo se seca ya hecho atados hasta quedar totalmente deshidratado. Cuando se seca se genera un producto café claro rojizo y otro negro. Para comerlo es necesario hidratarlo en agua hasta que se hincha y recupera la consistencia.

Sandra Lepio de Melinka, relata: *"El proceso es largo. Es mínimo una hora de cocción, luego se saca y se procesa, se debe sacar todas las impurezas que una cosita media café, se retira todo eso mucoso y desde ahí parte el proceso de lavado y ahí lo prepara para distintos tipos de platos"*.

El cochayuyo destaca entre las algas por ser una de las que tiene la cantidad de yodo mejor equilibrada. Es un alimento con alto contenido en fibra y un reservorio de calcio, hierro, magnesio y manganeso; con valores superiores a alimentos como la leche, las lentejas o el hígado de pollo. Su aporte de proteínas es significativo, superior a los cereales tradicionales como maíz, trigo y arroz integral, entre otros nutrientes (MINSAL 2009). Carmen Fernández de Puerto Gala, señala que el cochayuyo es un producto muy sano para la salud, especialmente para embellecer e iluminar los rostros ya que posee muchas vitaminas. También comenta que es bueno para la digestión y problemas estomacales.

Ensalada de cochayuyo

Se encuentran en el litoral de la región diferentes versiones de la ensalada de cochayuyo o entrada de cochayuyo. Se describirán dos, una aportada desde el archipiélago de Las Guaitecas y otra recopilada en Puerto Gala. La ensalada de cochayuyo es un plato tradicional de la costa chilena.

En ambos casos la preparación comienza con el remojo del alga y al día siguiente su cocción y limpieza. Hay cocineros que lo hierven hasta una hora y luego lo limpian minuciosamente, otros proceden de forma más artesanal.

El alga cocida y fría se corta según el gusto, a lo largo o a lo ancho y luego se aliña con lo que está disponible, cebollitas, ajos, morrones, cilantro, limón, vinagre de manzana, sal, pimienta y aceite.

Se sirve en ensaladera o en platos individuales como entrada.

Luche:

"El luche hay que ponerlo en algo limpio y secarlo al aire libre para que vaya tomando forma. Uno tiene un molde cuadradito donde se prensa el luche, en el cual las hojitas se escarmenan como la lana, y se rellena todo el molde bien parejito. Y hay que taparlo y dejarlo cocinando encima de la cocina."

Sonia Aros, Melinka.

Origen

Estudios recientes han demostrado que el luche no corresponde a una única especie sino que al menos son 16 especies pertenecientes a los géneros *Pyropia* y *Porphyra*. Presenta una amplia distribución a lo largo de toda la costa chilena, pudiendo encontrarse más de cinco especies en un mismo lugar. Algunos tipos de esta alga se encuentran disponibles todo el año y otros son marcadamente estacionales, encontrándose principalmente entre primavera e inicios del otoño. (Guillemin et al. 2016; Álvarez y Uribe, 2017). La diversidad presente en la región de Aysén aún no ha sido dilucidada.

En los archipiélagos de la región de Aysén, el luche es abundante. Representa un producto de alto valor alimenticio para las comunidades humanas del bordemar. Se caracteriza por establecerse sobre las rocas de zonas expuestas, en la parte más alta del intermareal; se lo encuentra en parches, los que se deshidratan completamente cuando baja la marea y vuelven a hidratarse con la subida. El luche es un producto alimenticio importante para la población costera de Chile en general, al sur de Puerto Montt particularmente y de forma fundamental para los habitantes de la región de Aysén.

Su consumo es abundante y arraigado, se relaciona con formas de vida tradicionales y su faena es parte de la labor cotidiana de muchas de las personas del litoral. Al ser secado, ahumado y convertido en "pan de luche", se distribuye por islas y continente llegando a lugares lejanos y provocando alianzas fundamentales de la cocina del territorio como es la preparación de la "cazuela de espinazo de cordero con luche".

Descripción

La morfología del luche es sencilla, se compone de una lámina de células de textura suave y de diferentes colores característicos de cada variedad. El espectro cromático abarca el rojo, el morado y el verde. También el color cambia con las estaciones, oscureciéndose en invierno y volviéndose más amarillo hacia el verano. La lámina del luche puede tener muchas formas diferentes, similares a las hojas de un helecho o más bien circulares, además los bordes de las láminas pueden ser como arrebujados, crespos o más bien lisos.

Tiene un comportamiento estacional, siendo más abundante desde el comienzo del otoño hasta el inicio del verano, retirándose como si desapareciera, hasta las próximas lluvias.

Su sabor es intenso cuando está al natural, concentra el mar en sus láminas. Este sabor se intensifica y toma notas de ahumado, cuando es cocido a leña. Su textura es muy suave; una vez secado y cocido se vuelve crujiente, por lo que es necesario hidratarlo para que recupere su sedosidad.

Formas de obtención

La temporada del luche es desde finales de invierno a principios de verano. Si se recolecta antes de la temporada, el alga será muy pequeña y difícil de sacar; si

es posterior a la misma, es probable que el alga esté muriendo (Universidad Católica del Norte, 2017).

El luche se recolecta durante la marea baja, principalmente por mujeres y niños, que se internan en el mar aprovechando la retirada de las olas para acercarse, subirse a las rocas y extraerlo con las manos, sacándolo completo y depositándolo en un balde. Se requiere de botas de goma y disposición a mojarse. Hasta hace una década atrás, cuadrillas de recolectores se internaban por varios días o meses entre los canales en la *"faena del luche"*, recolectando, secando y cociendo el alga durante el viaje para volver con cien o ciento cincuenta panes a sus comunidades. Así lo relataba en 2008 María Edilia Pérez de Melinka: *"Bueno, uno va al luche en las islas con chalupa a remo, era antes, pero ahora ya anda con motor, pero antiguamente cuando yo trabajé era puro remo, íbamos por acá por las islas cerca* [islas del archipiélago de Las Guaitecas]*, por Manzano, pa' allá por Matuco, íbamos a buscar luche con mi anciano"* (Ponce et al, 2009).

La recolección de esta alga es parte de la forma de vida tradicional de los archipiélagos, siendo una práctica cotidiana al norte y centro de la región de los canales. La preparación del pan seco y cocido, para conservarlo, está tan arraigada que hace pensar que proviene de prácticas muy antiguas. *"Los come luche nos dicen aquí"*, suelen reír los habitantes del archipiélago de Las Guaitecas.

Formas de consumo

Sonia Aros de Melinka, relata que el luche es un producto de consumo antiguo: *"El horno antes iba tapado en el fogón con arena y eso era el luche bueno, el luche que se tomaba. Antes se hacían unos quillines de varitas y ahí se subía el luche y se secaba"*.

El producto principal, que es a su vez una preparación que se realiza en base al *"secado"* o manejo del agua del producto, es el *"pan de luche"*, forma de conservar el alga y tenerla disponible para las diferentes preparaciones. El pan de luche además permite trasladar el producto y llevarlo al continente, donde forma parte de las preparaciones en las casas más alejadas del mar. Las familias que gustan de este producto, encargan a conocidos en las islas o compran los panes cada vez que los puestos de productos marinos se establecen en las ferias de pueblos y ciudades.

Pan de luche

Para hacer un pan de luche es necesario secar primero el alga, puede ser sobre la cocina a leña o al sol. El alga seca se coloca a presión en un molde de metal cuadrado apretado. Cuando el molde está lleno y compacto de luche, se cuece en el horno a leña o sobre la cocina. Una vez cocidos, los panes de luche se ventilan y se dejan al alcance de la cocina para variadas preparaciones. Tiene un olor intenso a mar y al hidratarse una textura muy suave.

Múltiples preparaciones se hacen con el pan, "pellizcando" el contenido con los dedos para desprender el alga seca y cocida. Papas con luche, cazuela de cordero con luche, frito de luche, ensalada de luche, charquicán de luche, por nombrar solo algunas.

El luche y su preparación pan de luche, es uno de los alimentos más representativos de la región de Aysén, aportado por las comunidades que habitan los archipiélagos. Al reunirse con el cordero y la papa del continente, en diversas preparaciones, da vida a ese sabor tan propio de estos territorios y que se comparte con Chiloé y otros lugares que como Aysén, dan identidad a la Patagonia.

Frito de luche con papas cocidas

Blanca Díaz de Puerto Cisnes, es dueña del restaurante El Monchito. Con gusto comparte su receta y señala que es un plato muy consumido, en especial por aquellos que gustan de las algas y los productos del mar, pudiendo servirse en la hora de almuerzo con papas o para la hora del mate con pan.

Para prepararlo, un pedazo del pan de luche se deja remojando en agua el día anterior. Al día siguiente se limpia y estruja.

En una sartén, se hace un sofrito con aceite y todas las verduras disponibles (cebolla, morrones, ajo, chalota) cortadas en juliana. Una vez que están blandas, se le agregan los condimentos (sal, orégano, pimienta), se revuelve y se agrega el luche, que hay que dejar que se sofría unos 5 minutos a fuego medio. La gracia de esta preparación es que no se debe secar mucho el luche, por eso se debe ir agregando un poco de agua mientras se prepara, hasta cuando se observa que todo está a punto se apaga la cocina.

Paralelamente, se pelan papas y se colocan en una olla con agua y una pizca de sal, hasta que se cuecen.

El frito de luche se sirve en un plato acompañado de papas cocidas.

Ensalada de luche

Esta receta comienza con sacar un pedazo del pan de luche y dejarlo remojando el día anterior, como toda preparación tradicional de esta alga, ya procesada previamente en forma de pan de luche.

Al día siguiente, se echa a cocer el luche en una cacerola, mientras se pica cebolla, cilantro, cebollita todo el año y otros ingredientes a gusto, indica María Alvarado de Puerto Gala, aludiendo a una preparación común en toda la costa del Pacífico sur: *"Picamos la cebolla, la deshidratamos con sal, le colocamos cilantro, cebollita del año, esa cebollita verde finita que le decimos y limón y aceite y eso fue todo. Queda súper rico"* .

María desmenuza el luche suavemente, no picándolo, pero sí dejándolo en trozos. Luego cocina todos los ingredientes juntos, para que así tomen sabor.

Cazuela de luche con erizo

Sonia Aros, originaria de Las Guaitecas, cuenta que esta preparación es un saber familiar que ha sido transmitido por generaciones, pero que se ha ido perdiendo con el paso del tiempo. *"Yo aprendí esta receta de mi mamá, mirando"*, dice Sonia.

Lo primero que se debe hacer en esta preparación es recolectar los productos que se utilizarán. Los ingredientes marinos se pueden extraer directamente, como es el caso de erizos, caracoles, almejas y cholgas. Una vez se tienen todos los productos, se abren los erizos golpeándolos en el centro de su parte inferior. Con este golpe se abre y se limpia de las tripitas, dejando solo las lenguas amarillas. Los otros moluscos también deben ser abiertos y limpiados. El luche, se remoja desde la noche anterior y se sabe que está listo para utilizar porque *"deja de estar salado"*, destaca Sonia y agrega que *"antes de remojarlo, el luche es más durito"*.

Sonia indica que luego *"se sienta la olla, colocando sal y la color"*. La color cuenta con aceite, ajo y pimentón, *"el aceite le da la contextura y el ajo le da todo el sabor acá"*. Enseguida se le colocan los mariscos surtidos, que se cocinan con la color. Estos mariscos pueden ser *"caracoles, coye, lapa, locate"*, los que le *"dan el sabor a la cazuela, ya que queda todo el juguito ahí"*. Los mariscos se dejan hervir, para luego colocar *"la zanahoria con cebolla, y las papas, más tarde el luche y el erizo"*. Todo esto está en una olla sobre la cocina a leña, *"los productos hay que colocarlos todos juntos, ya que así no se corta la comida, porque cuando uno empieza de a poco, queda a un lado todos los ingredientes"*. Además agrega que estos productos *"se ponen en la olla y se dejan cociendo un rato. Todo dependerá del fuego, pero a fuego lento debe estar unos minutitos."*

EQUINODERMOS

Erizo:

"Es el producto estrella de Melinka"

Marcos Silva, Melinka.

Origen

El erizo (*Loxechinus albus*), perteneciente a la familia Echinidae, es una especie originaria del océano Pacífico sur austral. Su distribución abarca desde el Cabo de Hornos hasta el norte de Perú, por ello es posible encontrarlo en toda la costa de nuestro país (CIREN-CORFO, 1979). Es una especie que habita en el *"...litoral inferior, en donde forman bancos. Abunda a profundidades variables hasta los 12 m, en lugares donde hay aguas en movimiento, canales surcados por fuertes corrientes o costas rocosas con olas"* (IFOP, 2009); también se los puede encontrar a profundidades de 340 m aproximadamente.

A mediados de los años cincuenta, en Las Guaitecas el erizo se extraía no solo para consumo sino también para su comercialización directa a pasajeros en viaje a bordo de los barcos que hacían la carrera entre Puerto Montt y Aysén o Punta Arenas. Así lo testimonia la escritora Teresa Hamel (1979) que visitó Melinka en 1956: *"...procedimos con una 'fisquia' a atrapar ese marisco cuyas exquisitas lenguas lo convierten en el bocado más codiciado del Pacífico Sur. –Sólo de espinas rosadas –recomendó Toño–, porque son los más grandes. De prisa el sol se alejaba. Regresamos con nuestros sibarítico cargamento de erizos que por la noche devoramos en la caleta con los pescadores (...). De regreso a Melinka contemplamos cómo entraba el vapor Osorno. Ayudamos a remar a Toño para vender sus erizos. Llené apurada un 'chinquillo' y subí corriendo la escala. (...) Toño me pasaba almudes de erizos que desaparecían al momento."*

Descripción

El erizo presenta en su cuerpo un caparazón calcáreo de forma redonda u ovalada cubierta por finas púas alargadas y una corteza endurecida en forma de placas calcáreas. Las púas son finas y largas y mediante un músculo que se encuentra en la base de éstas, son capaces de dotarlas de movimiento en distintas direcciones (Barahona et al., 2003).

Se encuentra tanto en la zona intermareal como a profundidades diversas, sobre fondos duros, utilizando sus pies ambulacrales como medio de locomoción y sus espinas como defensa y captura de algas a la deriva que constituyen su alimento.

Su crecimiento es lento (1 a 3 mm por mes en promedio), alcanzando tallas máximas de 120 a 130 mm. La talla mínima legal de extracción (70 mm) la alcanza entre los 4 y 5 años de edad. La talla crítica oscila cercana a los 60 a 80 mm y la talla de primera madurez se alcanza entre los 40 a 50 mm (Barahona et al., 2003). Lo que se come son las gónadas o huevas, siendo las principales características reconocibles de este producto el color rosado en concha de las lenguas y una textura suave en paladar del consumidor, el sabor es claro y se distingue como yodado.

Esta especie sostiene la economía pesquera artesanal de la comuna de Las Guaitecas y es ampliamente consumido en el resto del litoral poblado de la región.

Formas de obtención

La temporada de extracción del erizo abarca desde marzo a septiembre de cada año. El principal territorio de explotación se concentra en la comuna de Las Guaitecas, constituyendo así la principal fuente productiva y laboral. La extracción la realizan pescadores artesanales hombres de las regiones de Los Lagos y Aysén, en faenas de buceo de carácter colectivo y desplazándose en botes que operan en sectores determinados, entregando su producción directamente a un centro de desembarque o a lanchas *"acarreadoras"* que son habilitadas por una empresa compradora y llevan el recurso desde las zonas de extracción hasta un puerto de desembarque legalmente inscrito (como Melinka) y de mayor acceso a las plantas de proceso. En la actualidad, a pesar del importante volumen de extracción, no existen plantas de proceso de erizos en la región.

El buceo del erizo con fines comerciales corresponde al de apnea o semiautónomo. *"El erizo se saca con las manos y con un gancho ericero, el famoso quiñe. Ahora es el tiempo del erizo* [octubre] *, es el más fuerte de Melinka"*, comenta José Manuel Chiguay.

La extracción de erizo, luga roja y luga negra, se acompaña de lanchas extractoras equipadas para dormir y cocinar ya que permanecen por más de un día cerca de los bancos naturales (Gutiérrez et al., 2006. En Álvarez et al., 2016).

De forma complementaria existe una extracción para el consumo doméstico, asociada a la recolección de orilla: *"Nosotros tenemos el privilegio todavía de ir a la playa y sacar erizos con las mareas muy muy bajas, ahí sacamos erizos y podemos consumir altiro fresco"*, cuenta Sandra Lepio de Melinka.

Formas de consumo

Se valora del erizo que la lengua esté gorda y anaranjada, brillante, con la granulosidad compacta. En esas condiciones el erizo se consume crudo, en patache.

"El erizo que no está fresco está en la cáscara. Ya tiene las puas todas salidas, se pela y al abrirlo, la lengua está apegada a la cáscara y van a estar encogidas. El producto fresco va a estar lleno de agüita, las púas verdecitas, bien florecido, al abrir está lleno de agua y las lenguas amarillas, negritas, o amarillo término medio, pero siempre va a ser todo muy hinchadito, muy fresco", comenta Sandra Lepio.

En Las Guaitecas gustan de hacer el erizo en pan, tortilla al rescoldo, frita, panqueque o tortilla con huevos al sartén. También en sopas y caldillos o empanadas. O sea, el erizo se hace parte de las masas, caldos y otras preparaciones tradicionales de la zona como un ingrediente principal o acompañante.

Sandra cuenta que *"años antes como no se sabía cómo mantenerlo en el refrigerador, lo que hacía la gente lo cocía, con cáscara y todo. Hacían una fogata a la intemperie y ponías erizos. Se colocaba encima de las piedras o de los palos que estaban en el fuego. El erizo cuando está cocido queda una lengua toda unida rojiza, medio dura, más consistente, pero no se muele al sacar la lengua"*.

Pan y tortilla de erizo

Pan y tortilla de erizo son dos preparaciones tradicionales en los archipiélagos de Aysén. Mirta Alvarado de Puerto Gala, señala que la tortilla de erizo es muy similar al pan de erizo: *"Se hace igual que un pan, se echa a moler el erizo, se echa donde se pone a cocer el pan y lo molí' con la misma harina, hasta que quede bien cremoso. Por ejemplo, para un kilo de harina pueden ser unos 6 erizos, más que eso no. De ahí le colocas la levadura, una gota de aceite y eso. Luego que están todos los ingredientes juntos, se debe estirar la masa (...). Después lo dejas subir un ratito, se le pega una estiradita, una sobadita, como le dicen. Y después se deja reposando el bollito para que se levante y después se manda al horno. Se deja reposando unos 15 minutos. Y apenas esté dorado, está listo".* de forma similar preparó Eva Villasen en Melinka, el pan de erizos de la fotografía.

La gran diferencia entre el pan de erizo y la tortilla es la técnica. Mirta señala: *"Para el pan de erizo uno amasa la masa y en la tortilla de erizo uno tiene que batirla, va batido y esa es toda la diferencia, porque es muy diferente la masa que se haga con tus manos a que lo hagas con un tenedor lo otro. Ambas cosas quedan ricas, pero más rico queda el pan de erizo, el pan al horno".*

Patache de erizo

El patache de erizo, al igual que el de almejas o mariscos surtidos, consiste el aliñar el marisco crudo y limpio con ajo, ají verde, cebolla, cilantro, limón natural y una gota de aceite.

Sonia Aros de Melinka, nos relata esta preparación: *"Pescamos el erizo, la almeja o la cholga, la almeja, el choro* [se abren con un cuchillo] *y la ponemos dentro de un bolón o una olla, toda la carne pa' dentro, algunos les pican ajo bien finito, ají verde (tiene que ser picante), limón natural"* y agrega: *"una gotita de aceite, cebolla puede ponerle igual"*. Al final se le colocan limón natural y cilantro. Se revuelve todo y queda listo para ser consumido.

MOLUSCOS

Almeja:

"Donde haya arena, hay almejas"

Mabel Chiguay, Repollal.

Origen

Las almejas son moluscos de agua salada. Existe una gran cantidad de especies por todo el mundo y varias en la zona sur del país.

Los habitantes de Las Guaitecas distinguen al menos tres tipos de almejas, así lo relata José Manuel Chiguay de Repollal: *"hay tres tipos de almejas, blanca, rubia y negra."* Sin embargo, los estudios han identificado cinco especies en la región de Aysén (Osorio, 2002): *Mulinia edulis* o almeja dulce; almeja taca, conocida científicamente como *Protothaca thaca*; almeja *Venus antiqua* (única especie reconocida por la Subsecretaría de Pesca y Acuicultura); *Retrotapes exalbidus* y *Tawera gayi*.

Viven en la costa inferior y submareal (parte del mar que no queda al descubierto durante la marea baja), a poca profundidad, en arena, grava fangosa o arcilla, generalmente en aguas tranquilas.

Descripción

Las almejas son bivalvos, porque están protegidas por dos conchas simétricas. El tamaño de cada almeja depende de la especie, la talla promedio de la *Venus antiqua* es de 6 cm.

José Manuel Chiguay reconoce diferencias en las que se extraen en Las Guaitecas: *"La blanca es fina, tiene el labio fino y la cáscara fina, tiene unas rayitas como en la piel, pero es fino. La almeja amarilla es más gordita en la cáscara, la almeja negra la cáscara es más rústica, el labio no es fino sino bien grueso y la carne es negra. La almeja blanca es más rica. La negra es más hedionda, tiene otro gusto. La blanca va a exportación, usted sabe que lo mejor se va para el extranjero".*

El alimento de las almejas es el plancton marino. Para ingerirlo disponen de un dispositivo tipo sifón, gracias al que son capaces de mantenerse a salvo bajo treinta centímetros de arena cuando baja el mar.

Formas de obtención

"La almeja hay dos formas de poder obtenerla; buceando o recolectando", afirma José Manuel Chiguay y agrega que *"se saca con la mano la almeja, está en la costa así que el que va a mariscar puede ir con un balde y un 'gualato', tiene como una manita que se entra en la tierra, parecido al azadón, pero el gualato es más fino, puede ser hasta con una madera o hasta con el pie. También se bucea. Antiguamente se hacía una pangareta, como rastrillo. Se metía para abajo y se arrastraba, entonces se subía toda la semilla para arriba y se mataba".*

Su explotación puede realizarse durante todo el año, no obstante, la almeja debe ser extraída poniendo atención al comportamiento de la marea roja, que se puede presentar en diferentes sectores, ya que consiguen su alimento por filtración de agua de mar y absorbe la marea roja, la que es mortal para el ser humano.

Formas de consumo

La almeja se consume cruda bajo la forma de *"patache"* o cocida en curanto en hoyo u olla, al vapor o al rescoldo. Se une a caldillos y estofados.

Patache de almejas

José Manuel Chiguay relata esta receta: *"Pescamos la almeja o la cholga, el choro y la ponemos dentro de un bolón o una olla, toda la carne pa' dentro, algunos les pican ajo bien finito, ají verde, tiene que ser picante, limón natural, si alguien trae vino o grapa pa' dentro. Se deja remojando un par de horas. También el cilantro. Ahí uno se pone vivaracho. Es algo enérgico. Bramando se llega a la costa, aquí vengo yo. Muy bueno, muy exquisito. Si le gusta le pela unas papas y a servirnos, ahí uno queda echadito para atrás".*

Sonia Aros relata que *"puede ser de almejas o de chorito, de cholga, de todo lo que a usted se le ocurra. Y se prepara con el marisco crudo, cilantro, ajo verde picado, el crudo y harto limón, una gotita de aceite, cebolla puede ponerle igual, puede que le ponga pueda que no, es gusto de cada uno".*

Caracoles:

"Hay un montón de variedades de caracoles que se dan en Melinka. Se sacan a palde cuando están pegados a las rocas y con la mano cuando están sueltos en las orillas del mar"

Sonia Aros, Melinka.

Origen

Tal como nos cuenta Sonia, en el litoral de la región de Aysén existe una importante variedad de caracoles comestibles. Entre los más nombrados por los pobladores están el palo-palo (*Argobuccinum pustulosum*), locate (*Thais chocolata*), picuyo (*Odontocymbiola magellanica*), piquilhue (*Adelomelon ancilla*), trumulco (*Chorus giganteus*), tegula (*Trochidae*), negro o lilihuen (*Turbinidae*), rayado u oliva (*Olividae*).

Todos estos caracoles habitan distribuidos entre 1 y 220 m de profundidad en los fondos rocosos y arenosos del submareal, la zona que no queda al descubierto durante la marea baja (Subpesca, 2010).

Algunos de ellos, dada su distribución cercana al intermareal, han sido colectados para supervivencia por las comunidades originarias chonas y huilliche, aunque en general, no hay información histórica sistematizada sobre la presencia de los caracoles en la dieta de nuestros antepasados (Subpesca, 2010).

En la actualidad, es frecuente observar la recolección de caracoles por parte de residentes de comunidades costeras y de visitantes ocasionales, turistas. Aunque esta actividad no está dimensionada, se estima que la extracción puede ser tan alta como 1-3 kg de caracoles por persona/día (Subpesca, 2010).

Descripción

Se tomarán cinco ejemplos de caracoles del litoral de Aysén, siguiendo la descripción de diversos autores (Osorio, 2002):

Palo-palo

Concha gruesa de espiral alta. La última vuelta de la espiral ocupa la mitad de la concha. Posee canal inferior profundo, labio externo con dientecillos. Por fuera prominentes y gruesas estrías axiales. Color externo pardo a café.

Picuyo

Concha grande, fina, liviana, con 4-5 vueltas suavemente convexas, poco definidas. Superficie externa áspera, con líneas en zig-zag rojo oscuras, sobre un fondo claro. Líneas de crecimiento en toda la concha, pero más definidas en la parte final de la última vuelta. Abertura alargada, semicircular, ocupando más de la mitad de la totalidad de la concha; interior anaranjado brillante; labio fino, suavemente reflejado.

Piquilhue

Concha grande, fusiforme, hasta 18 cm de altura máxima, muy sólida, con 6-7 anfractos suavemente convexos, algo planos, lisos pero los dos primeros de la teleoconcha con nódulos remanentes, regularmente espaciados que luego desaparecen. Espiral muy alargada. Superficie externa áspera, con líneas axiales en zig-zag oscuras, sobre un fondo claro o anaranjado. Ornamentación espiral muy suave, definida por cordones regulares muy finos casi microscópicos en toda la concha, a veces muy gastados.

Trumulco

Concha gruesa con un diente perforador adyacente al canal cuya superficie externa es de color anaranjado-amarillento. Abertura grande de color más intenso que el interior. Espiral corta de 3 anfractos. Última vuelta de la espiral de gran tamaño.

Locate

Posee una concha con cuatro espiras y puede presentar unas protuberancias o tubérculos sobre la sutura corporal. La abertura de la concha es grande y de forma oval. Es carnívoro y ha sido visto alimentándose sobre almejas y bancos de mitílidos. Forma agregaciones alimentarias.

Los caracoles tienen sexos separados, pero sin dimorfismo sexual. Tienen cópula y las hembras colocan cápsulas con huevos. Cada una de las cápsulas posee en promedio 2.600 huevos y su incubación dura un total de 49 días.

Formas de obtención

Los caracoles se *"mariscan",* o sea se extraen en grupos de personas, principalmente de mujeres que se internan entre las rocas para tomarlos junto a choritos, lapas, almejas entre otros.

Desde Puerto Gala, Mirta Alvarado señala: *"Los caracoles se recolectan a pata, mariscando, en buceo. También pueden aparecer en la playa, en las piedras. Hay caracoles blancos y negros, tienen forma redonda y uno larguito. Se llaman caracol blanco y negro."*

Se encuentran durante todo el año, no hay restricción según lo relatado por las personas de Melinka y Puerto Gala.

Formas de consumo

Los caracoles se consumen de muchas formas, como ensalada, estofado, caldillo, con luche, carbonada, puré, empanada, al vapor, entre otros. Mirta Alvarado comenta: *"Los caracoles son exquisitos, tú los haces un puré, los limpias bien limpios y lo haces con cebollita, son exquisitos (...). El caracol locate es un tipo y otro el palo palo. Es igual que el loco, tu lo puedes machacar, y hacer estofado. Es un molusco del mar y sale en la temporada de invierno. En verano no sale, porque las aguas son de mala calidad y por eso el caracol se va a profundidad".*

A Sonia le gusta sacar los caracoles de su caparazón y congelarlos para no tener que salir a mariscar siempre, y tener a su libre disposición.

A la hora de cocinar los caracoles no se hace mucha distinción sobre el tipo, se consumen los caracoles que haya cuando salen a mariscar.

Entrada de locate

Se cocinan los caracoles en agua hirviendo para luego ser sacados con un palito o una aguja, se comen fríos, sobre lechuga.

Carbonada seca de locate

Preparación relatada por Sonia Aros de Melinka.

Se necesitan caracoles, zapallo, color, papas, zanahorias. Olla, cocina a leña y/o fogón.

Esta preparación inicia con la recolección de caracoles, como menciona Sonia: *"El caracol lo recojo en las orillas de las playa cuando voy a mariscar. Hay que salir a las islas a mariscar"*.

"Primero se hace un frito con ajito, cebollita, cebollas verdes [cebolla todo el año]*, antes todo era con cebollas y fríen los caracoles en la color. Una vez fritos se le agregan papas y zanahorias picaditas, luego un poquito de zapallo para que tenga buena presentación"*. Este último ingrediente es un agregado moderno, comenta Sonia, debido a que los caracoles son de mal aspecto. Sin embargo, recalca que antiguamente no se le colocaba. Se cocina unos 15 minutos a fuego bajo y se deja reposar. *"Se hace en el fogón, mi mamá le ponía ajos bien machacados, un ají de esos cacho de cabra, orégano y pimienta, de esas en pepita. Y dejaba que hierva no más"*, recuerda Sonia.

Es una comida sabrosa y contundente, ideal para días de frío.

Cholga:

"La cholga seca es un trabajo que hoy en día la juventud ya no lo hace, porque las nuevas generaciones no lo hacen, la generación antigua todavía estamos haciendo. Hasta que Dios me de salud voy a seguir trabajando a la cholga seca"

Manuel Taruman, Estero Copa.

Origen

La cholga (*Aulacomya atra*) se distribuye en todo el Cono Sur americano. Por el océano Pacífico, desde el Canal Beagle, islas Navarino e isla Picton en Chile hasta El Callao en Perú; por el Atlántico desde el extremo austral hasta el sur de Brasil. También se encuentra en la isla Juan Fernández y las islas Malvinas.

Habita sectores rocosos entre las máximas y mínimas mareas hasta los 10 m de profundidad (Uriarte, 2008). En Aysén, la cholga tiene una larga tradición de extracción y aprovechamiento de manera artesanal, muchas familias de Islas Huichas y Las Guaitecas recuerdan este trabajo de sus padres y abuelos, instalados en ranchos en las playas donde el marisco se cocía en enormes tambores, se desconchaba y luego se ponía en sartas a secar y ahumar, era una faena que demoraba todo un día de trabajo y luego se repetía por semanas. De este ciclo productivo vivían muchas familias.

La *"faena de la cholga seca"* ha sido distinguida como Manifestación de Patrimonio Cultural Inmaterial del país, lo cual consta en el "Expediente: Faena cholga seca, Zona litoral – Guaitecas, Aysén Región de Chile" (CIEP, 2013).

Descripción

La cholga se caracteriza por sus valvas (cada una de las partes duras y exteriores de un molusco bivalvo) relativamente grandes, de color violáceo en los juveniles y adultos. El borde dorsal es redondeado y el ventral recto o ligeramente cóncavo. La charnela (bisagra entre las valvas) puede presentar un único diente en la valva izquierda que encaja en la valva opuesta (Molina et al., 2015).

En su cara externa, las valvas presentan estrías radiales que se abren desde la punta. A estas estrías se superponen los anillos de crecimiento, menos marcados, en forma perpendicular y concéntrica. La cara interna de las valvas es nacarada y de colores violáceos y las impresiones de los músculos son nítidas.

Los individuos jóvenes pueden presentar un color beige o amarillo y a medida que crecen, el periostraco que recubre las valvas se torna de color negro azulado. Los individuos adultos alcanzan una longitud máxima de aprox. 17 cm.

Los sexos son separados y reconocibles macroscópicamente en ejemplares maduros por el color blanco lechoso del manto en los machos y rojizo café en las hembras. La emisión de gametas se produce en primavera y verano (Molina et al., 2015).

Formas de obtención

Los pescadores identifican bancos naturales de cholgas en todas las costas interiores. Se extraen buceando, para lo cual es necesario tener licencia de buzo mariscador.

Se identifican los bancos de manera artesanal principalmente buceando, por lo general es un trabajo que desempeñan hombres, aunque no de manera exclusiva. Las cholgas se encuentran en grandes racimos y se recogen con una herramienta denominada *"quiñe"* con la que se van cargando a la embarcación.

Los bancos son grandes acumulaciones de ellas, porque crecen y se desarrollan en colonias o grandes grupos. Los pescadores de Puerto Aguirre dicen que en estas costas toda la cholga que sale es de buena calidad.

La cholga que se extrae en islas Huichas y también en Las Guaitecas, se vende localmente, en pequeña proporción o se entrega a plantas procesadoras locales que luego distribuyen en Puerto Aysén, Coyhaique e incluso Puerto Montt.

En menor medida se compra cholga para elaborarla localmente de manera artesanal, seca y ahumada, aunque ya son pocas las personas que la hacen, en islas Huichas es posible de encontrar en Puerto Aguirre, Estero Copa y Caleta Andrade.

Existe también una recolección doméstica, el ir a mariscar cholgas además de choros, caracoles, lapas, locos, entre otros, que realizan grupos de familiares o amigos, liderados casi siempre por mujeres, para abastecer la olla familiar.

Formas de consumo

La cholga es muy apreciada por tratarse de un marisco sabroso, carnoso y muy versátil en su preparación. Además, al secarse, se puede conservar por meses, colgadas en sartas de junquillo al alcance de la cocina, aportando sabor a gran parte de comidas de los hogares durante el año.

La cholga se consume fresca, cocida al vapor, a las brasas, en caldillo o curanto. Para guardarla se hace *"seca"*, tal como se describe a continuación, constituyéndose en ingrediente base para diferentes preparaciones, estofada, en caldillo, cazuela o con luche.

Cholga seca

La faena de cholga seca constituye mucho más que una preparación, representa un saber complejo que involucra un conjunto de conocimientos y estilos de vida, siendo una actividad económica que ha sostenido a muchas familias del litoral generación tras generación (Ponce et al., 2009).

En Las Guaitecas, la faena contempla el desplazamiento desde el sector de Melinka-Repollal hacia el sur, por el canal de Puquitín a las zonas de extracción, ya identificadas por parte de los cholgueros. Cuando las faenas son cortas, en caso de ir a lugares cercanos es más probable que se trabaje en grupos más pequeños de 2 a 4 personas. Y cuando las faenas son más largas, de 2 a 3 meses o más, los grupos son más grandes, para turnarse y dividir funciones, de 8 a 12 personas (CIEP, 2013).

Los roles se dividen en los de mar (extracción) y los de tierra: recolección de leña (se utiliza mucha leña en esta faena), canastos de manila o junquillo, construcción del secador, trenzado de canutillo para las sartas, cocimiento de cholgas, desconche o *"desgranado"* de cholgas, secado, ahumado y ensartado (CIEP, 2013).

Según relata Manuel Taruman de Estero Copa, *"Para la preparación de la cholga seca primero se hace la leña* [lo que hace el bote: 4 o 5 metros]. *Al otro día se saca el marisco* [se bucean los mariscos] *y se echa a cocer: 8 a 9 tachos que se cuecen al día, se pasan por secador, tres días de cocimiento; y después se ensartan con aguja de alambre, dos días para secarlas. En el secador de alambre las cholgas se desparraman con ilque* [ramas] *para que no se pegue la cholga; ahí ya tiene color café y ya tiene olor a humo, se va secando en carpeta* [lona]". En cada varilla del envarillador secan *"5 sartas de 20 patas"*.

"Después uno ya empieza a ensartar con junquillo, después que se ensarta todo el marisco, 40-50 paquetes al día se pone en el palo, después se cuelga arriba (dos días colgado en el humo), no se puede acabar el fuego, día y noche". Para finalizar don Manuel nos dice que *"cuando está seca la cholga, se trenza"*.

La leña elegida por preferencia es el tenío: "*Mejor leña para orear: el tenío. El fuego no debe arrebatarse, sino se quema la cholga: cuando la cholga está lista adquiere un color café oscuro, ahí ya no hay aceite* [jugo que suelta la cholga, el jugo del marisco]".

El junquillo majao se utiliza para ensartar la cholga: *"si hay sol se seca en el sol, sino en el mismo humo, pero igual fuego lento para que el junquillo no se queme."*

Cazuela de cholga seca con fideos de harina

María Nahuelquin de Melinka, nos relata esta preparación que aprendió en las andanzas con su madre, Auria Lepio en las islas que están frente a Melinka.

"Primero se debe dejar la cholga remojando, para que se le vaya el humo y se ablanden. También se agrandan, porque quedan chiquititas con el humo, se encogen y cuando tú lo dejas remojando, una noche antes, quedan blanditas. Luego la cholga se debe lavar, extrayéndole todos los desechos, hasta que se salga todo el humo y después se fríe en la olla con la color que prepara mi mamá. Ahí se fríe hasta que se penetre todo ese condimento en la cholga. Entonces, primero se sienta la olla en la cocina a leña a fuego lento. Se coloca la color que tiene aceite, entonces esta se va sofriendo. No es necesario agregar ninguna verdura de aliño, porque la color tiene todo. Se le pone de las verduras: morrón, ajo, hojas de ajo, de todo.

Una vez que la color se calienta, se colocan las cholgas limpias e hinchadas, dejando que se fría junto con la sal que se aplica con la color. Luego le colocas el agua hervida, dejándola al hervor un rato. También le echas zanahorita. Cuando está todo eso hervido, alrededor de una hora al agua caliente, se le echan los fideos de harina. Al pasar alrededor de 15 minutos los fideos se cuecen, se coloca la clara de huevo batida que no se utilizó para hacer los fideos de harina, en la olla con la cazuela de cholga seca. Se deja hervir unos minutos mientras se revuelve para que quede lista para servir."

María agrega que para finalizar la preparación y presentación del plato, *"se pone cilantro, perejil, las verduras que eligen o cibullete"*.

Cazuela de cholga seca con repollo

La siguiente preparación la presenta Georgina del Carmen Uribe de Caleta Andrade.

"Se dejan remojando las cholgas de un día para otro para que queden más fresquitas, en agua tibia alrededor de las 10 de la noche para el otro día hacer la preparación.

Al día siguiente se fríe la olla con ajos [un diente], *cebollas* [mitad de una grande], *orégano, sal, aceite, pimienta. Alrededor de cinco minutos se cocina para agregar la cholga seca. Una pata de cholga de ocho cholgas, las cholgas se pican en trozos en cuadritos hay que freírlo en aceite, la sal, la cebolla y el ajo, ahí va a freír tu olla".* Algunas personas pueden preferir cocinar la cholga seca entera y no en trocitos como Georgina: *"algunos la hacen entera igual".*

Luego de freír de los ingredientes se procede a preparar la cazuela: *"Cuando ya está freído todo se echa agua hervida a la olla"*. Después se agregan las verduras: *"papas (½ kilo), zanahoria, zapallo, morrón (una rodaja), arvejas: todo se pica en cuadritos ni tan pequeños ni tan grandes, ahí la echas a hervir, cuando ya estén a punto de cocerse se echa el arroz, una cucharadita de arroz, nada más es lo mínimo"*, lo importante según Georgina es que se noten las verduras. Junto con lo anterior se agrega el repollo, otro de los productos principales, casi medio kilo picado, *"...que se note la hoja, ni tan grande ni tan chica (...) que se note que el repollo está ahí"*, se pone junto con las verduras. Se puede agregar acelga también.

"Se revuelve toda la preparación, con un fuego bueno en la cocina a leña un poco más de media hora de cocción es suficiente para que que se cocine esta primera parte. Cuando las verduras están casi cocidas, ahí se pone el arroz, se agrega al final para que no se muela y quede entero". El arroz debe cocer menos de 20 minutos y ya está lista la cazuela para servir, la preparación otorga 4 ó 5 platos.

Para ser servido, se utiliza un cucharón para verter el contenido directamente desde la olla al plato hondo, agregando *"pasto verde"*, que puede ser conformado por cebollita todo el año o cilantro picado fino.

Es una preparación que se acompaña con ensaladas de temporada, ideal para la mesa en estaciones frías del año, permitiendo calentar el cuerpo.

Chorito:

"Nadie lo saca, por eso está lleno. Pasa lo mismo con lo que es cholga. Usted pasa por ahí, donde están las rocas y está negreado y eso no lo saca nadie"

José Manuel Chiguay

Origen

El chorito (*Mytilus edilus chilensis*) es un molusco bivalvo del género Mytilus que incluye un gran número de especies. Están presentes en aguas frías y templadas de ambos hemisferios y ausentes en los trópicos. En Chile se lo encuentra desde el Estrecho de Magallanes hasta la región de Antofagasta (Osorio, 2002).

El chorito vive en la zona intermareal, a profundidades no superiores a los 10 m, sobre rocas en bancos naturales.

Ya entre mediados de siglo XV y mediados de siglo XVII la población local, probablemente chonos, de la región consumía choritos, Asi lo demuestra el datado (14C) del un sitio arqueológico en el fiordo de Aysén compuesto por un horno tipo curanto (como es llamado esta técnica culinaria en la actualidad), un cocimiento en hoyo con piedras calientes, que contiene restos de pescados y mariscos, entre los que se identificó *Mytilus edilus chilensis*, en asociación con material lítico y el horno (Pérez et al., 2018).

Descripción

El chorito tiene una concha bibalva, semi gruesa con estrías concéntricas de crecimiento. Es de color negro, apardado a violáceo. Tiene sexos separados y fecundación externa. Se ha controlado una talla máxima de 10,6 cm (Osorio, 2002).

La talla mínima comercial el de 5 cm, la que se logra a los 11 meses. Es un filtrador cuya alimentación se compone principalmente de plancton y dentritus.

La calidad nutricional para el consumo humano es óptima, siendo una excelente fuente de proteínas y en menor medida de lípidos y carbohidratos (Ahn et al., 2000; Ojeda et al., 2004. En FIA, 2018).

Formas de obtención

El chorito se extrae de diferentes formas: mariscando durante la marea baja, con la mano, un cuchillo y diferentes instrumentos como el palde y la guadaña que se han adaptado para esta función.

Juan Manuel Chiguay de Melinka, comenta: *"Se sacaban cuando bajaba la marea o había personas que buceaban; antes existían los buzos escafandra, que sacaban las cholgas también; ahora se sacan mariscos a palde. Cuando se sacaba en la orilla, se sacaba con la mano, con un gancho de fierro, después se usaron las guadañas, con esto es fácil de sacarlo".*

La guadaña es un palo con un fierro enroscado y una punta aguda. El palde es un palo largo con un fierro tableado, que raspaba las piedras para sacar mariscos. En Chile el chorito ha sido explotado y comercializado en grandes volúmenes desde la década del setenta del siglo pasado. Sin embargo, este tipo de explotación no ha llegado al territorio de Aysén, donde aún se extrae de forma doméstica y artesanal (SUBPESCA, 2019).

Formas de consumo

El chorito es ampliamente consumido por la población de los archipiélagos, desde la época precolombina. Crudos primero, cocidos al vapor, en cazuelas y caldillos posteriormente, como parte del curanto y el curanto a la olla, crudo en forma de patache, los choritos están muy presentes en la alimentación cotidiana.

Sin embargo, su consumo está actualmente restringido en la región por los brotes de marea roja. La marea roja la produce una microalga llamada Alexandrium catenella que posee una toxina paralizante que impide la transmisión de impulsos nerviosos y puede producir una parálisis respiratoria con consecuencia de muerte. Ante esta prohibición, los habitantes de Repollal se las arreglan y gestionan con cierta regularidad análisis de muestras que se realizan en Puerto Montt, para asegurarse de que su recolección es apta para el consumo.

Choro zapato – choro maltón:

"Antiguamente la gente de mucha más edad de mí, que ahora tienen 80, 90 años, esa gente conversaba que había mucho choro zapato en Las Guaitecas. Pero como ellos mismos se ocuparon de sacarlo demasiado, entonces se acabaron, se murieron, todos los choros empezaron a morir. Era un contrabando el choro zapato"

José Manuel Chiguay, Melinka.

Origen

El choro zapato (*Choromytilus chorus*), es nativo del Cono Sur de América, especialmente de Chile y Perú. Se encuentra desde el Estrecho de Magallanes y Canal Beagle por el sector litoral chileno hasta El Callao en Perú, mientas que por el océano Atlántico llega hasta el sur de Brasil (Osorio, 2002). El choro maltón es la misma especie de menor tamaño.

Descripción

Se caracteriza por su gran tamaño (de ahí su apodo "*zapato*"), su concha alcanza hasta sorprendentes 30 cm. Debido a que en muchos lugares de la costa es extraído antes de que termine su crecimiento, es cada vez más difícil encontrarlos. En el archipiélago de Las Guaitecas en cambio, es posible aún encontrar choros adultos del tamaño descrito.

Se diferencia del choro maltón solo por su tamaño (5.5 cm. es el tamaño de un "*maltón*"). A pesar de que la comunidad reconozca estos moluscos como especies distintas, el choro zapato y choro maltón son la misma especie (*Choromytilus chorus*). Cuando es pequeño le denominan vernácularmente choro maltón. Y cuando posee un tamaño mayor le llaman choro zapato.

La concha del choro zapato es alargada y con el extremo puntiagudo. En su exterior son de color negro y negro violáceo, presentando estrías concéntricas que indican el crecimiento. Su interior es de color blanco-nácar y los extremos con tonalidades violetas.

El choro zapato es una especie con sexos separados, donde la diferencia de sexo entre hembras y machos está marcada por el color de las gónadas, siendo las de las hembras de color crema-anaranjado más o menos intenso y las de los machos de color blanco-crema" (Ortiz, 2012).

José Manuel Chiguay, pescador de Melinka, hace referencia a la diferencia de color y sus connotaciones culturales: "*Hay dos tipos de choro zapato. Nos burlamos de repente, decimos el choro negro y el choro blanco, no es blanco, es medio amarillo. El choro negro es el más rico, más fuerte y más rico. Tiene esa sensación que queda en la boca. El amarillo es más desabrido. El choro negro huele más, pero es más rico. Entonces decimos –¡ah!, tú te comiste el choro rubio, el más fino... pero no es tan rico. Uno es el indio y el otro es el mestizo.*"

Formas de obtención

A nivel doméstico el choro se marisca, ya sea en tamaño "*maltón*" o "*zapato*". La marisca la hacen mujeres y niños principalmente, en los momentos en que la marea baja y es posible extraer de las rocas y la arena. Antes se hacía con un fierro y en la actualidad se utiliza el palde y la guadaña, fabricadas especialmente para la labor.

Formas de consumo

José Manuel señala que el choro zapato se consumía por las personas que habitaban Melinka desde hace ya muchos años. Sin embargo, la sobre extracción de

este producto ocasionó una sensible disminución del mismo y un consiguiente contrabando.

Al momento que inician las salmoneras en el lugar, los habitantes dejan de sacarlo de sus áreas de nacimiento, lo que permitió que recobraran su reproducción. Al respecto José Manuel señala: *"En Repollal, hace como cinco años que el choro estaba amontonado en la costa. Fue una plaga, como quien lo sembró uno tras de otro, era infinidad de choros (...). Pero ahora con la industria salmonera, como la semilla se pega en los cabos, y en las bollas, entonces todo eso va quedando en el mar y hay mucho".*

Su consumo principal es crudo con limón (patache), a las brasas, al vapor y en caldillo, es protagonista importante del curanto y el curanto en olla y hace algunos años se han popularizado los choros al alicate.

Sin embargo, su consumo está restringido a ciertas zonas de Las Guaitecas, islas Huichas y otros sectores del litoral por la presencia de marea roja, situación que afecta y limita el consumo de todos los bivalvos y moluscos con una veda permanente.

Choros al alicate

El choro al alicate es una preparación reciente en el litoral aysenino (no más de 50 años) y si bien incluye en su elaboración pimiento morrón, queso y longaniza, productos traídos desde fuera a las islas, son muy apetecidos y difundidos en toda la región y especialmente en el bordemar. En su interior se funden el mar y la tierra, generando una mezcla de sabores única y sorprendente.

Para su elaboración se requieren choros zapato o maltones de buen tamaño, queso para fundir, longaniza, orégano, pimiento morrón, alambres y un alicate.

Mabel Chiguay, mariscadora de Repollal, nos cuenta que previamente la longaniza debe ser aliñada con orégano y las conchas bien lavadas, luego se procede a abrir los choros con un cuchillo y mucha experticia, cortando el nervio por arriba y pasando después el cuchillo por abajo para sacarlos enteros. Es importante no separar las conchas, ya que en su interior va el choro entero.

Una vez abiertos se coloca en el interior una porción de longaniza, morrón y queso de vaca (preferentemente mantecoso). Cuando están todos los ingredientes, el choro es cerrado, *"se amarran con un alambre fuerte"* utilizando un alicate (de ahí su nombre). Luego se colocan al horno o a la parrilla por unos 10 o 15 minutos, calentando el producto y cociéndose en el interior de su concha.

Para ser consumidos, se corta el alambre con el alicate. Se disfrutan con todo su jugo comiéndolos directamente de la concha y se recomienda acompañarlos de vino blanco.

Su consumo suele ser festivo, entre familiares y amigos, preparados en casa o en la rancha. No suelen encontrarse en locales establecidos.

Lapa:

"Cuando voy a sacar loya, siempre hay hartas entre las rocas"

Bernarda Barrientos, Puerto Aguirre.

Origen

La lapa, chapa o loya (*Fissurella spp.*), está representada en Chile por trece especies, de las cuales, diez conforman recursos pesqueros. Este importante grupo de especies se distribuyen en las costas de Perú, Chile y Argentina. En las costas chilenas habitan los especímenes de mayor tamaño del género *Fissurella*, que desde tiempos prehistóricos han formado parte de la dieta humana (Olivares et al., 2006).

En Chile al sur, desde el Biobío a Las Guaitecas, las especies más comunes son *F. costata*, *F. nigra* y *F. picta*, las que son comúnmente capturadas por los pobladores locales (Oliva y Castilla, 1992).

En el litoral de la región de Aysén es un recurso extendido, se encuentra en sustratos rocosos, abundantes entre los archipiélagos de la zona norte de la región.

Descripción

La loya (nombre con que se denomina a la lapa en el litoral de Aysén) es un molusco herbívoro, que se alimenta de diferentes tipos de algas adheridas a las rocas. A su vez es presa de estrellas de mar, pejesapos, pejeperros, viejas, chungungos, entre otras especies (www.subpesca.cl).

Realizan fecundación externa, entre individuos sexualmente maduros la mayor parte del año.

Sandra Lepio de Melinka, identifica dos tipos: *"Está la lapa azul y la lapa blanca. La lapa azul es más carnuda y más grande, y se encuentra más a mar abierto. Requiere de más tiempo de cocción para que quede blandita, porque su carne es más dura. Y la lapa blanca se encuentra en cualquier sector".*

Formas de obtención

La loya se recolecta del mar, actividad realizada principalmente por mujeres de forma colectiva, acompañadas de sus hijos o solas. También puede ser buceada por buzos mariscadores. Se denomina *"ir a la marisca"* al acto que hace referencia a la acción de extraer el marisco, en este caso la loya.

Bernarda Barrientos de Puerto Aguirre, marisca la loya en la isla Phoenix: *"Se extrae con un cuchillo grande, (...) se marisca un balde* [alrededor de 150 loyas]. *Algunas personas se mandan hacer un palde, así le dicen, es como un cuchillo, pero es más plano en la punta para sacar la loya. (...) Yo voy por el rato de la marea a las más grandes, las chicas las dejo, se sacan las más grandes no más, voy dando vuelta las piedras y las que se encuentran visibles también las saco, las que se puedan sacar se sacan".*

En islas Huichas existe un comercio local de loyas: *"Siempre anda gente vendiendo loyas, yo no lo hago, pero sí sé que hay gente que saca loya y lo vende. La loya se vende más barato que los otros mariscos, sí, siempre es más barato que los otros mariscos"*, aclara Bernarda.

Formas de consumo

La loya tiene diversas preparaciones, estofada, frita, en empanada y en caldillo.

Estofado de lapa o loya

Esta preparación es relatada por Sandra Lepio de Melinka, quien recomienda utilizar lapas recién extraídas a las que se les da una precocción: *"La lapa se saca fresca del mar y se cuece alrededor de 5 minutos. Se puede partir con agua fría, no con agua caliente"*. Luego se prepara un sofrito de verduras al que se le agregarán las lapas para cocer todo por pocos minutos más, con el fin de conservar el color y sabor de todos los ingredientes: *"Como el producto está cocido, es aún más rápido de hacer, 5 a 3 minutos de cocción. Entonces más que nada es darle un precalentamiento, pero más que nada hay que hacer que las verduras queden al dente, una cocción a punto, que no se recueza, que se mantenga el sabor del producto. Del zapallo, del puerro, del ajo, que se mantengan sus colores, que se mantengan sus colores vivos, porque cuando se pasan de cocción, los colores se ponen opacos y no se ve muy coloriento"*.

De forma paralela se prepara el acompañamiento tradicional del estofado, las papas cocidas en agua y sal.

Empanada de lapas

Bernarda Barrientos de Puerto Aguirre, prepara las empanadas de lapa siguiendo el mismo procedimiento que las empanadas tradicionales. En primer lugar se debe preparar el pino, ojalá la noche anterior a la elaboración de las empanadas: *"Antes de comenzar a cocinar se debe picar la loya en pedacitos pequeñitos y a la cebolla se la debe lavar y apretar para extraer el ácido poniéndolas en un colador, así la cebolla estila y se le sale el ácido"*. En ese momento se pone la olla a fuego lento para cocer la cebolla junto con dos dientes de ajo bien picados, todo se sofríe en aceite y manteca y se aliña con orégano, comino y una cucharada de sal. Lo importante es que *"se vea el sazón"*.

Bernarda realiza la mezcla de aceite y manteca para que el pino tome consistencia y no quede con exceso de agua (para que al momento de freír las empanadas no se abran). Una vez revueltos e integrados los elementos, con una cuchara se pone la loya y mientras se sigue revolviendo, se agregan dos tazas de agua hervida. El pino debe cocerse 15 minutos a fuego alto y 30 más a fuego lento.

Una vez listo el pino (cuando la cebolla está bien cocida), se prepara aparte harina con agua en la proporción de una cucharada de harina para media taza de agua. Esta mezcla se usa para espesar el pino y que no escurra y reviente las empanadas al momento de freírlas. El toque final del pino son dos cucharadas grandes de perejil: *"El perejil para las empanadas de mariscos es mejor que el cilantro, según mi parecer, queda un sabor más rico el perejil a los mariscos"*. El pino queda hecho con pedacitos muy pequeños, para que *"no quede con trozos, que se note pero no en forma brusca"*. Se prefiere un pino en donde los cortes se hagan en pedacitos muy pequeños, porque *"la Loya a diferencia del loco no ablanda, es dura"*.

Al día siguiente se prepara la masa. *"La masa es la misma para todo tipo de empanadas"* dice Bernarda. Para una cantidad moderada de empanadas se hace una masa con un kilo de harina, dos cucharadas de manteca derretida, una y media taza de agua tibia (el agua se agrega de acuerdo a cuanto se necesite) y una cucharada de sal.

La masa se estira con máquina y se arman las empanadas agregando una cucharada y media de pino por empanada. El tamaño normalmente es casi la mitad de una empanada de horno normal. Para freírlas se usa un sartén en el que se vierte un litro y medio de aceite. Ocho empanadas entran en un sartén grande: *"la empanadas se van viendo, cuando ya están doraditas lo vas dando vuelta y ahí vas viendo como van quedando"*. Bernarda señala que las empanadas se mantienen tres minutos por lado en el sartén y luego se sacan a una asadera, desde la cual se van sirviendo de inmediato: *"Se sirven calentitas"*.

Loco:

"Yo recuerdo que en la isla se hacía el loco en tiritas como quien hace bistec, se ensartaba en unos palitos que se enterraban en la arena y se hacían en el calor de las brasas, lo majaban bien"

Auria Lepio (Q.E.P.D.), Melinka.

Origen

El loco (*Concholepas concholepas*), es un molusco endémico, presente solo en las costas de Chile y el sur de Perú. Se encuentra desde el Cabo de Hornos a las islas Lobos de Afuera, Perú, incluyendo el archipiélago de Juan Fernández, especialmente en zonas de oleaje fuerte.

Los antiguos pobladores del litoral sudamericano del Pacífico, que hoy corresponde a Chile y Perú, dejaron montículos o acumulaciones de conchas y restos de los recursos marinos que constituían su alimento. En los archipiélagos australes la investigación arqueológica ha revelado ocupaciones de hasta 6.000 años de antigüedad, entre las que existen importantes conchales como Piedra Azul, donde el loco formó parte de la dieta de cazadores recolectores desde los 5.000 AP.

Los mapuche transmitieron el término loko que identificaba al mismo molusco predominante en los conchales y a lo largo del litoral chileno-peruano (Mardones, 2011). Entre los kawésqar, este molusco es conocido con el nombre *sálta* (Aguilera, 1978, p. 112).

En la actualidad es un habitante de la zona sublitoral. En el pasado vivió con éxito en las costas, donde ha sido intensamente explotado por el hombre, lo que ha resultado en una disminución importante de sus poblaciones.

Descripción

Su forma es ovalada y en los ejemplares adultos se observa una dimensión media de 10 cm. Posee una concha y una parte blanda.

Su parte blanda (el cuerpo) está conformada por una cabeza con tentáculos retráctiles que portan ojos. En la base del tentáculo derecho (en los ejemplares machos) está el pene, que mide unos 50 mm. El *"pie"* muscular, que constituye la mayor parte del cuerpo, es grueso y consistente (Maldonado, 1965).

Tiene un colorido superficial intenso con manchas de color amarillo fuerte, verde oscuro y gris negruzco en la parte del *"vientre"* y en los costados. El color blanco que presenta luego de ser cocido y preparado para su consumo, se logra por efecto de la misma cocción y debido a que ha sido cepillado para quitar la parte superficial, colorida y mucosa. (Maldonado, 1965).

La concha es dura, de paredes gruesas. Externamente, su superficie convexa es rugosa y de color grisáceo con visos amarillo arena. Está cubierta de estrías que van desde el vértice hasta los bordes, las que a su vez están cortadas transversalmente formando un patrón complejo en su textura. En su cara interior muestra una superficie muy pulida, lisa y nacarada con colores que varían desde el blanco lechoso hacia tonalidades del rosa, amarillo y naranja (Maldonado, 1965).

Es un animal carnívoro, que se alimenta de picorocos, lapas y choritos. Posee sexos separados y se reproducen por fecundación cruzada. El crecimiento es lento, entre 5 y 7 años.

Los ejemplares adultos viven entre las rocas de aguas templadas, desplazándose sobre ellas y formando bancos. Habita en áreas de hasta 40 m de profundidad.

Formas de obtención

El loco se obtiene principalmente por medio de la recolección de orilla para el consumo doméstico. Su extracción comercial es llevada a cabo por el sector artesanal (buzos mariscadores).

Actualmente se encuentra en veda por un periodo de cinco años (1 de enero 2018 al 31 de diciembre 2022) entre las regiones de Aysén y Arica y Parinacota, por ende, no existen personas que lo extraigan en grandes cantidades para su venta. El cultivo de locos en áreas de manejo es una experiencia nueva en la región que verá sus frutos en el futuro.

Hoy en día los locos han aumentado su valor, pero sigue siendo muy accesible en lugares del litoral como islas Huichas, donde se pueden comprar más baratos que en el continente. Se venden limpios y apaleados, presentados en bandejas, o se pueden comprar recién sacados del mar cuando se tienen datos de quien sale a bucear o mariscar.

Formas de consumo

El loco es un producto apetecido y ha formado parte de la alimentación de los habitantes del litoral por milenios y de manera ininterrumpida (Mardones, 2011). Los estudios arqueológicos en Chile, para la zona de Los Vilos, región de Coquimbo (Jackson et al., 1996) dan cuenta de consumo de locos por grupos humanos con fechados de 4.080 años A.C.

Georgina del Carmen Uribe de Caleta Andrade, entrega detalles de cómo elige y prepara los locos para que luego sean cocinados de la forma que se desee: "*Yo prefiero comprarlos en su concha, porque así uno ve como son en verdad, porque cuando los venden limpios a veces los remojan en agua dulce y se hinchan o los ponen en agua con bicarbonato, entonces se ven grandes, hermosos y luego se ponen a hervir y quedan chiquitos.*

Una vez que ya sacó los locos de su concha, se ponen en un envoltorio, puede ser una bolsa de género por ejemplo y ahí se golpean. El palo ideal para golpearlos es macizo y que no tenga bordes, puntas o filos que puedan romper el producto, sino que tiene que golpearlo para que se ablanden, se aporrean varias veces, dando vuelta el envoltorio de manera que se golpeen parejos todos, y luego se lavan bien, se escobillan para sacarles todo lo oscuro, deben quedar blanquitos y blandos".

Auria Lepio de Melinka (Q.E.P.D.), recordaba que "*se hacían asados, se ponía en mantequilla para cocinar en una asadera, se cocinaban, con pimienta, comino y una pastita de ajo. Se deja así redondito, se llena el loquito con la cuchara*".

En la actualidad es parte de las "entradas" de los restaurantes, mientras en el archipiélago sigue primando estofado, asado a las brasas, con porotos, papas y caldo.

Entrada de loco

"Para cocinar los locos, antes hay que darles una buena paliza por que si no quedan durísimos, pero suele suceder que uno se emociona mucho y pasa que se rompen sobretodo su apalean uno cuando andan furia", dice Georgina del Carmen Uribe, de Caleta Andrade. *"Para saber cual es el punto exacto de golpiza y el tiempo de cocción, mi consejo: Una vez que tenemos los locos bien lavados y de un color homogéneo, colocamos un loco sobre una tablita y con el uslero comenzamos a golpear primero por una parte y luego por la otra hasta que suelten una conchita café que tienen en un costado, una vez hecho este procedimiento, se colocan en una olla a presión por 40 minutos, desde que comienzan a hervir, luego apagamos el fuego y dejamos enfriar en la misma agua. No sacarlos por que se vuelven a poner duros con el golpe de frío, una vez fríos se pueden preparar a gusto. Se sirve sobre lechuga."*

Estofado de loco

Esta receta también es compartida por Georgina del Carmen Uribe de Caleta Andrade.

Nacida y criada en Caleta Andrade, cuenta que antes este estofado de locos *"se hacía mucho"*, y que era común encontrarlo en cualquier casa: *"Se prepara como cualquier estofado, los locos se cuecen junto con todas las cosas que lleva, en el mismo caldito... bueno, se prepara la olla, le pone cebollita, zanahoria puede ser, lo básico, aliño, y pone los locos, se sofríen un poco, pero ya tienen que estar limpios y apaleados, si fueron bien preparados antes, van a estar blanditos y no demora tanto, media hora en cocerse o un poco más, ahí calcula para echarle el zapallo... puede ser junto con los locos, las papas peladas y partidas en trozos y depende de que lo tenga, lo que le va a echar... se cocina un rato tapado... es que tiene que quedar con un poco de jugo. Al momento de servir le pone pastito, o sea cilantro, ciboulette, lo que tenga. Los locos deben ser blandos y verse muy limpiecitos, blanquitos, sin partes oscuras, en el estofado se mezclan los sabores de los ingredientes, debe quedar todo cocido pero sin pasarse"*.

Porotos con loco

Esta preparación fue relatada por Sonia Aros de Melinka. Ella cuenta que la hacía cuando trabajaba *"en cocinas"* y también para alimentar a sus hijos. Es una tradición familiar, la aprendió mirando a su madre. Es un plato que se consume a la hora de almuerzo, entregando energía para lo que queda del día.

Se requieren porotos, locos, morrón, sal, color, zapallo, zanahoria; una olla, cocina a leña, cuchara de palo y cucharón.

La preparación inicia un día antes remojando los porotos. Al día siguiente, se deben dejar remojando otros 30 minutos aproximadamente, *"para que salga todo lo que es el cuero"*. Para lavar y sentarlo a la olla.

En la olla debe ir un sofrito de *"cebolla rallada o en cuadrito, la color, el ajito y esto le da un sabor muy rico. Una vez que se calienta, se colocan los locos picados en cuadritos, junto con la sal, el zapallo grande* [tal que se deshaga en la preparación] *y la zanahoria"*. Cuando se empieza a cocer, *"se colocan los porotos sancochados"*. Después se pone *"el zapallo picado, los fideos y los morrones"* y se deja por aproximadamente 40 minutos.

Es una preparación en que visualmente predominan los porotos y los fideos, pero el sabor cambia gracias a los locos que están presentes. Sonia indica que se sirve con la *"papa de mayo"*, que es la papa cocida sin cáscara.

La papa se consume con la mano como un trozo de pan a la hora de juntarla con los porotos. Los colores de la zanahoria y zapallo forman parte del caldo.

Ostra:

"... donde está la virgen, está lleno de ostras, porque hace mucho tiempo que no se saca"

Sandra Lepio, Melinka.

Origen

La ostra chilena (*Ostrea chilensis*), es un molusco bivalvo que habita en fondos rocosos y fangosos duros, entre las máximas y mínimas mareas hasta los ocho metros de profundidad. Se distribuye entre las regiones de Magallanes y Los Lagos, aunque las investigaciones de esta especie se han hecho principalmente desde la región de Arica Parinacota hasta la región de Los Lagos. Por ello es llamativo por ejemplo que su límite sur se identifique todavía en el extremo norte de Aysén: *"el área norte de la XI región es el límite sur de su distribución encontrándose pequeños bancos en la zona de Melinka y Repollal"* (Papic & Mery, 2018, p. 12).

Las poblaciones naturales de esta especie han sufrido fuertes disminuciones debido a la sobreexplotación, razón por la cual se ha impuesto una veda y un tamaño mínimo de extracción. Por otra parte, en la región de Aysén su extracción ha estado prohibida principalmente por el fenómeno de marea roja que afecta a todas las especies bivalvas presentes en sus costas y archipiélagos.

Sonia Aros de Melinka, destaca la presencia de ostras en los esteros que hay en la localidad añadiendo que *"siempre abunda mucho en los ríos para abajo, en la parte de los esteros, por ahí abunda. Hay partes que son exclusivas de las ostras"*.

Descripción

Las ostras presentan una forma que tiende a ser redondeada. Las valvas son muy desiguales entre sí, la izquierda es cóncava y es usada por el molusco para fijarse al sustrato, mientras que la derecha es más plana y funciona como tapa. La superficie de las valvas es rugosa, debido a las diversas estrías concéntricas producidas por el crecimiento. El interior de las valvas es blanquecino brillante (Osorio, 2002).

Se alimenta de fitoplancton y materia orgánica particulada. Estas algas microscópicas quedan atrapadas en las papadas desde donde pasan a la boca. Pueden llegar a filtrar más de 200 litros de agua al día (Osorio, 2002). Tiene un sabor intenso e incomparable, metálico, a mar.

Formas de obtención

La ostra se bucea y saca con cuchillo mariscando durante la marea baja en canales y esteros. Sandra Lepio cuenta: *"...donde está la Virgen* [camino a Repollal], *está lleno de ostras, porque hace mucho tiempo que no se saca. Se trabajó mucho la gente producto de las visitas de los "escorpios", esos barcos de turismo que todavía se ven de vez en cuando"*. El atraque de cruceros en el puerto de Melinka hasta hace unas décadas atrás (previo a la regulación por marea roja), significó el auge de la extracción de ostras para la comercialización, *"Ellos se llevaban sacos de 80 kilos, pero que ahora no se ven. Las ostras se vendían cerradas y también en sacos de lino de color café"*, recuerda Sandra.

Para hacer la recolección y clasificación de las ostras, Mabel Chiguay de Melinka, relata el procedimiento: *"En un tarro se ponen 5 kilos de ostras, y se trabajan de 6, 5 y 4. Las grandes eran de 6, las más chiquititas de 4, que no se podía sacar la semilla. Todo con su medida, una caja de fósforo, esa era su medida"*.

Formas de consumo

La ostra se consume principalmente cruda y con limón. Se le atribuyen propiedades vigorizantes, afrodisíacas, buenas para recuperarse de resacas y achaques.

CRUSTÁCEOS

CENTOLLA:

"En una trampa alcanzan hasta 15 piezas, a veces 1, 2 o 3, ninguna"

Carlos Velásquez, Puerto Aguirre.

ORIGEN

La centolla patagónica, también llamada *"austral"*, *"chilena"* o *"magallánica"* (*Lithodes santolla*), es un crustáceo que se encuentra en los mares del Cono Sur, en las aguas de Chile y Argentina, en especial desde el Cabo de Hornos hasta Valdivia por el norte. Habita el fondo marino (zona bentónica), por lo general entre los 150 y 600 m de profundidad (IFOP, 2004).

DESCRIPCIÓN

La centolla se asemeja a una gran araña, por su cuerpo y la forma de sus patas. Sin embargo, a diferencia de las arañas, tiene diez extremidades que miden entre 15 y 20 cm. Cuerpo y extremidades están cubiertos por una gruesa caparazón de color rosáceo. Una centolla extendida mide alrededor de 60 cm de diámetro y llega a pesar hasta 6 kg.

Se alimenta de invertebrados del fondo marino, moluscos, erizos, estrellas de mar. Carlos Velásquez de Puerto Aguirre, comenta que la centolla también come peces: *"robalo, sardinas, todo lo que es pescado"*, siendo éstos muy útiles para usarlos de carnada cuando se sale *"a la centolla"*.

La centolla tiene un gran valor gastronómico y comercial, siendo muy apetecida por su suave carne blanca.

FORMAS DE OBTENCIÓN

La extracción de centolla con fines comerciales está regulada por la institucionalidad competente (SERNAPESCA). La talla mínima permitida es de 8 cm. La especie solo se puede sacar con uso de trampa y no está permitido extraer las hembras.

José Manuel Chiguay de Melinka, relata la forma de extracción de centollas con trampa: "[Las trampas] *son grandotas, de un metro de diámetro de ancho, redondo, arriba termina en un cubo. Abajo se le pone la carnada y se manda a pique con un cabo a 50, 60, 80 y 120 m de profundidad.*" La trampa debe estar de dos a tres días sumergida: *"Salen varios pero todos no sirven, por el tamaño o porque son hembras, ahora no sirven las hembras. Antes se colapsaron, porque la hembra se mató, entonces ahora solamente los machos (...) que es más grande, más fuerte"*.

Sonia Aros de Melinka, describe las trampas: *"Son unas cosas grandes, boca arriba que se pone la carnada dentro de la trampa y entonces la centolla trepa hasta dentro y después no pueden salir."*

FORMAS DE CONSUMO

La centolla se cocina en agua hirviendo, entre diez y quince minutos, se consume la carne cocida, retirada de la caparazón y una vez enfriada. También se aliña con limón o mayonesa.

Romper patas de centolla con una piedra o martillo, mientras se sostiene una conversación, es un ritual de muchas mesas de los archipiélagos australes.

Entrada de centolla

José Manuel Chiguay de Melinka, relata esta receta: *"Traemos la centolla, pescamos, vamos tirándole a la olla y a servirnos, natural sin tanta cosa. Se hirvió, lo enfrió y con una tijera o un cuchillo, se parte. Mayonesa, un vasito de vino."*

En la versión de Carlos Velásquez de Puerto Aguirre: *"Generalmente como entrada nomás. La desconchamos, le ponemos limón, cilantro. Se cocina de 10 a 15 minutos, para desconchar y comerla ahí mismo en la centolla o sobre un plato, poner la carne de la centolla con alguna verdura y mayonesa".*

Jaiba:

"Uno está reencontrándose [con el pastel de jaiba]***, siento yo que la comida da vigor, da esperanzas, a mí me pasa siempre"***

Fanny Robinson, Puerto Aguirre.

Origen

Jaiba es el nombre común de una amplia variedad de crustáceos marinos que taxonómicamente se identifican como *Crustacea-decapoda-brachyura* (Aedo et al., 2009), caracterizados por poseer dos pares de apéndices cefálicos denominados antenas, las cuales los distingue de cualquier otro animal articulado o artrópodo.

El consumo de jaibas en el litoral de la región está sustentado sobre una gran variedad de especies entre las que destacan: jaiba marmola (*Metacarcinus edwardsii*), jaiba peluda (*Romaleon polyodon*), jaiba mora (*Homalaspis plana*), jaiba limón (*Cancer porteri*), jaiba remadora (*Ovalipes trimaculatus*), jaiba panchote (*Taliepus dentatus*) (IFOP, 2017).

Descripción

La jaiba es un cangrejo marino, con el caparazón o carapacho aplanado y con cinco pares de patas con tenazas en la punta, dos de las cuales son grandes y las otras más delgadas.

Suelen ser de color colorado, morado o café. Viven en el fondo marino, enterrándose, cerca de las orillas y roquerío, son carnívoros y se alimentan preferentemente de restos de animales y de moluscos bivalvos (IFOP, 2017).

Formas de obtención

El buceo semiautónomo ha sido por años uno de los sistemas de extracción de recursos bentónicos (que habitan el fondo del mar), más utilizados y de mayor éxito en las pesquerías nacionales (IFOP, 2017). En el litoral de la región de Aysén, las jaibas se obtienen de diferentes formas: se recogen en *"la marisca"*, se bucean y se usan trampas individuales en bote o en cantidad, desde embarcaciones medianas.

En 1978 se instaló en Puerto Aguirre la primera planta de congelados de pescados y mariscos. Las sobras de las jaibas procesadas fueron por algún tiempo parte de la alimentación de la población, tal como lo recuerda Fanny Robinson de Puerto Aguirre: *"Por lo menos a mí me enseñaron que simplemente si nosotros teníamos hambre íbamos al frente, donde está la fábrica a buscar los cachos de la jaiba, nosotros los recolectábamos y los lavábamos con mi abuela".*

En la actualidad, los diversos cangrejos son parte de la dieta cotidiana y están a la mano para su recolección.

Formas de consumo

La forma más corriente de comer jaibas es cocida en agua hirviendo, se come la carne, estando ya fría. Las patas de rompen con una piedra o martillo, sacando la carne y se chupetea el caparazón (a gusto de cada persona) y las patas ya trituradas.

El pastel de jaiba es una preparación tradicional de la culinaria del litoral chileno. En Puerto Aguirre, nos relataron esta receta familiar propia de la zona.

Pastel de jaiba

Esta preparación fue narrada por Fanny Robinson de Puerto Aguirre.

En primer lugar se realiza el sofrito con cebolla, tamaño mediana, ¼ taza de aceite de oliva o 1/8 de mantequilla en un sartén, *"ojalá un buen sartén de teflón para que no pegue"*, acota Fanny. Además se agrega la cebolla cortada en cubitos. *"Hay personas que la cebolla les produce acidez estomacal cuando se introduce directamente al sartén, entonces se cocina la cebolla y una vez lista se pasa por el sartén y se cocina. A veces no lo hago, pero cuando puedo y tengo más tiempo hago todo eso"*.

Al sofrito de cebolla se le agrega aproximadamente ¼ de caldo de ave (la mitad de una caluguita o menos), se revuelve todo con cuchara de palo: *"cuando suelta sabor la cebolla y el caldo de ave le agrego algunos aliños, podría ser un poquito de merkén, quizás un poquito de pimienta, también agrego en ese minuto morrón rojo y verde en trocitos pequeños, porque más adelante agrego más morrón. Una vez listo todo lo anterior se agrega la jaiba desmenuzada a todo el batido anterior"*, comenta.

A continuación se revuelve con la cuchara de palo, *"para que se mezcle todo y una vez que está todo listo ya tú sabes que te queda no sé si crema, pero toma consistencia entre la cebolla y la jaiba, eso si no se coce tanto tiempo porque la jaiba ya viene cocida"*. El batido no toma volumen: *"no toma porque no tiene nada que pudiera producir esa fermentación, es todo lo contrario el batido se reduce"*, aclara.

Se pone a remojar un pan y medio de hallula por la mañana (del mismo día) en una taza de leche fría: *"para que tome consistencia el pan y se deshaga bien"*. El pan absorbe toda la leche. Este pan remojado en leche se le agrega al batido de la jaiba. Hay personas, dice Fanny, que estrujan el pan y le sacan la leche sobrante pero ella no lo hace. Después se agrega una lata pequeña de crema para batir y se sigue revolviendo el batido: cebolla, jaiba, el pan.

Se baten los ingredientes en la olla a la orilla de la cocina para que no se queme el batido, ni se *"arrebate"*: *"Sigues batiendo, sigues incorporando todos los ingredientes con fuego medio en la cocina media, ya ahí notas que se forma un batido homogéneo, como parejito, no se nota el pan, ni la cebolla ni nada"*, adquiere el color de la jaiba: *"media blanca, blanca, blanca no... como color crema"*, según indica Fanny. De la misma manera relata: *"Hay personas que para darle volumen le ponen vino al pastel, yo me salto ese paso, yo no lo hago porque no noto la diferencia, por eso no le echo vino, si van a comer niños igual. Después agrego más morrón, rojo y verde"*.

Como anexo al batido, podría agregarse aceituna para darle un toquecito: *"Se le puede agregar aceituna, pero sin carozo, no completa con la pepa, trato de rebanarla para darle un toquecito de aceituna"*. Cuando no tiene aceituna simplemente no lo agrega.

Fanny dice que *"la idea es comer jaiba, no comer cebolla no comer pan, que se note que estás comiendo jaiba, la idea de la aceituna es para un toque"*; cuando está cocido lo saca del horno y le agrega queso fuerte arriba del pastel.

Al final: *"Ahí ya está listo, retiro y le pongo un huevito cuando están a punto de irse al horno para que quede espeso, que tome más forma, a veces pasa que cuando no se le agrega huevo queda más líquido. Ahí con pailitas de barro, mantequilla en el fondo y el horno bien caliente; empiezo a separar las porciones: siete porciones en siete pailitas"*. La preparación no lleva más de 15 a 20 minutos al horno de la cocina a gas fuerte: *"significa que al poner la mano en el horno para ver el ambiente uno está a punto de quemarse"*.

Reparte todo el batido, cuando está a punto de salir la preparación cocida le agrega un poco de queso arriba de la comida: *"ojalá un queso fuerte, sino cualquier queso (...) rallo el queso, trato de que sea un trozo"*.

PECES

13 Congrio:

"El negro es más rico, más sabroso y es tremendo"

Manuel Ibáñez, Puerto Gala.

Origen

De las tres especies de congrio que habitan el mar de Chile, el dorado (*Genypterus blacodes*) y el negro (*Genypterus maculatus*), son las que en Aysén se extraen para consumo y comercialización. El congrio colorado (*G. chilensis*) en cambio, no es de interés en los archipiélagos, lo que muestra una diferencia importante en relación con su extracción y consumo en otras regiones (FIA, 2016, 2018).

Habitan la plataforma continental desde el Cabo de Hornos hasta Arica, a diferentes profundidades. Así, *G. maculatus* se desarrolla en fondos fangosos entre los 40 y 150 m de profundidad, *G. chilensis* ocupa zonas próximas al litoral en cuevas rocosas entre los 20 y 80 m de profundidad y *G. blacodes* reside en bordes de cañones submarinos entre los 200 y 500 m, siendo fauna acompañante de merluza (César Peyrin. Comunicación personal, 2019). La abundancia de congrio dorado en la zona sur austral del país, lo ha convertido en un recurso de gran valor, llegando incluso a presentarse una situación de regulación permanente de su captura, debido a la sobreexplotación. En tanto el congrio negro es de consumo tradicional en los archipiélagos.

El congrio es una especie consumida desde tiempos prehispánicos, debido a la facilidad de su captura mediante técnicas de arponeo en zonas de intersticios rocosos a baja profundidad (FIA, 2016), cercos y corrales de pesca en sectores fangosos. Es muy probable que entre las especies identificadas genéricamente como *"pejes"* por los cronistas y exploradores coloniales (Urbina, 2016, 2018), el congrio estuviese representado junto al robalo.

Descripción

Los congrios presentan una forma alargada tipo serpiente, alcanzando tamaños que oscilan entre los 30 y los 200 cm. Los congrios más comunes en las costas de la región de Aysén son el congrio dorado y el congrio negro.

El congrio dorado mide normalmente entre 75 y 150 cm, pero es común encontrar ejemplares de hasta 200 cm de longitud. Presenta la cabeza y los flancos de color café amarillento y manchas irregulares verticales distribuidas a lo largo del cuerpo. El vientre tiene un tono amarillento iridiscente y sus aletas pectoral, dorsal y anal están zurcadas por una franja central, longitudinal y oscura. Los labios y las mandíbulas son de color blanco (Oyarzún, s/f). Se alimenta de sardinas, langostinos, estomatópodos y cefalópodos (pulpos, calamares) y merluza de cola.

El congrio negro, presenta una variación de tamaño entre los 30 y 60 cm, con ejemplares que llegan igualmente a los 120 cm. Su cuerpo, dorso y cabeza son de color café rojizo con manchas blancas circulares; los flancos también presentan color café ladrillo, con manchas circulares en forma de ojos. Las aletas son del mismo color café rojizo, en tanto el vientre es blanco (Oyarzun, s/f). Si bien es el menos cotizado comercialmente, se lo valora mucho entre los pescadores ayseninos. Su nombre viene del color oscuro dado por

las manchas en su cuerpo. Consume langostinos, estomatópodos, sardinas, anchovetas y calamares. Manuel Ibáñez relata: *"El congrio también vive en las rocas, el congrio negro y el dorado. El congrio dorado, vive en 300 o 400 metros y el otro vive aquí, bajo. En la noche ese pica. El negro es de la orilla, esos tienen cuevas, tú los buscas ahí y salen. Esos duermen en el día y en la noche esos comen, son bichos nocturnos".*

Formas de obtención

Los distintos informantes relatan que el medio de crecimiento del congrio es alrededor de las rocas y en las profundidades del mar. José Soto de Puerto Gala, señala que *"el congrio es de piedra y aquí estamos llenos de piedras, entonces si usted quiere sacar hartos, va al pedregal que hay más afuera, pero hay en varios sectores, incluso adentro mismo puede sacar un congrio. En bote nos demoramos unos treinta minutos para salir a calar, al canal Moraleda y también para los canales que van más allá. Llevamos tanto tiempo que sabemos por donde ir, que salga más, que salga menos es cosa del destino".*

El congrio se suele pescar con espinel. El espinel es una lienza que contiene muchas líneas de anzuelos hacia los lados (o reinales) atadas a la línea madre, desde el cual es enganchado el pez.

La estructura del espinel cuenta con: banderín identificatorio, boyante de plumavit, guía madre, reinel, anzuelo y potala (peso que lleva el reinal al fondo). Al respecto varios informantes señalan que el espinel horizontal es el ideal para pescar congrios y productos de profundidad. José Soto comenta: *"Para la merluza es vertical, para el congrio es horizontal porque va al fondo, al piso. El espinel horizontal se construye con un material más grueso, con una guía madre de 4 mm o 3 mm, el reinal es de un poquito más grueso de 1,20 o 1,40 mm del anzuelo, que también es más grande".*

La época de pesca es entre enero y septiembre. Actualmente la pesca artesanal de la región tiene una cuota determinada por el Servicio Nacional de Pesca.

Formas de consumo

El congrio es versátil a la hora de prepararlo, se hace frito, a la plancha y sobre todo en caldillo, plato emblema no solo en la región, sino a lo largo de toda la costa de Chile.

Caldillo de congrio

La preparación es narrada por Graciela Mancilla de Puerto Aysén, quien indica que el caldillo se puede hacer con congrio, sierra, robalo o merluza.

Se inicia limpiando el pescado de vísceras y escamas y luego se lo corta en anillos (de forma transversal).

En una olla grande se hace un sofrito con cebolla picada en pluma, ajo picado o majado, zanahoria y papas con corte juliana, para luego colocar el pescado. Una vez que el pescado ya está en la olla, cabeza incluida, se agrega el aliño: hierbabuena y sal a gusto y el agua. Para que el caldillo no quede tan líquido, se puede agregar arroz, sémola y/o un batido de harina (revuelta con un huevo). Una vez hirviendo la preparación, se agrega la color, condimento muy utilizado por los habitantes del litoral de la región.

Es una preparación que se sirve muy caliente y presenta un sabor intenso, salado y fuerte. Su aroma es penetrante e impregna el ambiente. Adquiere un color rojo intenso, producto de la color que fue añadida; presenta una textura aguada y grandes presas de pescado.

Como en toda preparación, algunas familias gustan poner las papas en una fuente en el centro de la mesa, para que todo integrante pueda sacar a gusto.

Merluza austral:

"Mi viejo partió un huevo en un plato y lo batió y yo al ladito le puse harina cruda. En un platito puse todos los pedacitos de la merluza y luego la harina y se voltea, así no más"

Carmen Fernández, Puerto Gala.

Origen

La merluza austral (*Merluccius australis*) o también llamada merluza española, es un pez demersal, es decir de aguas profundas. Se distribuye en las frías aguas australes en el océano Pacífico frente a las costas de Chile.

Su pesca intensiva a fines del siglo pasado y su comercialización principalmente a España, ha tenido impacto en la geografía humana de la región, haciendo surgir pueblos donde antes no los había. Fue en la década de los ochenta, en lo que se llamó *"la fiebre de la merluza"*, cuando pescadores de diferentes zonas del país llegaron al pequeño archipiélago de Gala, sobre el canal Jacaf, donde se instalaron en faenas precarias, levantando ranchos de plástico, fundando espontáneamente lo que hoy se conoce como Puerto Gala. Más al sur, en un sector de la isla Magdalena que enfrenta la unión de los canales Puyuhuapi y Moraleda, se creó otro asentamiento merluzero, Puerto Gaviota.

En la actualidad la merluza se encuentra sobreexplotada. Su pesquería tiene acceso restringido a nuevos operadores; con cuota global e individual de captura y vedas programadas (Subsecretaría de Pesca, 2019).

Descripción

La merluza austral es un pez de carne blanca, sabor suave y textura firme, permite múltiples tipos de preparación.

Se trata de una merluza más alargada y delgada que otras especies del mismo género pudiendo alcanzar los 126 cm de longitud, aunque el tamaño normal oscila entre 60 y 100 cm. Su coloración es plateada en el vientre y gris metálico en el dorso. Se alimenta principalmente de calamares.

Formas de obtención

La pesca artesanal de la merluza austral requiere de condiciones climáticas. El día previo a la salida los pescadores se dedican a la tarea que se conoce como el *"encarnado"*, proceso en cual se instala la carnada en los anzuelos del espinel.

El espinel es una lienza que contiene muchas líneas de anzuelos hacia los lados (o reinales) atadas a la línea madre, desde el cual es enganchado el pez. Las líneas con anzuelos pueden ser utilizadas en forma simple o en gran número. Otros componentes esenciales de un espinel son las boyas y/o boyerines que sustentan el espinel (y le dan su ubicación en la columna de agua) y los *"muertos"* o pesos que mantienen el espinel en la posición geográfica deseada.

Posterior al encarnado, viene el proceso de *"calado"*. El calado se realiza al amanecer y consiste en colocar los espineles agarrados a una boya flotante, en donde además se aúnan los otros implementos que forman parte del espinel con sus respectivos nombres, alumbrado por una banderilla para poder reconocerlo. Posterior al calado viene el proceso de *"levantado"*, para lo cual es necesario apagar el motor de la lancha. Con las manos protegidas por manoplas (protectores de hule) se comienza a izar las guías para subirlas al bote. Si la pesca estuvo buena, se obtiene una merluza por anzuelo.

Al interior del bote, la merluza va a una caja, mientras que el anzuelo y el espinel se ordenan en una estructura llamada *"arpa"*, de modo que no se enreden.

En el relato de Gloria Cadagan de Puerto Cisnes: "*Vas sacando el anzuelo y lo vas enganchando y vas ordenando en ese cajón la línea, el espinel, el anzuelo. Lo limpias, dejas el pescado, pones el resto de carnada y ahí se van dejando los anzuelos, ordenado en esa tabla. Entonces esos espineles se van ordenando de a uno en uno. Encarnas, botas, encarnas, botas. Entonces ese proceso demora horas. Por cada espinel, en una pesca buena, cinco merluzas. En la variedad de pescado chico, pescado grande, cinco merluzas en un espinel es una buena pesca.*"

Formas de consumo

La merluza austral es de los pescados más consumidos en la región de Aysén y en toda la zona austral del país. Se hace frita, a la plancha, hervida como caldillo o cazuela.

Durante el mes de enero en la ciudad de Puerto Cisnes se realiza la "Fiesta del Pescado Frito", con la merluza austral como protagonista. La celebración incluye además una minga solidaria que reúne a los vecinos del pueblo, además de centenares de turistas regionales, nacionales y extranjeros con el fin de ir en ayuda de una familia de la localidad.

Merluza frita

La siguiente preparación fue aportada por Hilda Opazo, comerciante de cocinería del restaurante La Panchita, de Puerto Cisnes.

Para iniciar, se selecciona un trozo de merluza y se sazona con sal. En un recipiente se incorpora la harina, los huevos, el agua y la chalota picada fina; se bate todo manualmente con un tenedor, hasta que quede una pasta homogénea, y así formar el llamado *"batido"* que se utilizará para freir la merluza.

Luego, se calienta el aceite en un sartén hondo a fuego fuerte y cuando está bien caliente, la merluza se pasa por el batido uniformemente y se pone a freír sumergida en el aceite. Se va cambiando de lado a medida que se empieza a dorar (aproximadamente dos minutos por lado, unas cuatro veces).

Cuando está lista se sirve en un plato, se suele acompañar de dos papas hervidas, una sopaipilla, una porción de pebre y un vaso de vino blanco (es el plato típico de la Fiesta del Pescado Frito). También se puede hacer una cama de lechuga picada fina, aliñada con limón, sal y aceite o acompañar con arroz o puré.

Peces de roca: chancharro, cabrilla, rollizo:

"El chancharro anda en las orillas, anda en las rocas, si se fija en el mar donde hay muchas piedras y por ahí anda el chancharro"

Manuel Ibañez, Puerto Gala.

Origen

Chancharro, cabrilla y rollizo son peces que habitan en la orilla del mar entre las rocas. Se han escogido estas tres especies por ser las más representativas del consumo de peces de roca en el litoral de la región (Servicio Nacional de Pesca y Acuicultura, 2012).

El Chancharro (*Helicolenus lenerichi*), es una especie perteneciente a la familia Scorpaenidae, que habita desde el Sur de Chile y hasta la región de Valparaíso. Se le ubica frecuentemente en el fondo marino, donde se pueden nutrir de otros animales. Reside específicamente en el litoral a una profundidad de 50 a 250 m (SNPA, 2012).

La cabrilla (*Serranus cabrilla*) habita la costa de Chile desde el canal Beagle hasta Arica y la profundidad a la que puede encontrarse va desde la línea de las mareas más bajas hasta los 480 m, siempre asociada a fondos rocosos y paredes de roca (SNPA, 2012).

El rollizo (*Pinguipes chilensis*), es una especie de la familia de los Pinguipédidos. Se distribuye por las costas de América del Sur en el océano Pacífico, desde la región de Magallanes por el sur, hasta Tumbes (Perú) al norte. Son peces de agua templada, en un rango de profundidad desde cerca de la superficie hasta los 100 m, con hábitat de fondos fangosos o fondos arenosos y rocosos (SNPA, 2012).

Descripción

El chancharro tiene un cuerpo comprimido, alto y alargado, habitualmente el perfil dorsal es convexo y con el borde del vientre un poco rectilíneo. Sus escamas muestran una representación con peines dentados, muchas veces tienden a diferenciarse de las demás, porque estas presentan crestas, proyecciones y muescas. La tonalidad es cambiante, es decir, en algunas ocasiones lo podemos ver con un bello tono rojo vivo, que solo se conserva por algunas horas luego de ser apresado, ya que después de este acto, su matiz se transforma a un tono amarillo relativamente pálido. La cabeza es muy particular y grande, la boca es enorme y goza de una inmensa suma de dientes muy pequeños en las mandíbulas. Su tamaño es por lo general de unos 40 cm; no obstante, la talla más común es de 35 cm (SNPA, 2012).

La cabrilla tiene un cuerpo musculoso y cabeza muy grande. La boca presenta la mandíbula inferior sobresaliente; lleva dos caninos en cada arco mandibular. La aleta dorsal es única, tiene espinas agudas en su región anterior y radios en la posterior; las aletas pectorales terminan redondeadas. Su coloración cambia mucho según la época de su ciclo vital, dependiendo del grado de madurez de las gónadas. Es un pez carnívoro; se alimenta principalmente de peces, cangrejos y moluscos. El pez cabrilla suele ser muy solitario y sólo se lo observa en pareja durante los períodos reproductivos, los que van de mayo a agosto. Una característica relevante del pez cabrilla es su condición de hermafrodita, es decir, que los espermatozoides y los óvulos maduran de manera simultánea, dando paso a la fecundación interna (SNPA, 2012).

El rollizo posee un cuerpo alargado de forma cilíndrica y frente aplastada, en sus costados tiene dos franjas de manchas claras irregulares sobre la línea lateral. Labio superior grueso y amarillento. Aleta dorsal y anal única y larga. Se alimenta de peces, moluscos y crustáceos del fondo (SNPA, 2012).

Formas de obtención

La pesca de chancharro, cabrilla y rollizo es principalmente doméstica y es posible de efectuar con una lienza desde la orilla o las rocas.

El chancharro y la cabrilla se obtienen durante todo el año. Habitantes de Puerto Cisnes y Puerto Gala indican que es fácil de pescar casi con cualquier carnada (sardinas, gusanos u otras alternativas). Manuel Ibáñez de Puerto Gala, cuenta: *"Esos se pillan ahora mismo, anda lleno de chancharro a esta hora, en la orilla, esos son los primeros que pican a esta hora y como son medio nocturnos, les gusta comer a esta hora. Y la cabrilla es más de día"*.

Respecto a la pesca de rollizos, Manuel señala: *"Los rollizos se sacan de los espineles, se le pone sardina o lo que sea, no son regodiones. Tú estás calando el espinel y ya te están pescando al tiro, uno siente que están comiendo, se dejan un rato. Una buena pesca, es porque se sacan unos 300 al día, en un rato. Nos vamos temprano, porque a estos les gusta la amanecía, temprano. (...) el mismo arte que se usa para la merluza, también se usa para pescar rollizos. Se dan en distintos lados. La merluza vive sobre 300 metros y el rollizo vive sobre 10-15 metros"*. El espinel horizontal es el favorito para pescar este pez, ya que se va a la profundidad, como los espineles horizontales utilizados para los congrios, rayas, meros, entre otros. Tal como lo refleja esta cita *"Se cambia el espinel de posición, para la merluza vertical y para el rollizo horizontal, para que quede entremedio de las piedras, igual que el congrio"*.

Formas de consumo

Estos peces se consumen fritos y en caldillo, también en ceviche. *"Cuando nosotros lo dejamos para comida, le dejamos su piel, le echamos agua caliente y le se levanta todas las escamas, después le pasai el cuchillo y salen todas, súper fácil"*, señala Manuel Ibáñez de Puerto Gala.

Chancharro frito

Carmen Fernández de Puerto Gala comparte su preparación:

Se parte lavando el pescado, para lo cual *"se corta la cabeza, se saca las escamas, se limpia, cierto, se abre por el espinón, por la espalda, se le saca las espinitas y se deja bien lavado, luego se deja ahí, se le echa sal, orégano o comino. Yo le echo más salcita que comino eso sí y de repente le pongo ajo picado, o sea rallado o molido"*. Se deja reposar con los condimentos. *"Lo dejo alrededor de media hora. Yo no calculo con minutos, yo todo lo hago al ojo"*.

Después se realiza el batido: *"El batido lo hago con dos huevos, la harina, agua helada, lo revuelvo el batido y luego que deja de estar con grumos, con pelotitas, está liso como esto, le pongo unas gotitas de limón. El limón también le da el sabor"*.

Con posterioridad se calienta un poco de aceite en un sartén hasta que esté bien caliente *"como para hacer pescado frito. Y el pescado debo hacer esto* [indica que da vueltas el pescado sobre el batido, haciendo que quede completamente cubierto]. *No debe ser tan grueso el batido, porque el limón le da el caché de hacerlo más delgadito, para que quede crujiente"*.

Puye:

"Mientras más grande la marea, hay más puyes"

Santiago Valdés, Puerto Cisnes.

Origen

Dos especies de puye recorren las aguas del territorio de Aysén. El puye chico (*Galaxias maculatus*) presente en Australia, Nueva Zelanda, Tasmania, América del Sur, incluyendo Islas Malvinas o Falklands. En Chile, desde Tierra del Fuego hasta Santiago, se los encuentra en una gran variedad de hábitat: arroyos, esteros, lagos, en aguas rápidas y lentas. Y el puye grande (*Galaxias platei*) que se ubica solo entre Tierra del Fuego y Valdivia, en mares y ríos.

En el Inventario de alimentos patrimoniales de la región de la Araucanía se cuenta que *"El destacado naturalista francés Claudio Gay, en uno de sus trabajos junto a Luis Pomar a inicios del siglo XX, lo clasificaba como una especie única de los ríos del sur de Chile, destacando que su carne se vendía siempre a buen precio en los mercados"* (Couyoumdjian, 2009. En FIA, 2018, p. 222). Se tiene conocimiento de que los mapuche también lo consumían, para cuya pesca fabricaban unas finas mallas de fibras de linaza que facilitaban su captura, así como la de otras especies de menor tamaño (Moesbach, 1930; Muñoz-Pedreros & Navarro, 1992; FIA 2018, p. 222).

Descripción

El puye chico mide entre 3 y 18 cm y el grande entre 5 y 37. No tienen escamas ni aleta adiposa. Son transparentes los infantiles y entre rojo, café, verdoso o negro los adultos. Son carnívoros de invertebrados.

Para reproducirse *"las hembras depositan sus huevos en sitios inundados por la marea, en praderas y riberas de ríos con vegetación, posteriormente los machos fertilizan los huevos. Luego, los huevos fertilizados quedan en seco cuando la marea baja, y después de un tiempo variable,*

entre unas horas y un par de meses, eclosionan y se transforman en larvas cuando la vegetación es inundada nuevamente por las mareas. Las larvas vuelven al mar donde continúan su crecimiento. Desde julio hasta noviembre, los juveniles que son muy delgados y transparentes migran de vuelta a los ríos" (Arismendi y Penaluna, 2009, p. 24).

En palabras de Santiago Valdés de Puerto Cisnes, desova la trucha en la última marea (de luna llena) en las partes húmedas del río, luego el macho pasa poniendo el espermio. Se va al mar y se forma como plancton. Con la próxima marea vuelve al río como puye. Dice que pasa un año en el mar.

El puye grande es una especie considerada endémica para Chile y Argentina, clasificada como vulnerable en todo su rango de distribución. El puye chico en cambio, está considerado vulnerable desde su límite norte hasta la región del Biobío (Arismendi y Penaluna, 2009, p. 24).

Formas de obtención

Jorge Ibar relata en su libro *Aisén, hombres y naturaleza* (1973) lo siguiente: *"En septiembre comienzan a remontar el río Aisén unos pececillos diminutos no más largos que el dedo meñique: son los puyes. Nadan contra la corriente a ambas orillas del río. Los niños salen a pescarlos con una red cónica llamada puyero para venderlos en las casas del pueblo"*. Santiago Valdés confirma esta forma de pescar el puye, pero indica que actualmente la hacen principalmente los hombres adultos usando el puyero, un cono de malla fina con fierro. Es una pesca de orilla de río y a baja profundidad. También se puede hacer una pequeña red de arrastre y pescar con ella más fácilmente. Santiago indica: *"Son pocos los que salen a pescar los puyes porque es muy difícil, los pescados son rápidos y asustadizos"*, por lo que acota que se cultiva mucho la paciencia durante la pesca de puyes y agrega que la pesca *"antes era de septiembre a diciembre. Ahora desde octubre a noviembre. A veces vienen revueltos con otros peces, así que hay que revisar bien"*.

Formas de consumo

Hoy en día los puyes se consumen principalmente al pil pil, en ceviche o tortilla. A fines de los años sesenta, Ibar (1973, p. 79) indicaba que: *"son muy sabrosos y se comen en forma de caldillo o de tortilla"*.

Puyes al pil pil

Está preparación fue relatada por Marisol Reyes de Puerto Cisnes.

Se ocupan puyes, ajo, ají cacho de cabra, vino blanco, jugo de limón y cilantro.

Los puyes se lavan y dejan limpios de vísceras. En un sartén se pone un chorrito de aceite de oliva, pasta de ajo y argollas de ají cacho de cabra, se saltea a fuego lento. En el momento que el ajo toma color se agregan los puyes. Se saltean unos 5 ó 10 segundos, y se agrega ¼ taza de vino blanco. Una vez que hierve la preparación, se agrega el jugo de limón y sal a gusto.

Se sirven los puyes en un plato de greda, previamente calentado con todo el caldo de la preparación. Al momento de servir, se agrega un poco de cilantro y un chorrito de aceite de oliva. Se pone el plato de greda sobre un plato de loza grande con 3 o 4 rebanadas de pan amasado.

Es importante que el plato se sirva burbujeante. También que no se pasen de cocción los puyes, siempre deben estar al punto, enteros y de color blanco.

Tortilla de puyes

Esta preparación fue narrada por Javier Bórquez de Puerto Cisnes.

Se usan puyes limpios, huevos, harina, orégano, sal, aceite oliva, merkén.

En un bowl se baten los huevos enteros con un batidor manual, se agregan los condimentos (sal, orégano y merquén) y con un colador se agrega la harina cerniéndola. La idea es que la tortilla no quede tan pesada, por eso se le pone poca harina. Una vez que la mezcla está lista, se agregan los puyes y se revuelve toda la mezcla hasta que quede homogénea.

Se pone a calentar un sartén a fuego medio con un poco de aceite de oliva y ½ cucharadita de mantequilla (para que no se pegue) una vez que la mantequilla se derrite y se esparce por el sartén, se agrega la mitad de la mezcla y se reparte uniformemente. Se deja cocinar a fuego medio. Con una espátula de silicona o madera se remueven los bordes, una vez que está dorada por ese lado, se da vuelta (como lo haga mejor la persona que está cocinando; puede ser al aire o con un plato). Se dora por el otro lado y está lista para servir. Luego se hace la otra mitad de la mezcla, repitiendo el mismo procedimiento.

Se sirve cada tortilla en un plato, puede servirse entera o trozada. Y se suele acompañar por una ensalada.

Robalo:

"Si tienes seiscientos robalos: se lavan con agua salada, se tripean, se escaman, ahora se escama el pescao, antes no, se abría nomás, se les sacaba las vísceras y se hacía la plancha: seiscientos pescados, se salan. Yo antes, con la sal antigua, con un kilo salaba veinte pescados, depende del tamaño del robalo, hoy con suerte se salan cinco robalos"

Manuel Taruman, Estero Copa.

Origen

El robalo patagónico (*Eleginops maclovinus*), es un pez marino que se distribuye por las costas de la Tierra del Fuego, de Argentina en el Atlántico y la mitad sur de Chile en el Pacífico.

Su presencia en los archipiélagos de la región de Aysén es altamente valorada por la población local, siendo uno de los peces más consumidos y reconocido como parte fundamental de la alimentación en estas costas.

Descripción

El robalo es de color marrón en el cuerpo, azulado en el dorso y amarillo plateado en el vientre, las aletas son grisáceas con secciones amarillentas. Según el relato de Daniel Palma, vecino de Melinka, *"El color del robalo es negro cuando usted lo ve ahí en el agua, pero cuando sale del agua es medio plomizo y la guatita más blanca, la carne del robalo es media blanquita, como cualquier pez, como la sierra, la barbacoa, pero eso sí, su carne es más durita. El sabor es más fuerte que la merluza, tiene más grasa".*

Es un pez de carne blanca y firme, fuerte aroma cuando está fresco, pero que se suaviza una vez cocinado. Si se extrae cuando es pequeño sus espinas parecen ser muchas, pero si el ejemplar es de buen tamaño, éstas se distancian entre sí.

El tamaño de los robalos ha variado en las últimas décadas, los relatos locales indican que hace unos años el peso promedio de los ejemplares pescados era de siete a ocho kg, mientras que actualmente se pescan de 1 kg a 1 1/2 kg.

Los relatos indican que los robalos grandes eran llamados de *"ala colorada"*, dado el color de la zona intermedia de sus grandes aletas. Sin embargo, en la actualidad los pescadores del litoral cuentan que ya no se ven robalos de esas características.

El robalo tiene una alimentación carnívora de amplio espectro, según una serie de estudios hechos en diferentes localidades. Consume principalmente crustáceos y en menor proporción, moluscos, peces e insectos.

Otra de sus características más distintivas, es que el pez robalo es hermafrodita: comienza su vida como un macho, para posteriormente cambiar su sexo y convertirse en una productiva hembra, una hora después de haber alcanzado la madurez.

Formas de obtención

El robalo se encuentra en determinados lugares. Es conocido como una especie costera, encontrándose normalmente asociada a zonas estuarinas.

Los relatos de los pescadores son enfáticos en declarar que desde la llegada e instalación de la industria salmonera hay menos robalos en los canales y, según sus observaciones, estos se han ido a mar abierto.
José Manuel Chiguay, pescador de Melinka, relata que las fechas de migraciones a mar adentro de los robalos han ido mutando con el paso del tiempo, atribuyéndole al cambio climático y a la contaminación salmonera la responsabilidad de estos cambios. *"Hace 20 o 25 años atrás* [durante] *los meses de junio, julio y agosto, se iban a las profundidades, se veía mucho macho en esa época, las hembras desaparecían (...). Ahora con el cambio climático hay un desorden, ahora se van en noviembre, diciembre. Ya no es como esos años que era ordenado, que había una fecha y que uno sabía que no había robalo y se dedicaba a otra cosa. El pick del robalo era de enero a mayo"*.

Los robalos se encuentran vigentes durante todo el año, sin embargo, como menciona José Manuel Chiguay, *"Hay una época que está gordo (...), se va a las profundidades a reproducirse, entonces la carne se pone demasiado blandita y escasa"*. La literatura por su parte, indica que en una etapa de la vida del robalo, este migra desde el mar hasta la desembocadura de ríos *"donde permanecen viviendo en las cercanías del fondo, alimentándose de algas y pequeños invertebrados"*.

El robalo tiene dos formas de ser capturado, con redes o liana, con un anzuelo que puede ser de pinuca (lombriz de mar) u otras carnes marinas; según relatan distintos informantes. Sandra Lepio y su esposo Daniel Palma, ambos habitantes de Melinka, describen momentos propicios para su captura: *"Si usted quiere pescar robalo con seguridad, vaya un día de lluvia a un riachuelo donde haya agua dulce, al atardecer y cuando este vaya creciendo* [la mar]. *Justo en ese lapsus los robalos tienden a acercarse a la orilla"*.

Formas de consumo

El robalo es un pez de amplio consumo en el litoral de la región. Se pesca para la alimentación doméstica y también se ahuma para su comercialización. Hace algunos años se hacían faenas para sacar y ahumar cientos de robalos. En la actualidad esa actividad se ha reducido y se realiza más bien para la alimentación de la familia o la comunidad.

Se consume ahumado, asado al palo, frito, en cazuela, caldillos y empanadas.

Robalo ahumado

El robalo ahumado es una preparación con historia. Es la forma de conservarlo para transportarlo y comercializarlo. Los mayores recuerdan que esta preparación se hacía en las ranchas mientras se andaba navegando por los canales en las diferentes faenas productivas. La sierra es otra especie que se trabaja ahumada.

Sonia Aros relata: *"Uno llegaba a la rancha que era de canutillo, una especie de paja, tiraba su pescado en tierra y se ponía a limpiar. Abrirlo y sacarle todas las menudencias y se ponía a salar. En una tablilla, que era como esta mesa y era donde se iba poniendo el pescado. Uno aquí, aquí, el otro acá, uno encima otro y otro y otro, se llenaba y se hacía bien alta para salar bien el pescado. Se dejaba salando por uno o dos días. La sal se llevaba desde Melinka. Ahí se hacía todo, se hacían unas 'yeguas' para poner el pescado oreado (...). Se debía tener varales de ciprés (también sirve la quila), que son unas cositas que uno con un cuchillo se labra y se hace un sacadito y eso va encajando en el pescado y ahí deja que se ahume por tres o cuatro días, porque igual hay que tener un tremendo cuidado de que no se cueza el pescado. No se debe cocer, porque o sino queda picante, queda malo. El fuego lento, el humo que enfoque arriba donde se pone el pescado".*

Según el relato de José Manuel Chiguay, *"cuando el robalo tiene el proceso de la sal, el robalo se deja y se envarala en ciprés especial, que se hace como una tablita pequeñita, de unos cuarenta mm de largo y 1 mm de espesor, se le hace una sacadita en las puntas y eso se pone encima para que el pescado quede estiradito y se ahume entero, se ahume bien. Si queda una parte del pescado sin ahumarse se puede llenar de gusanos. Y ahí empieza el proceso del humo. Pero tampoco se ahuma en cualquier lugar. Se debe tener una choza, una casa bien alta, cosa de ponerlo bien arriba, poniendo el pescado arriba. El techo debe estar bien en V, pero bien cerrado, cosa que el humo empieza de abajo y arriba se va achicando, entonces el humo se mantiene, porque es tan angostito. Abajo se pone el fuego, entonces el humo no sale de ahí y así se comienza el proceso de ahumado, en dos o tres días".*

El plato más común en las mesas de los vecinos del archipiélago es robalo ahumado con papas y/o chapalele.

Cazuela de robalo

Se hace un sofrito en la olla con ajo, pimentón, aceite y sal, luego un trozo de pescado, de forma inmediata se le pone el agua hervida y las papas picadas en cubos, media taza de arroz. Una vez que está a medio cocer se le pone nabo amarillo o zapallo y zanahoria. Al finalizar la preparación se integra el resto del pescado. Se le da solo un hervor para que no se muela.

"El sabor es incomparable, no hay nada más delicioso" dice José Manuel Chiguay. Esta preparación se puede hacer con otros pescados como sierra o chancharro.

Sierra:

"A veces vamos con amigos o familia a pescar sierra, pero no es para vender, es para compartir. Si no es para venta las labores de pesca las hacen hombres y mujeres igual"

Víctor Ruiz, Melinka.

Origen

La sierra (*Thyrsites atun)* es una especie de aguas frías. Se distribuye en los sectores australes (entre los 35º y 55º S) de los océanos Pacífico, Atlántico e Índico, donde vive asociada a las costas de Sudamérica, África del Sur y Oceanía (Reyes y Cariman, 2016).

Habita entre la superficie y los 550 mts. de profundidad. La temperatura ideal del agua para la sierra oscila entre 13° y 15° (Reyes y Cariman, 2016).

Se alimenta de crustáceos, cefalópodos y peces más pequeños como las sardinas, anchovetas, carángidos y mugílidos. A su vez es depredada por varios carnívoros mayores; en Chile se identifican el lobo marino común (*Otaria flavescens*); el pez espada (*Xiphias gladius*), en aguas oceánicas; el tiburón cazón (*Galeorhinus galeus*) (Reyes y Cariman, 2016).

Descripción

Morfológicamente la sierra tiene un cuerpo alargado, cabeza aguzada y mandíbula inferior prominente, de color gris plateado con visos de color nácar. Tiene una primera aleta dorsal larga y una segunda aleta dorsal triangular y corta. Hacia su parte posterior tiene entre 6 a 7 aletas pequeñas llamadas pínulas. Su cola es bifurcada. Es un pez óseo, que en su fase adulta puede llegar a una longitud de unos 150 cm (Carimán y Reyes, 2019; FIA, 2018).

Formas de obtención

La sierra se comienza a pescar en primavera. Octubre y noviembre son los meses en que la faena inicia su despliegue, *"comenzando los días buenos y hasta finales del verano, febrero, marzo"*, indica Víctor Ruiz de Melinka.

Es un producto que se pesca de día, distinto al robalo, que aparece al caer la noche. Cuando la sierra recién vuelve de su reproducción, no aparecen muy grandes, pero con el tiempo los ejemplares van creciendo, llegando a medir aproximadamente un metro de largo y pesando hasta 6 kg.

Marta, esposa de Víctor, relata que antes *"para sacar la sierra se hacían unas armadas, un plomo nomás con una figura de un pescadito. Se usaba un palito hueco, medio podrido y ellos retienen el plomo en un tarrito y le clavaban unos clavitos y hacían la figura de un pescado y atrás un pasante, un clavo y ahí le hacía la forma de una colita y ahí le colocaban los anzuelos. Se colocaban dos anzuelitos y atrás un pedacito de cinta roja y eso lo hacía correr, a remo o a vela, la chalupa a vela y se tiraba al mar"*. Víctor señala que *"ahora nosotros en el barco tenemos una arrapala, que es un pescadito que tiene una base adelante y ahí cuando avanza se va a pique, es como un pejerrey"*.

La sierra es pesca principalmente doméstica, no comercial, las familias salen a pescar para compartir un asado o para secar para el invierno.

Formas de consumo

La sierra es un producto muy consumido y multifacético a la hora de ser cocinado, se prepara asada al palo, estofada, al jugo, frita, en caldillo, cazuela y empanadas. También es tradicional en la zona su preparación seca y ahumada que permite extender la temporada de consumo hasta el invierno.

El consumo de sierra al palo es un ícono de la cultura alimentaria del litoral de la región de Aysén, especialmente de la zona de archipiélagos.

Asado de sierra al palo

Víctor Ruiz de Melinka, describe esta preparación y los resguardos que se debe tener en el uso de la leña adecuada para la fogata: *"Cuando el día está bonito vamos a sacar* [sierra] *y vamos a la isla y ahí lo hacemos, cocinamos allá en la isla, nos hacemos un asadito. Hacemos fuego a la orilla de la playa, le ponemos una piedrita para que el fuego no se nos vaya por el bosque y de ahí cortamos una varita. Tiene que ser tres tipos de madera nomás, la luma, la quiaca y la quila. Con el canelo no se puede, porque te quedaría amargo, el ciprés tampoco, toma gusto a ciprés y el mañío también y el palo es demasiado seco y se arde. El ciprés saca un aceite".*

El asado de sierra al palo es una de las preparaciones que sin lugar a dudas más representa la idiosincrasia culinaria de las personas del litoral de la región de Aysén. La cocina al fuego, de la carne grasa y sabrosa representa una preparación reconocida por todos y los relatos se comienzan a llenar de felicidad cuando se nombra. Se sabe también, es la forma de cocinarla para quienes andan navegando, entre las islas, en la faena de la madera, la cholga o el luche. Para cocinar, solo varales y fuego.

Varal es el nombre que se le da a los trozos de rama que se colocan de forma horizontal en el pescado abierto y limpio. La carne no se atraviesa, los varales son para afirmarla. Hay sierras de tres, cuatro y hasta diez varales, dependiendo el tamaño del animal. El palo (asador) va partido y por dentro va el pescado. *"No es como anticucho, es como un cancato, el pescado va entremedio y se colocan los palitos chicos encima de la guatita, cosa que se estire el pescado"*, acota Víctor Ruiz. Previamente es necesario limpiar la sierra sacándole la cabeza, las vísceras y escamas con un cuchillo. Se le corta la espina más gruesa, no se le saca la piel y se abre la sierra en dos, quedan como dos alas.

Respecto al aliño del pescado, Víctor indica: *"Se le echa sal primero, una colorcita, el picante o ahora un chimichurri, ajito, pimienta, comino. Se le echa cuando el pescado está avanzado. De primero se le echa sal nomás o algunos lo hacen sin sal".*

Curanto

El curanto es el representante chilote de una técnica milenaria para cocinar alimentos por vapor y calor que consiste en usar piedras calientes enterradas en un hoyo sobre el cual se ponen y tapan los alimentos para su cocción. Con diferentes nombres y variaciones locales, esta tecnología se ha usado alrededor de todo el mundo.

En Chile hay variados exponentes: el *umu pae* de Rapa Nui, la *watia* andina y el curanto chilote, del cual proviene el que se realiza en la región de Aysén. El curanto fue *"traído"* al archipiélago de Las Guaitecas, islas Huichas y todo el continente, desde el contexto cultural del archipiélago de Chiloé, posiblemente mucho antes que los procesos de migración de familias chilotas a mediados del siglo XIX. Así lo sugiere la evidencia de un sitio arqueológico estudiado en el fiordo Aysén, sector de Puerto Chacabuco, donde el material lítico, la ictiofauna y los restos óseos encontrados *"...indican que se trata de un contexto gastronómico conocido actualmente como 'curanto', un tipo de sitio que no había sido reportado arqueológicamente para el área y que refleja algunos de los cambios ocurridos tras los episodios de contacto"* (Sade et al., 2016).

Ya en 1910, Lenz escribe *"Curanto, preparación primitiva de mariscos i algas marinas, conservada en Chiloé, Llanquihue, Valdivia i Arauco, cociéndolos en hoyos con piedras caldeadas, tapados con hojas de pangue i champas. Su etimología es mapuche, de curantu, pedregal y curatun, apedrear"* (Lenz, 1910, p. 229).

En un libro dedicado a las técnicas de cocción con piedras, la antropóloga Sonia Montecino define de este modo la preparación: *"Curanto: cocimiento de mariscos, otras carnes, panes de papa y legumbres a base de vapor. Se prepara un hoyo, de uno o más metros de diámetro, el cual es rellenado con bolones, sobre los cuales se hace fuego hasta que las piedras queden al rojo. Se despeja de tizones y sobre esa base de calor se vierten los alimentos, los que son cubiertos con hojas, especialmente de pangue y lonas o tepes como cubierta, evitando que se escape el vapor. La cocción dura aproximadamente una hora y los alimentos se consumen en el mismo sitio. Su etimología: cura, piedra; antú, sol, calor"* (Montecino, 2003, p. 40).

El curanto en los archipiélagos de Chiloé y Aysén, habla de antiguos modos de vida ligados a habilidades canoeras, mariscadoras y pesqueras, propias del pueblo chono, que se fueron fusionando con grupos de origen mapuche huilliche. La influencia chona, huilliche y veliche, se puede rastrear en técnicas de cocción como el curanto y ahumado de los alimentos (Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio, 2017).

Respecto a la construcción de este tipo de cocimiento, Fabián Ruiz de Repollal, relata: *"Primero tiene que hacer un hoyo de unos 25 a 30 cms, no tan hondo. Ahí se ponen dos palos grandes a los costados para darle soporte. Yo lo hice así por el norte, el fuego se hace dependiendo de donde viene el viento. Luego se le pone leña seca abajo, palitos secos, unas ramitas para que prenda bien. Luego encima viene lo más grueso y se acumulan las piedras".*

María Canible desde Puerto Aguirre, comenta: *"...se hace un hoyo en la tierra como un pozo, para calentar esas piedras hacen un fuego grande, esas piedras quedan rojas después y encima se hace el fuego. A veces le ponen piedras encima de la leña (½ metro de leña se gasta más o menos), cuando están calientes las piedras está bueno, en ese momento se sacan todos los palos, los tizones con fuego se corren todo a un lado, quedan sólo las piedras".*

Mabel Chiguay dice: *"Y ahí, sobre las piedras calientes, ponen los mariscos, las papas, el pangue, la carne, el pollo y los chapapalele. En el hoyo no hay nada. Cuando arde toda la leña, las piedras caen abajo y las piedras que quedan con fuego se sacan, se tiran a un lado, que queda solo las piedras calientitas, ahí se le echan unas ramas por el costado del hoyo para que los mariscos no queden sucios. Se colocan unas hojas, ahí va los mariscos, la carne, todo junto. Se tiene que hacer todo rápido para que no enfríen las piedras. Luego se pone esto, estas hojas* [de nalca] *y se le ponen chapaleles por aquí. Luego esto se evapora y hace que se cueza".*

María Canible indica que son las brasas y el calor de las piedras que produce el vapor los que van abriendo los mariscos, el vapor que producen los mariscos (cuando se están cociendo) va subiendo, sube todo y ahí se cocina todo el resto de productos.

Sobre el orden de los alimentos en el hoyo, Mabel Chiguay describe: *"Una vez listas las piedras calientes, se ponen ramas alrededor y se ponen los ingredientes en orden: los mariscos como cholgas, almejas, las papas, la carne ahumada, el pollo, la longaniza, unos choros al alicate, de cada uno se pone una capa y se tapa con hojas de nalca, después se pone lo chapaleles milcaos y las mellas de papas alrededor y se tapa con hojas de nalca por completo y se deja bien tapado para la cocción"*. Entre cada capa de alimentos va una capa de hoja de nalca.

María Canible dice sobre el tapado del curanto: *"Siempre se tapa con pangue porque los productos van en capas* [desde la base del hoyo hecho en la tierra hasta arriba a ras del suelo], *vuelven a taparlo con pangue, bien tapado para que no salga el calor y después sube el vapor que cocina todos los mariscos y encima, al final, le ponen champa de pasto arriba del pangue, además de una lona para que no salga el vapor de adentro, para que no se vaya el calor"*. Se cocina alrededor de una hora.

El curanto se come con la mano, sentados alrededor del hoyo o en una asadera se llevan los productos a alguna mesa. Como es una preparación festiva y social, se acompaña con abundante vino o chicha.

Curanto a la olla o perol

El curanto a la olla es una adaptación del curanto al hoyo, en el que sus ingredientes han ido mutando con el paso de los años y los lugares. Al respecto María Canible de Puerto Aguirre, quien heredó la receta de sus padres que provienen desde Chiloé, comenta: *"El curanto antes lo hacían al hoyo no más"*. Una característica propia que posee el curanto a la olla, es que lleva un litro de vino, adicional al agua que secretan los mariscos.

José Maripillan de Caleta Tortel, relata que esta preparación la aprendió de su padre, heredero de una receta familiar y que fue transmitida a sus hijos, quienes le agregaron más ingredientes, como la longaniza y el pollo. José indica que lleva chapalele, que lo hacen con agua hervida, harina y sal y que forma parte de la dieta cotidiana familiar. El curanto a la olla o al *"perol"*, como lo llama él, *"no es una preparación muy común de ver en los locales de comida* –indica José–, *debido a que en Tortel, los productos de mar son escasos, llegando inclusive un solo producto desde Puerto Edén, ya que no son extraídos localmente"*. Esto le otorga al curanto una categoría especial en la localidad.

Según el relato de María Canible, el curanto a la olla se prepara de la siguiente forma:

Se usa carne, pollo, mariscos, chapalele. Un perol (olla o fondo grande y alto de unos 30 litros de capacidad), cuchillo, cuchara, cucharón, pocillos y bandejas para servir. Se puede cocinar en estufa a leña, a gas o en fogón con parrilla.

Se colocan en la olla las papas, carnes, longanizas, mariscos: cholgas, almejas, picorocos, choritos y choro zapato, separados por una hoja de pangue o repollo,

María lo relata así: *"El primer paso de cocción es poner los mariscos, después la longaniza, el pollo, encima más mariscos, nylon* [lona, bolsa de plástico], *chapaleles, nylon y mariscos, mariscos, nylón, chapalaleles. Para este último, se piensa en un kilo de papa con cuero, chapaleles con papa, harina (2 kilos), manteca (2 a 3 cucharadas) y sal a gusto, le da mejor sabor al chapapalele".*

Si bien María refiere la preparación con nylon, la forma tradicional de hacerlo es con pangue y/u hojas de repollo; según ella misma indica, *"el pangue es mejor que la bolsa, da más vapor y se cocinan mejor los chapaleles, se da vuelta la hoja, lo mismo con la hoja de repollo, pero a veces uno no tiene".*

José Maripillan comenta que también se le puede agregar cebolla cortada en pluma y las papas, si son de gran tamaño, pueden ser partidas por la mitad. Él relata de la siguiente forma la preparación: *"La carne y los chapaleles demoran más en cocerse; en olla a gas una hora y media, después lo pasa a la cocina a leña. También se ponen los productos por capas o niveles sólo que en la olla. Se agrega agua, 1 litro de agua hervida y vino blanco, una caña. El agua hervida para que no se traben los mariscos: para que no se apriete la cáscara y se cuezan bien".*

Una vez cocinado, se ponen los productos en bandejas en el centro de la mesa y cada uno se sirve con la mano y un cucharón lo que guste. El caldo se sirve en una taza con cilantro fresco. Es una preparación social y de familias extendidas.

KRIEGER

6 | Preparaciones dulces

Buñuelos

Los buñuelos son una receta que se recuerda mucho, en la memoria se asocia al calor del hogar en el campo, con cocina a leña, con abundancia de cariño de esas reuniones familiares en las frías tardes de Aysén.

En Puerto Guadal se encuentra Marina Huenul, quien aprendió esta receta, entre varias otras, de su suegra Zafira Bruno Antilef, una reconocida machi del sector a quien recuerda: *"mi suegra era una mujer muy ocupada y de familia numerosa, entonces le daba lugar a su imaginación para hacer recetas rápidas y sabrosas para su familia"*. Entre éstas Marina destaca los buñuelos como una receta muy fácil de hacer y con pocos ingredientes: *"Se ocupan unos tres huevos de gallina, los bate bien espumosos y le agrega media taza de azúcar, un chorrito de esencia de vainilla, un poco de leche de vaca, una cucharada de aceite y harina"*. La suficiente harina para una mezcla que no sea firme y polvos de hornear, una cucharadita. Una vez que la mezcla está lista, se van friendo en abundante grasa bien caliente, de a cucharadas, *"ojala sea grasa de capón que es mejor que la de vaca"*, dice Marina. A medida que se van dorando, se van sacando con espumadera bien estilados. *"Deben quedar blanditos y esponjosos, de color dorado y de forma esférica"*, finaliza.

Se colocan en un plato grande en el centro de la mesa para que la gente se sirva a gusto, con mermeladas o solos. Es una preparación de grato sabor y pensada para toda la familia.

Bolitas de indio

También llamadas *"bolitas de papa"*, es una preparación elaborada en base a papa rallada, colada y bien estrujada. María Rosa Tocol de Coyhaique, recuerda este postre que ella sigue haciendo para su familia: *"Se llama bola de indio y son unas bolitas alargadas, de papa rallada cruda sin ningún otro ingrediente, una vez que se ralla la papa que se va a ocupar, se forman las bolitas y se aprietan bien con la mano para que boten el exceso de líquido y queden formaditas, entonces se sumergen en una preparación de manzanas cocidas con azúcar que esté hirviendo, como que está terminando de cocerse, ahí se hierve lo necesario para cocerse la papa, que es un ratito nomás y luego se come todo junto, frío como postre. En vez de la manzana puede hacerse en leche con azúcar, le puede poner alguna esencia si tiene o una cascarita de naranja que le de sabor"*.

La característica de esta preparación es que el chuño de la papa al cocinarse e integrarse a la manzana o a la leche, le aporta cierto espesor que se hace aún más notorio al enfriarse.

Conservas

Las conservas forman parte de la variedad de productos que principalmente elaboran las mujeres de Aysén, para aprovechar y guardar para el invierno aquellos productos que son de estación. Por lo general se prepara conservas de las frutas que se tengan a disposición y en abundancia y que tengan la firmeza suficiente para que no se desarmen, tales como peras, manzanas, membrillos, cerezas o guindas. Su consumo principal es como postre.

Magdalena Muñoz de Puerto Ibáñez, comenta: *"Las guindas, las cerezas, la pera, incluso la manzana la podías hacer en conservas... una vez que las recoges a mano* [de la mata del árbol]*, se limpian y se lavan. En el caso de las manzanas o peras las pelas y las cortas en pedacitos a lo largo, sacándole el corazón* [las pepas]*, de ahí se mete en la olla y se cubren con agua fría, antes que hierva le pones el azúcar, un medio kilo para un kilo de fruta más o menos, sino le pones menos, es a gusto. El azúcar se le echa directo a la olla, no en almíbar. De ahí lo sacas cocido, no desarmado, que este cocidito, un hervor. Lo pones al frasco de vidrio, lo tapas y lo pones boca abajo, y lo dejas ahí. Así lo dejas al vacío y no se te echa a perder".*

La fruta en conserva queda con una textura semi blanda, mantiene el sabor original de la fruta pero con más dulzor por efecto del azúcar agregada. Las conservas de pera, manzana o membrillo presentan el color según la variedad. Las guindas y las cerezas transfieren parte de su color rojo al jugo, especialmente las cerezas corazón de paloma que toman un color amarillento.

Sobre la práctica de preparar conservas, Magdalena explica: *"Antes las conservas se hacían para la familia, no para la venta. Pero en los últimos años se ha hecho comercial, para vender a los turistas en ferias. Y ahí se le adorna en la tapa con una cinta o trozo de arpillera o tela con el rotulado correspondiente, una etiqueta que se adhiere al frasco de vidrio".*

Lidia Mardones de Cerro Galera, comparte la preparación de conserva de ruibarbo, una planta que se cultiva en las huertas y resiste muy bien el frío. Posee unas hojas grandes, rojizas, pero son sus tallos los que se utilizan, ya sea para elaborar mermelada o para conserva. *"Se cosechan los tallos y se lavan muy bien. Se pelan sacándole una piel finita que tienen. Se debe contar con frascos de vidrio limpios. Se van cortando los ruibarbos y se van colocando dentro del frasco hasta llenarlos bien. Una vez llenos, se les va poniendo el almíbar bien caliente hasta llenarlos en los espacios que quedan, bien completitos. Se ponen las tapas a cada frasco. En una olla grande se pone un paño doblado en cuatro, y sobre ese paño se van poniendo los frascos, y se coloca agua hasta la mitad. Se lleva la olla a hervor con los frascos dentro, de modo que ninguno choque con el otro. El agua hirviendo va a cocinar las conservas y se van a sellar al vacío".*

Empanada hervida

La empanada hervida es una receta de la cocina tradicional chilota, preparada con la misma masa que el chapalele y rellena con distintas frutas de estación. Grosella, zarzaparrilla y loga son las preferidas para esta receta ya que otorgan un intenso color rojo, aportan una acidez óptima para combinar con el azúcar y la masa de sabor neutro y porque son frutos muy acuosos que con un golpe de calor aportan un sabroso jugo que es característico de la preparación. Relatos de empanada hervida llegan desde el continente y desde el sector insular.

Elida Aguirre del sector El león, guarda con mucho cariño la receta de empanada hervida de grosella aprendida de su madre y su abuela, mujeres campesinas que llegaron desde Chiloé a poblarse en dicho sector. Las grosellas maduras se ponen a cocer en una olla con azúcar a gusto, por unos quince minutos. Se dejan enfriar. Mientras tanto se prepara una masa con harina y agua. Se estira la masa bien delgada, formando un círculo, se agrega una cucharada grande de grosellas cocidas en el centro y se forma la empanada. Se "pinchan" con un tenedor y se incorporan de a una en una olla con agua hirviendo por algunos minutos, cuando suben a la superficie es porque están listas.

La empanada hervida de grosella es de un color blanco translucido, distinguiéndose las grosellas a través de la masa. La masa es suave en boca, pero insípida, resaltando el sabor dulce-ácido de la grosella.

Una preparación similar comparte Bertila Velásquez del sector El Salto en Coyhaique, heredada de su madre chilota. Ella las prepara con zarzaparilla o parras como las conoce. Las parras al ser más delicadas, se agregan crudas a la masa: *"Se estira la masa bien delgadita, con uslero para formar una redondela igual que cualquier empanada y se rellena con parra previamente limpia, la fruta va cruda, junto a la fruta se agrega una cucharada de azúcar granulada, una buena cucharada, para que quede dulcecita"*. La cocción es rápida y se consumen de inmediato.

Elisa Mariman de Puerto Aguirre, prepara empanadas hervidas de loga aunque también utiliza otros frutos: *"Para hacer unas seis empanadas, se ponen 6 tazas de harina y lo espolvorea con un poco de azúcar* [cucharadas, no muchas o a gusto], *se revuelve la harina y el azúcar. Luego se agrega una cucharada de mantequilla derretida, después se agrega el agua ni muy tibia ni muy caliente, se amasa, se hacen bollitos y luego se estiran para comenzar con el relleno"*.

Explica que la empanada hervida se hacía sólo con harina y agua pero ella agrega mantequilla para que la masa quede más suave: *"la parte de encima queda dura, la parte de abajo no queda dura, porque queda con el juguito de la empanada, siempre va a quedar dura por eso yo le coloco mantequilla"*.

Para el relleno de la empanada se agrega una cucharada de azúcar como un montoncito al centro de la masa y una cucharada de loga picada al centro del azúcar de tal manera que esta última contenga el jugo de la fruta, evitando que se derrame. Si la loga está bien madura no es necesario agregar mucha azúcar. *"Al cerrar la masa, te va a quedar bien porque el azúcar lo que está haciendo es proteger que no caiga jugo alrededor, se cierra la masa, se ponen las dos manos encima de ella para apretarla y se dobla la empanada de izquierda a derecha para lograr el doblez semi-circular"*. Hay otra empanada hervida que se dobla en tres partes, queda cuadrada similar al doblez de la empanada de horno. *"El agua tiene que hervir lento en una olla sin tapar, se pone la empanada con la guatita hacia arriba, a medida que va hirviendo se va hinchando. Esta empanada no se da vuelta, se cocina por un solo lado. Si la empanada se cocina en máximo, se arrebata y sale cruda"*.

La receta de empanada hervida que explica Elisa la aprendió mirando: *"La aprendí a hacer cuando yo trabajé con la señora Libertad Chacano y cuando iba a visitar a doña Blanca Cárcamo, porque ella era fanática de la empanada hervida. Mirando aprendí, nunca dije enséñeme".*

Ella explica todas las variantes que conoce: *"Se pueden hacer con parra, manzana verde, loga, frambuesa y ruibarbo, que es una nalca de la zona (...), no es la nalca grande de la hoja de pangue. Esta nalca se hace dulce y se hace empanada. La grosella es muy ácida, la empanada lleva mucho azúcar, la loga tiene algo durito adentro, es como la manzana, tiene un tronquito (...). La frambuesa es más dulce, no es ácida (...), la parra igual se hace empanada hervida y lleva azúcar, pero es otra suavidad. La murra no se hace empanada hervida, es mejor para dulce, la nalca tampoco se hace empanada hervida. La empanada de manzana hervida es rica, pero la manzana se hierve antes de ponerla como relleno".*

Quínoa con leche

Audolía Muñoz de Puerto Ibáñez, habla de esta preparación que disfrutó en su niñez: *"La recuerdo, porque la aprendí viendo de mi tía por parte de mamá que la cocinaba. Ella vivía a unos kilómetros de mi casa. Con una prima mayor cuando éramos chicas, quisimos hacer porque veíamos a mi mamá hacerla y pensamos que era llegar y cocer, y nos quedó amarga porque no le sacamos la pelusa a la quinoa".*

El lavado de la quínoa es una etapa previa fundamental para eliminar las saponinas que otorgan sabor amargo. Generalmente es un procedimiento que se hace posterior a la cosecha.

Los ingredientes de esta preparación son quínoa, leche de vaca y azúcar. Audolía explica el modo de prepararla: *"Se echa a cocer la leche dependiendo de lo que uno quiera hacer, si yo quiero hacer un litro y le pongo una taza o una taza y media de quínoa, porque es rendidora, porque es hinchadito"*. Se agrega azúcar a gusto y se deja cocer por 20 minutos en la estufa a leña o en fogón. Se va revolviendo con una cuchara de palo hasta que *"el grano este reventadito"*, característica que indica que el grano ya está cocido.

Una vez cocida se dispone en una asadera hasta que se enfríe. La preparación adquiere consistencia firme como un kuchen y los granos se sienten crujientes.

Macarrones

Miriam Saigg de Puerto Guadal, es descendiente de árabes. En dicha localidad, los árabes tuvieron un rol importante instalando los primeros comercios y barcos para conectar a los distintos pobladores de la cuenca del lago General Carrera. Su padre Sami Saigg, era buen cocinero y poseedor de muchas recetas que aprendió de su familia y se las enseñó a su esposa e hijos/as. Los macarrones, como les llamaba él, o tulumbas, son unos dulces árabes que Miriam recuerda con mucho cariño y explica su preparación.

"En primer lugar se hace el almíbar. Para ello incorporamos dos vasos de agua en una olla y a fuego lento añadimos el azúcar y el jugo de limón para que no cristalice. Con una cuchara de madera vamos removiendo hasta que el azúcar se disuelve y el almíbar adquiere el punto de hebra [es decir, que el almíbar espesa y al levantar la cuchara se forma un hilo entre ésta y la superficie del almíbar]. *Retiramos del fuego y dejamos enfriar. Se dispone en una olla la leche, aceite vegetal, azúcar y una pizca de sal, que se cocinan a fuego lento. Se lleva a hervor sin dejar de revolver. Tan pronto hierve, retiramos inmediatamente del fuego y añadimos de golpe toda la harina tamizada para evitar que se formen grumos. Se revuelve bien para que se incorpore toda la harina. Se forma un masa que se traspasa a una fuente donde se agregan cuatro huevos, uno a uno. Se va revolviendo con una cuchara de madera hasta que se absorben los huevos. Luego se traspasa esta mezcla a una manga pastelera o una bolsa firme. Se calienta el aceite o grasa y se van friendo a medida que se van poniendo con la manga dentro del aceite. Se escurren y se ponen dentro de la olla donde se preparó el almíbar. Se pone la olla con almíbar sobre la cocina, porque se sirven tibios".*

Mellas

La familia Llanllan llegó desde Chonchi a Puerto Aysén, donde nació Ana Llanllan, quien compartió la receta de las mellas. Se hacen usando papa, como muchas de las preparaciones chilotas. También se utilizan manzanas de la estación o de guarda.

"En una fuente se rallan las papas previamente peladas, luego se mezclan con la harina, pero sin botar el jugo que producen, se mezcla hasta que todo quede bien incorporado, luego las manzanas ralladas en tiras se ponen y se va incorporando azúcar a gusto", indica Ana y continúa: *"Una vez que usted ha logrado el batido con todos los ingredientes, tiene que tomar una porción en una taza y dejarla sobre un pangue u hoja de nalca, el que previamente se limpió bien y se le sacaron las venas, con éste se envuelve el batido y hay que amarrarlo con pita o manila. El pangue debe ser chico y nuevo, los más grandes ya están pasados. Se les debe sacar las venas de las hojas para poder usarlas".*

El conjunto de envoltorios de hojas de nalca, son las mellas que *"se ponen en una olla con agua hirviendo, cuando suban a la superficie ya están listas para sacarlas y servirlas, desamarrando las pitas o manila y sacarlas del pangue. Las mellas al servirlas tienen un color medio gris. Se siente un poco el sabor a papa. Se puede servir en plato de forma individual o ponerlas en una bandeja y dejar al centro de la mesa para que cada quien se sirva a gusto, con miel o mermelada".* Hay que consumirlas pronto, calientes o tibias. No son una preparación para guardar. Ana cuenta que una vez intentó hacer las mellas con hojas de ruibarbo, pero no le quedaron buenas. Comenta también que esta preparación a veces se hace para compartir cuando se celebra el Wetripantu.

Mermeladas

Calafate

En Río Ibáñez, tierra de la "Fiesta del Calafate", la recolectora Uberlinda Figueroa atesora la receta de mermelada de calafate como un saber de tradición familiar. *"Se lleva a la olla 10 kilos de calafate, se le da una pre cocción de unos 15 a 20 minutos, con muy poquita agua, para que no se pegue al hervir"*. El calafate contiene muchas semillas o pepas en su interior por lo que se debe procesar en una máquina similar a una moledora de carne, *"es una maquinita que por un lado me está saliendo la pulpa y por el otro lado me está saliendo la pepa"*, dice Uberlinda y agrega: *"Antes se colaba con la mano, se hervía el calafate y uno lo estrujaba con la mano, a través de un visillo o una malla"*.

La pulpa se vuelve a pasar por cocción pero esta vez con azúcar: *"Entonces de acuerdo a la pulpa que se obtiene, se le agrega el azúcar, en proporción de un litro de pulpa de calafate por cada 800 gramos de azúcar. Se lleva a hervor sobre la cocina a leña y se le da punto"*.

Para el envasado Uberlinda indica que: *"Se esterilizan los frascos por 5 minutos en agua hirviendo, y luego se procede al envasado de la mermelada en caliente. Antes el esterilizado no se usaba, se lavaba el frasco como quien dice lavar un plato y después se envasaba y normalmente el dulce se envasaba tibio o frío, pero nunca caliente. Era lo que yo veía en mi casa, es más, los frascos no los tapaban los dejaban destapados, entonces el dulce creaba como una costrita encima y después se tapaban"*.

A propósito de eso, dice Uberlinda que también ha ido aprendiendo técnicas con los cursos de capacitación, en los que ha participado.

Grosella

Las mermeladas se hacían para aprovechar la época de abundancia de fruta y conservar para el invierno, en tiempos en que no se podía congelar la fruta y tampoco era común acceder a comprar este tipo de productos. Se acostumbraba guardar por largo tiempo a veces y para que no se echaran a perder se les daba bastante punto.

Uberlinda Figueroa comenta que *"la grosella siempre estuvo presente, se comía mucho y se hacía mermelada, pero para el autoconsumo, porque la gente de campo siempre hemos elaborado nuestros productos, la mermelada se ha hecho por siempre y se guardaba para toda la temporada"*.

El primer paso es tomar la fruta desde el arbusto o comprarla ya cosechada. Luego se revisa cuidadosamente para extraerle una pequeña porción de pelitos que tiene juntos en uno de sus extremos y también se le saca el palito que lo unía al arbusto. Si se decide lavarla, debe estilarse muy bien. Una vez que la fruta está lista para cocerse, se pesa o se calcula de alguna manera su peso, para poder determinar la proporción de azúcar. Por lo general las frutas ácidas como la grosella se pueden preparar en partes iguales de azúcar, kilo por kilo. Si la fruta está verde se aumenta un poco el azúcar, pero si está madura y dulce, se baja la proporción.

Se coloca la fruta en una olla al fuego y se le agrega el azúcar de inmediato, tapándola completamente. *"No se le echa agua porque la fruta hierve y va soltando su propia agüita"*, dice Uberlinda.

Una variación que practican algunas personas es darle un hervor fuerte y breve a la fruta antes de agregar el azúcar. En cualquier caso hay que mover la olla suavemente para que la fruta se impregne del azúcar y empiece a hervir sin pegarse. La forma de la olla es

importante, debe en lo posible ser de fondo grueso para aminorar el contacto directo del contenido con el fuego y debe ser extendida y baja para que no conserve demasiado el líquido en el interior.

Una vez que la preparación está hirviendo puede moverse suavemente con cuchara de madera para asegurar una cocción pareja y uniforme, pero sin moler la fruta.

Se deja hervir cerca de una hora o hasta que la preparación tome punto, es decir que está suficientemente espesa, pero sin perder brillo y color. Las formas de probar el punto son variadas: por ejemplo, poner un poco de mermelada en un platito y hacer un surco al medio, si la mezcla se vuelve a juntar, aún no está lista, pero si el surco se mantiene es seña de que está suficientemente espesa. También se puede levantar la cuchara sobre la olla y observar la densidad y rapidez con que cae la mezcla. Pero lo más certero es probar la reacción de la mermelada cuando ha perdido un poco de temperatura.

Dependiendo del color de las grosellas puede haber cierta variación en la mermelada, pero por lo general esta presenta un tono rojo o rojizo más o menos fuerte y relativamente oscuro, tiende a ser gelatinosa y firme una vez preparada y se pueden observar las pepas del fruto en la mermelada pero éstas no representan ninguna molestia al comerla.

La mermelada idealmente debe quedar espesa para que no "*chorree*", pero a la vez lo suficientemente ligera como para esparcirla fácilmente donde se quiera. El color de esta mermelada es rosado a rojizo, se ven los trozos de fruta en muchos casos y se siente el aroma,

también tiene brillo. Si la mermelada queda demasiado oscura, opaca y solo se siente un sabor dulce significa que se quemó o que le dio demasiado punto es decir se tuvo mucho al fuego, lo que hace que el azúcar se oscurezca y se caramelice en exceso, quedando una consistencia de *"pasta"* que no es la ideal.

Acerca de las posibilidades que hoy brinda el saber hacer estas preparaciones, Uberlinda comenta: *"Hace como diez u once años que esto se abrió como un plus de emprendedoras que se atrevieron a hacer la mermelada. Hay muchas familias como en mi caso, que nunca compramos mermelada en el supermercado, porque nosotras la hacemos y tenemos la seguridad de que realmente estamos comiendo una mermelada natural, que solo tiene fruta y azúcar, no tiene aditivos ni preservantes, entonces es un producto muy sano"*.

Rosa mosqueta

Las mermeladas son productos que nunca faltan en las mesas de la región de Aysén, tanto en las de los habitantes campesinos, como en las urbanas. La de rosa mosqueta es una de las más elaboradas y apetecidas. A pesar de que es una de las más difíciles de hacer, muchas mujeres se esmeran en prepararla.

Luz Bella Álvarez de Puerto Guadal, cuenta sus secretos de como hacer una buena mermelada de rosa mosqueta. Uno de ellos es que ha logrado mejor consistencia con mosquetas no muy maduras (color anaranjado rojizo), que se pueden obtener desde fines de febrero hasta fines de marzo, *"porque cuando usamos las mosquetas muy maduras, bien rojas, no se logra una mermelada espesa, sino media líquida y más oscura"*, afirma. Luz Bella salía con sus nietas a recolectar grandes cantidades de este fruto en las largas tardes de marzo. Una vez que terminaba sus labores de dueña de casa, se dedicaba a limpiar uno por uno los frutos, primera etapa que podía durar dos noches por lo menos si se quería hacer una buena cantidad de mermelada. Al día siguiente, después de lavar bien los frutos, se ponen a cocer sobre la cocina a leña, en una olla grande con suficiente agua como para taparlos completamente. Cuando sueltan el hervor hay que revolverlos con una cuchara grande de madera para que se vayan cocinando parejo y a la vez ir moliéndolos para que las pepas de su interior suelten una especie de aceite que tienen y para asegurarse que no se peguen.

Una vez bien cocidos, se dejan enfriar: *"Puede ser hasta el otro día, si hay más cosas que hacer... y cuando pueda en cualquier ratito se despeja un mesón para hacer la tarea de colar la pulpa"*, que resulta ser lo más trabajoso del proceso. Lo ideal para el colado es contar con un paño tipo rejilla, *"un visillo que usted ya no usa es perfecto para esto, se pone el trozo de visillo bien limpio en otra olla y en el centro se le va echando una medida de mosquetas cocidas y se juntan las cuatro esquinas del paño formando una pelota con la mezcla, ahí la estruja bien fuerte, lo que va saliendo es toda la pulpa de rosa mosqueta sin semillas"*.

Pero este no es el último paso, todavía falta pasar esa pulpa por un género lo suficiente fino como para retener las pelusas que tienen las mosquetas junto a sus semillas, las cuales no se quedan en el primer filtro. Luz dice que después de probar muchos tipos de géneros que fueran eficaces para dicho trabajo, concluyó que el mejor es la *"media panty"* elástica, ya que *"pasa con facilidad la pulpa y se retiene toda la pelusa"*.

El paso final es la cocción con azucar: *"Al final usted pone la pulpa en una olla grande encima de la cocina a leña a fuego lento, revolviendo de vez en cuando hasta que suelte el hervor y entonces le agrega el azúcar, porque si le agrega de un principio el azúcar la mermelada se va oscureciendo, porque el azúcar se va quemando"*. Luego se le da punto, hirviéndola suavemente más o menos una hora y se retira para ser envasada de inmediato en frascos de vidrio limpios y se van tapando, volteando y lavándolos para asegurar su correcto sellado, logrando una mermelada que puede durar hasta un año y se puede vender a buen precio.

Pajaritos

Una de las recetas fáciles y económicas que aparece con frecuencia en los relatos de mujeres de Aysén, se encuentran los pajaritos. Según cuenta Luz Bella Álvarez de Puerto Guadal, la receta la aprendió de su mamá Ema Catalán Pulgar, quien preparaba estos pancitos para las fiestas de señaladas y marcaciones de animales, en el sector Punta Baja, lago General Carrera.

"Se dispone un kilo de harina en el mesón y se hace un hueco en el centro, se agregan 4 yemas de huevo, una cucharada de levadura, aceite y azúcar disuelta en agua tibia. Se forma una masa lisa y blandita". Se debe sobar bien la masa para que los pancitos queden blanditos. Se van formando bolitas con la masa y se van poniendo en la lata aceitada para que después los ponga al horno de la cocina a leña".

Para la decoración se baten a nieve las claras de huevo que fueron separadas antes, con un poco de azúcar. Con el merengue obtenido *"se embetunan los pancitos antes de que se doren bien, y se vuelven a hornear hasta que el betún quede doradito"* dice Luz Bella y agrega que esta receta la hacía en familia con sus niños y niñas, les daba un trozo de masa a cada uno para que hicieran las formas de pancitos que se les ocurrían.

Chapalele de calafate

Norma Duamante de Puyuhuapi conoció esta preparación recién llegada al pueblo en 1983. Norma comenta que es una preparación desconocida en restaurantes o cocinerías, es más bien casera y preparada para recibir una visita especial o para el Wetripantu. Su receta se pasa de boca en boca.

"En un bol se mezclan 4 tazas de harina con medio litro de agua tibia, mientras se va amasando. La idea es lograr una masa compacta, pero no dura, una vez lograda se procede a cortar en trozos y amasarlo hasta que formen unas láminas delgadas como si fueran sopaipillas, mientras más delgadas más rápido se cocerán", explica Norma.

Paralelamente en una olla se calientan dos litros de jugo de calafate con una taza de azúcar. Cuando el jugo de calafate hierve se incorporan uno a uno los chapaleles, los cuales caerán al fondo de la olla y aparecerán en la superficie cuando estén cocidos.

El chapalele queda de un color morado oscuro e intenso y se sirve en plato con un poco de jugo de calafate de la olla por arriba. *"A mí me gusta bien dulce"*, enfatiza Norma.

Leche asada

En la región de Aysén la leche asada es un postre común y conocido. La preparación que se presenta forma parte de la tradición culinaria de la familia Sandoval Patiño de Ensenada Valle Simpson. Quien la preparaba y la transmitió a las nuevas generaciones fue Ester Sandoval Patiño (Q.E.P.D). Solía hacerla en especial cuando tenía visitas, por alguna celebración o para las señaladas.

La receta original es con leche de vaca recién ordeñada que se cocía para después preparar el postre. Los huevos utilizados eran de las gallinas de la casa.

Previo o paralelo a la preparación de leche, se coloca azúcar en la asadera donde se cocerá el postre y ésta se pone sobre la plancha de la cocina a leña (otras personas la ponen al horno) para hacer un caramelo o azúcar derretida, lo importante es que el calor sea parejo y suficiente para que el azúcar se dore pero no se queme, una vez listo, se retira del fuego y se espera. A la leche tibia o un poco más que tibia se le van agregando los huevos de a uno, mientras se bate con batidora o batidor manual, la proporción varía de 6 a 8 huevos por litro de leche, dependiendo del tamaño de los huevos y el alto que se le quiera dar al postre. Se agrega además una taza de azúcar aproximadamente, esencia de vainilla y/o canela a gusto.

Una vez que todos los ingredientes están bien incorporados, el batido se vierte en la asadera que tiene el caramelo en el fondo y se pone al horno con temperatura suficiente por alrededor de una hora. Su apariencia cuando está bien cocido es de consistencia firme, con la superficie dorada en partes y el caramelo infiltrado hacia ésta. Se retira la asadera del horno y se deja enfriar. Cuando está bien frío se corta en porciones y se baña con el caramelo del fondo".

El color es amarillo dorado en partes o un poco más oscuro si se dora más, pero no debe quemarse. La textura es muy suave pero la consistencia es firme como un flan, no debería desmoronarse al servirse, debe quedar un cuadrado o cubo perfecto con altura. El sabor es dulce lechoso y se distingue suavemente el huevo, combinando perfectamente con el sabor acaramelado y ligeramente amargo del azúcar derretido. La vainilla combina muy bien con estos sabores también, pero si no se tiene el resultado es igualmente rico.

Leche nevada

Se le llama leche nevada porque las claras batidas que se colocan encima de la leche preparada, semejan copos de nieve.

Cinthia Wellmann de Río León, es una joven emprendedora en el rubro de la gastronomía. Opina que la leche nevada es un postre que se puede considerar fino y difícil de hacer, pero es bastante común encontrarlo entre el repertorio de las mujeres cocineras de Aysén. Relata que su abuela Luz Álvarez lo preparaba tal como se hace la receta del *"candeal"* y esa es la base de la leche nevada, solo que en este caso lleva las claras batidas a nieve sobre el candeal a modo de una isla flotante. A veces hacía la preparación base de la leche nevada con una cucharadita de fécula de maíz (maicena) para asegurarse de que quedara más espesa la preparación.

En una olla se dispone un litro más o menos de leche con azúcar, unas dos o más yemas de huevo, se va revolviendo a fuego lento para que no se pegue y es ahí donde se le agrega una cucharadita de maicena disuelta en leche fría. Cuando adquiere consistencia, sin hervir, se le van poniendo las cucharadas de claras batidas a nieve y se van dando vuelta de modo que queden semi cocinadas dentro del candeal caliente. Se sirve bien frío, como postre.

Otra manera de prepararlo es calentar leche con azúcar, y cuando se encuentre bien caliente ir dejando caer los copos de merengue, el que se ha hecho batiendo las claras *"a nieve"* con un poco de azúcar y se dan vuelta en la leche, de manera que queden semicocidos. Luego que todo el merengue ha pasado por este procedimiento, se agregan las yemas a la leche que no debe estar hirviendo, se baten enérgicamente de manera que se incorporen y den cremosidad a la mezcla; aquí si se quiere se puede adicionar un poco de fécula de maíz, para espesar, se retira apenas se cocina la maicena y se juntan ambas preparaciones, copos de merengue sobre la leche, para servirlo frío.

Leche con arroz

Cinthia Wellmann recuerda que la leche era un producto en abundancia en época de ordeña (primavera-verano) y que su abuelo Ricardo Vera de Puerto Guadal, preparaba arroz con leche para agasajar a los niños de la casa. Mientras su abuela Luz Álvarez se dedicaba a hacer queso, Ricardo se esmeraba preparando postres, porque le gustaban mucho las cosas dulces y las disfrutaba junto a sus nietos. Traían la leche del corral después de la ordeña y sacaba un poco para ponerla en una olla mediana a entibiar sobre la cocina a leña. Le agregaba una taza de arroz por tres tazas de leche y media taza de azúcar. Lo iba revolviendo para que no se pegue y cuando el arroz está cocido, se retira del fuego y se deja enfriar. *"Si se quiere se puede servir calentito como desayuno o frío como postre"*, señala Cinthia. Si se torna muy espeso se le agrega más leche líquida cocida. La preparación se espesa por el almidón del arroz, el cual debe quedar con el grano entero, no molido. Cinthia recuerda lo rico que era llegar a la casa y comer una taza de leche con arroz después de haber ido a dejar las vacas al potrero.

Queque de papa

Virma Becerra de Villa la Tapera, dice que aprendió a hacer el queque de papa de su suegra Aurora Solís, antigua pobladora del sector. Esta receta es un recuerdo de los tiempos en que se usaba lo que se tenía a mano para preparar algo rico a la familia.

Lo primero es pelar y rallar las papas. Virma recuerda que los ralladores eran confeccionados por el padre de familia, con envases de lata en los que venían otros víveres, los que una vez vacíos eran reutilizados. Se le hacían agujeros con un clavo y para darle firmeza, lo colocaban en forma de media luna sobre un trozo de tejuela. Una vez ralladas, las papas se conservan sin retirarles el agua.

En una asadera se van colocando alternadamente capas de papa rallada y de leche condensada, que antiguamente se obtenía con la compra de víveres en Argentina o en la pulpería de la estancia Río Cisnes. Así hasta completar tres o cuatro capas, terminando con leche condensada arriba.

Se lleva al horno y aunque no recuerda exactamente cuánto tiempo debe estar en horneado, dice que no se demora ni más ni menos que un queque regular. Se puede usar horno a leña o gas.

Resulta un queque húmedo, de color dorado en la superficie. De textura firme como un budín. Queda con el sabor de la leche condensada que impregna lo que sería el bizcocho que es la papa. Se sirve frío a la hora de once. En el pasado se preparaba especialmente para que los niños pudieran disfrutar de algo especial, ya que era muy difícil el acceso a alguna golosina; o para tomar mate con quien llegara de visita a la casa.

Roscos

En Villa La Tapera, Ramona Pinilla recuerda esta receta con nostalgia, pues la traslada a su infancia. Su madre les preparaba roscos dulces para agasajarlos con algo rico a la hora de once. Cuando fallecieron sus padres, siendo ella todavía una niña, continuó preparando esta receta para sus hermanos menores.

"En un recipiente de aluminio o en el mesón, se pone un kilo de harina y un poquito de levadura, se hace un hueco en el medio y se le agrega una taza de azúcar, media taza de aceite y cuatro huevos enteros", dice Ramona. Se forma una masa lisa que se debe amasar bien hasta quedar ligeramente esponjosa. Si hace falta humedad se agrega agua tibia o leche. Después de haberla dejado leudar un rato, se cortan trozos de masa y se van formando tiras con las manos sobre el mesón. *"Con las tiras se forman nudos o forma de pierna voleada como se dice, imitando las piernas cruzadas de una persona. Se dejan leudar otra vez y se ponen a freír en grasa bien caliente, de modo que se cocinen por dentro y se doren por fuera. Quedan blanditos y de color dorado. Se sirve al desayuno o pa' tomar once, donde se acompaña con café, té o leche para los niños. Se pone una fuente con ellos al centro, y todos se sirven a su gusto. También se comen a media tarde, sobre todo cuando hay visitas con las que se comparte un mate"*, comenta Ramona.

Calzones rotos

Hay una variación de los roscos conocida como calzones rotos en la que cambia la forma que se le hace a la masa antes de freír. Se estira la masa con un uslero y se cortan rombos, luego se hace un corte en el centro con un cuchillo, se toma una punta del rombo y se pasa esa punta por dentro del orificio que forma el corte y se estira, quedando una forma de calzón roto, típica también de la zona central de Chile.

Empanada de frutilla silvestre

Lidia Serón cuenta que esta receta se la enseñó su madre y ella se la ha transmitido a sus hijas, nueras y a cualquier persona que la quiera aprender. Recuerda que la preparaba para sus hijos durante las vacaciones de verano, época de abundancia de este fruto y también cuando hijas e hijos retornaban a la casa, después de largos meses ausentes por el sistema de escuelas internado en el que estudiaban. *"La empanada de frutillas fue una de las preparaciones ingeniosas de las mujeres antiguas del sector"*, apunta Lidia, *"por lo que se debería trasmitir de generación en generación dándole valor al aprovechamiento de todos los recursos que nos rodean como son las frutillas silvestres"*.

Para prepararla se requieren frutillas frescas de no más de dos días de cosecha, azúcar, harina, agua tibia, manteca de chancho y un huevo.

Lidia las prepara del siguiente modo: *"Primero se elabora una masa firme para empanadas, con manteca de chancho, harina, agua tibia y un huevo. Luego en una olla se cocinan un poco las frutillas con azúcar hasta que larguen su jugo, procurando que queden enteras"*. El *"pino"* de las frutillas debe quedar bien *"escurrido"*, ya que el jugo hace que las empanadas se abran. Posteriormente se estira la masa, se cortan discos con la forma de un plato de taza, se coloca una o dos cucharaditas de frutilla cocida y fría en el centro del disco y se cierra dando la forma de empanada. Se hornean en cocina a leña a fuego moderado. Cuando están levemente doradas están listas. Se sirven frías.

Las empanadas deben quedar levemente doradas por encima. El color del pino debe quedar rojizo, conservando el sabor y el aroma de las frutillas frescas.

Es una preparación que se comparte en familia a la hora del mate o cuando llega una visita y se sirven como algo especial. Son apetecidas en todas las ocasiones.

Mazamorra

"La mazamorra es un postre chilote", comenta Luisa Ruiz de Bahía Jara, cuya familia es chilota. Las manzanas se lavan, se pelan y se pican en trozos grandes. Se echan a cocer en agua hasta cubrirlas y se agrega azúcar a gusto de manera similar a una compota. Se le puede agregar una ramita de canela dependiendo del gusto. Se ponen a hervir hasta que ablanden. Dependiendo de las características de la manzana utilizada, algunas se muelen solas y otras quedan en trozos. Luego se prepara un bruñido de harina de la siguiente manera: se coloca un poco de harina en la mano, se agrega un chorrito de agua y se frotan las manos dejando caer el bruñido sobre la preparación caliente. Se hierve por unos pocos minutos más hasta que espese. Se sirve frío.

La mazamorra es un postre que se prepara en verano y otoño con manzanas frescas y en invierno con manzanas de guarda.

Manzanas asadas

Luisa Ruiz comparte su receta: *"Las manzanas las limpio, les saco la pepa al medio, y le pongo azúcar en el hoyito. Si se tiene vino tinto se le echa un poquito y las meto al horno. También se puede hacer con peras, la pera fierro es muy rica asada".*

7 | Bebidas y licores

Yerba mate:

"Es una persona la que ceba [prepara y sirve el mate] ***y se toma uno a uno, devolviéndolo cada vez a la persona que ceba. No se dice gracias hasta que la persona esté satisfecha"***

Irma Bahamonde, Villa La Tapera.

Origen

La yerba mate (*Ilex paraguariensis*) es un arbusto de la familia Aquifoliaceae, nativo de la selva paranaense (Burris et al., 2012). El conocimiento sobre su manejo, uso y cultivo por parte del pueblo guaraní, se remonta a épocas precolombinas. Su consumo está documentado por los misioneros jesuitas que operaron en la selva paraenense, en el actual territorio del Paraguay, indicando que los guaraníes usaban las hojas para la preparación tanto para bebidas estimulantes como medicinales. Las hojas se mascaban directamente o se preparaban en primitivos mates que se sorbían con bombillas hechas de un tipo de junco nativo. Su cultivo fue incrementándose y se expandió hacia países como Argentina donde se le llamaba también *"mate"* y Brasil donde se denomina *"chimarrao"*. Actualmente los países productores de yerba mate son: Brasil, Argentina y Paraguay, pero el hábito de su consumo se extiende también a Uruguay y Chile, donde se observa un alto consumo en las zonas sur y austral (Dellacasa et al., 2007).

En Aysén la costumbre de tomar mate proviene del proceso de poblamiento de familias que por muchos años vivieron en Argentina adoptando hábitos y costumbres de todo tipo, entre ellas el consumo de mate. Esta práctica también se extendió a Chiloé, *"Las mañanas se inician con el mate pelado que los chilotes trajeron masivamente de las Patagonias a mediados del siglo XX."* (Cárdenas, 2015) y se mantiene desde los primeros tiempos del poblamiento hasta la fecha como una de las costumbres distintivas de la vida en Patagonia chilena.

Descripción

La planta del mate tiene la forma de un naranjo y puede alcanzar hasta 15 m de altura (Frid, 1998). El producto que se ha consumido tradicionalmente en Aysén es la hoja y parte de los pecíolos (palitos que unen la hoja al tallo de la planta), que han pasado por varios procesos de secado, triturado y colado, antes de su envasado según el tipo comercial deseado (Frid, 1998). Aquel que la industria denomina *"elaborada con palo"* es el que se consume en la región de Aysén y tiene la particular característica del amargor, que la distingue de la yerba mate de hoja o *"brasilera"*, consumida en otras regiones del país. Actualmente el mercado ofrece esta yerba mezclada con diversas hierbas aromáticas, frutas deshidratadas, y otros componentes que le aportan nuevos sabores y propiedades. Dependerá del consumidor si opta por la yerba pura tradicional o mezclada.

La yerba mate se compra por lo general envasada en paquetes de ¼ kg, ½ kg y 1 kg. La procedencia histórica de la yerba consumida en la región ha sido argentina, pero en los últimos años ha llegado una marca envasada proveniente de Paraguay. También es posible comprarla a granel.

Estudios nutricionales de la yerba mate han determinado que posee un importante contenido de cafeína, además de otros componentes, ácidos orgánicos y taninos (Dellacasa et al., 2007).

Forma de obtención

La compra de yerba mate, junto a la harina y otros víveres considerados esenciales, era motivo de viajes una o dos veces al año a algún poblado argentino cercano,

por parte de las familias pobladoras para vender la producción de lana de la temporada y aprovisionarse de lo necesario para pasar el invierno o estar varios meses sin salir a comprar. José Pomar (1923, p. 55) relataba así este aprovisionamiento: "*...fuera de la carne, las papas y una que otra leguminosa, todos los demás artículos de consumo, llamados allá vicios, son comprados en los boliches de Río Mayo y de Comodoro Rivadavia; así son la 'herva mate Napoleón' venida de Joinville (Santa Catarina), en pequeños barriles de madera o bien la argentina traída en grandes tercios hechos con el cuero de un vacuno...*".

Entre los pobladores de la región se recuerda que la yerba se compraba en barriles de madera o sacos de arpillera, ya que se trataba de un bien de consumo diario. Las primeras pulperías instaladas por las antiguas empresas ganaderas contaban con este producto para sus trabajadores y para la población de los nacientes pueblos. Desde la segunda mitad del siglo XX, la Empresa de Comercio Agrícola (ECA), estatal, que generó las condiciones para que diversas mercaderías llegaran a Aysén y tuvieran puntos de expendio en cada localidad, también puso a disposición de la población la yerba mate (Osorio, 2010). En la actualidad se compra en cualquier comercio de abarrotes o en supermercados.

Formas de consumo

La principal forma de consumo en la región es como infusión amarga, que se prepara depositando yerba en un recipiente denominado también "mate", hasta ¾ partes de la capacidad del mismo. Luego se vierte agua calentada justo hasta antes de hervir y se coloca una bombilla metálica por lo general, que servirá para sorber la infusión.

El mate también se consume dulce, para lo cual quien prepara la infusión dispondrá de un azucarero desde el que irá colocando cucharaditas de azúcar sobre la boca del mate y luego el agua.

Los horarios para tomar mate son diversos de acuerdo a las rutinas y gustos de cada persona. Las horas más comunes para "matear" son en la mañana como primera ingesta luego de levantarse y antes de cualquier otra actividad; a la hora del almuerzo, ya sea antes de comer, acompañando la comida o inmediatamente después; en la tarde, a la hora de once o cena, donde es más frecuente que se tome la infusión dulce.

Algunas variaciones de esta bebida se verán en las preparaciones que describiremos más adelante, donde consumiéndola con leche en vez de agua o usando un pomelo como recipiente se le otorgan nuevos sabores. En torno al consumo de mate, existe una ritualidad social muy marcada en la región de Aysén. La preparación se realiza para compartirla, y será la persona que prepara la infusión quien *"cebará"* para la concurrencia, sea la familia, los invitados o visitas no esperadas a las que se les invita a tomar mate como gesto de atención y recibimiento.

Invitar a tomar mate tiene la connotación de reunirse y compartir un momento de intimidad y conversación. El cebador, rellenará de agua el mate cada vez que lo sirva a una persona, en el sentido contrario a las manecillas de un reloj. Quien recibe el mate, sorbe el agua completamente y lo devuelve al cebador o cebadora, quien procede a rellenar y pasarlo a la persona inmediatamente a la derecha de la anterior. Si alguno de los participantes de la *"rueda de mate"*, da las gracias después de beber en su turno, no se le volverá a servir, pues *"dar las gracias"* significa que la persona se siente satisfecha y no desea servirse más.

Mate amargo

Es la forma de preparación y consumo del mate más tradicional y antigua, conserva el sabor natural de la yerba que es de un particular amargor, levemente ácido, aunque esto puede variar de acuerdo al proceso previo a su envasado. El mate amargo, sólo requiere de un recipiente pequeño donde se pone un poco de yerba, una bombilla y agua caliente, no hervida, cuya temperatura precisa dependerá del gusto de quién está cebando.

En los sectores rurales se llama *"cebar mate"* al acto de preparar y servir la infusión, hasta que se decide a terminarlo, (cuando las personas que están tomando dan las gracias) o se decide seguir tomando, pero cambiando la yerba; el cambio de yerba usada por nueva corresponderá a una *"nueva cebadura"*.

El primer paso para cebar mate es poner a calentar el agua en una tetera o jarro, sin que llegue a hervir. El segundo paso es echar yerba en el recipiente que se usará para mate, puede ser un calabazo (pequeño zapallo redondeado, el que nace de una planta especial, se corta, se vacía y se deja secar para que sirva a este fin), También se puede usar un pequeño jarrito enlozado con una oreja, este es quizás el mate más corriente y accesible que se encuentra en cualquier puesto o casa. Luego viene un sinfín de posibilidades para elaborar mates, en diversos materiales, incluidos los que son una pieza de orfebrería en plata o alpaca. Lo mismo pasa con las bombillas, que pueden ser desde una caña de madera hasta una pieza de plata y oro hecha a mano y bellamente decorada.

La cantidad de yerba que se ponga en el mate es importante para que éste no quede demasiado largo (poca yerba y mucho espacio para el agua) o al contrario, muy corto. La yerba se deja caer libremente hasta que el mate se observa casi lleno, acto seguido esta yerba

suelta, se aprieta o cohesiona al interior del envase dándole pequeños golpes en la base o con las manos, de esta forma baja un poco más su volumen y queda lista para poner el agua. No se introduce la bombilla en el mate mientras está con la yerba seca, porque entonces la bombilla podría taparse y luego dar problemas a la sorber.

La primera agua que se le pone moja la yerba y debe ser de una temperatura medianamente alta, pero por lo general menos caliente que como se tomará el mate finalmente. En este momento se introduce la bombilla en el mate y se acomoda ojalá de manera definitiva. Quien ceba, sorbe esta primera agua del mate con la bombilla y la bota o la toma dependiendo del gusto y costumbre. A partir de ese momento, el mate está listo para empezar a servirse, pero quien está cebando debe ajustar el calor del agua que ya probó al mojar la yerba, entonces si aún le falta temperatura, calienta un poco más el agua antes de empezar a servir o si está demasiado caliente, le agrega un poco de agua fría o tibia antes de empezar a servir. La mayoría de las personas indican que la bombilla una vez ajustada en el mate no debe moverse más, para conservar mejor el sabor.

Para mantener una adecuada temperatura del agua, uniforme a lo largo del tiempo en que se cebará el mate, se suele tener además de la tetera con que se está cebando, un jarro con agua más que tibia encima de la cocina a leña, con el que se irá rellenado la tetera sin que se enfríe, para contar siempre con agua sin interrumpir la cebadura.

Si se toma mate entre varias personas, se empieza sirviendo por la derecha del cebador y así hasta haber dado la vuelta a todos los que están participando, cada persona recibe el mate y lo toma con relativa rapidez, para mantener la fluidez de la acción y que todos tomen. Cuando ya no desea recibir más mate dice *"gracias"* o *"muchas gracias"* al cebador al momento de entregarle el mate. Éste responderá: *"Provecho"*.

Mate Dulce

Se prepara al inicio igual que el mate amargo, pero se le agrega una pequeña cantidad de azúcar y luego el agua, cada vez que se sirve un mate. El azúcar combina de manera muy grata con el sabor de la yerba, quedando una bebida más suave, dulce e igualmente reconfortante. Si a este mate se le agregan *"yuyos"* (hierbas aromáticas como menta, hierba buena, cedrón u otras) se produce una agradable combinación de sabores; también puede llevar cáscara o trocitos de limón, naranja u otros complementos que le dan sabor.

Mate de leche

También se le dice mate *"con"* leche, su característica es que ésta reemplaza al agua, además de llevar azúcar. Se coloca leche en una tetera o jarro manteniéndola caliente, aunque sin hervir y se irá rellenando el mate junto con una pequeña cantidad de azúcar al servirlo, su sabor es suave, dulce, muy agradable, producto de la mezcla de ambos productos. A veces se agrega una cascarita de naranja la que mejora aún más el sabor de este mate.

Mate en pomelo

Se elige un pomelo que se mantenga parado sobre una superficie. Se le hace un sacado pequeño en la parte contraria al punto de apoyo, este orificio debe ser redondo, por ahí se introduce una cucharita para ahuecar un poco la fruta, retirando parte de la pulpa y el jugo. Ese espacio se rellena con yerba mate y luego se prepara el mate de forma normal, cada cierto tiempo, se le agrega el jugo y la pulpa que se retiró, además de azúcar al igual que en el mate dulce.

Mate con huevo

Recuerda Irma Bahamonde de Villa La Tapera, que se hacía batiendo unos dos o tres huevos, dependiendo de la cantidad de personas que iban a tomar mate, luego se agregaba azúcar al batido, mezclando para que espesara y quedara dulce, finalmente leche de vaca hervida y caliente aún, pero cuidando que no vaya a cocer de golpe el huevo. La consistencia que debía quedar era espesa, sin grumos. *"Luego se preparaba el mate normal, se le agregaba un poco de agua y se le iba echando de esta mezcla cada vez, la que le daba dulzor y sabor. No necesitaba más azúcar"*. Esta preparación del mate se hacía para los horarios en que se tomaba mate dulce, a media mañana o media tarde, y era especialmente pensada para darle a los niños porque es nutritivo y una forma distinta de que tomen leche.

Una variación del mate con huevo la entrega Lidia Serón, del sector El León, que recuerda en su infancia haber ido a buscar huevos de caiquén o avutarda: *"Habían muchos en esa época... se batían así nomás en un pocillito y se le iba poniendo por cucharaditas al mate dulce, se puede hacer con huevo de gallina también"*.

CHICHAS

Chicha de arveja

Ida Vásquez de Lago Verde, cuenta que la chicha de arveja la preparaba su abuela cuando vivían en Palena. Sin embargo, su madre fue quien les enseñó la receta, ya que les pedía a ella y sus hermanas colaboración para su realización. *"Esta preparación se hacía por mujeres, porque eran las que se fijaban más en la huerta"*, sentencia Ida y explica que esta receta era un brebaje secundario de la cosecha de arvejas. No se comercializaba ni se utilizaba como trueque, era solo de consumo familiar.

"Al sacar las arvejas de la huerta se seleccionaban las cáscaras más verdes y se desechaban las amarillentas o secas. Las cáscaras se ponían en un fondo con agua, en una enlozada lo hacía mi abuela, para dejarlas hervir por 15 minutos aproximadamente. Cada ciertos minutos, se debe ir observando el fondo y retirando la espuma para que no subiera".

Posterior a la cocción se colaban las cáscaras, y se desechaban. El líquido se dejaba enfriar y se envasaba en garrafas grandes de vidrio opaco. Se deja reposar bajo la sombra (lugar oscuro) alrededor de dos semanas para que fermente.

La chicha de arvejas es una bebida que se sirve fría, color verde opaco, sin aroma particular, menos aromática que la chicha de manzana, menos dulce, de sabor más bien ácido. Según Juana Gatica de Coyhaique *"es una chicha picantita rica, pero a alguna gente no le gusta, porque se le siente el sabor a arveja".*

Chicha de ciruela

La receta de chicha de ciruela de María del Carmen Velásquez de Puerto Aysén, es herencia de su madre y ella la prepara para la familia o amigos. La chicha es una bebida consumida por todos y en todos los momentos del día, asociada principalmente a las épocas de calor y festividades.

La ciruela se dio en gran abundancia en la comuna de Aysén y por lo tanto se utilizaba para otras preparaciones mas allá del consumo fresco. La ciruela para chicha debe estar madura, se cosecha directamente desde los árboles o se recoge del suelo cuando ha caído. Las ciruelas se lavan con abundante agua y se eliminan las impurezas.

Luego son vertidas a una olla con abundante agua y azúcar a gusto. Se colocan sobre la cocina a leña o gas y se hierven por una hora hasta que la fruta toma una consistencia blanda. El hervido se deja enfriar y reposar para posteriormente colar con coladores finos o paños de género, separando la pulpa y pepas del líquido.

El líquido se envasa en botellas de vidrio a las que se les agrega unas cuantas pasas que actuarán como fermentadoras. Las botellas se cierran con corchos o tapa rosca y se dejan reposar en un lugar seco y oscuro durante más de una semana para que el líquido fermente. La chicha se puede consumir en distintas etapas de su preparación: Si se quiere disfrutar como bebida refrescante o jugo natural, debe ser consumida en el momento en que se realiza la preparación o solo con un par de días de reposo. Pasada la semana puede ser consumida como bebida alcohólica. Tanto el jugo como la chicha se sirve fría en vasos, para compartir y celebrar.

Es una bebida de color morado rojizo, textura suave y espesa con un intenso sabor ácido y dulce, dependiendo de la cosecha y el tipo de ciruela.

Chicha de manzana

Francisco Díaz de Villa Ortega, es descendiente de chilotes. Recuerda que su abuelo, llegado a la región en 1915, y su padre hacían chicha. Con ellos aprendió y hoy continúa con la tradición.

"Lo primero es cosechar la manzana a tiempo, a fines de abril madura la manzana acá en Aysén; en Chiloé cosechan en marzo, pero acá por el frío demora más"

Francisco relata que la mayoría de las manzanas sirven para hacer chicha, pero dependiendo de la variedad será el color del producto final. Manzanas rojas dan una chicha más oscura y las verdes y amarillas una chicha más clara. *"Acá la manzana de limón, es la que más se usa"*, enfatiza Francisco.

El procedimiento para preparar chicha es largo y consta de varias etapas: *"Primero se cosecha la manzana, cualquier manzana sirve, se sacude el árbol cae a la pampa después uno la sacude* [limpia], *la embolsa, la lava y va a la prensa, se le saca el puro palito y que no tenga hojas, nada."*

Posteriormente las manzanas pasan al proceso de molienda y prensado para extraer el jugo. *"Esta es la prensa, pero se tiene que poner en una malla, porque si no se desparrama, es mucha presión, ve que esto es una piedra. La malla tiene que ser de perlón. La máquina la hice yo con un dibujo en un papel, que tenga buena caída, para que vaya cayendo, que no quede la manzana, porque si se atora la máquina, no cae el orujo a la batea y el rodillo es de luma y con clavo galvanizado, tiene que ser de luma o si no no aguanta, por las revoluciones, va a 2.000 revoluciones más o menos, la maderas de la prensa también tienen que ser firmes, esta es de coigüe."*

Cuando recién se prensa la manzana, es un jugo turbio con un aroma muy intenso a la fruta, lo que varía y se aminora en el proceso de fermentación, que es la siguiente etapa: *"Después que cae el jugo a la tina,*

ya está listo para envasarse y cuando uno envasa la chicha, por ejemplo a un barril de 200 litros, hay que dejar unos 20 días la tapa suelta para que bote la borra, porque va a empezar a hervir, entonces tapado se puede reventar. Después de 20 días deja de hervir, porque ya bota la borra y ahí se puede tapar y dura hasta dos, tres años la chicha siempre que no tenga toma de aire y en un lugar oscuro de preferencia, ahí recién se hace la chicha, son como dos o tres meses más que tiene que estar tapado. Un barril tiene que tener borra abajo para que la chicha sea buena, porque si no tiene borra se avinagra.

La chicha es una bebida fresca y frutosa, con acidez y dulzor variable según la producción. Color café claro a dorado, transparente o más amarillo, dependiendo de la manzana. Puede variar a más rosáceo por el mismo motivo. El producto final es un líquido sin consistencia, liviano, como agua. La chicha es una bebida de consumo diario y cotidiano, en cualquier horario. Puede tomarse caliente, como forma de dar calor al cuerpo (incluso durante la mañana) o fría como bebida de agrado, acompañando una comida o en ocasiones sociales en que se consume alcohol. Se considera sana, natural e incluso alimenticia.

Francisco relata la tradición de su consumo: *"Antiguamente la gente tomaba pura chicha en Puerto Aysén, cuando se llegaba a una casa la primera atención era la chicha, hasta en un restaurante le invitaban un vaso de chicha, a los niños se les daba cuando estaba como jugo. También se hace chicha cocida, que va hervida, es como sidra, más suave".*

Por lo general no se comercializa en restaurantes como opción de bebida, sino más bien como producto en ferias de producción agropecuaria, al igual que verduras y frutas, huevos o leche. Por eso es posible encontrarla en ferias, envasada en botellas plásticas y eventualmente en algún almacén que vende productos locales, anunciada con carteles que dicen: "Llegó chicha" o "Chicha de la zona".

Chicha de ruibarbo

La preparación de chicha de ruibarbo es compartida por Osvaldo Arratia del sector El Mosco. Según comenta, la receta la aprendió en la escuela parroquial de Padre Las Casas (región de la Araucanía), donde estudió de niño.

El tallo de ruibarbo se pela y se corta en trozos, *"ojalá no tan fino para que el jugo del tallo no se pierda"*, indica Osvaldo. Los trozos se colocan en un *"fondo"* sin agua y se agrega azúcar para macerar por un par de horas. Luego se somete a cocción por al menos dos horas, a fuego alto y olla tapada, revolviendo frecuentemente con cuchara de palo para evitar que se pegue. Osvaldo advierte que no hay que utilizar cucharas metálicas porque cambia el gusto.

Se deja enfriar en el mismo recipiente de cocción. Se cuela y se vierte en envases plásticos, que han reemplazado los *"chuicos y garrafones"* y se guardan en áreas frescas de la casa o en las bodegas lejos del calor, para el proceso de maceración y fermentación que dura varias semanas. En palabras de Osvaldo *"la chicha nueva es como una bebida, más un jugo pa' los chicos, si tiene más de 40 días ya tiene mucho alcohol y se pone volteadora"*. Agrega que *"a mayor picor de la chicha, mayor capacidad de acelerar el cuerpo y ayuda a eliminar lombrices"*.

Osvaldo sirve una chicha bien fría de no más de 15 días, de sabor dulce y levemente ácido y sin picor, es decir de graduación alcohólica baja. Es un líquido de color blanco que se sirve delicadamente sin agitar la botella para no desprender la borra del fondo. Dependiendo de la ocasión se ofrece en vaso o en taza de ponche. Es una preparación que se elabora de manera artesanal para consumo de la familia en el hogar, no hay ningún tipo de comercialización asociada. También puede ser regalada como un presente.

LICORES

Licor de calafate

En Cochrane vive Nils Campos, dirigente del comité "Patagonia Intensa", un grupo de mujeres, que se dedican a procesar productos autóctonos de la región de Aysén, como el calafate. Nils elabora mucho jugo de calafate para vender. Nos explica que *"para realizar el licor se hace el mismo proceso habitual de colar el calafate para obtener la pulpa. La pulpa se deja macerar durante una noche con el azúcar en proporción a la pulpa. Por cada dos medidas de pulpa endulzada se le agrega una medida de pisco o aguardiente. Se embotella y se deja reposar por unos meses antes de ser consumido o vendido. Queda con una textura un poco espesa, muy suave y con mucho sabor al fruto".*

Nils agrega que la receta no la aprendió de nadie, es de su propia elaboración, solo que la fue perfeccionando junto a sus compañeras con el paso de los años, hasta obtener los mejores resultados.

Licor de cauchao

En la Junta, Alba Torres prepara diversos tipos de licores y al ver que este árbol nativo llamado luma da muchos frutos llamados cauchaos, se le ocurrió que podía preparar licor con él.

"Se recolectan los frutos del árbol con mucho cuidado sacándolos en forma de racimo. Se limpian bien de los tallos y mugrecitas que puedan tener. Se disponen los frutos limpios en una olla con azúcar y un poquito de agua. Se pone a cocer unos cinco minutos para que larguen su propio jugo y se disuelva el azúcar. Esta mezcla se deja fermentar". Alba agrega que su licor tiene bajo contenido alcohólico. Tiene un color violeta oscuro intenso, propio del color del cauchao. Es muy apetecido por los turistas que visitan la zona de La Junta, porque ven el fruto en el árbol de la luma y también pueden degustar un producto a base al cauchao.

Licor de hinojo

En la localidad de Puerto Guadal, a orillas del lago General Carrera, en el año 1999 se realizaron capacitaciones a mujeres que tenían la intención de hacer subproductos de las materias primas que tenían en su entorno. Fabiana Silva se perfeccionó en licores y comparte la receta de licor de hinojo, que considera como *"su producto estrella"*. El hinojo es una hierba medicinal que se cultiva en casi todos los hogares, una vez que se planta puede durar muchos años. Se usaba para dar en infusión a los niños cuando tenían dolores de guatita o de vejiga. Fabiana explica que esta planta le trae a la memoria muchos recuerdos de infancia.

La preparación es la siguiente: *"Después de cosechar el hinojo fresquito, lo pongo a macerar con aguardiente por varios días, hasta que la hierba comienza a largar su tonalidad verde. De vez en cuando se va revolviendo y apretando con una cuchara de madera para que suelte mucho más su aroma y sabor. Pasado unos quince días, se cuela. Al colado se le agrega un almíbar, que lo voy haciendo con agua y azúcar sobre el fuego, hasta que se disuelve el azúcar. Siempre se va rectificando el sabor, tanto del hinojo como de dulzor"*. El almíbar va a otorgar cuerpo al licor, por lo que queda de una textura de jarabe. *"Mientras más tiempo se deja reposar, mejor es el sabor y aroma"* afirma Fabiana.

Este licor, al igual que la hierba del hinojo, sirve para dolores estomacales o como un rico bajativo.

Enguindado, enguindao

Esta receta pertenece a la tradición de la familia Sandoval del sector Ensenada Valle Simpson. Se la prepara con la fruta madura obtenida de los añosos y generosos guindos del huerto, durante el verano. Las guindas se cosechan directamente del árbol, se retira el palito y se colocan en el interior de botellas, garrafas o frascos de vidrio previamente lavados y secos. Una vez acomodadas en el interior del envase (hasta la mitad) se agrega azúcar granulada hasta completarlo, permitiendo que se pueda tapar. La mezcla se deja reposar por varios días, de preferencia al sol o en un lugar cálido de manera que el azúcar se disuelva en el jugo liberado por la guinda. Las botellas o frascos deben moverse periódicamente, cambiando sus ángulos de inclinación y exposición al sol o calor, evitando que el azúcar se acumule en el fondo. Cuando el volumen ocupado por la mezcla cubra la mitad del recipiente y se observe abundante jugo de color rosado intenso y viscoso, se agrega aguardiente hasta completar el recipiente. Se vuelve a tapar, se mezcla bien y se deja reposar nuevamente. El tiempo de reposo es a gusto de quien lo prepara y consume, puede ser una semana o más. Mientras más repose, mejor queda. Una vez listo se guarda en un lugar oscuro y fresco.

Ponche de frutilla silvestre

Conocido también como Frutillón o Borgoña, este ponche con frutillas es una receta familiar recuperada de la señora Ester Sandoval del sector Ensenada Valle Simpson, preparado con frutillas silvestres. Las frutillas recolectadas se limpian de su tallo y hojas y se maceran unas horas con azúcar (por dos tazas de frutillas se utiliza una taza de azúcar) y un poco de vino para humedecer la preparación. Una vez pasado el tiempo de reposo (aproximadamente 2 a 3 horas) se agrega el resto del vino hasta completar dos litros, revolviendo para disolver completamente el azúcar. Dependiendo de la ocasión se puede preparar más suave, agregando un poco de agua o más fuerte, con un poco de licor fuerte, sidra o champaña. Otras posibles variaciones es prepararlo con frutilla de huerta, frutillas en conserva o adicionar otra fruta distinta.

Es una bebida de color rojo morado o rosado dependiendo del color del vino, dulce, liviana y perfumada. La señora Ester lo preparaba con frecuencia cuando había visitas o en celebraciones familiares y con presencia de mujeres. Por las cantidades preparadas en esas ocasiones se utilizaba una olla grande y se servía con cucharón en vasos medianos o idealmente en tazas de ponche, teniendo cuidado de verter una generosa cantidad de frutillas junto con el líquido.

8 | Biografías de entrevistados/as

Marcela Agüero Muñoz

ARTESANA, RECOLECTORA.

Villa Ortega, comuna y provincia de Coyhaique. Es artesana en fieltro y madera, participante activa de la organización comunitaria de artesanas "Mi Taller Ché". Se dedica a la recolección de hongos silvestres comestibles, siendo la morilla el principal. También es gestora cultural en su comunidad, organizadora del Festival de la Morilla, evento que se viene desarrollando hace ya 4 años, para celebrar el periodo de fructificación de este hongo.

Elena Aguilar Álvarez

AGRICULTORA.

Chile Chico, provincia General Carrera. Nació en Puerto Cristal y a los 10 años se fue a vivir a Chile Chico. Junto a su marido Rafael Fuentealba Ruiz, produce papas, ajos y otras hortalizas para la venta. Actualmente desarrolla un emprendimiento de pastas de ajo, mermeladas y cerezas en conservas.

Cecilio Aguilar Galindo,

CULTOR TRADICIONAL, MÚSICO, INVESTIGADOR.

Coyhaique, comuna y provincia de Coyhaique. Investigador de las costumbres y tradiciones de Aysén continental, ha realizado diversos trabajos en áreas como la cocina tradicional, soguería, música y otras temáticas.

Élida Aguirre Pinilla,

MICROEMPRESARIA.

Río León, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Hija de antiguos pobladores del sector. Junto a su esposo y dos hijas han sido pioneros en materia turística, levantando una empresa familiar de alojamiento, camping y comedor en su predio, ubicado al sur del puente sobre el río Leones, en la Carretera Austral. Fue reconocida por SERNATUR como mujer empresaria el año 2017.

Mirta Alvarado Alvarado,

EMPRENDEDORA.

Puerto Gala, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Se encuentra entre las primeras pobladoras de Puerto Gala. Mujer de múltiples actividades, cantante, compositora, poeta y cocinera. Actualmente junto a su marido, tiene un local donde ofrece comida y alojamiento, cuyo nombre es El Galeón de Manuelito.

Bella Álvarez Catalán,

COCINERA Y CONOCEDORA DE LAS ANTIGUAS PRÁCTICAS CULINARIAS.

Puerto Guadal, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Originaria de Río León, de familia pionera en dicho sector, donde pasó su infancia y juventud, aprendiendo los distintos trabajos propios de la vida campesina. Cuando se casa, parte a vivir a Puerto Guadal de donde era la familia de su esposo. Vive allí desde hace 60 años.

Luz Andrade Méndez,

DUEÑA DE CASA, COCINERA.

Coyhaique, comuna y provincia de Coyhaique. Criada en el campo, aprendió de su abuela y su madre preparaciones tradicionales, mezcla de la cocina chilota y criolla aysenina, también a cultivar la tierra. Aunque ahora vive en un sector urbano, mantiene la costumbre de cultivar verduras, hierbas medicinales y de uso culinario, con lo que agrega un sabor especial a sus comidas.

Marta Arias Carrillo,

ANTIGUA POBLADORA.

Villa la Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Conocedora de la vida campesina y las formas tradicionales de producir y preparar los alimentos, así como también conservarlos, en lugares y condiciones donde se hacía difícil el abastecimiento. Aprende de cocina por tradición familiar, en especial de su madre.

Atanasio Arias Solís,

AGRICULTOR.

Villa Amengual, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Se desempeña en diversos oficios, ya que conoce la vida y trabajos del campo. Antiguamente trabajó como tropero de la zona y también se desempeñó en el trabajo ganadero en estancias. Es reconocido en su comunidad por saber preparar algunas comidas de la forma antigua y tradicional, como por ejemplo el "puchero".

Sonia Aros Puinao,

COCINERA.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Nació en dicha localidad. Relata que sus padres vienen de una isla llamada Coldita "*una isla de Chiloé, yo fui la primera que nació acá y tuve cuatro hijos*". Se define como una mujer muy trabajadora, que ha desempeñado diversos oficios, en hospedajes y casinos de empresas. Ella es parte de las cocineras que participaron de la festividad del Erizo, que se realizó por primera vez los días 12 y 13 de Octubre de 2018.

Osvaldo Arratia Vidal,

CAMPESINO, ENTRE MUCHOS OTROS OFICIOS.

Sector el Mosco, comuna de O´Higgins, provincia Capitán Prat. Asentado en las orillas del traicionero río Mosco a unos 300 metros de Villa Ohiggins, pasa sus días entre sus aves, la madera, y su rancho. Llega a estas tierras desde Cochrane, hacia 1966. Es reconocido como maestro aserreador, botero y agricultor, habla mapudungun y es conocida su habilidad en el manejo de cultivos y plantas medicinales. "El Tata Arratia" como todos lo conocen es padre de cuatro hijos y abuelo de varios nietos.

Yuri Arre Krause,

PRODUCTOR GANADERO.

La Junta, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Es oriundo de La Junta, miembro de una antigua familia del sector norte del río Palena. Criador de vacuno clavel, integra la Asociación Gremial de Ganaderos y Agricultores de La Junta. Dos veces electo alcalde de la comuna de Cisnes entre los periodos 1994-2004 y actualmente director del Comité de Agencia de Área, CADA de la localidad.

Enriqueta Avendaño Barrientos,

COMERCIANTE, COCINERA Y AGRICULTORA.

Coyhaique, comuna y provincia del mismo nombre. Originaria de Chiloé, llegó hace varios años a la región de Aysén. Enriqueta prepara una gran variedad de alimentos a la usanza chilota, vende sus productos en una feria de Coyhaique y en el negocio que mantiene junto a su marido, La Isla, especializado en productos de Chiloé, además de eso cuenta con un sitio camino a Puerto Aysén donde siembra, mantiene una quinta y cuenta con un fogón para hacer sus preparaciones "al rescoldo"; se encuentra también instalando un restaurante en Puerto Cisnes.

Irma Bahamonde Cortéz,

ENCARGADA DE LA DELEGACIÓN MUNICIPAL.

Villa La Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Por muchos años vivió en Cisne Medio, en el campo, donde recuerda las dificultades para abastecerse de todo lo necesario. Conserva recuerdos y aprendizajes acerca de las formas más antiguas de preparación de alimentos y también se interesa en recopilar testimonios y conocimiento de los pobladores antiguos de su sector.

Roberto Barría Mella,

PESCADOR ARTESANAL.

Estero Copa, islas Huichas, comuna y provincia de Aysén. Nació en la ciudad de Coyhaique y actualmente reside y trabaja en islas Huichas. Se considera un heredero de los conocimientos de los pescadores más antiguos de quienes aprendió el oficio de la pesca observando su trabajo. Además de la pesca se dedica a la elaboración de productos ahumados, en especial pescados.

Adolfo Barría Zapata,

MADERERO.

Caleta Tortel, comuna de Tortel, provincia Capitán Prat. Es el mayor de nueve hermanos, todos dedicados a desarrollar oficios de carpintería y madera. Hijo de María Zapata, oriunda de Bahía Jara y de Jimeno Barría (Q.E.P.D). Dedicado actualmente a la extracción de ciprés y leña, se ha desempeñado en diversos oficios ligados al campo y la ganadería.

Bernarda Barrientos Barría,

DUEÑA DE CASA Y COCINERA.

Puerto Aguirre, islas Huichas, comuna y provincia de Aysén. Es reconocida por su preparación de empanadas de loya. De niña vivió en Caleta Andrade, donde aprendió esta receta de su madre. La sigue practicando habitualmente, ha sido entrevistada anteriormente por sus conocimientos culinarios.

Virma Becerra Sandoval,

RECOLECTORA DE HIERBAS, FRUTOS Y HONGOS SILVESTRES.

Villa La Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Dueña de la residencial Doña Virma y dirigenta de “Las Taperitas”, grupo de recolectoras. Conocedora de una variedad de recetas y formas tradicionales de preparación de alimentos, muchas de ellas aprendidas de su madre Elba Sandoval, recientemente fallecida.

Laura Berrocal Cáceres,

ADMINISTRADORA DE LA FARMACIA LOCAL EN CHILE CHICO.

Comuna del mismo nombre, provincia General Carrera. Nacida en esta localidad, recuerda que sus padres tuvieron el hotel y restaurante Austral, por lo que se vinculó a la cocina y posteriormente también tuvo un restaurante en Los Antiguos, Patagonia argentina, donde vivió una época, pero siempre se ha mantenido ligada a Chile Chico donde regresa a vivir el año 2010.

Nelly Berrocal Solís,

DUEÑA DE CASA, COCINERA.

Mallín Grande, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Llegó desde Valdivia a vivir a ese sector

con sus padres, pero alcanzó a vivir en la zona centro sur de donde conserva conocimientos propios del lugar y otros transmitidos por su abuela a quien recuerda mucho. Estos saberes se han ido combinando con su experiencia de vida en Aysén.

Javier Bórquez Bulnes,

TÉCNICO AGRÍCOLA Y EMPRENDEDOR.

Puerto Cisnes, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Junto a su esposa, es dueño del hostal y restaurante Lafquen Antu. Cuenta que aprendió algunas preparaciones mirando como las hacía su madre y las sigue practicando, como la tortilla de puyes.

Elicia Cadagan Cadagan,

CAMPESINA, AGRICULTORA Y QUESERA.

Lago Atravesado, comuna y provincia de Coyhaique. Se ha dedicado a mantener y hacer producir su campo junto a sus hijos y nueras. Mantiene variedades de frutales mayores y menores y cultivos en huertas e invernaderos. Por sus conocimientos como quesera y agricultora ha sido entrevistada para diversos trabajos de investigación y programas de televisión.

Ada Cadagan Durán,

CAMPESINA, PRODUCTORA Y COMERCIANTE.

Ensenada Valle Simpson, comuna y provincia de Coyhaique. Es dueña en Coyhaique de la carnicera equina Club Hípico. Descendiente de familias pioneras del sector, se dedica a la compra y venta de ganado. Tiene conocimientos en relación con el faenamiento de animales y sus usos.

Gloria Cadagan Opazo,

EMPRENDEDORA EN EL RUBRO GASTRONOMÍA.

Puerto Cisnes, comuna de Cisnes provincia de Aysén. Ha trabajado por años junto a su madre en el restaurante Panchita. Es conocedora de la cocina y los productos locales. Actualmente está dedicada a su rol de concejala de la comuna de Cisnes.

Hilda Cadagan Opazo,

DUEÑA DE CASA.

Villa Amengual, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Nació en Río Pico, Argentina y llegó recién nacida con sus padres a Villa La Tapera, el año 1944. Es una de las pobladoras antiguas del valle superior del río Cisnes. Conocedora de la vida campesina en la que se crió, recuerda las épocas en que las condiciones del tiempo y la conectividad casi inexistente, imponían un enorme sacrificio y dificultad para la vida cotidiana y la crianza de ganado.

Nils Campos Olivares,

ARTESANA Y RECOLECTORA.

Localidad y comuna de Cochrane, provincia Capitan Prat. Se dedica a trabajar en lana y madera en comunidad con otras artesanas de la localidad, también se dedica a la recolección de productos forestales no madereros, actividad que realiza junto a la agrupación “Patagonia Intensa” a la que pertenece.

Maria Canible Oyarzo,

DUEÑA DE CASA, COCINERA Y VENDEDORA DE PRODUCTOS CONGELADOS.

Puerto Aguirre, comuna y provincia de Aysén. Prepara curantos y tortillas al rescoldo por encargo. Conocedora de distintos oficios relacionados con la pesca y la vida en el mar, en los que aprendió a trabajar de niña junto a su familia.

Aroldo Cárdenas Cárdenas,

OPERADOR DE CALDERAS.

Caleta Tortel, comuna de Tortel, provincia Capitán Prat. Trabaja en la Municipalidad de Tortel, pero se ha desempeñado en diversas actividades ligadas a la vida campesina y la ganadería.

Baldramina Carrillo Hernández,

ARTESANA TEJEDORA, DUEÑA DE CASA.

Villa La Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Conocedora de antiguas prácticas culinarias.

María Castillo Valdebenito,

ARTESANA Y RECOLECTORA.

Puerto Ibáñez, comuna de Río Ibáñez, provincia General Carrera. Nacida en el fundo El Manzanal, sector rural de la comuna. Desciende de las primeras familias que poblaron la zona, donde aprendió todo lo relacionado con la vida rural. Preside el Comité de recolectoras “Las Collallas”.

Irma Catalán Pacheco,

DUEÑA DE CASA Y HORTICULTORA.

Chile Chico, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Es originaria de Bahía Murta donde vivió gran parte de su vida. Se dedica a la huerta donde cultiva diversidad de productos y también a la producción de queso. Toca el acordeón como autodidacta.

Rosa Caucamán Tabares,

AGRICULTORA.

Sector Chacras en Cochrane, comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Sus padres fueron colonos en el sector de San Lorenzo, donde pasó parte de su infancia, pero luego ha vivido en Cochrane donde se ha desempeñado como dirigenta social, además de ser agricultora y apicultora. Recuerda algunas recetas que preparaba su padre cuando ella era muy pequeña.

Rayén Cayún Sepúlveda,

ARTESANA, RECOLECTORA, ENCARGADA BIBLIOTECA PÚBLICA.

Puerto Ibáñez, comuna de Río Ibáñez, provincia General Carrera. Descendiente de familia pionera del sector Laguna Sepúlveda, donde nació. Por su infancia campesina adquiere conocimientos acerca de la crianza y ordeña de chivas. Guardadora de los conocimientos familiares de origen mapuche huilliche y criollo chileno. Integra el Comité de recolectoras “Las Collallas” y el Comité de artesanas “Chewachekena”.

Carlos Contreras Beroiza,

TRABAJADOR EN EMPRESA DE TURISMO.

Puerto Guadal, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Hijo de pobladores antiguos del sector donde vive y trabaja. Se desempeña en un lodge de pesca de Puerto Guadal, es conocedor del territorio, la pesca en el lago y la culinaria tradicional.

Jorge Contreras Muñoz,

CULTOR TRADICIONAL, CANTAUTOR Y MÚSICO.

Sector El Claro, Puerto Ibáñez, comuna de Río Ibáñez, provincia General Carrera. Criado en el campo aprende a desempeñarse en diversos oficios ligados principalmente a la ganadería, se dedica también a profundizar en el conocimiento de la cultura tradicional de Aysén continental a través de la música. En la actualidad se encuentra ligado a la prestación de servicios de turismo cultural, a través de su establecimiento "Alma Gaucha".

Isabel Coñoecar Vidal,

DUEÑA DE CASA, AGRICULTORA, COCINERA Y QUESERA.

Cerro Galera, comuna y provincia de Coyhaique. Criada en sectores rurales de Aysén continental, cuenta con variados conocimienos de la vida campesina y las prácticas culinarias tradicionales, las cuales mantiene vigentes.

Dina Cruces Avilés,

AGRICULTORA Y ARTESANA.

Lago Vargas, comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Hija de colonos del sector Lago Vargas que llegaron en 1949. Aprende de su abuela y su madre las preparaciones de diversas comidas que marcaron su infancia en el campo.

Elia Cruces Avilés,

DUEÑA DE CASA.

Caleta Tortel, comuna de Tortel, provincia Capitán Prat. Nacida en sector Río Baker, junto a catorce hermanos y hermanas de los cuales hoy quedan once vivos. Pasa su infancia en el campo y cuando ingresa a la escuela se va a vivir a Tortel donde luego forma su familia y vive hasta hoy. Recuerda que aprendió de su madre las comidas que sigue haciendo hasta ahora.

Fresia Cruces Riquelme,

DUEÑA DE CASA.

Sector Chacras, localidad y comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Agricultora y ganadera, sus padres llegaron como pioneros a Cochrane. Aprendió con su madre los trabajos del campo, el cultivo de la huerta y la culinaria tradicional.

Bernardo Chávez Gutiérrez,

PESCADOR ARTESANAL Y BUZO MARISCADOR RETIRADO.

Caleta Andrade, comuna y provincia de Aysén. Nacido en isla Queullín, cerca de Puerto Montt, llega el año 1953 a vivir, primero a Puerto Aguirre y luego se establece en Caleta Andrade. En sus años en islas Huichas ha desempeñado diversos trabajos, como ayudante de buzo, trabajando en la planta conservera "Ancla" hasta mediados de la década del '70 y cultivando la tierra para el consumo familiar desde muy joven.

Jose Fernando Chiguay Cárdenas,

TRANSPORTISTA Y COMERCIANTE.

Coyhaique, comuna y provincia homónimas. Mantiene junto a su señora un terreno en el sector Los Torreones (comuna de Aysén), donde siembran y cosechan diversidad de productos, además cuentan con fogón para elaborar preparaciones tradicionales. Nació en Chiloé, en la isla Cailín y llega en 1990 con su señora a Puerto Chacabuco primero, porque tenían lancha y él era pescador, luego se trasladaron a Coyhaique donde tienen un negocio llamado La Isla, especializado en productos y comidas de Chiloé.

Mabel Chiguay Carimoney,

PESCADORA ARTESANAL, ARTESANA Y COCINERA.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Llega el año 2002, para quedarse en lo que ella llama "*mi querida Melinka*". Reconocida como cocinera experimentada, una de sus especialidades es el curanto al hoyo, junto a otras preparaciones que son parte de la oferta de servicios turísticos que junto a su marido han desarrollado en la isla.

José Manuel Chiguay Ruiz,

BUZO MARISCADOR RETIRADO.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. "*Mi dedicación es el mar, bucear*". Recuerda aquellos tiempos en que las recetas fueron aprendidas y traspasadas por sus mayores, comentando que aprendió a cocinar por necesidad, porque su madre salía a la pesca y él debía atender a sus hermanos, en tiempos de poco abastecimiento por lo que aprende a arreglarse con lo que tiene a mano.

Lavinia Chodil Vidal,

SE DESEMPEÑA COMO ENCARGADA EN LA POSTA DE SALUD RURAL.

Caleta Tortel, comuna de Tortel, provincia Capitán Prat. También es dueña de casa y cocinera; activa participante de la Asociación Indígena Menco en su localidad, donde prepara recetas tradicionales con influencia chilota, como los milcaos, entre otras.

Berta Díaz Añasco,

AGRICULTORA.

Sector Viviana Norte, comuna y provincia de Aysén. Junto a su marido se dedican al cultivo de grandes chacras, huertas e invernaderos, también crían aves y "*unas pocas ovejas para el consumo*", ya que el espacio en su parcela está dedicado principalmente a la producción hortícola. Cuentan también con frutales menores y árboles frutales. El orden y cuidado del predio junto a la calidad de su producción han hecho que su parcela sea modelo para diversas actividades que organiza INDAP.

Blanca Díaz Barría,

COCINERA, DUEÑA DE LA RESIDENCIAL Y COCINERÍA EL MONCHITO.

Puerto Cisnes, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Aprendió mirando cocinar a su abuela y su madre, y le gusta conservar esas formas y sabores en la comida que prepara actualmente para su familia o en su local.

Olaya Díaz Hernández,

FUNCIONARIA EN EL HOSPITAL.

Puerto Cisnes, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Criada en la localidad, tiene conocimiento de la forma de vida de los primeros tiempos de poblamiento de Cisnes, donde era difícil abastecerse de todo: "*había que andar una semana a caballo para llegar donde había algo de alimento que era Puyuhuapi o Lago Verde*". Pese a esas dificultades, valora lo puro de la alimentaciónd de antes: "*era muy pura,se sembraba harto y se tenía la carne*".

Francisco Díaz Mansilla,

PRACTICA DIVERSOS OFICIOS EN EL MUNDO RURAL Y URBANO.

Coyhaique, comuna y provincia del mismo nombre. Se desenvuelve entre Coyhaique y Villa Ortega donde tiene junto a su esposa una parcela y árboles frutales, principalmente manzanos. Se dedica a la producción de chicha en la temporada, tradición que aprendió de su familia originaria, de ascendencia chilota, que se instala a vivir en Puerto Aysén. Prepara chicha en su parcela, donde tiene manzanas de diversas variedades, o recibe manzanas para hacer "a medias", utiliza una máquina fabricada por él mismo.

Norma Duamante Barría,

TÉCNICO EN EDUCACIÓN PARVULARIA Y DUEÑA DE CASA.

Puyuhuapi, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Llega a vivir a Puyuhuapi en 1986, donde se hace cargo del naciente Jardín Infantíl. Su abuelo chilote, había vivido muchos años antes en Puyuhuapi, trabajando en la construcción del pueblo. Cocinera experiementada, conserva la tradición chilota heredada de su familia y lo que ha aprendido con las personas de la localidad. En la época turística vende algunas de sus especialidades.

Erica Eggers Rosas,

CAMPESINA Y DUEÑA DE CASA.

La Junta, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Vivió en diversos sectores rurales en el periodo en que La Junta era un poblado en formación, se desempeñó en toda clase de faenas propias del campo, entre esas la ordeña y elaboración de quesos, también la siembra y aprovechamiento de plantas y frutos silvestres, por lo que ha acumulado un gran conocimiento y experiencia acerca de todos estos temas.

Mercedes Escalona Briceño,

EMPRESARIA.

Chile Chico, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Socia de la empresa Charqui Vientos de la Patagonia, originaria de la zona central, en el año '78 se trasladó a Chile Chico junto a su esposo y socio, con quien desarrolla este emprendimiento. Mercedes, además de trabajar en la producción de charqui, también cocina para su familia y trabajadores, ocupando el charqui en varias de sus recetas.

Hortensia Escobar Muñoz,

COCINERA Y CONOCEDORA DE LAS PROPIEDADES MEDICINALES DE LAS HIERBAS.

Localidad y comuna de Tortel, provincia Capitán Prat. Nacida en el sector del Baker, llega a vivir a Tortel el año 1986. Es auxiliar en la Municipalidad de Tortel y también se dedica a la venta de comidas preparadas, el tejido y la costura. En la comunidad la buscan para que prepare remedios con hierbas que ella misma recolecta y seca. Estos conocimientos cree que vienen de su bisabuela que era "yuyera" y fue transmitiendo su conocimiento a las mujeres de su familia.

Carmen Espinoza Arriagada,

DUEÑA DE HOSPEDAJE COCHRANE.

Localidad y comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Actualmente bordea los 100 años, por lo que ha dejado de trabajar en su hospedaje, como lo hizo gran parte de su vida, ahora lo administra su hija. La señora Carmela, como la conoce la comunidad, se dedicó siempre a la cocina, para su familia y sus huéspedes, es reconocida por sus muchos conocimientos acerca de las prácticas de cocina tradicional.

Carmen Fernández Fernández,

DUEÑA DE CASA Y COCINERA.

Puerto Gala, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Nacida en Coronel, en la séptima región. Actualmente es dueña de un hospedaje donde también entrega alimentación a los huéspedes. Además del hospedaje, que trabaja junto a su esposo, atiende un almacén, y antes fue pescadora y mariscadora, por lo que conoce en profundidad la vida en el litoral y los productos que entrega.

Alfredo Fica Andrade,

CAZADOR, COCINERO, ASADOR.

Coyhaique, comuna y provincia de Coyhaique. De origen campesino, conoce diversos oficios que sigue practicando, entre ellos la caza legal, por lo que es conocedor de los ciclos y técnicas de caza de animales silvestres y sus formas de preparación, como también las prácticas culinarias tradicionales para la preparación de carnes y asados al palo.

Ema Figueroa Delgado,

DUEÑA DE CASA.

Localidad y comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Con 4 años llega a vivir a Lago Verde, en 1942. Ha formado una extensa familia y es reconocida en su comunidad como una mujer generosa y solidaria. Ema cocina, siembra en huerta e invernadero, cría aves y mantiene algunas ovejas también, conservando la forma de vida y abastencimiento de los primeros pobladores de la localidad.

Evaristo Figueroa Flores,

TROPERO Y PUESTERO DE ESTANCIA.

Villa La Tapera, comuna Lago Verde, provincia de Coyhaique. Antiguo poblador del sector, se ha desempeñado en trabajos como tropero y puestero, adquiriendo conocimientos acerca de las formas de preparación y conservación de alimentos.

Uberlinda Figueroa Quilodrán,

CAMPESINA, ARTESANA Y RECOLECTORA.

Península Levicán, comuna de Río Ibáñez, provincia General Carrera. Se dedica a la elaboración artesanal de mermeladas con frutos silvestres, pertenece a un Comité de recolección de frutos y productos no madereros y es presidenta de la Junta de Vecinos de Península Levicán. Participó como organizadora de la primera “Fiesta del Chivo” en Levicán.

Alicia Forranca Retamal,

AGRICULTORA, CHACARERA, DUEÑA DE CASA.

Sector Río Mosco, Villa O`Higgins, Provincia Capitán Prat. Nacida en el sector de Río Mayer, debe sus conocimientos de gastronomía y manejo de hortalizas y hierbas medicinales a su madre Isolina Retamal de Coyhaique y su padre Eduardo Forranca, oriundo de Osorno, de oficio zapatero. De ascendencia mapuche llegaron a estas tierras en 1966 , buscando sustento ante la compleja situación que se vivía en las tierras rurales del norte del país.

Elena Gallardo Gallardo,

HORTICULTORA Y EMPRESARIA.

Sector Río Los Palos, comuna y provincia de Aysén. Actualmente dedicada a su negocio Casa Blanca, en la ciudad de Puerto Aysén, donde trabaja una panadería y también cuenta con hospedaje y servicios de alimentación. Pertenece a la agrupación de mujeres campesinas "Las Maravillas de Puerto Aysén", organización que trabaja en el rescate e intercambio de saberes del agro y semillas.

Juana Gatica Zenteno,

HORTICULTORA.

Sector Cerro Negro, comuna y provincia de Coyhaique. Nació en Valdivia y llegó a Aysén a los dos años, a mediados de los '50. Casada con Carlos Álvarez Apablaza, nacido también en Valdivia. Juntos se dedican a la producción y comercialización de papas y otros productos agrícolas. Venden todos los sábados en una Feria de Coyhaique.

Víctor Gueichatureo Uribe,

INGENIERO ACUÍCOLA.

Puerto Aguirre, comuna y provincia de Aysén. Como hijo de padre piloto de embarcación y pescador, conoció de niño la vida y trabajos del mar. Por su formación y esta experiencia, conoce los productos del mar, sus ciclos de reproducción y extracción así como las técnicas o artes de pesca y sus particularidades locales.

Filomena Guenteo Vargas,

DUEÑA DE CASA Y DUEÑA DE HOSPEDAJE.

Caleta Andrade, islas Huichas, comuna y provincia de Aysén. Experimentada cocinera. Proveniente de la región de Magallanes, recuerda: "*nací en el Estrecho de Magallanes a 8 km del faro Rapel*". A temprana edad se instala con su familia en el litoral de Aysén, lugar donde su padre se dedicó a los trabajos del mar, sea pescando o mariscando, transmitiendo todos sus saberes a su hija.

Brígida Guenten Fernández,

COCINERA EXPERIMENTADA.

Puerto Cisnes, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Ha trabajado en la cocina en algunos restaurantes, pero actualmente está dedicada a su casa y su familia. Aprendió a cocinar de su abuela, sigue manteniendo y practicando las recetas tradicionales que recibió.

Alicia Haro Mardones,

EMPRENDEDORA TURÍSTICA.

Sector Cerro Galera, comuna y provincia de Coyhaique. Aunque de profesión asistente social, Alicia se ha interesado desde siempre en los negocios, por lo que es dueña de diversos emprendimientos. El más reciente y

significativo, porque está ligado a la memoria de su padre, es el Fundo don Gerardo, que con el eslogan: "en el corazón de la Patagonia", invita a los turistas a vivir la experiencia de "ser gaucho por un día".

Andrés Hernández Saravia,

AGRICULTOR.

Villa La Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Antiguamente se desempeñó como tropero de la zona, lo que le permitió conocer en detalle muchos lugares y personas, es aficionado a la historia y rescate de tradiciones, especialmente precolombinas.

Gely Hernández Velásquez,

DISEÑADORA GRÁFICA.

Sector Río Los Palos, comuna y provincia de Aysén. Ligada a la cocina por tradición familiar, conoce y practica diversas recetas que ha recibido de la memoria de sus mayores y que se vinculan con la disponibilidad de productos del mar y de la tierra, propios de Puerto Aysén.

Teresa Herrera Aguilera,

HORTICULTORA, DUEÑA DE CASA.

Localidad y comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Actualmente integra una agrupación de adultos mayores, muchos de los cuales tienen conocimientos y experiencia acerca de semillas y antiguos usos agrícolas. Teresa identifica los antiguos frutales de Chile Chico y quienes los sembraron.

María Huenul Henríquez,

DUEÑA DE CASA Y EMPRENDEDORA TURÍSTICA.

Puerto Guadal, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Nació en el sector de Los Rodados en Puerto Bertrand, pero se trasladó a Guadal, donde actualmente vive. En su casa con hermosa vista al lago General Carrera, cuenta con servicios equipados para recibir turistas, a los que también les ofrece comida que ella prepara. Mantiene huerta e invernadero, con verduras y flores, también cría gallinas.

Manuel Ibáñez Cariaga,

PESCADOR ARTESANAL.

Puerto Gala, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. En una etapa se dedicó a la pesca de rollizo y mantarraya, pero luego por condiciones del mercado se dedicó a la pesca de congrio y merluza. Junto a su esposa Mirta Alvarado es dueño del local El Galeón de Manuelito, en Puerto Gala.

Marisol Inostroza Alarcón,

DUEÑA DE CASA, AGRICULTORA.

Cochrane, comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Sus abuelos fueron colonos en Cochrane. Dueña del hospedaje La Sureña, se dedica a la siembra, actividad que aprendió de su madre, junto con la conservación de semillas. Actualmente con su trabajo en la siembra, se abastece para el consumo familiar y su hospedaje, donde también ella cocina.

Danka Ivanoff Wellmann,

INVESTIGADORA DE LA HISTORIA PATAGÓNICA.

Chile Chico, comuna del mismo nombre, provincia General Carrera. Desde principios de los años setenta del siglo pasado, se ha dedicado a investigar la historia de Aysén. Es autora del exitoso libro *La Guerra de Chile Chico o los sucesos del lago Buenos Aires*, que ya va en su octava edición. Su padre era de origen búlgaro y su madre de origen alemán.

Antonio Jaramillo Cifuentes,

CAMPESINO.

Lago Verde, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Vive cerca de la frontera, gusta de la vida tranquila del campo en armonía con el medioambiente. Es reconocido en su comunidad como uno de los pobladores antiguos, guarda mucho conocimiento acerca de distintos oficios relacionados con la vida rural.

Dominga Jaramillo Cifuentes,

DUEÑA DE CASA, HUERTERA.

Lago Verde, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Dominga es conocida por su trabajo con las plantas, las identifica y conoce sus cuidados, por lo que ha ido juntando diversidad de especies y reproduciéndolas por largos años; también se dedica a la siembra de huertas.

Benjamín Lafuente Retamales,

AGRICULTOR, CAMPESINO.

Sector Ensenada Valle Simpson, comuna y provincia de Coyhaique. Originario de Palena, lleva más de 20 años viviendo y trabajando en distintos sectores de la región de Aysén, tanto en el manejo de ganado, como en labores de agricultura, para consumo y venta.

José Legue Cuyul,

ESPECIALISTA EN CULTIVO DE PLANTAS.

Ciudad y comuna de Coyhaique, provincia de Coyhaique. Cuenta que desde hace 28 años trabaja cultivando plantas y haciendo jardines, en el mismo campo de la familia Cristi, donde hoy se encuentra la empresa PatagoniaEstampa Arte / diseño y vivero. Dice que "l*a misma tierra me ha ido enseñando*" y que mientras más se trabaja, más se aprende. En el vivero trabaja en la producción y cuidado de todo tipo de árboles, plantas de flores y frutales menores, en especial frutales nativos como maqui, calafate y zarzaparrilla en diversas variedades.

Sandra Edith Lepio Carimoney,

TRABAJADORA EN EMPRESA DE GASTRONOMÍA EL RANCHO.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Nació en Coyhaique, sin embargo su vida la ha desarrollado en Repollal y ahora en Melinka. Hija de padres chilotes, que migran un poco antes del terremoto de 1960. Recuerda que en su infancia siempre estuvo ligada a los alimentos y preparaciones, poniendo en práctica lo aprendido cuando a la edad de 13 años migra a Puerto Montt por necesidad y trabaja en distintas cocinas de la ciudad. Luego de un tiempo, vuelve a Melinka.

María Marta Lepio Chiguay,

DUEÑA DE CASA.

Repollal, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Conocedora de los productos y preparaciones tradicionales. Sus padres eran del archipiélago de Chiloé, llegaron siendo muy jóvenes a trabajar los cipreses existentes en la zona. María Marta nació en el sector de Repollal. Trabajó en distintas actividades, en la escuela de Melinka fue cocinera y en la actualidad trabaja transportando necesidades que tengan las salmoneras instaladas en el lugar.

Auria Lepio Purán (Q.E.P.D),

DUEÑA DE CASA.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Anciana oriunda de la localidad, durante su vida trabajó en las ranchas que se instalaban alrededor de la isla Guaiteca grande. Heredó de su mayores los conocimientos sobre productos y preparaciones que se usaban cuando Melinka contaba con muy poca población y su sistema de producción era en base al trabajo en el mar. Su hija María Nahuelquin Lepio, comenta que a pesar de su longevidad, la señora Auria seguía asistiendo, hasta hace cuatro años, a las islas de alrededor de Melinka a bote junto a su esposo José Nahuelquin Mariman. Auria Lepio Purán falleció a fines de marzo de 2019.

Clementina Lizazu San Martín,

EMPRENDEDORA EN EL SECTOR GASTRONOMÍA Y TURISMO.

Puerto Guadal, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Descendiente de una familia pionera en el sector, Clementina recuerda recetas y formas de preparación ligadas a la vida campesina y ganadera, que aprendió acompañando a su abuela en el tropeo de animales a la veranada o trayéndola de vuelta a la invernada.

Sara López González,

EMPRESARIA HOTELERA.

Localidad y comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Dueña del Hotel Wellmann, conocedora de la gastronomía local y las prácticas culinarias tradicionales. Llega a vivir a Cochrane junto a su marido, en los años 60, se consideran colonos en el sector.

Paola LLancalahuen Lavoz,

RECOLECTORA Y AGRICULTORA.

Villa Mañihuales, comuna y provincia de Aysén. Cultiva al aire libre y bajo plástico hierbas medicinales. Es presidenta de la Asociación Indígena Aukinko Leufu (Ecos del río) y desde hace 12 años se dedica a la cosecha de maqui.

Ana Llanllan Haro,

DUEÑA DE CASA.

Puyuhuapi, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Llega muy pequeña con su familia desde Chiloé. Su padre, Hermógenes LlanLlan trabajó por años en el área de teñido de la fabrica de alfombras de Puyuhuapi, donde ella también trabajó. Se dedica a la huerta y practica la cocina con fuerte influencia chilota. Es reconocida en su comunidad por su religiosidad y conocimiento de los ritos católicos para distintos ceremoniales. Integra la Asociación Indígena Guaigüenes de Puyuhuapi.

Teresa Llanllan Rosas,

DUEÑA DE CASA Y COCINERA.

Villa La Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Nacida en Río Pico, Argentina, llega siendo niña al sector donde vive. Por muchos años trabaja en la Escuela de Lago Verde y actualmente trabaja como manipuladora de alimentos en el comedor del adulto mayor de Villa La Tapera.

Maudelina Llana Curumilla,

DUEÑA DE CASA, HUERTERA.

Puyuhuapi, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Llega siendo niña con su familia desde Chiloé, por muchos años fue trabajadora de la fábrica de alfombras de Puyuhuapi. Se dedica a la siembra de todo tipo de verduras y también cultiva hierbas medicinales, de las cuales conoce sus usos y propiedades. Como cocinera conserva los conocimientos del procesamiento de productos a la usanza chilota y también su preparación en distintas recetas.

Graciela Mancilla Oyarzún,

HORTICULTORA, PROFESORA JUBILADA.

Puerto Aysén, comuna y provincia de Aysén. Se ha dedicado a la mantención de huertas e invernaderos en un predio de su propiedad, a 10 km del sector urbano de Puerto Aysén. Integra la Asociación Gremial "Las Maravillas de Puerto Aysén", con quienes participa en ferias productivas y otras actividades similares. Mantiene conocimientos y tradiciones aprendidas de su madre y su contexto familiar, las que gusta de conservar, porque considera que se están perdiendo las formas antiguas de cocinar.

María Mansilla Andrade,

DUEÑA DE CASA.

Puerto Aguirre, islas Huichas, comuna y provincia de Aysén. Se dedica al cultivo en huerta de diversos vegetales. Cuenta que de niña vivió en una isla aledaña a Puerto Aguirre, donde junto a su madre aprendió a trabajar la tierra. Cuando se fue a vivir a Puerto Aguirre, llevaron muchas plantas (entre ellas la loga) y semillas que ha seguido cultivando hasta la actualidad.

Lida Mardones Almonacid,

CAMPESINA, EMPRENDEDORA TURÍSTICA.

Sector Cerro Galera, comuna y provincia de Coyhaique. Su vida estuvo dedicada al campo donde junto a su marido formaron familia. La señora Lida conserva los conocimientos heredados de su familia y formados en su propia experiencia de vida, sobre la preparación de comidas y la forma de producir y conservar alimentos en el campo. Actualmente junto a su hija son las dueñas del emprendimiento Fundo don Gerardo.

Elisa Mariman Taruman,

DUEÑA DE CASA, COCINERA.

Puerto Aguirre, comuna y provincia de Aysén. Cuenta con diversos conocimientos, acerca de prácticas culinarias tradicionales. Trabajadora también en el Plan de Empleo Municipal. Mantiene plantas de frambuesas y otros frutos en su casa con los que prepara sus recetas.

Mirta Mariman Henríquez,

AGRICULTORA Y DUEÑA DE CASA.

Sector Chacra Embarcadero, Cochrane, comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Nació en el sector Lago Plomo, es hija de primeros pobladores de dicho sector, Edrominia Henríquez y Epifanio Mariman. Se dedica a la siembra, trabajando con productos que se consumen desde hace mucho tiempo.

José Maripillán Catelicán,

PATRÓN DE NAVE MENOR, PESCADOR ARTESANAL Y CARPINTERO.

Caleta Tortel, comuna de Tortel, provincia Capitán Prat. Originario de Melinka, llega en los años '80 a Tortel. Por su oficio y procedencia, conserva la costumbre de consumir mariscos y cuenta con los conocimientos para prepararlos heredados de su familia, aunque desde que vive en Tortel, se le ha hecho más difícl conseguir mariscos.

Juan Medina Catalán,

AGRICULTOR.

Sector Viviana Norte, comuna y provincia de Aysén. Se dedica junto a su esposa Berta Díaz, al cultivo y producción de hortalizas y variedad de vegetales. En su parcela cuenta además con variedades de árboles y plantas, sobre las que Juan tiene gran conocimiento. Esta parcela por su mantención y diseño particular, con cierres naturales y excelente aprovechamiento del espacio, para una producción diversificada, es utilizada como modelo para los programas de desarrollo agrícola que INDAP impulsa en el sector.

María Millalonco Llanllan,

DUEÑA DE CASA Y COCINERA.

Puyuhuapi, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Es originaria de Queilen en Chiloé, llega de niña con su familia, su padre llega en busca de trabajo al pueblo que aún se estaba formando, iniciando los años '50. Recuerda que casi todo era bosque y campo rodeando unas pocas viviendas. Ingresa a trabajar a los 12 años a la fábrica de alfombras de Puyuhuapi. Se ha dedicado siempre a la siembra de huerta, chacra e invernadero, así como también a la cocina con fuerte influencia chilota.

Blanca Molina Zapata,

AGRICULTORA Y GUARDADORA DE SEMILLAS.

Valle Simpson, comuna y provincia de Coyhaique. Es originaria de Futaleufú. Dueña de un hospedaje e integrante de ANAMURI, asociación nacional de mujeres rurales e indígenas, dedicadas al conocimiento de la agricultura tradicional y la preservación de semillas. Criada en el campo, tiene muchos conocimientos acerca de la siembra, cosecha y guarda de alimentos. Mantiene en su casa una gran superficie dedicada a la huerta y varios invernaderos.

Andrés Montenegro Sandoval,

TÉCNICO AGRÍCOLA, CAMPESINO Y GANADERO.

Sector Río León, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Se dedica a diversos trabajos en el campo. De su padre, poblador antiguo, campesino y tropero, aprendió entre otras comidas, la preparación del asado con cuero, la que ahora practica en ocasiones especiales y piensa enseñar a sus hijos.

Lida Morales Troncoso,

DUEÑA DE CASA.

Cochrane, comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Como hija de colonos de la localidad, es conocedora de las formas antiguas de preparación de los alimentos, que ella aprendió de sus mayores y de otras personas, como por ejemplo, la preparación y conservación de masa madre. Le interesa compartir estos conocimientos y así colaborar en que no se pierdan.

Lidia Muñoz Altamirano,

CAMPESINA.

Villa La Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Junto a su marido son pobladores antiguos en la Villa, ella se ha dedicado a la siembra y cultivo de diversos productos, es también cocinera y dueña de casa, conocedora de las formas de vida antiguas y las recetas tradicionales que se hacían en los tiempos en que el producto más abundante con que se contaba era la carne de lanar.

Blanca Muñoz Erazos,

RECOLECTORA, ARTESANA Y PRODUCTORA LOCAL.

Villa Ortega, comuna y provincia de Coyhaique. Es reconocida en la localidad por sus conocimientos en el oficios de recolección de hongos y frutos silvestres, destacándose en la morilla. Fue trabajadora de la empresa exportadora Mañihuales, donde aprendió sobre la recolección de este hongo.

Irma Muñoz González,

EMPRENDEORA EN RUBRO ALIMENTOS.

Villa Mañihuales, comuna y provincia de Aysén. Se dedica a la elaboración de comidas preparadas que vende en Puerto Aysén, empanadas, mermeladas, repostería, prietas, entre otras. En oriunda de Temuco, pero lleva más de 25 años viviendo en la región de Aysén.

Audolía Muñoz Muñoz,

ARTESANA, DUEÑA DE CASA.

Puerto Ibáñez, comuna de Río Ibáñez, provincia General Carrera. Conocedora de los trabajos del campo, de niña vivió en Península Levicán y luego en el sector El Claro y Lago Lapparent, siempre en sectores rurales, así aprendió las formas tradicionales de preparar y conservar los alimentos. Actualmente vive en Puerto Ibáñez, donde trabaja como artesana en lana y forma parte del comité de artesanas Chewachekena.

Albino Muñoz Quiroz,

PUESTERO Y CAMPESINO.

Sector Cerro Galera, comuna y provincia de Coyhaique. Conocedor de los trabajos ganaderos y agrícolas. Junto a su esposa Isabel Coñoecar, se han dedicado a trabajar y cuidar un campo en el sector de Cerro Galera. Desde pequeño aprendió acerca de las siembras, el trabajo con animales y desde entonces se ha desempeñado en estos oficios.

Magdalena Muñoz Zurita,

CAMPESINA.

Sector El Claro, Puerto Ibáñez, comuna de Río Ibáñez, provincia General Carrera. Su familia fue pionera de los

sectores de Levicán, donde vivió de niña y hasta hoy posee junto a su familia, terrenos en esos lados. Aunque ya no siembran trigo, se dedican a tener unos pocos animales a cargo de uno de sus nietos. Actualmente vive en Puerto Ibáñez al cuidado de sus aves y huerta.

María Noemí Nahuelquin Lepio,

dueña de casa.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Nació y se crió en Las Guaitecas. Junto a su hermano fueron los únicos hijos del matrimonio de Auria del Carmen Lepio Purán (Q.E.P.D.) y José Nahuelquin Mariman que vive en el lugar. María comenta que todo lo que sabe de alimentación y cocina lo aprendió de su madre, gracias a aquellas experiencias que vivenciaban al embarcarse a las islas del archipiélago de Las Guaitecas.

Aureliano Ñancul Manque,

carpintero.

Puerto Aguirre, islas Huichas, comuna y provincia de Aysén. Su familia llega desde Chiloé a la isla Pomar, posteriormente llega a lo que hoy es Puerto Aguirre cuando recién se estaba iniciando su poblamiento. Ha trabajado principalmente como carpintero, construyendo botes y casas.

Marta Olivares Catalán,

agricultora y artesana.

Puerto Bertrand, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Hija de los colonos de lago Bertrand, Ana Catalán y Eduardo Olivares. Se dedica a la siembra, actividad que aprende de su familia en el campo, donde se producía casi todo lo que se requería para el consumo. Marta mantiene la tradición de cultivar la tierra y la ha traspasado a sus hijos. Lo que produce es tanto para consumo, como para vender en el mercado municipal de Cochrane.

Hilda Opazo Opazo,

comerciante, dueña del restaurant Panchita.

Puerto Cisnes, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. En su local que también funciona como hospedaje, se sirve comida tradicional con el especial sello que Hilda ha instalado. Una de sus especialidades es la merluza frita, la que prepara en gran cantidad durante la festividad local de Puerto Cisnes, “Fiesta del Pescado Frito”. Heredó esta receta de su tradición familiar.

Rocío Ortega Rosas,

emprendedora, socia de NaturAustral.

La Junta, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Originaria de esa localidad, comparte su labor de concejala de la comuna, con el cultivo y recolección de hierbas naturales y desarrolla su emprendimiento más reciente: la producción agroecológica de miel y venta de hierbas, flores y frutos en forma de tisanas funcionales.

Claudio Paillán Navarro,

buzo mariscador y pescador artesanal.

Caleta Andrade, islas Huichas, comuna y provincia de Aysén. Nació y se crió en dicha localidad donde aprendió junto a su padre también pescador artesanal, el trabajo del mar. Actualmente se dedica a la pesca como actividad productiva.

Daniel Palma Lillo,

PROFESOR.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Oriundo de la novena región, nacido y criado en Gorbea, llegó a Melinka por trabajo. Al respecto comenta "*Llegué por intermedio de un amigo. Trabajaba en Curarrehue. Tenía un amigo que trabajaba en abastecimiento de zonas aisladas. En el '94 o '95 se vino a vivir acá y siempre me invitaba a que viniera, y en un verano dije que lo iría a ver y me vine para acá. Me vine a trabajar a la escuela de Repollal*".

María Paredes Miranda,

DUEÑA DE CASA Y COCINERA.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Hace treinta años migró a Melinka desde la isla grande de Chiloé donde nació. Relata como fue el recibimiento por parte de nueva familia: "*Lo primero que conocí cuando llegué a la casa de mis suegros, fue un buen asado de robalo con chapalele, ensaladita y vinito blanco*". De esta manera recuerda el primer acercamiento a Melinka y su vida con su esposo, José Manuel Chiguay.

Jorge Peña Velásquez,

CULTOR TRADICIONAL, MÚSICO.

Coyhaique, comuna y provincia de Coyhaique. Conocedor de las formas tradicionales en que se faenan lanares y vacunos para preparar asado al palo. Junto a su padre, Miguel Peña Araneda (Q.E.P.D.), se dedicó a la recopilación de conocimientos y usos tradicionales de la cultura de Aysén continental, actividad que continúa desarrollando.

Olga Peralta Peralta,

DUEÑA DE CASA Y COCINERA.

Puerto Cisnes, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Es una pobladora antigua en la localidad, donde ha formado su familia. Es reconocida en la comunidad por sus conocimientos de cocina y su "buena mano". Su conocimiento lo ha traspasado a su hija Rebeca Gómez, quien se dedica a la banquetería, gozando también de prestigio por su cocina rica y abundante.

Victoria Perán Rosas,

REPOSTERA.

Puerto Ibáñez, comuna Río Ibáñez, provincia General Carrera. Descendiente de una de las primeras familias que habitaron en Puerto Ibáñez. Se dedica a la cocina, preparando tanto recetas tradicionales, aprendidas en su familia como a la innovación utilizando productos locales y de recolección. Utiliza frutos silvestres y frutas que ella misma recolecta, produce o sus vecinos le regalan en la época de cosecha. Siembra en invernadero, también usa hierbas medicinales en algunas de sus preparaciones dulces. Integra el Comité de recolectoras "Las Collallas" y preside el Comité de Horticultores de Puerto Ibáñez.

Ramona Pinilla Manosalva,

ARTESANA, CAMPESINA, AGRICULTORA Y DUEÑA DE CASA.

Villa La Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Recuerda que es nacida en Villarrica, pero llega de 4 años a la región. Su padre, con la idea fija de conseguir un campo grande, trabajó arduamente en distintas actividades y lugares hasta comprar terreno al que llamaron "Flor del Lago", donde vivió con su familia hasta que a los 28 años decidió vivir en La Tapera por salud y educación de sus hijos.

Rosa Pinilla Manosalva,

DUEÑA DE CASA, AGRICULTORA.

Villa La Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Llega el año '54 a vivir a Aysén, proveniente de Villarrica, se ha dedicado a múltiples trabajos en su vida, pero actualmente es reconocida por su trabajo de siembra y la calidad de las verduras que cosecha.

Rosa Poblete Ramírez,

DUEÑA DE CASA, RECOLECTORA, COCINERA.

Río León, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Originaria de dicha localidad, donde sus padres fueron colonos. Ella aprende de su madre diversas preparaciones, con productos propios del sector, también tiene conocimientos de agricultura.

Carolina Poo Cucera,

HORTALICERA Y PRODUCTORA FRUTÍCOLA.

Chile Chico, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Nació en Loncoche, vivió su infancia y adolescencia en Gorbea. En 1990 se trasladó a Aysén con sus padres y en 2009 a Chile Chico, donde sus padres compraron una chacra con más de 100 árboles frutales de más de 50 años. Ella los ha podado y cuidado y se dedica a la producción de manzanas, vinagre de manzana y otros productos hortícolas en invernadero.

Enedina Rain Rain,

AGRICULTORA, GANADERA, DUEÑA DE CASA.

Camino embarcadero lago Cochrane, comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Parcela "La Porfia", sector Chacras. Es pionera del sector, descendiente de familia chilota, de gran espíritu emprendedor; es usuaria de INDAP, donde permanentemente está ejecutando proyectos, mantiene su huerta productiva en la temporada, vendiendo lechugas y otras hortalizas.

Marisol Reyes Domínguez,

EMPRENDEDORA.

Puerto Cisnes, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Dueña del hostal y restaurant Lafquen Antu de Puerto Cisnes. Está en constante aprendizaje y actualización en materia de cocina para satisfacer la demanda de la clientela de su establecimiento, donde llega público local y turistas.

Fanny Robinson Osorio,

DUEÑA DE CASA Y COCINERA.

Puerto Aguirre, comuna y provincia de Aysén. Declara que le gusta "cocinar y comer", sus abuelos llegaron de Chiloé a la isla, y ella aprendió de niña a aprovechar lo que el entorno ofrecía para preparar y comer, ya que en esos tiempos era difícil el acceso a todo tipo de productos desde la isla, situación que ha cambiado en el presente. Cocina principalmente para su familia.

Otilia Rosas Eggers,

emprendedora y agricultora, socia del emprendimiento NaturAustral.

La Junta, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Dueña de hospedaje Valle Quinto y campesina. Junto a su familia llegan en los primeros tiempos de poblamiento de La Junta.

Ernesto Rosas Vidal,

Agricultor y chofer.

Puerto Ibáñez, comuna de Río Ibáñez, provincia General Carrera. Hijo de don Silvio Rosas Manzano, quien llegó a vivir a Puerto Ibáñez desde Osorno. Se ha dedicado a mantener la quinta frutal heredada de su padre, en donde cuenta con añosos manzanos de distintas variedades difíciles de encontrar en otros sectores, como la Cabeza de Niño.

Luisa Ruiz Díaz,

campesina, emprendedora.

Sector Bahía Jara, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Nació en Chile Chico, de niña vivió en las chacras de la localidad. Conoció a su marido Jesús Jara en Chile Chico, con quien se vino a Bahía Jara donde reside hasta ahora. Se dedica a la producción de frutales y mermeladas y a la crianza de ovejas y aves de corral. También es dueña junto a su hijo del restaurante histórico El Negro B, que ofrece comidas tradicionales y cuenta con una exhibición de objetos antiguos.

Víctor Ruiz Oyarzún,

transportista.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Es oriundo de Las Guaitecas. Relata que toda su vida ha sido parte de Melinka, sin embargo menciona que sus padres y generaciones anteriores vienen del norte, desde Puerto Montt. Durante su juventud trabajó en el mar, recolectando erizos, pero luego hizo un curso y se dedicó al área de la salud, especialmente los temas de marea roja. Actualmente trabaja en transportes.

Fabián Ruiz Villarroel,

operario en empresa salmonera, emprendedor.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Originario de Calbuco, llega junto a su esposa en el año 2002 a vivir a Melinka. Actualmente emprenden juntos en el área de turismo rural, también en venta de mariscos y diversos trabajos en conjunto con su comunidad.

Quemel Sade Barría,

ingeniero civil.

Puerto Guadal, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Heredero de la Hostería y restaurante Huemules, que su padre Quemel Sade, originario del Líbano, instalara junto a su esposa Cecilia Barría, cuando recién se estaba poblando el sector. Recuerda a su padre como un gran cocinero, de quien conserva muchas recetas y conocimientos.

Miriam Saigg Tol,

agricultora, ganadera.

Camino a laguna La Manga, Puerto Guadal, comuna de Chile Chico, provincia General Carrrera. Hija de emi-

grantes sirios que llegaron a poblar en los inicios de Puerto Guadal. Vive en el campo junto a su marido, criando animales y trabajando en la leña. Su tradición familiar la vincula a la buena mesa y las reuniones sociales, que se recuerdan en el sector.

Julia Sandoval Fuentes,

Agricultora, quesera, dueña de casa.

Sector Lago Vargas, puerto El Mogote, comuna Cochrane, provincia Capitan Prat. Es colona en el sector, se dedica a la siembra y en general a todo tipo de trabajos y formas de vida campesina, de los que tiene mucho conocimiento, así como también en las prácticas culinarias tradicionales. Recuerda que en años pasados junto a su marido, iban a vender los productos de su siembra al poblado de Cochrane, a caballo y con pilchero.

Ester Sandoval Patiño (Q.E.P.D),

fue campesina y dueña de casa.

Ensenada Valle Simpson, comuna y provincia de Coyhaique. Reconocida como buena cocinera en su entorno familiar y su sector, gustaba de atender a los visitantes con abundante comida. Mantenía las formas tradicionales de diversas preparaciones, muchas aprendidas de su madre, en especial todo lo que se hacía con carne de lanar. También criaba gallinas, cultivaba árboles frutales, hacía huerta e invernadero.

Néstor Sanzana Rojas,

campesino.

Villa La Tapera, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Llegó desde Los Ángeles a los 4 años a vivir a la región de Aysén. A los 15 años se fue a trabajar a Cochrane y posteriormente a la Estancia Cisnes en el año 1960. Junto a su esposa fueron pobladores antiguos de la Villa. Antiguamente se desempeñó como tropero, también se ha dedicado al trabajo de agricultor y por mucho tiempo trabajó como administrador del fundo El Cañal.

Lucrecia Schuster Aravena,

emprendedora, agricultora, dueña de casa.

Sector río Figueroa, Lago Verde, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Vive a 8 km de la localidad de Lago Verde, en medio de enormes montañas, lo que no le ha impedido cultivar en invernadero, huertas y chacras, todo tipo de hortalizas. Cría aves y junto a su marido cuidan sus ovejas y vacunos. Se encuentra además trabajando en un proyecto de deshidratado de frutas.

Alba Segovia Sepúlveda,

artesana alfarera y horticultora.

Puerto Ibáñez, comuna Río Ibáñez, provincia General Carrera. Nacida en sector Laguna Sepúlveda. Junto a su esposo, mantienen una huerta de árboles frutales, principalmente manzanos y perales, frutas que comercializan en la localidad durante el otoño e invierno. Preside el Comité de artesanas “Chewachekena”.

Lidia Serón Soto,

dueña de casa y campesina.

Fundo Pichilemu, sector El León, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Pionera del sector El León desde hace 45 años, cuando se casó con Pedro Soto González. Nació en Bahía Murta, pero su familia se trasladó a Puerto Guadal, donde pasó su infancia. Es una conocedora de los diferentes oficios del campo, y de las prácticas culinarias tradicionales de esta forma de vida. Actualmente participa de un emprendimiento turístico familiar.

Marcos Silva Miranda,

PESCADOR ARTESANAL.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Es el actual presidente de la Federación de Pescadores de Las Guaitecas y concejal de la comuna.

Fabiana Silva Silva,

EMPRENDEDORA, DUEÑA DE CASA.

Coyhaique, comuna y provincia del mismo nombre. Pasa su infancia en Puerto Guadal, pero luego se traslada a vivir a Coyhaique. Actualmente se dedica a la elaboración de licores artesanales, con el nombre "Licores Derbbie", siendo uno de los más innovadores el que hace de pétalos de rosa.

Rosa Soto Muñoz,

ARTESANA DE TRABAJOS EN LANA Y AGRICULTORA.

Lago Verde, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Fue dirigente de varias agrupaciones comunitarias y cultora de saberes sobre telar patagón en la escuela de la localidad. Actualmente participa en el grupo folclórico y cocina en el comedor del adulto mayor.

Orlando Soto Toledo,

TRABAJADOR AGRÍCOLA.

La Junta, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Se dedica a manejar maquinaria agrícola y es conocedor de la flora y fauna de los distintos sectores rurales de la comuna.

Manuel Taruman Nauto,

PESCADOR ARTESANAL.

Estero Copa, islas Huichas, comuna y provincia de Aysén. Cuenta que sus padres empezaron trabajando en la faena de la cholga, él también aprende esta forma de conservación y ahumado, la que pone en práctica con el pescado también, en especial el robalo, siendo de las pocas personas que aún mantienen vigente esta práctica en las islas. "*Yo lo empecé a trabajar desde los 11 años (...)* [y seguiré trabajando] *hasta que dios me de salud*". Manuel también fue presidente de la Junta de Vecinos de Estero Copa.

Eva Tavie Chacón,

DUEÑA DE CASA, RECOLECTORA DE LUCHE.

Puerto Aguirre, comuna y provincia de Aysén. Llega hace 23 años a vivir a la isla, proveniente de Chiloé donde vivía en el campo, por lo que no conocía este trabajo. Aprendió con otras mujeres a recolectar y procesar el luche. Se define como "recolectora de orilla", se dedica a esto como una actividad complementaria a su trabajo principal. Además de recolectar el luche, lo seca y prepara para la venta en su casa.

Rosa Tocol Navarro,

DUEÑA DE CASA, COCINERA, CONOCEDORA DE LA SIEMBRA Y TRABAJOS DEL CAMPO.

Coyhaique, comuna y provincia de Coyhaique. Ha vivido en diferentes partes de la región de Aysén, casi siempre rurales y actualmente reside en Coyhaique. Creció en el sector Lago Riesco, comuna de Aysén. Allí junto a sus abuelos de origen chilote y su madre, vivían en gran medida de lo que la misma familia producía y desde muy pequeña asumió los trabajos del campo como el cuidado de los animales y la siembra de todo tipo de alimentos.

Alba Torres Argel,

DUEÑA DE CASA Y EMPRENDEDORA.

La Junta, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Nació en Puerto Cisnes y lleva más de 20 años viviendo en La Junta. Arrienda cabañas de turismo y comercializa productos que elabora en base a frutos silvestres.

Georgina Uribe Uribe,

DUEÑA DE CASA Y EMPRENDEDORA.

Caleta Andrade, islas Huichas, comuna y provincia de Aysén. Dueña de casa, recibe huéspedes de mesa, elabora preparaciones para eventos y por encargo, elabora panes de luche. Junto a su marido mantienen una variada huerta para el consumo y venta de verduras.

Santiago Valdés Antiñanco,

TRABAJADOR INDEPENDIENTE.

Puerto Cisnes, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Por años fue pescador artesanal, actividad que ya no practica regularmente, pero en la temporada de puyes se dedica a su extracción y venta. Conocedor de diferentes oficios relacionados con el mar y la vida litoral, actualmente trabaja en turismo marinero e integra una agrupación dedicada al conocimiento y conservación de cetáceos.

Luis Valdés Sáez (Q.E.P.D.),

CAMPESINO.

Sector Cerro Galera, comuna y provincia de Coyhaique. Fue conocedor de los diversos trabajos asociados a la vida del campo. Especialmente conservaba y recordaba los conocimientos de la siembra y la cocina que recibió de su abuela materna.

Rosa Vargas Cofré,

DUEÑA DE CASA, EMPRENDEDORA TURÍSTICA.

Arroyo El Gato, comuna y provincia de Coyhaique. Durante su vida se ha desempeñado en diversos trabajos dentro de su campo, crianza de ganado y aves, agricultura, cocinera y productora de conservas. Actualmente está dedicada a la prestación de servicios a turistas a través de su camping y hospedaje Campo Lindo.

Rosa Vargas Cortés,

COCINERA EXPERIMENTADA.

Villa Amengual, comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Actualmente trabaja en un hospedaje en Villa Amengual. Pasó su infancia en el campo donde aprendió mucho de su entorno y también de la cocina con su abuela. Actualmente sigue practicando estas formas de cocinar.

Ida Vásquez Jaramillo,

AGRICULTORA, DUEÑA DE CASA Y HOSPEDAJE.

Localidad y comuna de Lago Verde, provincia de Coyhaique. Se dedica a la venta de hortalizas y conservas. Dueña junto a su hijo Herman Balboa, del hospedaje El Mirador, donde se entregan servicios de alojamiento, alimentación y eventos.

Pamela Vega Igor,

CAMPESINA, ARTESANA EN TELAR.

Arroyo El Gato, comuna y provincia de Coyhaique. Su experiencia en el campo la hace conocedora de diversos trabajos y prácticas tradicionales. Se dedica al tejido a telar, que aprendió con su suegra, la tejedora Elisa España (Q.E.P.D.). Actualmente está dedicada también al emprendimiento turístico en el campo donde vive.

Rita Vega Monsalve,

DUEÑA DE CASA, CAMPESINA.

Vive entre Villa Mañihuales y Arroyo El Gato, comunas de Aysén y Coyhaique. Se ha dedicado toda su vida a las labores campesinas, la crianza de aves, chanchos, siembras, además de trabajos domésticos. Conocedora de las prácticas culinarias tradicionales como la elaboración de queso y otros alimentos, así como sus antiguas formas de conservación.

Carlos Velásquez Gutiérrez,

PESCADOR ARTESANAL.

Puerto Aguirre, comuna y provincia de Aysén. Hijo de madre oriunda de dicha localidad, comenta: "*soy nacido y criado acá*". Se dedica al trabajo en el mar capturando centollas para entregar a las plantas instaladas en el lugar.

Érica Velásquez Maldonado,

AGRICULTORA, DUEÑA DE CASA, EMPRENDEDORA.

Sector Chacras, Embarcadero lago Cochrane, comuna de Cochrane, provincia Capitán Prat. Hija de pobladores antiguos, provenientes de Puerto Montt. Quiere destacar a su madre Abelina Maldonado, por quien siente gran admiración, por la enorme cantidad de trabajos que realizaba en el campo, además de la crianza de sus hijos, mantenía huerta criaba aves, preparaba y conservaba chichas, quesos, pasaba mucho tiempo sola, porque su marido salía a trabajar a Argentina.

Bertila Velásquez Márquez,

DUEÑA DE CASA, COCINERA Y ARTESANA.

Sector El Salto, comuna y provincia de Coyhaique. Se dedica a la elaboración de objetos decorativos y manualidades, conocimientos que entrega a través de talleres. En su casa mantiene siembra y quinta de frutales, cocina para su familia conservando recetas y prácticas culinarias recibidas de su madre y suegra.

María del Carmen Velásquez Tocol,

TRABAJADORA INDEPENDIENTE.

Puerto Aysén, comuna y provincia de Aysén. De origen campesino, aprendió una tradición culinaria de su familia materna, actualmente conserva las costumbres de esas preparaciones, tal como la chicha de ciruela.

Alejandrino Verdugo Mancilla,

AGRICULTOR.

Puerto Guadal, comuna de Chile Chico, provincia General Carrera. Originario de esa localidad, hereda el conocimiento para trabajar la tierra de su padre y abuelo. Actualmente cuenta con una quinta de árboles frutales, también cultiva frambuesas en abundancia y siembra en chacras y huertas todo tipo de verduras y hortalizas que vende a la comunidad.

Ana Vidal Menco,

DUEÑA DE CASA, CAMPESINA.

Caleta Tortel, comuna de Tortel, provincia Capitan Prat. Vivió en la costa del lago Cochrane, donde se dedicaba a las labores del campo y las siembras. Más tarde se va a Tortel para que sus hijos estudien, pero siempre vuelve al campo. Es conocedora de las "comidas antiguas" como ella las llama.

Germán Vidal Méndez,

TRABAJA EN CONSTRUCCIÓN Y PANADERÍA.

La Junta, comuna de Cisnes, provincia de Aysén. Ha vivido toda su vida en dicha localidad, recuerda que nació en el sector del lago Rosselot, donde trabajaba su padre, "no en hospital". Tiene muchos conocimientos de los productos silvestres del territorio, muchos de ellos por sus recuerdos de infancia y lo aprendido de su familia.

Joaquín Viegas Pozas,

AGRICULTOR.

Sector Chacras, Chile Chico, provincia General Carrera. Hijo de colonos. Su padre migró desde Portugal, su madre desde el centro sur de Chile. Se dedica junto a su hija y familia a la producción de cerezas.

Eva Villasen Hermosilla,

DUEÑA DE CASA, COCINERA Y EMPRENDEDORA.

Melinka, comuna de Guaitecas, provincia de Aysén. Llegó a dicha localidad hace ya varias décadas. Tiene nueve hijos que fueron su motor de vida. Eva se siente identificada con la localidad debido a que es una de las pobladoras que colaboró en la construcción de Melinka, mejorando caminos que van a los distintos puntos del pueblo. Actualmente se dedica a un emprendimiento, preparando comidas a la usanza chilota.

Bibliografía

Abugoch, J. L. (2009). Quinoa (*Chenopodium quinoa* Willd): Composition, Chemistry, Nutritional and Functional Properties. *Advances in Food and Nutrition Research*, Chapter 1: 1-31.

Álvarez, C., C. Gajardo, y F. Ther (2016). Actores y conflictos territoriales en una figura de administración pública de la pesca artesanal. El caso de la zona contigua en las regiones de Los Lagos y de Aysén, Sur de Chile. *Magallania* (Chile), Vol. 44(1):131-147

Álvarez San Martín, R. (1990). Arte culinario de Aisén. Bebidas. *Tierradentro* 9:24-31

---- (1994). Sistema alimentario, folklore e identidad cultural en Aisén. *Tierradentro* 10:25-27.

---- (1999). Aisén, la cultura de la carne. *Tierradentro* 14:41-46.

Álvarez Abel, R. (2002). Reflexiones en torno a las identidades de las poblaciones canoeras, situadas entre los 44º y 48º de latitud sur, denominadas "chonos". *Anales del Instituto de la Patagonia*, serie Ciencias Humanas Vol 30: 79-86.

Araya, B. (1998). *El Gran Reportaje de Aisén*. Departamento de Cultura Secreduc. Coyhaique.

Barahona, N., J. Orenzans, A. Parma, G. Jerez, C. Romero, H. Miranda, A. Zuleta, V. Catasti, P. Gálvez (2003).

Bases biológicas para rotación de áreas en el recurso erizo. IFOP. Informe final FIP N°2000-18. 209 pp. + figuras, tablas y anexos.

Bazile D., D. Bertero, C. Nieto (Editores), (2014). *Estado del arte de la quinua en el mundo en 2013*. FAO (Santiago, Chile) y CIRAD (Montpellier, Francia), 724 paginas.

Berger, A. (1928). Peas. En: *Vegetables of New York*. Hendrik, Hall, Hawthorn and Berger (eds.) pp:1-132.

Bourlon, F., M. Osorio, P. Mao, T. Gale (compiladores) (2012). *Explorando las nuevas fronteras del turismo. Perspectivas de la investigación en turismo*. Ñire Negro Ediciones, Coyhaique.

Brito, N. (2016). *Explorando el río y colonizando el Palena. Rescate patrimonial de las expediciones de reconocimiento de la boca del río Palena desde el siglo XVII hasta el establecimiento de la primera colonia en el siglo XIX*. Ñire Negro Ediciones, Coyhaique.

---- (2018). *La colonización de Bajo Palena, un proyecto de vida. Relatos socioproductivos en torno al proceso de la colonización de Bajo Palena entre 1900 y 1970*. Ñire Negro Ediciones, Coyhaique.

Cáceres J. (2013). Una vieja y olvidada relación económica. El trigo chileno en el Perú, siglo XVIII-XIX. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. *Tiempo Histórico* 7: 69-78

Cámara de Turismo y Comercio de La Junta (2010). *La Junta, el Pueblo del Encuentro. Historia y patrimonio cultural de la puerta norte de la región de Aysén*. Ñire Negro Ediciones.

Cañas, A. (1910). Estudio de la lengua Veliche. *Trabajos del Cuarto Congreso Científico (1o. Pan-Americano)* celebrado en Santiago de Chile del 25 de diciembre de 1908 al 5 de enero de 1909. Santiago: Impr. Barcelona, 1910. 20 v., ca. 440 h. de láms., v. 11, p. 143-330.

Cárdenas, R. (2017). *Diccionario Chilote Mapuche*. Autoedición, Castro.

Cárdenas R., L. Muñoz (2015). *Chiloé contado desde la cocina*. Edición financiada por ODEPA, Ministerio de Agricultura.

Carimán P., Reyes P. (2019). Estado del conocimiento biológico y pesquero de Thyrsites atun en el Hemisferio Sur. *Revista de Biología Marina y Oceanografia* 54:11-20.

Centro de Estudios para el Desarrollo de la Mujer, CEDEM (1996). Estudio Prospectivo para el desarrollo de productos artesanales como oferta turística en la XI Región. Informe final. Servicio de Cooperación Técnica, XI Región.

Contreras A., L. Ciampi, S. Padulosi, D. Spooner (1993). Potato germplasm collecting expedition to the Guaitecas and chonos Archipielagos, Chile, 1990. *Potato Research* 36:309-316.

Contreras, A. e I. Castro. (2008). *Catálogo de variedades de papas nativas de Chile*. Universidad Austral de Chile: Valdivia. Chile.

Cooperativa de Productores Agroecológicos de Chiloé (2018). *Manual Agroecológico de la manzana de Chiloé*.

CORFO (1979). *Perspectivas de desarrollo de los recursos de la Región Aysén del General Carlos Ibáñez del Campo*. IREN-CORFO, Santiago.

Darwin, Ch. (1889). *A Naturalist´s Voyage. Journal of the researchers into the natural history during the voyage of H.M.B. Beagle around the world*. J. Murray London.

--- (1945). *Viaje de un naturalista alrededor del mundo*. Buenos Aires.

De Cortes Hojea F. (1557). Viaje del capitán Juan Ladrillero al descubrimiento del Estrecho de Magallanes. *Anuario Hidrográfico de la Marina de Chile*, Año V. 1879, p 513.

Departamento de Extensión Cultural, Universidad de Chile (1959). *Aysén. Seminario de Investigación sobre el desarrollo de la Provincia*. Ediciones del Departamento de Extensión Cultural, Universidad de Chile, Santiago.

Emperaire, J. (1963). *Los Nómades del mar*. Ediciones de la Universidad de Chile, Santiago.
Escalada, F. (1949). *El Complejo Tehuelche*. Instituto Superior de Estudios Patagónicos. Argentina.

Escribano M.T., C. Alcalde, O. Muñoz, J. Rivas, C. Santos (2006). Anthocyanins in berries of maqui (*Aristotelia chilensis* (Molina) Stuntz). *Phytochemical Analysis* 17:8-14.

Fantini, F. (2011). *Gastronomía Patagonia. Región de Los Ríos, Los Lagos y Chiloé*. Editorial Gourmet Patagonia.

---- (2009). *Gastronomía del mar. Patagonia chilena*. Editorial Gourmet Patagonia.

FIA (2009). Selección y manejo de la gallina mapuche productora de huevos azules. Proyecto de Innovación en las Regiones del Biobío y de La Araucanía. Serie Experiencias de Innovación para el Emprendimiento Agrario.

---- (2012). *Patrimonio Alimentario de Chile. Productos y preparaciones de la región de Valparaíso*. Santiago, Chile.

---- (2016). *Patrimonio Alimentario de Chile. Productos y preparaciones de la región del Biobío*. Santiago, Chile.

---- (2017). Serie de Estudios para la Innovación FIA. Potencial competitivo de la Quinoa chilena.

---- (2018). *Patrimonio Alimentario de Chile. Productos y preparaciones de la región de la Araucanía*. Santiago, Chile.

---- (2019). *Patrimonio Alimentario de Chile. Productos y preparaciones de la Región de Coquimbo*. Santiago, Chile.

Fredes C., Yousef GG., Robert P., Grace MH., Lila MA., Gomez M., Gebauer M., Montenegro G., (2014). Anthocyanin profiling of wild maqui berries (*Aristotelia chilensis* [Mol.] Stuntz) from different geographical regions in Chile. *J Sci Food Agric*. 94:2639-48.

Frid, L. (1998). Yerba mate: regalo de la luna. *Cuadernos de historia y cultura de Aisén* 2 (3-4):29-33.

Fuentes F., P. Maughan, E. Jellen (2009). Diversidad genética y recursos genéticos para el recurso de la Quinoa (*Chenopodium quinoa* Willd). *Rev. geogr. Valpso.* 42:20-33.

Fuentes N., P. Sánchez, A. Pauchard, J. Urrutia, L. Cavieres, A. Marticorena (2014). *Plantas invasoras del centro sur de Chile: Una guía de campo*. Laboratorio de Invasiones Biológicas (LIB), Concepción, Chile.

Fuentes F., D. Bazile, A. Bhargava, A. Martínez (2012). Implications of farmers´ seed exchanges for on-farm conservation of quinoa, as revealed by its genetic diversity in Chile. *Journal of Agricultural Science* 150:702-716.

Furci, G. (2013). *Guía de campo de Hongos de Chile*. Fundación Fungi, Santiago, Chile.

Galindo. L. (1997). *Aisén, Voces y Costumbres*. Editorial Orígenes, Santiago.

Gale, T. y E. Pfeiffer (2015). *Un Festín Patagónico. Viajes culinarios por Aysén*. CIEP-Gobierno Regional de Aysén.

García, J. (2011 [1871]). *Misión por los canales australes*. Ofqui Editores, Temuco.

Gobierno Regional de Aysén (2005). *Atlas de la Región de Aysén*.
González M. (2001). Fenología de *Chusquea quila* durante su floración gregaria en la zona centro-sur de Chile. *Bosque* 22:45-51.

González Y. & M.E González (2006). Memoria y saber cotidiano. El florecimiento de la "quila" en el sur de Chile: De pericotes, ruinas y remedios. *Revista Austral de Ciencias Sociales* 10:75-102.

Green A., 2007. *El Libro de las Especias*. Ediciones Robinbook.

Grosse, A. (1990). *Expediciones en la Patagonia Occidental. Hacia la Carretera Austral*. Editorial Andrés Bello. Santiago.

--- (1986). *Visión histórica y colonización de la Patagonia Occidental*. Imprenta Mueller, Santiago.

Hamel, T. (1979) *Verano Austral*. Nascimento. Santiago.

Hancock, J.F., A. Lavín, J. B. Retamales (1999). Our Southern Strawberry heritage: *Fragaria chiloensis* of Chile. *HortScience* 34(5): 814-816.

Hoffmann A. (1982). *Flora silvestre de Chile. Zona Araucana. Árboles, arbustos y enredaderas leñosas*. Ed. Fundación Claudio Gay. Santiago, Chile.

Ibar, J. (1973). *Aisén, hombres y naturaleza*. Autoedición.

IFOP (2003). Estudio biológico-pesquero del congrio colorado, congrio negro y congrio dorado en la zona centro-sur. Fondo Investigación Pesquera FIP Nº 2001-15

ILPES-CEPAL (2010). *Aysén. Matices de una identidad que asoma*. Santiago.

INE (1930). Censo Nacional Agropecuario. Santiago.

Iturralde, M. A. (1988). Producción de carne de ganso (*Anser domesticus*). Tesis pregrado, Agronomía, Facultad de Agronomía, Universidad Católica de Chile. Santiago.

Ivanoff, D. (2007). *Lago General Carrera. Temporales de sueños*. Autoedición.

Kalyani, K., S. Kharb y D. K. Thompkinson (2010). Inulin Dietary Fiber with Functional and health attributes. A Review. *Foods Reviews International* 26: 189-203.

Lacoste P., J.A. Yuri, M. Aranda, A. Castro, K. Quinteros, M. Solar, N. Soto, C. Chávez (2011). Variedades de carozo (Chile y Cuyo 1700-1850). *IDESIA* Vol. 29:131-137.

Lévi-Strauss, C. (1981). *El Origen de las maneras de mesa*. Séptima parte, capítulo II, Breve tratado de Etnología Culinaria, (410-432). Siglo XXI editores, México.

Lillo A., F. Carvajal-Caiconte, D. Nuñez, N. Balboa, M. Alvear (2016). Cuantificación espectrofotométrica de compuestos fenólicos y actividad antioxidante en distintos berries nativos del cono sur de América. *Revista Investigaciones Agropecuarias* 42:168-174.

Machuca, A. (2015). *Manual de recolección sustentable de Morchella Spp. de la Patagonia Chilena*. Editorial Universidad de Concepción.

Mansilla, A. (1946). *Chile Austral, Aysén*. Ediciones I.G.M., Santiago.

Mariangel, E., M. Reyes-Díaz, W. Lobos, E. Bensh, H. Schalchli, P. Ibarra (2013). The antioxidant properties of calafate (*Berberis microphylla*) fruits from four different locations in southern Chile. *Cien. Inv. Agr.* 40(1):161-170.

Martínez, E., F. Fuentes, y D. Bazile (2015). History of Quinoa: Its Origin, Domestication, Diversification, and Cultivation with Particular Reference to the Chilean Context. Murphy K., Matanguihan J. (Eds) *Quinoa: improvement and sustainable production*. John Wiley & Sons.

Martinic, M. (2005). *De la Trapanada al Áysen*. Pehuén editores, Santiago, Chile.

Medel, F. (1979). Prospección de arbustos frutales en el sur de Chile. *Agro Sur* 7(2): 94-97.

Mera, M., E. Kehr, J. Mejías, M. Ihl, V. Bifani (2007). Arvejas (*Pisum sativum*) de vaina comestible Sugar Snap: Antecendentes y comportamiento en el sur de chile. *Agricultura Técnica* (Chile) 67:343-352.

Millaldeo, C. (2001). La llegada de nuestros antepasados. Autoedición.

Millar, S. (2017). *La Conquista de Aisén & Memorias y cartas de colonización de Aisén*. 3ª edición. Ñire Negro Ediciones. Coyhaique.

Mitsui Y., M. Shimomura, K. Komatsu, N. Namiki, M. Shibata-Hatta, M. Imai, Y. Katayose, Y. Mukai, H. Kanamori, K. Kurita, T. Kagami, A. Wakatsuki, H. Ohyanagi, H. Ikawa, N. Minaka, K. Nakagawa, Y. Shiwa, T. Sasaki (2015). The radish genome and comprehensive gene expression profile of tuberous root formation and development. *Nature Scientific Reports* 5:10835

Molina, J.I. (1810). *Ensayo sobre la historia Natural de Chile*. Libro III, Vegetales de Chile.

Moore D.M., R.N. Goodall (1977). La Flora adventicia de Tierra del Fuego. *Anales Instituto de la Patagonia*, Punta Arenas, Vol 8.

Morales-Quintana L. y P. Ramos (2018). Chilean strawberry (*Fragaria chiloensis*): An integrative and comprehensive review. F*ood Research International in press*.

Montanari, M. (2006). *La Comida como cultura*. Guijón, España. Editorial. Trea

Montecino, S. et.al., (2011). Metodología para la elaboración de inventarios de pro-ductos y preparaciones patrimoniales de la tierra y del mar de Chile. Ediciones Universidad de Chile, Santiago.

Montecino, S. (2005). *La olla deleitosa*. Cocinas mestizas de Chile. Ed. Catalonia.

Moore D.M. y R.N. Goodall (1977). La Flora adventicia de Tierra del Fuego. *Ans. Inst. Pat*, Punta Arenas, Vol 8.

Mujica F. (Ed.) (2005). Razas ovinas y caprinas en el Instituto de Investigaciones Agropecuarias Osorno, Chile. Instituto de Investigaciones Agropecuarias, Boletín INIA Nº 127.

Municipalidad de Río Ibáñez (2000). *Comuna de Río Ibáñez. Una aproximación a su historia local y a su tradición cultural*. FNDR 2% Cultura, Gobierno Regional de Aysén.

Muñoz, A. (2019). *Como Puchero de Estancia. Prácticas y memorias desde la cocina pobladora hasta nuestros días*. Ñire Negro Ediciones.

Muñoz Schick, M. (1975). Gerónimo de Bibar, notable observador naturalista en la alborada de la Conquista. *Bol. Mus. Nac. Hist. Nat*. Chile 34:5-27

Musters, G. (2007). *Vida entre los patagones. Un año de excursiones desde el estrecho de Magallanes hasta el río Negro (1869-1870)*. Ediciones Continente, Buenos Aires.

N. Wang, J. Shenghui, Z. Zongying, F. Hongcheng, X. Haifeng, W. Yicheng, Ch. Xuesen (2018). Malus sieversii: the origin, flavonoid synthesis mechanism, and breeding of red-skinned and red-fleshed apples. *Horticulture Research* 5:70.

Osorio, M. (2019). *Historia de la comuna de Río Ibáñez. Zona sur occidental*. En prensa.

---- (2015). *La tragedia obrera de Bajo Pisagua, río Baker, 1906. Origen del cementerio Isla de los Muertos, comuna de Tortel*. Ñire Negro ediciones, Coyhaique.

---- (2014). *Antiguas historias del Valle Simpson. Región de Aysén*. Ñire Negro Ediciones, Coyhaique.

---- (2008). Estado del arte sobre identidad regional de Aysén. Ms.

---- (2005a). Creando en la tradición. La artesanía en la región de Aysén. Inédito.

---- (2005b). Contexto histórico cultural para el proyecto Sabores de Aysén. Ms. Proyecto piloto de Valorización Territorial en Base a los Productos Locales de la región de Aysén. Impulsado por Corporación para el Desarrollo de Aysén (CODESA), con el cofinanciamiento de Fundación para la Innovación Agraria.

---- (2005c). La dimensión histórico cultural del proyecto Sabores de Aysén. Algunas reflexiones. Artículo publicado en El Divisadero. Proyecto piloto de Valorización Territorial en Base a los Productos Locales de la región de Aysén. Impulsado por Corporación para el Desarrollo de Aysén (CODESA), con el cofinanciamiento de Fundación para la Innovación Agraria.

Plath, O. (2018). *Geografía gastronómica de Chile. Artículos reunidos 1943-1994*. Ediciones Biblioteca Nacional.

Pomar, J. (1923). *La Concesión del Aisén y el Valle Simpson*. Imprenta Cervantes, Santiago.

Ponce, V., I. Pastrián y G. Berríos (2009). *Guaitecas, Paso al Sur.* Autoedición

Prenzlau, A. (2000). Comparación entre Gansos Criollos y Gansos Mezöhek en producción semi – intensiva. Tesis para optar al grado de Licenciada en Medicina Veterinaria. Universidad Austral de Chile, Valdivia.

Quintana. E. (1977). *Voces del Archipiélago. Vocabulario chilote.*

Rafique, M., E. Carvalho, R. Stracke, L. Palmieri, L. Herrera, A. Feller, M. Malnoy, S. Martens (2016). Nonsense mutation inside anthocyanidin synthase gene controls pigmentation in yellow raspberry (*Rubus idaeus* L.). *Front Plant Sci* 7:1892

Rapoport E. y A. Ladio (1999). Los bosques andino patagónicos como fuente de alimento. *Bosque* 20:55-64

Rapoport E., A. Ladio y E. Sanz (1999). *Plantas nativas comestibles de la Patagonia Andina Argentino-Chilena. Parte I*. Universidad Nacional de Comahue, Bariloche, Argentina.

---- (2001). *Plantas nativas comestibles de la Patagonia Andina Argentino-Chilena. Parte I*. Programa de extensión universitaria, Universidad Nacional de Comahue, 2ª Edición, Argentina.

--- (2003). *Plantas nativas comestibles de la Patagonia Andina Argentino-Chilena. Parte II*. Universidad Nacional de Comahue, Bariloche, Argentina.

Rapoport E., A. Marzocca y B. Drausal (2009). *Malezas comestibles del cono sur y otras partes del planeta*. Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria, Argentina.

Rebora C. (2008). Topinambur (*Helianthus tuberosus*): usos, cultivo y potencialidad en la región de Cuyo. *Horticultura Argentina* 27:30-37.

Rodríguez, R. (1995). *Flora de Chile*. Ed. Universidad de Concepción, Concepción.

Rösner, B. (2016). *Ocho años como colono de la Isla Magdalena. Patagonia Occidental*. Trad. de Luisa Ludwig. Ñire Negro Ediciones, Coyhaique.

Ruiz A., I. Hermosín-Gutiérrez, C. Mardones, C. Vergara, E. Herlitz, M. Vega, C. Dorau, P. Winterhalter, D. Von Baer (2010). Polyphenols and antioxidants activity of calafate (*Berberis microphylla*) fruits and old native berries from southern Chile. *J.Agric. Food Chem*. 58: 6081-6089.

Ruiz A., M. Zapata, C. Sabando, L. Bustamante, D. Von Baer, C. Vergara, C. Mardones (2014). Flavonols, alkaloids and antioxidant capacity of edible wild berberis species from Patagonia. *J. Agric Food Chem* 62:12407-12417.
S/A (1929?). Censo Agropecuario Provincia de Aysén. Valle Simpson, Río Ibáñez, Chile Chico.

Sánchez L., D. Soto, M. Torres, L. Moldenhauer, M. Solís, J. Ojeda, B. Rosas, V. Salazar, C. Troung (2017). *Hongusto, innovación social en torno a los hongos silvestres y cultivados de Aysén*. Ediciones Universidad de Magallanes, Coyhaique.

Sepúlveda, F. (1931). *La provincia de Aisén. Historia, formación y desarrollo de las regiones que forman la Provincia actual de Aisén*. Talleres gráficos "Ravill", Santiago.

Silva, F., J. Salinas e I. Rodríguez (2017). Propuesta silvícola y recolección sustentable para formaciones de maqui (Aristotelia chilensis Mol. (Stuntz) en la Región de Aysén (Chile). *Revista de Aysenología* 4:25-43

Soza, F. (2019). Aportes para la puesta en valor patrimonial del oficio de recolección de hongos silvestres comestibles en la region de Aysen. Ms.

Spooner D., S. Jansky, A. Clausen, M. Herrera, M. Ghislain (2012). The enigma of Solanum maglia in the origin of the Chilean cultivated potato, Solanum tuberosum Chilotanum Group. *Economic Botany* 66:12-21.

Teiller S. F. Escobar (2013). Revisión del género Gaultheria L. (Ericaceae) en Chile. *Gayana Bot*. 70:136-153.

Texeira B., A. Marques, C. Ramos, C. Serrano, O. Matos, N. Neng, J. Nogueira, J. Saraiva, M. Nunes (2013). Chemical composition and bioactivity of different oregano (*Origanum vulgare* L.) extracts and essential oil. *J. Sci Food Agric*. 93:2707-2714.

Torrejón F., G. Bizama, A. Araneda, M. Aguayo, S. Bertrand, R. Urrutia (2013). Descifrando la historia ambiental de los archipélagos de Aysén, Chile: el influjo colonial y la explotación económica mercantil republicana, siglos XVI-XIX. *Magallania* 41: 29-52.

Urbina, R. (2004). *Población indígena, encomienda y tributo en Chiloé: 1567-1813*. Instituto de Historia, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Valparaíso.

Urbina, X. (2014). *Fuentes para la historia de la Patagonia Occidental en el periodo colonial. Primera parte: siglos XVI y XVII*. Ediciones de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Valparaíso.

------ (2018). *Fuentes para la historia de la Patagonia Occidental en el periodo colonial. Segunda parte: siglo XVIII*. Ediciones de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Valparaíso.

Vaughan J.G. y C.A. Geissler (2009). *The new Oxford book of Foods Plants*. Oxford University press.

Vega-Gálvez A., M. Miranda, J. Vergara, E. Uribe, L. Puente, E. Martínez (2010). Nutrition facts and functional potential of quinoa (Chenopodium quinoa wild.), an ancient Andean grain: a review. *Journal of the Science of Food and Agriculture* 90:2541-2547.

Villagrán, C. (1998). Etnobotánica indígena de los bosques de Chile: Sistema de clasificación de un recurso de uso múltiple. *Revista Chilena de Historia Natural* 71: 245-268.

Wang, N., J. Shenghui, Z. Zongying, F. Hongcheng, X. Haifeng, W. Yicheng, Ch. Xuesen (2018). Malus sieversii: the origin, flavonoid synthesis mechanism, and breeding of red-skinned and red-fleshed apples. *Horticulture Research* 5:70.

Wilbert, J. y K. Simoneau (1984). *Folk literature of the Tehuelche Indians*. Universiity of California Press. California.

Zhebentyayeva T., V. Shankar, R. Scorza, A. Callahan, M. Ravelonandro, S. Castro, T. DeJong, C. Saski, C. Dardick (2019). Genetic characterization of worldwide *Prunus domestica* (plum) germplasm using sequence-based genotyping.

Webgrafía

Aguilera A., Campillo R., Celis A., Díaz J., Ferrada S., Galdames R., Kehr E., Peralta J.M., Seguel I. (2002). Cultivo del ajo (*Allium sativum* L.) para la zona sur de Chile. Boletín INIA Nº84, Temuco, Chile. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/boletines/NR29005.pdf

Alberdi, M. T., J.L. Prado, P. López, R. Labarca, I. Martínez (2007). Hippidion saldiasi Roth, 1899 (*Mammalia, Perissodactyla*) en el Pleistoceno tardío de Calama, norte de Chile. *Revista chilena de historia natural* 80(2), 157-171. Recuperado de: https://dx.doi.org/10.4067/S0716-078X2007000200003

Alcalde , J. A. (2007). Orígenes de la gallina araucana: ¿Europea, Asiática o Polinesia? Recuperado de: https://seleccionesavicolas.com/pdf-files/2007/10/3515-origenes-de-la-gallina-araucana-europea-asiatica-o-polinesia.pdf

Alijaro A., H. Monardes, C. Urbina, A. Martin, E. Muñoz (2009). Manual de cultivo del ajo (*Allium sativum* L.) y cebolla (Allium cepa L.). Facultad de Ciencias agronómicas, Universidad de Chile. Recuperado de: http://www.hortyfresco.uchile.cl/docs/manuales_innova/Manual_cultivo_ajo_y_cebolla.pdf

Bañados MP., C. Bonomelli, R. Figueroa, M. Gambardella, T. Zaviezo, B. Avila, B. Sallato, G. Cordovez, D. Villagra, J. Grez (2015). Manual digital del cultivo de frambuesas y frutillas en Chile. Facultad de Agronomía e Ingeniería Forestal, Pontificia Universidad Católica de Chile. Colección de Extensión. Recuperado de: https://www.indap.gob.cl/docs/default-source/default-document-library/manual-de-cultivo-de-frambuesa-en-chile_indap-puc-2015.pdf?sfvrsn=0

Barrera E., I. Meza y M. Muñoz (1981). El uso medicinal y alimenticio de plantas nativas y naturalizadas en Chile, Publicación ocasional 33. Recuperado de: https://www.mnhn.gob.cl/613/w3-article-74123.html?_noredirect=1

Benedetti S. (2012). Información tecnológica de productos forestales no madereros del bosque nativo en Chile. Monografía de maqui (*Aristotelia chilensis* (Molina) Stuntz). Instituto Forestal de Chile. Recuperado de: http://www.pfnm.cl/paqtecnologicos/maqui/monografia_maqui.pdf

Bonino, N. (2009). Liebres y conejos como plagas de plantaciones forestales. INTA. Serie Técnica Manejo Integrado de Plagas Forestales. Cuadernillo N°7. Agosto 2009. Recuperado de: http://inta.gob.ar/documentos/liebres-y-conejos-como-plagas -de-plantaciones-forestales

Burris, K. F. Harte, M. Davidson, N Stewart, S. Zivanovic (2012). Composition and Bioactive Properties of Yerba Mate (*llex paraguariensis* A. St.-Hil.): A Review. *Chilean journal of agricultural research*, 72(2), 268-275. Recuperado de: https://dx.doi.org/10.4067/S0718-58392012000200016

Camacho-Escobar, M.A., E. Jiménez-Hidalgo, J. Arroyo-Ledezma, E.I. Sánchez-Bernal y E. Pérez-Lara (2011). Historia natural, domesticación y distribución del guajolote (*Meleagris gallopavo*) en México. *Universidad y Ciencia* vol. 27(3):351-360. Recuperado de:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-29792011000300009

Camiruaga, M. (coordinador). Sistemas de producción animal/producción de gansos. Facultad de Agronomía, Universidad Católica de Chile. Recuperado de: http://www7.uc.cl/sw_educ/prodanim/notrad/siv2.htm

Cisternas E., H. Elizalde, R. Galdames, C. Hepp, D. Pinochet, R. Salvo, M. Tapia, O. Teuber (2011). Cultivo y utilización de Brassicas Forrajeras en la Patagonia húmeda (Aysén). Instituto de Investigaciones Agropecuarias, INIA Tamel Aike, Boletín Nº 228. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/boletines/NR38182.pdf

Contreras, C., J. Luco, C. Ríos (2019). Patrimonio culinario: propuesta para una metodología de distinción patrimonial de las culinarias locales. Revista Ciencias y Humanidades Vol. VIII, No. 8:163-181. Recuperado de: http://revistacienciasyhumanidades.com/wp-content/uploads/2019/10/Claudio-Conteras-Patrimonio-culinario_7.pdf

Corporación para el Desarrollo de Aysén (CODESA) (2005). Proyecto piloto de Valorización Territorial en Base a los Productos Locales de la región de Aysén. Informe Final. FIA código -PI-C-2002-1-G-057. Recuperado de: http://bibliotecadigital.fia.cl/bitstream/handle/20.500.11944/145407/FIA-PI-C-2002-1-G-057_ITF5.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Cossíos, D. (2004). La liebre europea, *Lepus europaeus* (Mammalia, Leporidae), especie invasora en el sur del Perú. *Revista Peruana de Biología*, 11(2), 209-212. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-99332004000200014

Darwin, Ch. (1835 ms.). Darwin's Beagle diary (1831-1836). Recuperado de: http://darwin-online.org.uk/content/frameset?itemID=EHBeagleDiary&viewtype=text&pageseq=1

----- (1845). *Journal of researches into the natural history and geology of the countries visited during the voyage of H.M.S. Beagle round the world, under the Command of Capt. Fitz Roy*, London: John Murray. Recuperado de: http://darwin-online.org.uk/content/frameset?keywords=potatoes%20wild&pageseq=298&itemID=F14&viewtype=text

----- (1945). *Viaje de un naturalista alrededor del mundo*. Editorial Ateneo, Buenos Aires. Recuperado de: http://www.memoriachilena.gob.cl/archivos2/pdfs/MC0012469.pdf

De La Barra R., A. Carvajal, M.E. Martínez y P. Palavecinos (2019). Diversidad racial de la ganadería ovina en el territorio Patagonia Verde, Chile. *AICA* 13:41-51. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Andres_Carvajal2/publication/334330916_Diversidad_racial_de_la_ganaderia_ovina_en_el_territorio_Patagonia_verde/links/5d24f6dc299bf1547ca7611a/Diversidad-racial-de-la-ganaderia-ovina-en-el-territorio-Patagonia-verde.pdf

Dellacassa E., V. Cesio, S. Echeverry, S. Soule, P. Menéndez, F. Ferreira, H. Heinzen (2007). *Yerba mate. Historia, uso y propiedades*. Montevideo, Uruguay. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Eduardo_Dellacassa/publication/284125789_Yerba_mate_Historia_uso_y_propiedades/links/5777af5908ae1b18a7e438e6.pdf.

Dillehay, T., M. Pino, P. Sanzana, G. Muñoz y J. Saavedra (1986). Monte Verde: adaptación humana en el Centro-Sur de Chile durante el pleistoceno tardío. *Journal de la Société des Américanistes* T. 72: pp. 87-106. Recuperado de: https://www.persee.fr/doc/jsa_0037-9174_1986_num_72_1_998

Domingo, J. y D. Manchado (2018). Usos cotidianos del tehuelche (aonekko 'a'ien) – homenaje a Dora Manchado, London: SOAS, Endangered Languages Archive. Recuperado de: http:elar.soas.ac.uk/deposit/0542

Domínguez, E. (2010). Flora de interés etnobotánico usada por los pueblos originarios: Aónikenk, Selk'nam, Kawésqar, Yagan y Haush en la Patagonia Austral. Recuperado de: Dominguezia. 26(2):19-29.

---- (2012). *Flora nativa Torres del Paine*. Ocho libros editores. Recuperado de: https://issuu.com/fernandoruz/docs/libro_flora_torres_del_paine/56

Domínguez, E., O. Aguilera, R. Villa-Martínez, J. C. Aravena y J. M. Henríquez (2012). Estudio etnobotánico de la isla Kalau, territorio ancestral kawésqar, región de Magallanes, Chile. *Anales del Instituto de la Patagonia* 40(2):19-35. Recuperado de: http://dx.doi.org/10.4067/S0718-686X2012000200002

Donoso, G. (1960). Resumen histórico de la introducción del caballo en Chile. *Revista de la Asociación de Criadores de Caballares*. Santiago: La Asociación, 1949- (Santiago: Casa Amarilla) Vol. 12, (oct. 1960), p. 10-13. Recuperado de: http://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-85718.html

Espinosa, M. (1926). Los hongos del género Cyttaria. *Revista Chilena de Historia Natural* 30(1):206-256. Recuperado dehttp://rchn.biologiachile.cl/pdfs/1926/1/Espinosa_1926a.pdf

FAO (2008). La papa, la nutrición y la alimentación. Recuperado de: http://www.fao.org/potato-2008/es/lapapa/hojas.html

FAO (2011). La Quinoa: cultivo milenario para contribuir a la seguridad alimentaria mundial. http://www.fao.org/3/aq287s/aq287s.pdf

FIA (2017). Buenas prácticas de Recolección Sustentable para productos Forestales No Madereros. Calafate (*Berberis microphylla* G.Forst). Serie cuadernos para la innovación. Recuperado de: http://bibliotecadigital.fia.cl/handle/20.500.11944/146016

---- (2017). Buenas prácticas de Recolección Sustentable para productos Forestales No Madereros. Rosa Mosqueta (*Rosa Spp.*). Serie cuadernos para la innovación. Recuperado de: http://www.fia.cl/wp-content/uploads/2018/04/Rosa-Mosqueta.pdf

---- (2017). Buenas prácticas de Recolección Sustentable para productos Forestales No Madereros. Maqui (*Aristotelia chilensis* Mol.). Serie cuadernos para la innovación. Recuperado de:http://www.fia.cl/wp-content/uploads/2018/04/Maqui.pdf

---- (2009). Resultados y Lecciones en “Sabores de Aysén”, Valorización de Productos Locales. Proyectos de Innovación en la XI Región de Aysén. Serie Experiencias de Innovación para el Emprendimiento Agrario. Recuperado de: https://www.opia.cl/static/website/601/articles-75564_archivo_01.pdf

---- (2009). Selección y Manejo de la Gallina Mapuche Productora de Huevos Azules. Proyecto de Innovación en las Regiones del Biobío y de La Araucanía. Serie Experiencias de Innovación para el Emprendimiento Agrario.

---- (2009) Resultados y lecciones en desarrollo del cultivo comercial de ruibarbo. Proyecto de Innovación en XII Región de Magallanes. Serie de experiencias de Innovación para el emprendimiento agrario 47. Recuperado de: http://bibliotecadigital.fia.cl/handle/20.500.11944/1904

Finn, C., J. B. Retamales, G. Lobos, J. Hancock (2013). The Chilean Strawberry (*Fragaria chiloensis*): Over 1000 years of domestication. *HortScience* 48(4): 418-421. Recuperado de: https://journals.ashs.org/hortsci/view/journals/hortsci/48/4/article-p418.xml

Fornaris Rullan, G. (2014). Conjunto Tecnológico para la producción de Repollo; Características de la planta. Colegio de Ciencias Agrícolas, Universidad de Puerto Rico. Recuperado de: http://136.145.11.14/eea/wp-content/uploads/sites/17/2016/04/2.-REPOLLO-CARACTERISTICAS-DE-LA-PLANTA-v.-2014.pdf

Fraser, C., A. K. Morrison, A. McC Hogg, E. C. Macaya, E. van Sebille, P. G. Ryan, A. Padovan, C. Jack, N. Valdivia y J. M. Waters (2018). Antarctica’s ecological isolation will be broken by storm-driven dispersal and warming. Recuperado de: https://www.nature.com/articles/s41558-018-0209-7

Frezier, A. (1902). *Relación del Viaje por el mar del Sur a las costas de Chile i el Peru durante los años de 1712, 1713 y 1714*. Imprenta Mejía. Recuperado de: http://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-7807.html

Fuentes N., P. Sánchez, A. Pauchard, J. Urrutia, L. Cavieres, A. Marticorena (2014). *Plantas invasoras del centro sur de Chile: Una guía de campo*. Laboratorio de Invasiones Biológicas (LIB), Concepción, Chile.

Furci, G. M. (2007). *Fungi Austral. Guía de campo de los hongos más vistosos de Chile*. Recuperado de: http://fundacionphilippi.cl/sites/default/files/fungi_austral.pdf

Gaete, N., Navarro, X., Constantinescu, F., Mera, C., Selles, D., Solari, M. E., Vargas, M. L., Oliva, D., & Durán, L. (2004). Una mirada al modo de vida canoero del mar interior desde piedra azul. *Chungará* (Arica), 36(Supl. espect1): 333-346. Recuperado de: https://dx.doi.org/10.4067/S0717-73562004000300035

Gay, C. (1862). *Historia física y política de Chile. Agricultura*. Tomo Primero. Talleres gráficos de ICIRA. Santiago. Recuperado de: http://www.memoriachilena.cl/602/w3-article-7878.html.

---- (1865). *Historia Física y Política de Chile, Agricultura*. Tomo Segundo. París, Francia. Recuperado de: http://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-7879.html

Grau P. (2007). Cultivo del Cerezo en el secano del interior del Bio-Bio. INIA Quilamapu. Boletin Nº 163. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/boletines/NR34670.pdf

Graves, C. (ed.) (2006). *La papa, tesoro de Los Andes*. 2ª Edición. Centro Internacional de la Papa, Lima. Recuperado de: https://archive.org/details/bub_gb_8UE6bR6Gl5QC

Hepp, C. y Stolpe, N.B. (2014). Caracterización y propiedades de los suelos de la Patagonia occidental (Aysén). Boletín Nº 94, Instituto de Investigaciones Agropecuarias, Centro de Investigación INIA Tamel Aike, Coyhaique, región de Aysén. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/boletines/NR40094.pdf

Hongos de Chile (s.f.) Biodiversidad, conservación y cultivo de los hongos de Chile. Recuperado de: http://hongos.cl/es

IFOP (2004). Estudio Biológico Pesquero de Centolla y Centollón en la XII Región. Informe Final FIP 2002-15. Recuperado de: http://www.subpesca.cl/fipa/613/articles-89000_informe_final.pdf

Ilpes-Cepal y Gobierno Regional de Aysén (2009). Estrategia Regional de Desarrollo de Aysén. Recuperado de: http://goreaysen.cl/controls/neochannels/neo_ch112/appinstances/media42/EDR_AYSEN.pdf

INDAP 2007, Estrategias Regionales de Competitividad por Rubro: Producción y Mercado de la Frambuesa. Recuperado de: https://www.indap.gob.cl/docs/default-source/default-document-library/6frambuesas-produccion_mercado.pdf?sfvrsn=0

Infoagro (s.f.) El cultivo de la remolacha azucarera. Recuperado de: http://www.infoagro.com/documentos/el_cultivo_remolacha_azucarera__parte_i_.asp

Infoagro (s.f.) El cultivo del guisante. Recuperado de: http://www.infoagro.com/hortalizas/guisantes.htm

Infoagro (s.f.) El cultivo del rábano. Recuperado de: http://www.infoagro.com/hortalizas/rabano.htm

Infoagro (s.f.) El cultivo de la ciruela. Recuperado de: http://www.infoagro.com/frutas/frutas_tradicionales/ciruela.htm

INFOR (2012). Estudio de Productos Forestales No Madereros de la región de Aysén. Recuperado de: https://bibliotecadigital.infor.cl/handle/20.500.12220/20269

Instituto Nacional de Estadísticas (2014). Producción Pecuaria año 2008-2013. Publicación semestral, subdirección de operaciones, 30 de mayo 2014. Recuperado de: https://es.slideshare.net/AgenciaExportadora/informe-pecuaria-20082013

Kehr E., S. Tropa, J. Martínez-Lagos (2014). Aspectos generales para el cultivo de betarraga (*Beta vulgaris* L.var. *crassa*). Instituto de Investigaciones Agropecuarias, INIA Remehue. Boletín informativo Nº149. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/informativos/NR40725.pdf

Krarup, A. (1989). V Seminario nacional de Leguminosas de grano, Temuco. http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/seriesinia/NR07150.pdf

Krarup C. e I. Moreira (1998). Hortalizas de estación fría. Biología y diversidad cultural. Pontificia Universidad Católica de Chile, VRA, Facultad de Agronomía e Ingeniería Forestal, Santiago, Chile. http://www.puc.cl/sw_educ/hort0498

Krarup C., S. Fernández, K. Nakashima (2008). Manual electrónico de poscosecha de hortalizas. Pontificia Universidad Católica de Chile, Vicerrectoría Académica, Facultad de Agronomía e Ingeniería Forestal, Santiago, Chile. Recuperado de: http://www7.uc.cl/sw_educ/agronomia/manual_poscosecha/index.html

Labarca, R., F. Fuentes, F. Mena (2008). Los conjuntos faunísticos pleistocénicos de Cueva Las Guanacas (Región de Aisén, Patagonia chilena): Alcances taxonómicos y tafonómicos. *Magallania* (Punta Arenas), 36(2), 123-142. Recuperado de: Https://Dx.Doi.Org/10.4067/S0718-22442008000200008

Lacoste P., A. Castro, F. Mujica, M. Lacoste (2017). Patrimonio y desarrollo territorial, productos típicos alimentarios y artesanales de la Región de O'Higgins. Identidad, historia y potencial de Desarrollo. Recuperado de: http://rutasdelapatrianueva.cl/wp-content/uploads/2018/04/libro_Ohiggins_digital.pdf

Latcham, R. (1935). Expedición científica MacQueen al Aysén. Relación del viaje. *Boletín del Museo Nacional de Historia Nacional*, Tomo XIV. Recuperado de: http://publicaciones.mnhn.gob.cl/668/articles-63467_archivo_01.pdf

Leiva, M. (2017). Haba. Información de avance proyecto. Recuperado de: https://www.ciren.cl/wp-content/uploads/2017/12/Haba.pdf

Lenz, R. (1910). *Diccionario etimológico de las voces chilenas derivadas de lenguas indígenas americanas*. Universidad de Chile. Imprenta Cervantes, Santiago. Recuperado de: http://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-84542.html

Martínez-Lagos J., Catalán P., Jil P., Gallardo R. (2017). El cultivo de ajos y chalotas. INIA Remehue, Boletín INIA Nº 180. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/informativos/NR40738.pdf

Mc Leod, C., M.T. Pino, A. Ojeda, J. Hirzel, P. Estay, R. Ferreyra, G. Selles, B. Defillipi, P. Robledo, y P. Cárdenas (2014). Aspectos relevantes de la producción de zarzaparrilla roja (*Ribes rubrum*) bajo túnel. Instituto de Investigaciones Agropecuarias. INIA Kampenaike. Boletín INIA Nº 286. 162p. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/kampenaike/boletines/NR39642.pdf

Mansilla M., D. Arribillaga (2013). Antecedentes técnicos para el cultivo de la papa (*Solanum tuberosum* L.) en la región de Aysén. Instituto de Investigaciones Agropecuarias, INIA Tamel Aike, Boletín Nº 272. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/boletines/NR39137.pdf

Mera, M., N. Espinoza, R. Galdames, P. Navarro (2015). Producción de arveja para consumo fresco. Boletin Informativo Nº 80, INIA, Temuco. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/informativos/NR40305.pdf

Ministerio del Medio Ambiente (s.f.) Inventario Nacional de especies de Chile, *Rosa rubiginosa* L. Recuperado de: http://especies.mma.gob.cl/CNMWeb/Web/WebCiudadana/ficha_indepen.aspx?EspecieId=2404

MINSAL (2010). Medicamentos herbarios tradicionales. 103 especies vegetales. Recuperado de: https://www.minsal.cl/portal/url/item/7d9a8480e0871613e04001011e01021b.pdf

---- (2010). Medicamentos herbarios tradicionales. 103 especies vegetales. Recuperado de:https://www.minsal.cl/portal/url/item/7d98ad06d33883d5e04001011f016dbb.pdf

---- (2010). Medicamentos herbarios tradicionales. 103 especies vegetales. Recuperado de: https://www.minsal.cl/portal/url/item/7d99ff5a5811dbd7e04001011f016dc3.pdf

---- (2010). Medicamentos herbarios tradicionales. 103 especies vegetales. Nalca. Recuperado de: https://www.minsal.cl/portal/url/item/7d98ad06d33883d5e04001011f016dbb.pdf

---- (2010). Medicamentos herbarios tradicionales. 103 especies vegetales. Recuperado de: https://www.minsal.cl/portal/url/item/7d983cf52cf08bd6e04001011e011da0.pdf

Moya I. (2018). Avances proyecto FIA de calafate (*Berberis microphylla*) en la región de Aysen. INFOR, Coyhaique. Recuperado de: https://www.infor.cl/images/pdf/Seminario_PFNM_2018/Avances_Proyecto_FIA_Calafate_en_la_Región_de_Aysén.pdf

Museo regional de Ancud (s.f.) Colores y teñido de lanas chilotas. Recuperado de: https://www.museodeancud.gob.cl/644/w3-article-74020.html?_noredirect=1

Muñoz M., E. Barrera, I. Meza (1981). El uso medicinal y alimenticio de plantas nativas y naturalizadas en Chile, Publicación ocasional 33. Recuperado de: https://www.mnhn.gob.cl/613/w3-article-74123.html?_noredirect=1

Obando L. y C. McLeod (2009). Establecimiento y Mantención de huertos de Zarzaparrillas y Grosellas para Magallanes. 55 p. Boletín INIA N°201. Instituto de Investigaciones Agropecuarias, CRI Kampenaike, Punta Arenas, Chile.

Ochoa, C. (2006). Un don universal. En Graves, C. (ed), *La papa, tesoro de Los Andes*. Centro Internacional de la papa. Lima. Recuperado de: https://archive.org/details/bub_gb_8UE6bR6Gl5QC

Oliva, D, J. C. Castilla (1992). Guía para el reconocimiento y morfometría de 10 especies del género Fissurella comunes en la pesquería y conchales indígenas de Chile central y Sur. *Gayana Zoologia* 56:77-108. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/243962798_Guia_para_el_reconocimiento_y_morfometria_de_10_especies_del_genero_Fissurella_comunes_en_la_pesqueria_y_conchales_indigenas_de_Chile_central_y_sur

Pérez, L., S. Escobar y M. Azócar (2018). Un 'curanto' arqueológico en Fiordo Aysén (45°S): ¿Receta chilota o prehispánica? *Revista de Aysenología* 05:5-19. Recuperado de: https://www.aysenologia.cl/ano4-numero5

Pérez Palao, E. (2019). *La domesticación del caballo* (*Equus ferus caballus*). Recuperado de: http://hdl.handle.net/10045/93151

Philippi, R., A. W. Johnson, J. D. Goodall y F. Behn (1954). Notas sobre aves de Magallanes y Tierra del Fuego. *Boletín del Museo de Historia Natural* Tomo XXVI, n°3, 65 p. Recuperado de: http://publicaciones.mnhn.cl/668/articles-63954_archivo_01.pdf

Reyes, O. (2017). El poblamiento del archipielago de Los Chonos (43° - 47°S). Patagonia Occidental. Chile. Tesis doctoral inédita. Facultad de Filosofía y Letras, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Recuperado de: http://repositorio.filo.uba.ar/handle/filodigital/9992

Reyes, O., M. San Román, M. Moraga (2011). Archipiélago de los Chonos: nuevos registros arqueológicos y bioantropológicos en los canales septentrionales. Isla Traiguén, Región de Aisén. *Magallania* 39(2):293-301. Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/pdf/magallania/v39n2/art20.pdf

Sade, K., M. Osorio y L. Pérez (2016). Chonos, curantos y hachas tallads en momentos de contacto en el Fiordo Aysén e islas adyacentes (región de Aysén, Chile). Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/305770433_Chonos_curantos_y_hachas_talladas_en_momentos_de_contacto_en_el_Fiordo_Aysen_e_islas_adyacentes_Region_de_Aysen_Chile

Salinas J., I. Moya, C. Gómez (2018). Morchela (*Morchella spp.*). El hongo de los bosques norpatagónicos de la región de Aysén. Instituto Forestal, Documento de Divulgación N° 45. Recuperado de: https://bibliotecadigital.infor.cl/handle/20.500.12220/28229

---- (2012). Estudio de productos forestales no madereros (PFNM) de la Región de Aysén. Instituto Forestal. Recuperado de: http://www.pfnm.cl/otros/seminarios_publicaciones/estudio_pfnm_aysen.pdf

Sánchez, G. (2010). Los mapuchismos en el DRAE. *Boletín de Filología*, Tomo XLV(2):149-256. Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/pdf/bfilol/v45n2/art08.pdf

Servicio Agrícola y Ganadero (2015a), Ley de caza y su Reglamento. Subdepartamento de Vida Silvestre. Recuperado de: http://www.sag.cl/sites/default/files/ley_de_caza_y_su_reglamento_2015.pdf

Servicio Agrícola y Ganadero (s.f.) Certificación de semillas y plantas frutales. Recuperado de: https://www.sag.gob.cl/ambitos-de-accion/certificacion-de-semillas-y-plantas-frutales

---- (2015b). Cartilla para Cazadores. Sub departamento de Vida Silvestre, División de Protección de los Recursos Naturales Renovables, XII Edición. Recuperado de: http://www.sag.cl/sites/default/files/cart_cazadores_2015.pdf

Silva F. (2014). Ecorregiones de Aysén. En Hepp, C. y Stolpe, (eds.). Caracterización y propiedades de los suelos de la Patagonia occidental (Aysén). Boletín Nº 94, Instituto de Investigaciones Agropecuarias, Centro de Investigación INIA Tamel Aike, Coyhaique, región de Aysén. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/boletines/NR40096.pdf

---- (2010). *Flora Agropecuaria de Aysén*. Ministerio de Agricultura de Chile, Servicio Agrícola y Ganadero. Región de Aysén. Primera Edición 520 p. Recuperado de: https://issuu.com/floraysen/docs/flora_agropecuaria_de_aysen_web

Silva, F., J. Salinas e I. Rodríguez (2017). Propuesta silvícola y recolección sustentable para formaciones de maqui (*Aristotelia chilensis* Mol. (Stuntz) en la Región de Aysén (Chile). *Revista de Aysenología* 4:25-43

Soza F., M. Torres y L. Sánchez (2016). Una aproximación al conocimiento sobre hongos silvestres comestibles en la región de Aysén (Chile). *Aysenologia* 2(2):37-46. Recuperado de: https://docs.wixstatic.com/ugd/373948_6d0da3b2b371432185a8de6400df2b69.pdf

Tacón, A. 2017. Buenas prácticas de Recolección Sustentable para productos Forestales No Madereros. Calafate (*Berberis microphylla* G.Forst). Serie cuadernos para la innovación Recuperado de: http://bibliotecadigital.fia.cl/handle/20.500.11944/146016

Tay K., J Tay y A. Valenzuela (2015). Producción de leguminosas de Invierno, provincia de Arauco. INIA. Recuperado de: http://www.inia.cl/wp-content/uploads/2014/08/Producción-de-Leguminosas-de-Invierno-Provincia-de-Arauco-28.04.2015.pdf

Teiller S., F. Escobar (2013). Revisión del género Gaultheria L. (Ericaceae) en Chile. *Gayana Bot.* 70:136-153. Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-66432013000100014

Teuber O. 2002. Frutales menores en Aysén, Una nueva alternativa productiva para la Patagonia. *Revista Tierra Adentro* 47:10-13. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/biblioteca/ta/NR29020.pdf

---- (2001). Cultivo del repollo verde en Aysén: Antecedentes generales, manejo tecnológico y cultivares recomendados. Boletin Nº7 Instituto de Investigaciones Agropecuarias, Centro Regional Tamel Aike, Ministerio de Agricultura. Recuperado de: http://biblioteca.inia.cl/medios/tamelaike/Descargas/Cartilla%20de%20Repollo%20Verde.pdf

Vargas R., J. Santos Rojas, S. Orena, J. Kalazich, F. Rodríguez, M. Muñoz (2015). Papas nativas de Chile: el futuro bajo nuestros pies. Recuperado de: http://www.inia.cl/wpcontent/uploads/2015/01/Art%C3%ADculo-Técnico_Papas_12-Enero-2015.pdf

Vivar, Gerónimo de, n 1524. *Crónica y relación copiosa y verdadera de los reinos de Chile* : tomo II / hecha por Gerónimo de Bibar natural de Burgos, 1558 ; transcripción paleográfica de Irving A. Leonard ; introducción de Guillermo Feliú Cruz. Ed. facsimilar y a plana del Fondo Histórico y Bibliográfico José Toribio Medina. Santiago : Fondo Histórico y Bibliográfico José Toribio Medina, 1966 (Santiago : Instituto Geográfico Militar) 232, 232 p., [17] h. de láms. (algunas col.). Recuperado de: http://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-8175.html

Von Lettow-Vorbeck, C. L. (2005). Arqueozoología del caballo en la antigua Iberia. *Gladius*, [S.l.], v. 25, p. 187-206. ISSN 1988-4168. Recuperado de: http://gladius.revistas.csic.es/index.php/gladius/article/view/28/29

Páginas web consultadas

http://www.bioculturaldiversityandterritory.org/documenti/58_300000176_manualdepapasnativas.pdf

https://www.ciren.cl/wp-content/uploads/2017/12/Haba.pdf

http://darwin-online.org.uk/BeagleLibrary/Beagle_Library_Introduction.htm

http://www.diarioaysen.cl/sitio/2017/03/17/konkashken-el-refrescante-espumante-de-grosella-de-tradicion-patagonica/

http://www.geoportal.cl/geoportal/catalog/main/home.page#

http://ide.goreaysen.cl/

http://www.ide.cl/

https://www.indap.gob.cl/noticias/detalle/2018/01/26/productores-de-indap-destacan-el-sabor-y-múltiples-usos-del-ruibarbo-en-la-expo-magallanes

https://www.papachile.cl/variedades/

http://www.subpesca.cl/portal/616/articles-4805_documento.pdf

https://www.tuberculos.org/rabano/

https://www.tuberculos.org/remolacha/

http://www2.udec.cl/~coyarzun/catalogo/GenChilensis.htm

http://www2.udec.cl/~coyarzun/catalogo/Gblacodes.htm

http://www2.udec.cl/~coyarzun/catalogo/Gmaculatus.htm

http://sipan.inta.gov.ar/productos/ssd/vc/neuquen/ap/oregano_generalidades.htm

Nota aclaratoria

El Proyecto "Patrimonio alimentario de la tierra y del mar de la Región de Aysén" 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 Derechos 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 inventario recoge el conocimiento de cocineras, dueñas de casa, recolectoras, agricultores, pescadores, ganaderos, dueños o trabajadores de restorán. En cada producto y preparación inventariado, se escuchan voces de personas conocedoras de sus formas de obtención, preparación y consumo, que habitan el territorio de la región. Conversar con ellos y escuchar su sabiduría, fue sin lugar a dudas, la parte más importante de este trabajo.

Estos saberes son complementados con el conocimiento científico acumulado, dando paso a la caracterización de cada alimento.

Ministerio de Agricultura
Gobierno de Chile
CHILE LO HACEMOS TODOS
Fundación para la Innovación Agraria
Gobierno Regional y su Consejo
Patagonia Aysen