Universidad del Chubut

PI MUSEO DE LAS PRACTICAS INTANGIBLES

Relatos de Cocina

Compendio de historias (con aroma a otros territorios), desde un lugar en la Patagonia.

ISBN 978-987-46148-2-7

Universidad del Chubut

PI MUSEO DE LAS PRACTICAS INTANGIBLES

Gobierno del Chubut

Najle, Yamel
Relatos de cocina : compendio de historias con alma a otros territorios, desde un lugar de la Patagonia / Yamel Najle ; Andrés Hernandez ; Judith Bensimon. - 1a ed . -
Rawson : Universidad del Chubut, 2018.
Libro digital, DOC
Archivo Digital: descarga y online
ISBN 978-987-46148-2-7
1. Patrimonio Cultural. I. Hernandez, Andrés. II. Bensimon, Judith. III. Título.
CDD 709.82

RELATOS DE COCINA
Universidad del Chubut
Museo PI de las Prácticas Intangibles

Primera Edición Digital
Año 2015
Chubut
Patagonia Argentina

museodelaspracticasintangibles@gmail.com

Esta publicación puede ser reproducida en su totalidad o en parte y en cualquier formato para propósitos educativos o sin fines de lucro, siempre que se haga referencia a la fuente. El Museo PI (de las prácticas intangibles) agradecerá el recibo de una copia de toda publicación que utilice este material.
Esta publicación es de construcción colectiva, no puede utilizarse para reventa o para ningún otro propósito comercial sin la autorización previa de los participantes del proyecto.

Autoridades / Universidad del Chubut

Rector Normalizador
Dr. Juan Manuel Irusta

Vice Rector
Dr. Blas Mesa Evans

Secretario Académico
Lic. Domingo Squillace

Secretario Administrativo
Cr. Mariano Lamberti

Equipo de trabajo / Museo PI

Idea y Coordinación
Lic. Yamel Najle

Coordinación
Lic. Andrés Henández Zelaya

Fotografia y Registro audiovisual
Judith Bensimon

Diseño Gráfico
Lic. Betina De Vincentis

Relatos de Cocina

_____*Compendio de historias (con aroma a otros territorios), desde un lugar en la Patagonia.*

Universidad del Chubut

PI MUSEO DE LAS PRACTICAS INTANGIBLES

Universidad del Chubut

Relatos de cocina es un recetario que cuenta historias. Recetas que viajan, se transforman y transportan a otros lugares. Intenta mostrar la diversidad desde la gastronomía. La comida, como un momento de encuentro donde se transmite afecto, emoción e historias, poniendo en valor las diferencias.

Decidimos llevar adelante este proyecto en concordancia con las estrategias de aprendizaje colaborativo y construcción conjunta del conocimiento, que nos definen como institución, con los objetivos propuestos en este proyecto, impulsando el empoderamiento de los saberes colectivos propios de la comunidad.

Se trata de un tipo de construcción horizontal y del acompañamiento continuo para el enriquecimiento de las sociedades, donde la Universidad del Chubut (UDC) aporta sus profesionales al servicio de la comunidad. "Relatos de cocina", propone la generación de un diálogo cultural a través de la gastronomía de colectividades de diferentes orígenes que viven en Puerto Madryn y sus alrededores, enriqueciendo posibles encuentros.

El diálogo cultural favorecido a través de la UDC permitiría aportar a la valoración de la diversidad. El material editorial resultante se transforma en una herramienta pedagógica disponible para trabajar en las diferentes escuelas, tanto de nivel primario como secundario y espacios culturales de la ciudad.

Este proyecto posiciona aún más a la UDC en el camino emprendido hacia la construcción de ciudadanía basada en valores del respeto de un "otro" que aporta a la comunidad. Asimismo, el libro, si bien se realiza en una ciudad de la Patagonia, no reduce su posibilidad de acción exclusivamente a la territorialidad local. Su digitalización y difusión, tanto en la página de la UDC como en las redes sociales, abre el espacio hacia la cultura digital permitiendo la continua construcción del libro con los aportes de quienes deseen sumarse a la experiencia. Inicialmente en la ciudad de Puerto Madryn como un prototipo y luego su extensión en el resto de la provincia.

La construcción colectiva de este patrimonio impulsado por la Universidad, prevé capacitación a docentes, para trabajar el material en el aula, con el objetivo de abordar la diversidad cultural acercando este patrimonio tácito que hoy hacemos explícito en otras formas, para el desarrollo y gestión del conocimiento. Este trabajo presenta realidades e invita a pensar la diversidad como un valor, reflexionar sobre "el otro y el entre otros" del desafío de vivir en comunidad.

Lic. Domingo Squillace. Dr. Juan Manuel Irusta

El Museo PI (de las prácticas intangibles)

El museo PI es una institución sin fines de lucro con el objetivo de promover el intercambio y difundir los saberes subyacentes en nuestro entorno. Plantea tender redes, incentivar el diálogo, promover la solidaridad con y en la diferencia. Esta institución hace eco de los efectos multiplicadores de los encuentros y se ocupa específicamente de las comunidades y sus prácticas. Su patrimonio son los sueños, vivencias y valores que se extienden en y entre ellas. Trabajar con lo Intangible, "aquello que no puede tocarse", es tanto una operación estratégica como una declaración de principios. Existe un valor intrínseco en la experiencia sensible. Según Michel de Certeau, es el andar por el territorio el que deviene enunciado y crea lugares. Las huellas de estos gestos perduran en el cuerpo y en la memoria colectiva. El Museo PI pone en valor estos trayectos.

¿Sabías que la UNESCO en el año 2003 realizó una convención para la Salvaguarda del Patrimonio Cultural Inmaterial?

La región patagónica nos posiciona de una manera específica ante y en el territorio "natural". En este contexto, donde la topografía y el clima conducen nuestros comportamientos cotidianos, los saberes adquiridos se diferencian sustancialmente del habitar en las ciudades de otras latitudes. Rigen las estaciones del año (existen comportamientos diferenciados en invierno y verano); las condiciones climáticas (el pronóstico meteorológico incluye variables como la dirección del viento y su intensidad); es habitual consultar la tabla de mareas, las salidas del sol y la luna; y sobre todo, es menester manejar una importante cuota de imprevisibilidad.

La historia que aquí se construye está atravesada por sucesivos flujos migratorios. Los inmigrantes entablan, en muchos casos, relaciones estrechas con sus grupos de referencia, sostienen las costumbres de origen y a la vez, en tanto se establecen en la zona, sus hábitos son modelados por el territorio que los alberga. Subyacen infinidad de huellas e improntas de las múltiples poblaciones que habitan y han habitado este lugar.

En un contexto de cambio, de movimientos en pugna, intereses y relaciones dispares, el Museo PI retoma la cuestión de cómo vivir juntos (y aquí). Existe una riqueza invaluable de saberes coexistiendo. ¿Cómo sería situarnos en medio de la heterogeneidad y hacerla patrimonio de todos? Este proyecto propone legitimar las prácticas comunitarias además de hacer efectiva la posibilidad del intercambio. Ensayar esos mundos posibles a través del hacer estético y por qué no, posibilitar diferentes formas de cohabitar y pensar la región.

Equipo Museo PI

Relatos de Cocina

Relatos de cocina es un proyecto realizado conjuntamente entre el Museo PI y la Universidad del Chubut. Se trata de un compendio de historias y recetas que han viajado, de boca en boca y de familia en familia. Todas ellas dan cuenta del exquisito y extenso patrimonio cultural intangible presente en el entorno patagónico.

Para la realización del recetario que a continuación les presentamos, hemos invitado a diversas personas, referentes de la comunidad. Cada una de ellas eligió de un sinfín de saberes, una receta significativa para compartir. Visitamos sus casas, nos inmiscuimos en sus cocinas inundadas de aromas y sabores, registramos los procesos y sus relatos. Fueron momentos muy emotivos y llenos de entusiasmo. Lo que allí sucedió ha quedado plasmado de alguna manera en las páginas que siguen.

Agradecemos infinitamente todo el amor brindado a lo largo de las entrevistas y esperamos que algo del espíritu de estas reuniones se haga extensivo a ustedes. En especial a cada protagonista de este emprendimiento, quienes amablemente abrieron las puertas de sus casas para que los encuentros se multipliquen en muchos otros hogares. Agradecemos también, a la Dirección Nacional de Migraciones, Delegación Puerto Madryn; al INADI, Delegación Chubut y la Fundación TyPA por apoyar esta iniciativa. A Liliana Arroyo como correctora paciente y entusiasta; a Sara Cuevas por facilitar el trabajo conjunto con la UDC y finalmente a todos aquellos que de una u otra forma colaboraron en la construcción de este proyecto.

Indice

All i Oli y Natilla
Diana Lleonart
pag. 4

Arroz con Habichuelas y Pollo
Keila (Hauirda Marina Díaz de la Rosa)
pag. 6

Chipa
Javier Gustavo Pereira Morinigo
pag. 8

Chucrut, Albóndigas de papa y Gulasch
Pedro Pablo Seibt + Helga Hellriegel
pag. 10

Cordero al asador
Diego Lazo + Rafael Morales
pag. 12

Curanto, Chapelele, Milcao y Pebre
Cristina Bórquez Zapata + Sofía González
pag. 14

Keppe al horno y Babaganoush
Marcos Daniel Bensimón
pag. 16

Pu Cosquel
Gladys Villar Ñanco
pag. 18

Row Row de Amá
Ho Ping Hui
pag. 20

Sembusek
Emilia Susana Baredes
pag. 22

Sopa de maní
María Daisy Gonzáles Vocal
pag. 24

Sorrentinni
Patricia Ghiloni
pag. 26

Torta negra
Nelcis Nayda Jones
pag. 28

Tu historia, tu receta
.....
pag. 30

¿Qué es la Culturalidad?
Una pregunta sencilla y complicada
pag. 32

Glosario
pag. 33

Diana Lleonart

All i Oli

____y Natilla de postre

_____Mis orígenes son basko -catalanes. Nací en Buenos Aires debido a una contingencia: mi mamá tuvo que trasladarse porque necesitaba atención médica.
Vengo de familias de inmigrantes. Nosotros trajimos mandatos: por ejemplo, la idea de que es el estudio el medio para poder mejorar nuestra calidad de vida.

La receta que elegí es muy conocida, similar a una mayonesa de ajo: "Al" es ajo "Oli" es oliva. Es muy difícil lograr la emulsión con ajo y aceite únicamente, en mi familia fue mi abuelo, quien decidió introducir el huevo en la preparación. Así se transforma en una mayonesa. Según cuenta la historia la emulsión sola de ajo y aceite era considerada de pobres y si se le agregaba la yema se trataba de una preparación de ricos. Desde chica, en mi casa, se comía con carne y también directamente sobre el pan. Yo siempre fui muy metida en la cocina de mi mamá y en algún momento, me tocó a mí moler en el mortero.

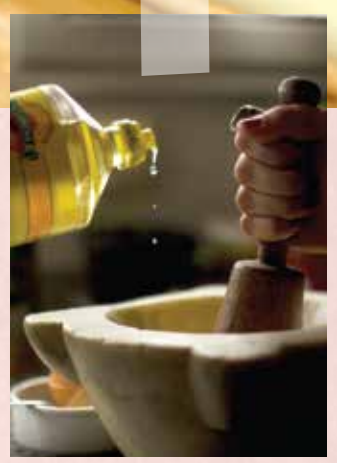
El mortero es un elemento que vino de España, mi hermana mayor recibe el mortero de mi abuela; mi otra hermana, el de su suegra; y mi hermana me trajo uno que encontró en una casa de antigüedades.

> ***"En mi familia la cocina es un lugar convocante… Mis hijos cocinan muy bien y siempre me acompañan. Jugamos, comemos, hablamos y cocinamos en este espacio."***

Es importante el mortero porque me recuerda a la familia todo el tiempo. El mortero esconde muchas anécdotas familiares, siempre se usa para compartir algo con gente querida.

Yo compré un mortero más, también de piedra, en función de que tengo dos hijos y no quisiera que se peleen. Así, cuando me muera, mis hijos tendrán uno cada uno.

Si hay lechoncito, carne... no puede faltar el All i Oli.
¡Mi mamá nos hacía All i Oli los sábados a la noche cuando nosotros queríamos salir a bailar!
Es terriblemente saludable (el ajo).



All i Oli

_____ y Natilla de postre

Diana Lleonart

receta

All i oli (para 5 personas o más)

INGREDIENTES

2 dientes de ajo
2 yemas de huevo
½ tacita aproximadamente de aceite de girasol
½ tacita aproximadamente de aceite de oliva
Sal a gusto

PASOS

Pelar los dientes de ajo, cortarlos a la mitad y quitar los brotes. En un mortero golpearlos hasta formar una crema. Agregar las dos yemas siempre revolviendo. Sumar el aceite de girasol muy suave, lentamente, vertiendo "un hilo", mientras se continúa batiendo. No te asustes, la mezcla va a ir cambiando de color: se transforma en emulsión. A partir de ese momento, agregar aceite de oliva, también vertiendo "un hilo" y seguir revolviendo. En total son aproximadamente 15 minutos de batido constante. Por último agregar una pizca de sal. En general se come frío, acompañando carnes y pescados. Sin embargo hay lugares donde también lo utilizan sobre el bacalao caliente.

"¡No lo prepares el sábado a la noche antes de salir a bailar!"

Secretito!

Lo ideal es hacer el All i Oli en un mortero de piedra pero si no tenés, podés usar una mini-procesadora para batir. Cuanto más aceite agregas, más suave resulta.

Natilla (para 6 personas)

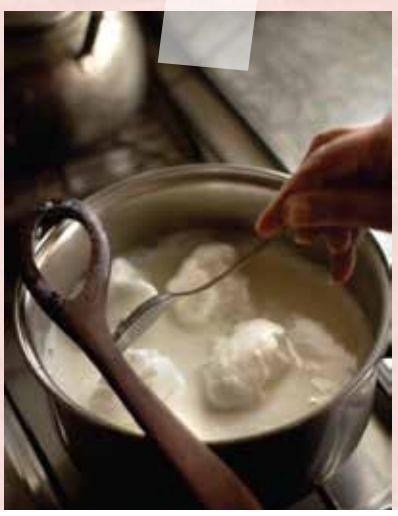
INGREDIENTES

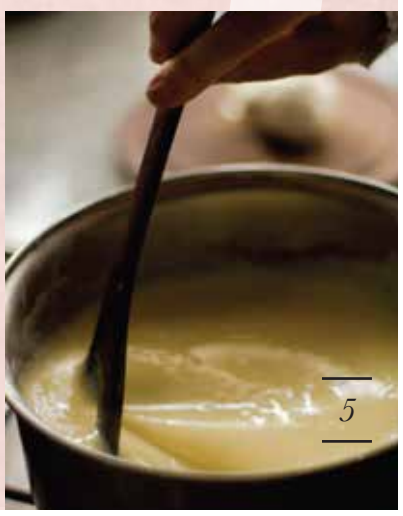
1 litro de leche
4 cucharadas de azúcar
2 huevos
3 cucharadas de maicena
Canela en polvo (opcional)
Esencia de vainilla

"Postre de la península Ibérica. Esta receta me la enseñó mi tía que tiene 95 años."

PASOS

Disponer el azúcar en una olla con un litro de leche, esencia de vainilla y mezclar. Aparte, en un bol, reservar un poquito de leche y disolver la maicena. Llevar el azúcar con la leche a fuego moderado y revolver de tanto en tanto. Esperar a que hierva. Separar las yemas de las claras. Junto con la maicena y la leche agregar las yemas de huevo y mezclar. Reservar. En otro recipiente batir las claras a nieve. Cuando la leche que está en el fuego hierve, agregar pompones de clara con un cucharón. Se cocinan en la leche y deben retirarse cuando cambian su consistencia. Cuando todos los pompones están listos, agregar dos cucharones de leche hirviendo a la preparación de leche, yemas y maicena. Mezclar y luego volcar todo a la olla en el fuego que tiene la leche hiviendo. Al cabo de unos minutos de revolver, comienza a espesarse. Entonces, ya está lista la preparación. Volcar la natilla en un recipiente, preferiblemente de vidrio, y sobre la misma disponer los pompones de clara previamente cocidos. Enfriar en la heladera. Se puede espolvorear con canela antes de servir.





Hauirda Marina Diaz de la Rosa

Arroz

___ con Habichuelas y Pollo

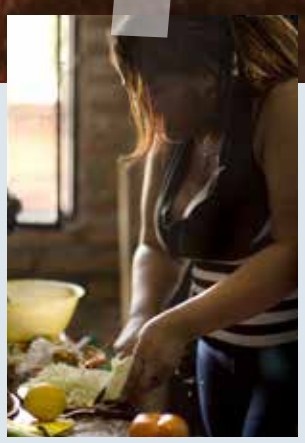
_____Qué te puedo decir… vine viajando, en avión (risas) tratando de cambiar de vida, tratando de vivir mejor, o peor… Uno nunca sabe con lo que se va a encontrar en un país nuevo donde no conocés a nadie. Puede aparecer gente buena o mala, pero igual ahí va uno. Traje mi maleta nada más, nada, la verdad… No sabía lo que buscaba, si te digo que tenía una idea perfecta en mente… te miento. Igual la remamos siempre.

La comida tradicional de República Dominicana es: Arroz con Habichuelas y Carne.
Puede usarse carne de res, de cerdo o de pollo pero siempre va acompañada de arroz y porotos.
Esta receta la aprendí cuando tenía 9 años.

Mi mamá me decía: "Todo lo tienes que aprender a cocinar porque ya estoy cansada..."
Ella cocinaba con leña y carbón. Cuando cocino este plato, me recuerda todo lo que significa mi familia, mis hijos, la casa que tenía antes... Por ahí, había días en los que hacía una sopa o un sancocho y entonces, a la tarde, tenía que hacer sí o sí un arroz con algo a los niños.
Es un plato sagrado para ellos.

> ***"En Santo Domingo yo no conocía lo que es el frío… uno se pone una camperita y ya está. Ahora vienen mis hijos y ellos van a pasar por lo mismo, pero se van a adaptar como lo hice yo. Yo los voy a abrigar. Vamos a estar juntos y eso es lo importante."***

Nosotros hacemos tres comidas principales: la primera por la mañana temprano, antes de que los niños entren al colegio; luego la segunda, al mediodía; y por último, la cena, a eso de las 5 o 6 de la tarde.



Arroz

con Habichuelas y Pollo

Keila (Hauirda Marina Díaz de la Rosa)

receta

Habichuelas *(para 5 personas)*

INGREDIENTES

½ kg de habichuelas (Porotos)
½ kg de calabaza o zapallo auyama
1 ramita de apio
1 ramita de cebolla de verdeo
½ cebolla
½ morrón
1 diente de ajo
1 caldito de verdura o gallina
Sal
Orégano

PASOS

Dejar en remojo los porotos en aproximadamente un litro y medio de agua a temperatura ambiente, durante media hora, con una ramita de verdeo y un diente de ajo. Sin descartar el agua cocinarlos en una cacerola, junto con la calabaza picada en cubitos, la ramita de apio, la cebolla y el morrón. Condimentar con sal y orégano a gusto. Agregar un caldito de gallina o verdura.
Aparte sofreír (saltear en aceite) un diente de ajo picado bien chiquitito junto con el caldito de gallina y agregar a la cocción.
Cuando los porotos están cocidos (te das cuenta porque se vuelven blanditos y se abren), retirar el apio y el morrón. Reservar.

Secretito!

El tiempo de remojo de las habichuelas puede variar considerablemente según el tipo de porotos. Si son frescos y de buena calidad necesitamos muy poco tiempo. En caso contrario requieren una noche o 12 horas en agua antes de la cocción.

Pollo

INGREDIENTES

1 pollo trozado
2 dientes de ajo
½ morrón
1 cebolla
2 tomates (o ½ lata de puré de tomates)
Orégano y sal a gusto
Saborizante de gallina (un sobre)
1 cucharada sopera de azúcar
Aceite (un poquito)

PASOS

Dejar macerar el pollo durante 30 minutos con el ajo picado, el orégano, el saborizante de gallina y la sal. En una olla calentar el aceite y el azúcar. Cuando se carameliza (se pone dorada) agregar el pollo. Cocinar con la cacerola tapada hasta que el pollo se dore también.
Luego agregar la cebolla, el morrón y los tomates picados. Continuar cocinando la preparación ya sin tapa hasta obtener el punto de cocción deseado.

Arroz

INGREDIENTES

3 tazas agua
½ kg de arroz
Sal a gusto
Aceite (un poquito)

PASOS

Calentar el aceite y una pizca de sal en una cacerola. Agregar el agua caliente y esperar a que hierva, mientras tanto lavar el arroz. Incorporarlo y tapar la cacerola. Una vez que se consume el agua, mojar una bolsa de nylon, cubrir el arroz con la bolsa humedecida, tapar la olla y cocinar 15 minutos más.

Secretito!

En los últimos 15 minutos de la cocción el arroz debe estar (con la cacerola tapada) ya sin agua en la base de la olla. Para conservar la humedad y obtener el punto justo, sin que se queme, se lo cubre además, con una bolsa empapada de agua.

Acompañar este plato con ensalada de tomate, repollo y pepino, aderezada con limón y aceite.

Javier Gustavo Pereira Morinigo

Chipa

para compartir

Soy oriundo de Encarnación, Paraguay. Alrededor del ´82 nos mudamos a Villa Rica, en el centro del país. Mi padrino había llegado a Puerto Madryn en el ´73 y en ese momento empezaron a viajar muchos parientes, se quedaron como 4 años, tenían un terreno en Fuerte San José. Después regresaron a Paraguay. Mi papá también migró por un tiempo: viajaba, juntaba un poco de plata y se iba. Algunas veces lo acompañaba, la última vez que estuve en Buenos Aires con él, fue en el ´94.

A mediados de 2005 con un vecino mío nos fuimos de Caaguazú a Loma Grande y luego a Asunción, allí pusimos un taller casero donde hacíamos porta platos y muchas otras cosas que nos ayudaban a pagar los estudios secundarios, los gastos de la comida, etc. Vivíamos en una casa prestada cuyo alquiler era costeado por la congregación a la que pertenecíamos.
Volví para estudiar filosofía en la Universidad Filosófica y Humanística de Asunción. Ahí conocí a mi mujer, nos casamos. En el año 2007, mi tío estaba trabajando en Puerto Madryn en un edificio donde antiguamente estaba Migraciones, eso lo construimos nosotros.
Me vine con trabajo.

En Paraguay mi mujer estaba contratada por seis años, sin embargo decidimos probar suerte en otro lugar. Allá yo trabajaba en un silo cuando surge la posibilidad de venir al sur. Me iba a ir a España pero me dijeron que me pagaban el pasaje a Puerto Madryn... Preparé la valija con lo poco que tenía, un par de libros que había rescatado y mi título de secundaria.

Aprendí a cocinar Chipa en mi casa. Las abuelas la hacen, no sé de cuándo data... Hay diferentes versiones, algunos le ponen maní, otros sólo almidón o también mezclan almidón de mandioca con harina de maíz. La que comparto con ustedes es la receta tradicional. Hago la Chipa desde que tengo uso de razón, como desde los diez años.
Cada vez que la preparo, me da cierta nostalgia, me trae recuerdos y muchas cosas.

Yo soy del campo y en el campo es común, siempre teníamos Chipa en la casa, la sentimos muy familiar.

> *Recuerdo que en Viernes Santo, como no se come carne y las iglesias estaban lejos, se hacía Chipa para el camino. Es fácil de transportar y se conserva bien. Nosotros teníamos que caminar hasta 8 kilómetros para ir a la iglesia central.*

Chipa

para compartir

Javier Gustavo Pereira Morinigo

Para la masa *(para 20 personas)*

INGREDIENTES

½ kg de harina paraguaya (de maíz amarillo)
1 kg de almidón de mandioca
½ kg de queso cremoso o de cáscara colorada
½ litro de leche
4 huevos
1 paquetito de semillas de anís
125 g de margarina
Aceite
Sal

PASOS

En un bol mezclar la harina y el almidón. Picar el queso en cubitos. Agregar el anís, la margarina y el queso a la mezcla. Batir los huevos y sumarlos a la preparación. Incorporar la leche de a poco, hasta que la masa se unifique y quede homogénea. Por último volcar sobre la mesada y amasar con las manos, la consistencia final resulta granulada. Si hiciera falta, agregar un poco más de leche. Luego se hacen pequeñas bolitas, aunque puede amasarse con diferentes formas. Colocarlas sobre una bandeja con un poco de aceite para evitar que se peguen. Cocinar en el horno a fuego lento durante 20 minutos aproximadamente hasta que estén doradas.

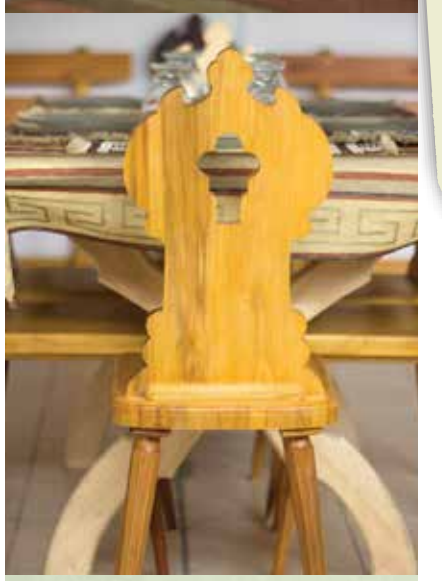
receta

Secretito!

Quedan mucho más ricas si se hacen en horno de barro. Puede reemplazarse la margarina por grasa de cerdo.

Ñañeha'a mamogaikohápe jahechauka ñande mba'e porã.

Vamos a esforzarnos en demostrar lo bueno que tenemos.



Pedro Paslo Seibt
Helga Hellriegel

Chucrut

Albóndigas de papa y Goulasch

Mi nombre se pronuncia Peter (como se lee), no "piter" (como suena en inglés). La raíz del nombre es piedra: Petrus. Mi pseudónimo mapuche: Curá.

Cuando viajamos a la Argentina, llevábamos muy poco. Vinimos con toda la familia, yo tenía 12 años y recuerdo haber traído algo que me regaló mi primo cuando nos despedimos: un barquito de madera a cuerda. Con los barcos tengo algo especial, debe ser una cuestión de los migrantes… era nuestro medio de transporte. Salimos de Hamburgo, vinimos invitados por familiares que vivían acá y teníamos que hacer un montón de trámites en Berlín. Teníamos una dificultad con mi mamá, ella era de los alemanes del báltico, radicados en Letonia y Estonia. Por causas de trabajo del padre, ella había nacido en Rusia. Eso para las autoridades Argentinas de ese tiempo era un paño rojo. Mi mamá tuvo muchas dificultades para ingresar al país, perdimos dos barcos, aun teniendo los pasajes. Finalmente en el tercero tuvimos suerte. Pasamos por España y Portugal. Tocamos cinco puertos y cruzamos el Atlántico hasta Río de Janeiro para finalmente desembarcar en Buenos Aires. Fueron tres semanas de viaje. Luego de diez días en la ciudad tomamos el tren y después un colectivo hasta llegar a Puerto Madryn, todo por tierra.

Quisiera explicar que el chucrut, es un plato conocido en todo Europa Central, sobre todo en los países eslavos. En Alemania, es un plato campesino muy cotidiano para compartir en familia. Se trata de una manera de conservar los alimentos después de la cosecha para pasar el invierno. Se hace en una barrica, donde el repollo es macerado en sal, y se saca cuando lo necesitas consumir. Acá hay que recurrir a las conservas industrializadas.

> *Cuando cocino Chucrut con Albóndigas de Papa y Gulasch, recuerdo mi hogar en Alemania. También es un vínculo con la cultura que compartimos.*

Hace mucho tiempo que hago esta receta y prácticamente es la única comida de origen alemán que sé hacer. La aprendí de un sastre croata en Buenos Aires. Un día, mientras me hacía unos trajes, le pregunté cómo hacerla y me enseñó.

Chucrut

Abóndigas de papa y Gulasch

Pedro Pablo Seibt + Helga Hellriegel

Chucrut

Albóndigas

Gulasch

receta

Chucrut *(para 10 personas)*

INGREDIENTES

300 g de panceta
½ kg de cebolla
½ kg de zanahoria
2 latas de 800g de chucrut con todo su jugo
Kümmel o Alcaravea (especie de la familia del anís)
Aceite

PASOS

Primero saltear, con poco aceite en una cacerola, la panceta cortada en cubos. Agregar la cebolla picada finamente. Cuando se dora incorporar la zanahoria rallada. Cocinar unos minutos y agregar el chucrut en conserva. Cubrir la preparación con agua, cocinar a fuego fuerte y cuando hierve, mantener a fuego lento durante dos horas aproximadamente, agregándole agua en la medida que sea necesaria. Transcurrido ese tiempo se obtendrá un jugo muy concentrado, que si resultara muy ácido, se lo puede "cortar" con una pizca de azúcar. Por último condimentar con un puñado de alcaravea, bien esparcido sobre la cocción. No se le agrega sal.

Dicen que el chucrut es una comida que se puede preparar, conservar y se vuelve más rica cada vez que se recalienta.

Albóndigas de papa de Turingia

INGREDIENTES

1 ½ kg de papa cruda
1 kg de papa hervida
3 o 4 rodajas de pan lactal tostado
Pan rallado
Nuez moscada
Sal

PASOS

Rallar la papa cruda sobre un recipiente con agua y conservarla allí. Luego de media hora escurrir la ralladura y dejarla secar. Tirar el agua, pero reservar al almidón que se depositó en el fondo. Pisar las papas cocidas, integrarlas con las papas crudas previamente ralladas y el almidón obtenido. Condimentar la preparación con nuez moscada y sal. Con la mezcla formar albóndigas. Rellenarlas con cubos de pan tostado, rebozarlas en pan rallado, envolverlas en papel de "film". Hervirlas en abundante agua durante 15 minutos aproximadamente.

Secretito!

Como las albóndigas son muy pegajosas inventé lo del pan rallado. De esta manera, resultan más sólidas, se despegan de la mano y es posible envolverlas en "film" para conservarlas en el congelador o mantener la masa más unida al momento de la cocción.

Gulasch, *originario de Hungría*

INGREDIENTES

800 g de carne magra, preferiblemente nalga.
300 g de panceta
1 morrón
½ kg de cebolla
Paprika (Especie similar al pimentón pero picante)
1 cucharada de maicena
Aceite
Sal

PASOS

Cortar la carne en cubos, salar y condimentar generosamente con paprika. Marinar en la heladera durante un día. Saltear la panceta con poquito aceite, agregar el morrón y la cebolla picados. Incorporar la carne en el centro de la preparación y cocinar hasta que se dore. Una vez que esté tierna mezclar con el resto de los ingredientes en la sartén y agregar agua. Disolver la maicena en agua tibia y agregar al gulasch para espesar el caldo. Cocinar a fuego lento durante 30 minutos más.

Secretito!

El gulasch puede ser de carne de cerdo o vacuna. Además de la Paprika, se pueden agregar otros condimentos siempre que no "maten" su sabor. En lo personal, me gusta saltear hongos con paprika y sal, y sumarlos a la preparación.

Diego Lazo
Rafael Morales.

Cordero al asador

patagónico

DIEGO

_____Yo soy nacido en Mendoza y criado en Puerto Madryn. Vinimos para la zona apadrinados por grandes amigos: la familia Rosas, de la meseta de Samuncurá.

RAFAEL

_____Nuestra amistad con Diego tiene que ver con el compartir… Además de cocinar juntos, hacemos música folklórica. Nos conocimos en una peña que yo tenía y él asistía. Charlando, agarramos la guitarra y se forjó una amistad que perdura en el tiempo.

> *Para mí el cordero es nuestro símbolo. La provincia de Buenos Aires y la Pampa Húmeda pueden jactarse de su carne, de sus vacas, hay grandes criadores; el Norte se caracteriza por el chivo; pero el cordero patagónico es famoso en todo el mundo.*

Cuando fui creciendo la curiosidad me fue llevando a la vida del trabajo en el campo, con ellos mamamos esta tradición de asar cordero.

Para nosotros el cordero es algo muy común y abunda en la zona. En principio se comparte con la familia y con los amigos. La manera de prepararlo depende mucho de cada uno, de cómo a uno le enseñaron cuando era chico, porque ahí es cuando esto se aprende. Un tío mío, no es de sangre pero lo considero mi familia, junto con mi viejo me enseñaron a cocinarlo.

Asar es un estilo de vida, nosotros lo hacemos siempre juntos. Es típico bromear con quién va a hacer el cordero. (¡Hacelo vos! No, ¡Hacelo vos!)
Yo vivo en Chubut desde hace 13 años y la quiero más que a mi provincia: Mendoza. Con la música me tocó recorrer Gan Gan, Gastre, Paso del Sapo, Paso de Indios, toda la meseta central... Sin embargo tengo una deuda conmigo mismo como argentino: conocer más el campo. Si no fuera por la música no hubiese llegado nunca a esta gente, no los hubiese conocido.

> *Como no iba a estar para un cumpleños de Rafael, me dije: "antes de irme, este cuchillo que estoy haciendo, no es para mí. Decidí trabajar rápido para dejarlo bonito, no así como está ahora, (risas). Había invertido mucho tiempo y significaba mucho para mí, así que se lo regalé. El hecho de que esté hecho bolsa, quiere decir que realmente se usa. El dibujo grabado va desapareciendo con las afiladas, es un potro retozando, un poco el significado de todo esto: el sentido de la libertad y mi marca, que también desaparece...*

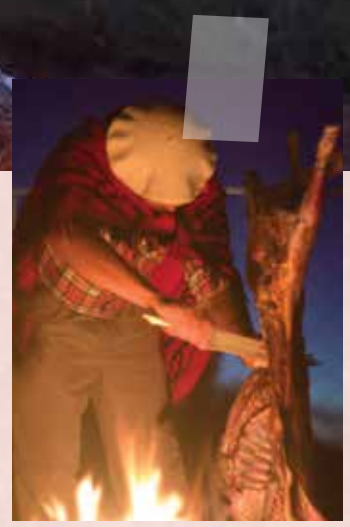
Mientras cocino, los recuerdos me llevan a cuando era muy chico. En esa época salíamos mucho de viaje al interior de la meseta de Chubut. Recuerdo estar rodeado de gente con un cordero asándose y mucha música. Era motivo de fiesta, me lleva siempre a la infancia. También, tuve la oportunidad de trabajar de asador y ahí lo tomás de otra manera, con otra responsabilidad y ahora estoy tratando de volver a lo tradicional: compartirlo siempre con amigos.

Cuando trabajé de esto, lo hice para el turismo, donde pude conocer gente de todo el mundo que quería comer cordero patagónico, entonces, para nosotros tiene que ser un orgullo.

Si bien yo soy criado en la chacra de Mendoza, me gustaría saber mucho más de nuestra zona, de nuestro lugar: Chubut.

Yo, a este lugar lo elegí para vivir, no es que me obligan. Yo soy patagónico. Mi familia de Mendoza se enoja cuando les digo que no soy más mendocino, que soy chubutense, o chubutano. Ser de acá, cada vez me apasiona más.

> *Este cuchillo me lo regaló Diego, hecho por el mismo. Yo se lo estuve pidiendo durante 4 años, hasta que llegó… por eso quería que esté acá en la mesa.*



Cordero al asador

patagónico

Diego Lazo + Rafael Morales

receta

Preparación *(para 10 personas)*

INGREDIENTES

9 kg. de cordero (promedio)
Leña: Palo de Piquillín, Coirón (o lo que haya)
3 limones
6 dientes de ajo
Orégano
Sal

La salmuera se prepara con medio litro de agua tibia, los dientes de ajo cortados en cuatro, orégano y bastante sal.

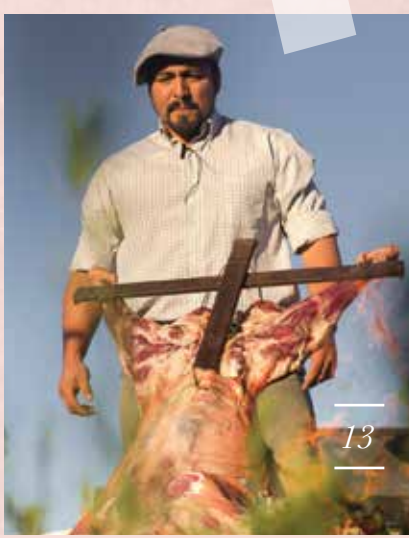
PASOS

Poner la leña en una porción de tierra libre de malezas y encender el fuego. Prever que el asador deberá colocarse en contra del viento. Se pueden utilizar chapas para reparar del viento o de la lluvia. Quitar del cordero los sellos de tinta vegetal con un cuchillo filoso, abrirlo desde la cadera y luego marcar las costillas. Charquear el cordero, esto es hacer un corte cerca de la tercera costilla (contando desde el cogote), para que llegue bien el calor del fuego y se haga más rápido. Se trata de no lastimar la carne para que pueda lucirse al servirla. Cuando el cordero es muy grande y pesa más de 12 kilos, se corta en cuartos. Luego engrasar el asador y pasarlo por dentro del espinazo del cordero. Atar las extremidades y el espinazo con alambre. Ajustar con una pinza (es muy importante para evitar que se caiga al suelo).
El cordero se coloca en el asador, con el cogote para abajo. De esta manera se escurre la sangre. Clavar el asador en la tierra bien inclinado para que el primer fuego le dé a los cuartos. Controlar con la mano por el lomo del cordero para sentir si el calor pasa. Mantener el fuego. Darlo vuelta cuando empieza a transpirar. Dorar y terminar de asar los cuartos. Cuando haya brasas acercarlas a las paletas, cerca de la base del asador.
Para la cocción ir tirando sobre el cordero limón exprimido y salmuera. La cocción total dura aproximadamente dos horas. Una vez listo el cordero, se clava el asador cerca de la gente y cada uno corta su porción. (*Si querés comer, tenés que aprender a cortar*)

Secretito!

Si no tenés sal se puede pasar la carne por la ceniza. Si del fuego sale humo negro hay que cambiar la leña, siempre tiene que ser humo claro.

Centro Tradicionalista de Puerto Madryn



MARIA CRISTINA BÓRQUEZ ZAPATA.
Sofia González

Curanto

Pebre, Milcao y Chapalele

Vine de Punta Arenas en 1976. Lamentablemente salimos del golpe de Estado del ´73 en Chile y nos vuelve a agarrar en Argentina en marzo del ´76. Vivimos 3 años en este país y tuvimos que regresar en el ´79, porque ya estaba el conflicto por las tres islas. Sin embargo me fui mirando para atrás. Así que estuve con esa idea fija, esperando poder volver a la Argentina. Tenía que esperar a cumplir 21 años para salir del país. Entonces me vine y por 30 años no volví a mi país.

Traje conmigo mi máquina de escribir, porque estudiaba secretariado ejecutivo; mis colecciones de libros, porque soy fanática de la lectura, y mi ropa. Ese fue todo mi capital cultural. Siempre pensé que me iba a casar con un argentino. Finalmente, hace 28 años, me casé con un boliviano, muy trabajador que no le ha hecho faltar nada a su familia. Nunca tuvimos conflictos en la crianza de nuestros hijos, ambas culturas (chilena y boliviana) se parecen.

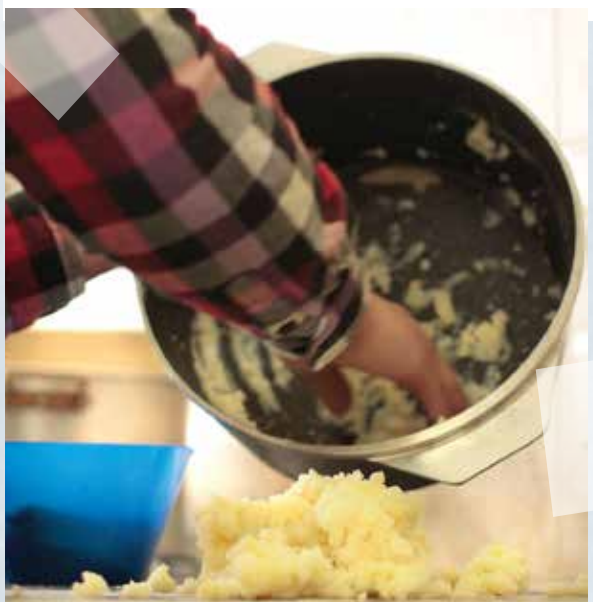
Si bien el Curanto es una de las comidas más típicas de Chile, no es propio, como muchas otras cosas en América. El Curanto es una receta que viene desde Hawái en la Polinesia. Al interior de un pozo se calientan piedras, sobre éstas se colocan unas hojas gigantes de nalcas, luego mariscos de varias clases y nuevamente se tapa con las hojas, así el vapor se concentra y va cocinando la preparación. Acá lo hacemos en una olla grande, en la cocina. Es el mismo sistema.

La receta la aprendí de mi mamá. Me crié comiendo Curanto, mis tíos pescadores eran de traer mariscos. Mi niñez estuvo rodeada de los productos del mar, por eso a mí me emociona hacerlo. El otro día una profesora habló de eso exactamente: *el inmigrante vive y anhela sus aromas*. Mi primer recuerdo haciendo esta receta es en Argentina. Allá comía y le ayudaba a mi mamá. Era todo un proceso: se traían los mariscos sucios del mar, con la valva cerrada, había que limpiarlos.

Estoy muy feliz de estar acá, lo elegí, amo este lugar. Mis hijos tienen pasión por Argentina porque les enseñé sus colores, sus cosas típicas... Sus papás no son argentinos, saben valorar todo entonces. La diversidad cultural es para ellos algo natural, no se asustan de otras culturas, al contrario, la más chica está estudiando chef porque quiere incursionar en esto de las comidas de otros pueblos.

> ***El inmigrante es como quien se sube al caballo y galopa para adelante, algo queda atrás.***

Esta comida la comparto con toda mi familia. Hace 3 años tuvimos una experiencia linda, fuimos a Calbuco, Chile. Todos estaban asombrados porque nuestros adolescentes se prendían del Curanto como nada. Ellos fascinados, no podían creer que chicos argentinos coman así, pero lo han incorporado por sus raíces chilenas, de generación en generación.



Curanto

Chapalele, Milcao y Pebre

María Cristina Bórquez Zapata + Sofía González

receta

Curanto *(para 6 personas)*

INGREDIENTES

2 kg de cholgas
2 ½ kg de almejas
2 kg de pollo trozado (pata y muslo)
4 chorizos de cerdo
5 papas con cáscara
2 vasos de agua o vino blanco

PASOS

Lavar los mariscos. Colocarlos, con sus valvas, en la base de la olla. Incorporar el pollo, el cerdo y la papa con cáscara por capas, intercalando con los frutos de mar. Agregar los Chapaleles.
Luego colocar una capa de nylon (usualmente en Chile se utiliza lienzo).
Al final las tortillas de Milcao. Verter en la olla dos vasos de agua o vino blanco. Tapar y cocinar aproximadamente una hora a fuego medio.
Reservar el fondo de cocción para el Pebre.

Secretito!

Agregar una piedra grande sobre la tapa de la olla para que no se escape el vapor.

Chapalele

INGREDIENTES

2 cucharadas de grasa de cerdo
250 g de harina leudante
250 g de harina 0000
Agua
Sal

PASOS

Mezclar las harinas.
Incorporar de a poco agua para obtener una masa homogénea. Agregar la grasa y sal a gusto. Modelar en pequeñas porciones.
Se cocinan en la preparación del Curanto.

Secretito!

El Milcao también puede fritarse aparte y comer por separado.

Milcao

INGREDIENTES

3 papas crudas ralladas
3 papas cocidas
2 cucharadas de grasa
Chicharrón (opcional)
Sal

PASOS

Rallar las papas crudas.
Apretar y escurrir con un lienzo para quitar todo el agua excedente. Aparte cocinar otras tres y pisarlas. Mezclar ambas papas, la rallada y la pisada con la grasa. Agregar el chicharrón y sal a gusto. Tomar una porción entre las manos y unir hasta formar unas tortitas redondas. Se cocinan en la preparación del Curanto.

Pebre

INGREDIENTES

4 dientes de ajo
Perejil
Cilantro (opcional)
½ limón
Ají en pasta
Sal

PASOS

El pebre es una salsa para acompañar el curanto.
El líquido de base es el fondo de cocción del Curanto. Mezclarlo con el ajo, el perejil y el cilantro bien picados.
Agregar el jugo de limón, el ají en pasta y sal a gusto.

Marcos Daniel Benaim

Keppe al horno

____y Babaganoush

_____Soy nacido en Trelew. Mi papá vino de un pueblito habitado por drusos que queda hoy dentro del territorio de Israel. Su madre era de Marruecos y los orígenes de su padre se remontan a Rusia. Por el lado de mi madre mi abuelo era libanés, de un pueblito cerca de Beirut y mi abuela boliviana.
Mi mamá nació en Bolivia. Luego su familia viajó a medio oriente y vinieron a la Argentina en el año 36, en el Neptunia, un barco de inmigrantes, cuando ella tenía unos 9 años. Provengo de una mezcla de libaneses, marroquíes, rusos y bolivianos.
A mí me vende la cara, tengo el color de piel de mi abuela marroquí y los rasgos más bien tipo árabes. Si bien somos judíos árabes, en mi casa se hacía comida y se escuchaba música árabe.

Comíamos mucho Keppe en casa, se hacía muy seguido en sus distintas variantes. Hubo dos muy buenas cocineras en nuestra familia: mi madre y mi abuela. A ellas les enseñó a cocinar una tía, hermana de mi abuelo libanés, así que su manera de cocinar es más bien libanesa.

> ***"El Keppe es un poco como la empanada en Argentina: cada uno tiene su versión y todos dicen que la suya es la verdadera. Lo cierto es que hay tantas versiones como empanadas acá: la tucumana, la salteña, la criolla… son todas distintas, o por su relleno o por su cocción."***

Yo aprendí primero mirando y luego empecé a hacerlo en compañía de mi abuela, preguntándole. Hago todas las versiones del Keppe: el crudo, que es el que más me gusta, y las variantes de cocido: al horno y a la parrilla. Se acompaña con Hummus, (puré de garbanzos y Tahina) o con Babaganoush (puré de berenjenas y Tahina).

El Keppe es una comida para compartir con amigos y la familia. Los fines de semana si tengo tiempo, lo cocino. En mis últimos cumpleaños he cocinado Keppe para todos los invitados. Como a mi casa siempre vino mucha gente a comer, fueron los propios amigos, que como no querían esperar al próximo encuentro familiar, me pidieron que aprendiera la receta.

Hay quien te invita a comer un asado, cuando invito yo, me gusta rescatar ciertas cositas de la tradición; siento que es "natural", lástima que hay muchas comidas que ya no me acuerdo, no vi cómo se hacían y a la larga se perdieron... de la nueva generación ninguno hace Keppe.

Keppe al horno

____ y Babaganoush

Marcos Daniel Bensimón

receta

Keppe, masa (para 6 personas)

INGREDIENTES

800 g de trigo burgol fino o extra fino.
800 g de carne picada
3 cebollas medianas
100 g de manteca
2 cucharaditas de ají molido
3 puñados abundantes de menta seca molida
Aceite de oliva
Sal y pimienta negra a gusto

{ Si el trigo está precocido sólo se remoja 20´ }

PASOS

Remojar el trigo 3 horas aproximadamente. Luego lavarlo para eliminar cascaritas o impurezas, ir revolviendo con la mano para que floten y lentamente quitar el agua sobrante. Este proceso se repite unas diez veces. Escurrir el agua prensándolo entre las manos, en pequeñas cantidades. Aparte procesar la cebolla hasta que parezca un puré y eliminar su jugo. En un bol colocar la carne picada, la cebolla y el trigo. Condimentar con ají molido, menta, pimienta y sal. Amasar hasta formar una pasta homogénea. Pasar por la procesadora. Reservar.

Esparcir aceite de oliva en dos fuentes de horno. Colocar una capa fina de masa de Keppe de medio cm de espesor aproximadamente, presionando para que quede pareja, en cada una. Luego agregar el relleno con una espumadera tratando de eliminar el líquido propio de la cocción. Por último cubrir el relleno con otra capa fina de masa. Con un cuchillo marcar las porciones, dibujando rombos sobre la masa. Colocar pequeños cubitos de manteca sobre el Keppe en cada fuente. Precalentar el horno. Cocinar durante 30 minutos a fuego medio o fuerte.

Keppe, relleno

INGREDIENTES

2 kg de cebolla
2 kg de carne picada
(preferiblemente bola de lomo o nalga)
50 g de piñones o nueces
2 cucharaditas de Baharat (7especies árabes)
Aceite de oliva
Sal a gusto

PASOS

En una cacerola calentar aceite de oliva. Incorporar la cebolla picada y rehogar sin dorarla, hasta que esté transparente. Agregar la carne picada desmenuzada y de a poco. Cocinar a fuego lento durante 40 minutos aproximadamente, revolviendo con una cuchara de madera hasta que la mezcla se vuelva homogénea. Por otro lado tostar los piñones a fuego lento, en una sartén de teflón, hasta que cambien el color. (En algunos lugares lo hacen con nuez, en vez de los piñones). Incorporarlos al relleno y unos minutos antes de finalizar la cocción condimentar con Baharat y sal a gusto. Reservar.

{ Para trabajar la masa del Keppe es necesario humedecerse las manos. }

Babaganoush

INGREDIENTES

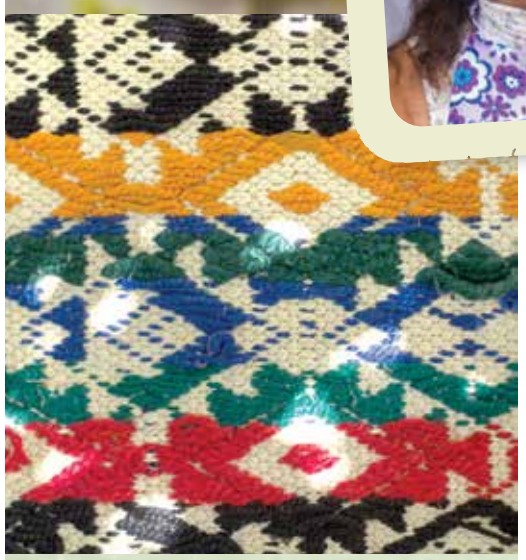
3 berenjenas grandes
8 limones
1 frasco de 500 g de Tahina (pasta de sésamo)
Perejil fresco
Aceite de oliva

PASOS

Asar las berenjenas sobre la hornalla directamente, hasta que se vean quemadas por fuera en toda su superficie. (Algunos las cocinan al horno, pero no es la manera, no se ahúman). Lavarlas para quitarles la cáscara. Exprimir los limones, 400 cc de jugo aproximadamente. Colocar el jugo en una procesadora junto con 450 gramos de Tahina. Procesar, la pasta se vuelve más clara. Agregar las berenjenas saladas y picadas. Volver a procesar. Servir con perejil fresco y aceite de oliva acompañando el Keppe.

Secretito!

El Babaganoush de casa es mucho más sabroso porque lleva un frasco entero de Tahina, en los restaurantes lo hacen con mucho menos…



gladys Stillbrenco

Pu Cosquel

Tortas a las cenizas para una mateada

Si me preguntan de dónde vengo, les digo que en realidad no he venido de ningún lado, soy de aquí, he estado siempre acá. Mi pueblo, mi familia, mis raíces… Esto es lo nuestro, fue y lo seguirá siendo, aunque vayamos en contra de las mareas, aunque nos cueste mucho, yo creo que con el tiempo hemos logrado nuestro reconocimiento. Si me tuviera que mudar, no me llevaría nada, porque en realidad siento que nada me pertenece, que nada es mío, todo lo que realmente tengo que tener, está donde yo vaya, eso es lo principal. No necesito nada.

Nací en José de San Martín, mi abuela era descendiente de Mapuches y Tehuelches, no sabemos mucho de ella... por ejemplo si nació acá o si llegó de bebé. Lo que sí sabemos, es que mi abuela salió de la comunidad de Pocitos de Quichaura y hablaba mapuche y tehuelche. Nadie puede confirmar bien su apellido. Mi papá unos años antes de morir nos contó algo, aunque durante su vida no quiso tocar el tema. Tres años antes de morir me contó más o menos cómo había sido que el marido de mi abuela, mi abuelo Villar (de España), la había llevado a vivir a José de San Martín. No se le permitía hablar mapuche, estaba prohibido por mi familia paterna, decían que era una vergüenza para su familia, y finalmente, ella durante su vida, tampoco pudo hablar bien castellano.

> *Nos dimos cuenta de que los hermanos mapuches estamos todos emparentados y no nos conocemos, o no nos parece por los diferentes apellidos, pero cuando vamos averiguando sobre nuestras raíces, nos damos cuenta de que tenemos una historia en común.*

Nuestra historia tiene muchos baches, hemos ido averiguando algunas cosas a través de otros hermanos de la comunidad. Una vez, conocimos a alguien de apellido Huenullan y lo fuimos a visitar con mi papá para invitarlo a una ceremonia. Estuvieron felices de encontrarse y terminaron descubriendo que sus madres eran primas.

Esas cosas no las sabíamos. Mi esposo nació acá, y su padre, donde nací yo, finalmente resultó que mi suegro es pariente de mi familia y como nacieron en lugares diferentes, no lo sabíamos. A su papá lo habían traído de chiquito, en la década del ´30 o del ´40, y lo dejaron en una familia galesa para que lo criaran... Nosotros nos queríamos casar por iglesia, creíamos que habíamos hecho todas las cosas bien y al presentarnos nos dijeron que no podíamos. Finalmente, supimos que lo que sucedía es que somos descendientes de pueblos originarios y se nos tomaba como una religión ajena. Nosotros pensábamos que teníamos que seguir con esas costumbres establecidas. Hoy siento una gran alegría y orgullo en mi corazón y mi mente de ser parte de la comunidad de Pueblos Originarios, (es una gran satisfacción que no nos hayamos casado por iglesia). A mis hijos los crié así, yendo a los kamarukos, a las ceremonias, en inviernos fríos, incluso cuando apenas tenían pocos días de vida.

> *Antes me daba tristeza hacerlas, porque pensaba que era comida de pobres. Pero ahora cuando las hago, siento una satisfacción enorme, me trae tantos recuerdos… Uno para vivir no necesita muchas cosas, con tener poquito, se puede. Me recuerdan también que compartir es lo principal. Este pan lo comparto con mis hijos, mi esposo y todos los que tengan hambre. Con la comunidad cuando nos juntamos, cada cual hace algo de lo que les gusta y lo comparte.*

La receta que voy a compartir, me la enseñó mi mamá. Son Tortas a las cenizas, el pan mapuche. Antes no había muchos insumos a mano, esto se hace simplemente con un poquito de harina y es rápido. Siempre supe esta receta, desde muy chica, cuando vivíamos en José de San Martin y teníamos muy poco para comer. Se hace con harina, agua, sal, cenizas y nada más.

Pu Cosquel

Tortas a las cenizas para una mateada.

Gladys Villar Ñanco

receta

Para la masa

INGREDIENTES

½ k de harina 000
½ taza de agua fría
½ taza de agua caliente
(a temperatura del mate)
Sal a gusto

PASOS

Colocar la harina en un recipiente y agregar un puñado de sal. Verter primero el agua fría y luego la caliente. Amasar. Dejar reposar un ratito. Hacer bollitos del tamaño de un puño y estirar dando forma a las tortillas. Preparar el fuego al aire libre. Cuando se consume la leña quedan las brasas. Esparcirlas en el terreno y colocar las tortillas directamente sobre las cenizas calientes. Cocinar de ambos lados hasta que se doren. Retirar del fuego y acompañar con un rico matecito.

Cuando las cosas se hacen con amor, salen siempre bien.

Secretito!

Como se cocina sobre la ceniza no es conveniente usar carbón mineral. Es necesario usar leña para preparar el fuego.

{ Es muy importante tomarnos un momento para agradecer. Agradecemos porque estamos vivos; porque aprendemos cada día; agradecemos a los Nehuenes (fuerzas de la naturaleza del lugar) al mar, al viento, al fuego... }

Ho Ping Hui

何品翬

Row Row

de Amá

Soy taiwanesa, nací en Taipei, la capital de Taiwan. Su nombre significa "al norte de Taiwan", mis padres en cambio son de Tainan, "al sur de Taiwan".
El primero en llegar fue mi papá en el año '82, vino desde Chile porque fue a hacer negocios allá. En ese momento hubo una ola migratoria en Taiwan. Como es una isla muy pequeña, a todo el mundo le gusta salir de allí y ampliar su horizonte, algo que se repite en distintos momentos de su historia.

Cuando me enteré que veníamos a Argentina fue un momento difícil, estaba todo medio camuflado. De repente mis padres dijeron: vamos a pasar unos días a la casa de los abuelos, algo raro en el medio de la temporada escolar. Pero cuando estábamos visitándolos, nos dimos cuenta que era una visita de despedida. Los meses siguientes nos despedimos en la escuela y de los amigos.
Mi papá tenía un negocio de exportación que llegó a Chile y cuando conoció le gustó mucho, luego vino a Argentina, en la época de la guerra de Malvinas, y a pesar de la situación, también le encantó. Se compró una casa en Buenos Aires y al año siguiente nos mandó a nosotros a vivir allá. Luego de dos años terminó con sus negocios en Taiwan y pudo venir también él a vivir aquí definitivamente.

> *Yo traje la música conmigo, que es lo único que perduró, y el idioma chino, que me sostuvo en la adolescencia. Son dos cosas muy importantes para mí, para mi formación y profesión. Estudié el profesorado de música al mismo tiempo que la secundaria, aunque mi primer trabajo fue como maestra de chino.*

En una época me encantaba coleccionar teteras, tacitas, ese tipo de cosas. En casa, la comida china se servía en este tipo de cuencos japoneses, por eso guardo el que me queda de recuerdo. No soy una gran cocinera en realidad, ni de comida china ni criolla, la receta que voy a compartir con ustedes no tiene un nombre específico... podemos ponérselo después. Es el plato preferido de mi hija, cuando va a la casa de mi mamá ella siempre se lo pide, le decía en su lengua de niña Row Row que quiere decir "la carnecita" que hace su Amá, "abuela" en taiwanés. El Row Row de Amá.

Hace cinco años que nos mudamos a Madryn y Amá no está cerca, un día por nostalgia quizás, mi hija me pidió ese plato. La tuve que llamar, porque yo la verdad, no cocino mucho, menos la comida china que es muy elaborada. En China cuando uno hace un guiso, primero hace el arroz y luego lo típico para una cena, son tres platos más la sopa. ¡Es mucho! La comida china en cambio, es habitual en la casa de mi madre. *Cocinar esto es todo un desafío, porque el Row Row de Amá es el Row Row de Amá, entonces tengo que esmerarme: la crítica es feroz.* Pero bueno, con un poco de práctica, va saliendo cada vez mejor y los comentarios mejoran (risas). Mi esposo tiene dos hijos mayores de otro matrimonio con una mujer coreana, ellos están acostumbrados al sabor oriental. Esta comida la comparto con mi familia y con la gente que esté en casa.

Row Row

_____ *de Amá*

Ho Ping Hui

Row Row *(para 4 personas)*

INGREDIENTES

3 tazas de arroz doble carolina

1k de carne preferiblemente bola de lomo (cortada en bifecitos)
3 dientes de ajo
Salsa de soja
1 ½ cucharita de azúcar
Aceite de sésamo
Sal a gusto

4 cucharaditas de maicena
1 morrón rojo mediano
2 cebollas
1 puñado de perejil fresco
1 cucharadita de pimienta
Aceite

* También conocida como **olla arrocera**, se trata de un dispositivo típico en la cocina oriental.

Arroz

PASOS

(Mi abuela decía que como el arroz se secaba al sol, tiene tierra y muchas cosas y por eso lo lavábamos. Hoy en día no sé cómo será...)

Lavar y enjuagar varias veces el arroz para eliminar el almidón, hasta que el agua quede clara. Cocinar al vapor en la arrocera* durante aproximadamente media hora. Colocar una medida de agua por cada medida de arroz. También se puede cocinar en la cacerola, tarda un poco menos, lo que hay que controlar es la consistencia; tiene que quedar un poco más aglutinado, para poder comerlo con palitos.

Carne

PASOS

Golpear la carne. Luego cortarla en tiras finas. Colocarla en un recipiente junto con el ajo picado, un poco de salsa de soja, el azúcar, una pizca de sal (no mucha porque la salsa de soja ya es salada) y un toque de aceite de sésamo. Agregar la maicena disuelta en un poco de agua. Dejar macerar durante media a una hora en la heladera.

Secretito!

En casa el arroz se compra de a 30 kg y para que no se abiche lo almacenamos con hojas de laurel.

PREPARACION FINAL

Cortar el morrón y dos cebollas en tiras, picar dos dientes de ajo. En una sartén colocar un chorro generoso de aceite y dejar que se caliente. Agregar el ajo y la cebolla. Cocinar a fuego fuerte. Revolver continuamente con un cucharón de madera. Sumar el morrón. Las verduras deben estar apenas salteadas. Agregar una pizca de sal. Retirar del fuego y reservar aparte. Colocar nuevamente un toque de aceite en la sartén y agregar la carne macerada. Cocinar a fuego fuerte, mezclando de cuando en cuando para que se cocine en forma pareja, separando lentamente las tiras. La carne debe estar a punto, no extremadamente cocida. Agregar las verduras previamente salteadas. Sumar un chorrito de agua y tapar. Continuar la cocción a fuego mínimo durante unos minutos más. Retirar y colocar en una fuente para llevar a la mesa. Acompañar con el arroz.

EMILIA SUSANA BAREDES.

Sembusek

o Burekas

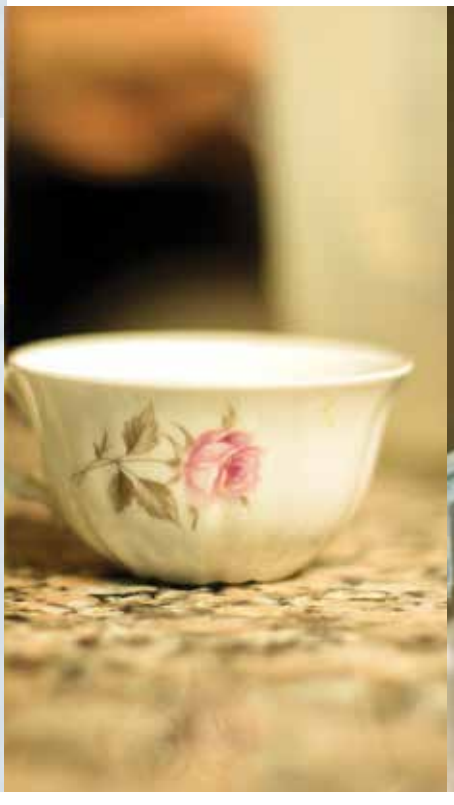
Nosotros venimos de la ciudad de Buenos Aires. Mi marido es Leucovich de apellido y yo soy Baredes. La mamá de él era descendiente de árabes, Levy de apellido, o sea un judío sefardí. A la rama de judíos de origen europeo se los llama Asquenazí y los que vienen de la parte árabe, incluso de España (donde los árabes estuvieron mucho tiempo), se los llama sefardíes. Ellos convivían con los pueblos árabes originarios, entonces comparten la tradición y las costumbres, salvo la religión que es diferente. Unos son judíos, los otros musulmanes o católicos.

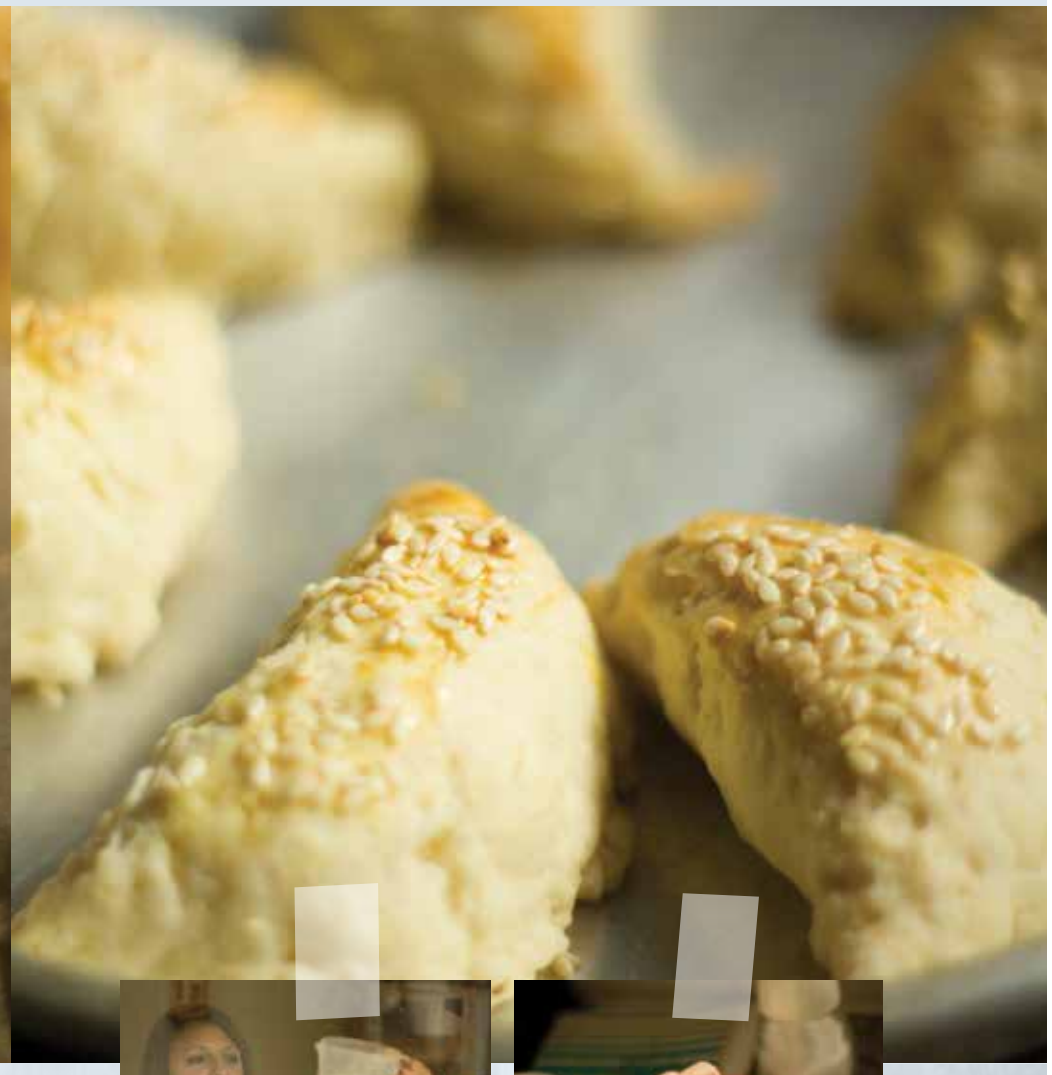
Vinimos a Puerto Madryn, porque mi marido consiguió trabajo en la ciudad. Llevábamos cuatro días de casados, lo que teníamos con nosotros era el bagaje de tradiciones. Las abuelas, tías y madres hacen cosas caseritas para los cumpleaños, son gustos y sabores especiales. Las empanaditas de queso o Sembusek llegan a mí a través de ellas, amaban la cocina.
Yo, en cambio, no toqué nada hasta que me casé. Pero de repente, estábamos muy alejados como para seguir comiendo lo que se comía en familia, así que empecé a preparar lo que había visto, estaba grabado en la piel.

A la gente le encanta este tipo de comida, a mí también, la siento. Preparo tres o cuatro cosas en cada ocasión. Ahora no tanto porque estamos solos, sin embargo de repente me pongo a cocinar y me encuentro haciendo varios platos a la vez. Desde que mi hija vive lejos, compartimos más con los amigos y mi marido. Generalmente cocino bastante, puedo hacer comidas de todo tipo en cualquier momento, pero presto especial atención a las fiestas tradicionales. Para Semana Santa de los católicos: cosas sin harina y aunque no soy muy buena en eso, trato de respetarlo; cuando llega Roshashaná también, hacemos recetas árabes o algunas asquenazíes para compartir entre nosotros.

> *Antes con los chicos viajábamos para que tuvieran una visión de lo que era la tradición, como ir a una sinagoga por ejemplo. Ahora se está armando en Madryn una comunidad donde tratamos de juntar gente con las mismas tradiciones.*

Mamá me dio las recetas que ella tenía, las sabía de memoria; mi suegra hacía mucho pescado; los Kishes y esas cosas, las sacamos de un libro. *Hoy todo está en internet.*





Sembusek

o Burekas

Emilia Susana Baredes

receta

Para la masa *(25 unidades pequeñas)*

INGREDIENTES

½ kg harina 0000
2 cucharaditas colmadas de polvo de hornear
1 cucharadita de sal
60 g de manteca
2 tacitas de aceite de girasol (220 cm3)
2 tacitas de leche (220 cm3)

PASOS

Colocar en un bol la harina, el polvo de hornear y la sal.
Derretir la manteca y agregarla a la mezcla. Sumar el aceite y la leche. Amasar hasta que la preparación quede homogénea. Se debe obtener una masa suave que necesitará reposo.

Para el relleno

INGREDIENTES

250 g de queso rallado
1 yema de huevo
1 pizca de polvo de hornear
Harina (un toque)

PASOS

En un recipiente colocar la yema de huevo y el queso rallado. Revolver. Sumar una pizca de harina, para que la mezcla pierda la humedad. Y por último agregar el polvo de hornear, para evitar que reviente la masa en el horno.

Secretito!

Si sabés que vas a tener poco tiempo, podés preparar la masa con anterioridad y conservarla en la heladera hasta el momento del armado y la cocción.

Para las empanaditas

INGREDIENTES

1 yema de huevo
Semillas de sésamo

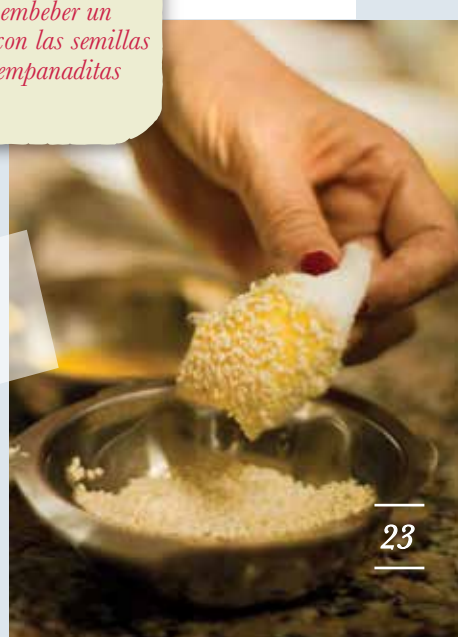
PASOS

Encender el horno. Para armar las empanaditas tomar un bollito de masa y aplastarlo con las manos sobre la mesada. Agregar una cucharadita colmada del relleno y envolverlo como una empanadita. A medida que se cierran los bollitos, colocarlos en una fuente para hornear.
No es necesario enmantecarla. Pintar cada uno con la yema de huevo y cubrirlos con semillas de sésamo. Cocinar a fuego fuerte en el horno hasta que se doren por debajo. (10 minutos aproximadamente)

Secretito!

Para que las semillas de sésamo no se desparramen en la fuente, podés embeber un algodón en huevo, lo impregnás con las semillas y, una a una, vas cubriendo las empanaditas utilizando el algodón.

Quisiera aclararles que las medidas
para mí son cosas terroríficas.
Mi mamá, memoriosa, me decía,
esto es una tacita, aquello dos tacitas...
Y "la" tacita vino conmigo.
Hasta que un día mi hija, por teléfono
me preguntó: (porque yo le pasaba las
recetas así, con tacitas)
-¿Mamá, la tacita, cuánto tiene?
Y la medí: tiene 110 cm3



María Daisy Gonzales Vocal

Sopa de maní

____ con aderezo para acompañar

_____Bolivia tiene su nombre en homenaje a Simón Bolívar. También se la llamaba Jocha Pampa que en quechua significa charcos. Decían que era zona pantanosa, pero después llegó a ser un lugar de buena producción. Mi gente donde sea que estén se ha ocupado del cultivo. Hay paisanos que han convertido la tierra mala, en tierra fértil.

Nosotros trajimos un paquetito. La familia de mi marido no me aceptaban mucho, más cuando supieron que estaba embarazada. Entonces, hicieron los trámites para mandarlo a la Argentina. Le dije que se vaya, total yo iba a criar a mi hijo y mis papás lo iban a aceptar. Pero al final nos casamos un sábado en Bolivia, a escondidas de su familia, el domingo preparé mis cosas y nos vinimos con una valijita y Gustavo empaquetadito.

Volvimos a Bolivia después de 8 años. Me sentí tan mal en Bolivia porque no podíamos estar en la misma situación que en Madryn: vivíamos en la casa de mi suegra con otras cuatro familias. Luego de 8 años, habiendo estado independizada y en intimidad, allá todo estaba bajo el lema de atender a la suegra y a otros familiares. No me gustó y nos volvimos.

Entre las comidas estaban las de todos los días y las especiales, entre ellas la sopa de maní, que se utiliza para cumpleaños o eventos (un bautismo, un matrimonio), un plato para agasajar a la gente.

Es exquisita y fácil de hacer, aunque quizás algo costosa. A veces cuando la sopa no estaba bien, mi mamá daba vueltas con la cuchara y uno se quería morir. Y sí, con cuatro hijas mujeres sí o sí teníamos que cocinar bien. Realmente nos sirvió para amar la cocina. *A veces mis nueras me preguntan cómo es que me sale así la comida, y yo les digo que siempre hay que ponerle amor, darle una bendición.* Nosotros oramos en la mesa, durante y después, y antes de servir agradecemos a la Pacha Mama tirando un poquito al piso. Nosotros no nos servimos nada si no se agradece antes a la Madre Tierra, porque de ella lo recibimos. Entonces vamos a hacer de cuenta que es una gran fiesta, vamos a desear que todo esto sea un éxito.

> *Recuerdo que a los seis años nos dan un cuchillito, para pelar papa, está hecho de chapa o de hojalata, aún conservo el mío. En mi casa mis hijos también aprendieron a cocinar, aunque son varones, no se les cae nada si aprenden.*

Yo pienso que nos enseñan a cocinar cuando ven que podemos guardarlo en nuestra mente, nosotros curioseamos mucho. Yo tenía como 6 o 7 años cuando aprendí esta sopa. A veces mi mamá nos llamaba para mirar y después nos acordábamos, no todo, pero a esa edad yo empecé a aprender.

Sopa de maní

con aderezo para acompañar

María Daisy Gonzáles Vocal

receta

Para la sopa *(para 12 personas)*

INGREDIENTES

150 g de maní
Pollo (2 presas por persona)
1 cebolla mediana
1 trozo de morrón /Locoto (fruto picante boliviano)
2 dientes de ajo
1 rama de apio
½ tomate
2 zanahorias
1 taza de arroz
2 papas
1 rama de cebolla de verdeo
150 g de arvejas frescas (o 1 lata en conserva)
Una pizca de comino molido
Pimienta dulce en grano
Orégano
Perejil fresco
Sal

PASOS

Remojar el maní 30 a 40 minutos con agua tibia. Escurrir el agua. Pelar y finalmente licuar con una taza de agua. Llenar una cacerola con agua y calentar al fuego. Agregar las presas de pollo antes del punto de hervor. Agregar a la olla el maní licuado. Hay que tener mucho cuidado porque el maní espumea y rebalsa. Cocinar a fuego muy lento. Supervisar en todo momento la cocción y si fuera necesario remover el líquido para que no desborde.
Picar la cebolla, el morrón, el ajo, el apio, el tomate, las zanahorias y dos ramitas de perjil. Agregar las verduras a la sopa. Condimentar con comino, pimienta dulce y sal a gusto. Hervir durante 30 minutos hasta que la espuma vaya esparciéndose. Lavar el arroz y agregarlo a la preparación. Cinco minutos más tarde agregar las papas en trozos. Sumar sobre el final la cebollita de verdeo picada, el orégano y las arvejas, para resaltar los sabores. ¡En 5 minutos más la sopa estará lista!
Para el emplatado, picar el perejil bien finito y agregar sobre la sopa antes de servir.
Acompañar con papas fritas hechas en casa.

Para la salsa

INGREDIENTES

1 cebolla
Cúrcuma
Ají amarillo o azafrán
Aceite

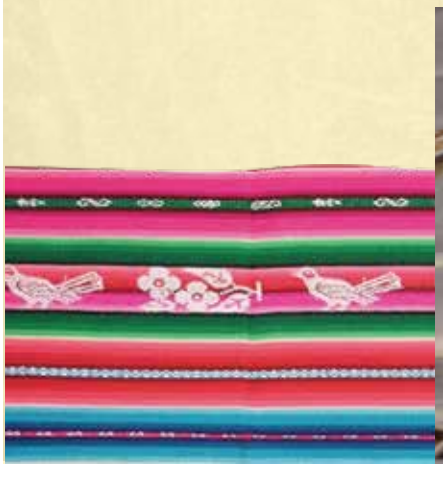
PASOS

Picar la cebolla en cuadraditos. Saltearla en un poco de aceite hasta que quede cristalina. Disolver en agua la cúrcuma y el ají amarillo.
Agregar las especies a la sartén. Cocinar durante 5 o 10 minutos. La salsa tiene que “cchallar”.
(Hacer ruido cuando hierve)

“Qué no falte pique al gusto”

Secretito!

También se puede utilizar Llajhua como aderezo. (Ají picante que se realiza con locoto, tomate y sal).



Patricia Chiloni

Sorrentinni

con ricota casera y espinacas

Mis padres son italianos, mi papá de la región Toscana y mi mamá del Véneto, cerquita de Venecia. Mi familia italiana vive en un pueblo arriba de la montaña que se llama Benabbio, cerca de Bagni di Lucca. Recientemente tuve la oportunidad de viajar y estar con parte de la familia que no veo desde hace diez años y de todos modos, esa cosa de la sangre que uno dice, se siente de una manera muy especial.

Cuando mi padre vino en el ´50, una carta demoraba meses; un viaje en barco, un mes, pero sin embargo el contacto se mantuvo vivo. Me emocionó ver que ellos tenían nuestra historia en fotografías. Ahora es distinto, tenemos las redes sociales, con mis primos nos escribimos siempre y es mucho más fácil. Mis hijas estudiaron en Buenos Aires, les alquilábamos un mono ambiente muy pequeño, tenían una cocina muy chiquitita que parecía un agujerito. Ellas en una barrita con una botella de vidrio amasaban sorrentinos para todos sus amigos, por eso decimos que nuestra cocina está en la sangre...

Italia tiene una manera un poquito especial de presentar las comidas, básicamente una cena o almuerzo consta de cómo mínimo 4 pasos: primero un antipasto; después el primer plato que en general son pastas; luego las carnes o pescados y finalmente el postre.

Allá las regiones están muy marcadas y se cocinan las cosas aprovechando los productos locales. A uno le da la sensación de que los italianos como son conocidos por la pasta, consumen mucha harina y no es así, hay una gran diversidad de comidas. Allá todo es muy medido, son platos de pequeñas cantidades, no comen más de 80 grs. de pastas por persona. Se ingieren muchas verduras, pescados y carnes de todo tipo (cordero, conejo, pavo, cerdo, jabalí) pero casi nada de vaca, por la geografía, es un país muy montañoso. Dicen que la dieta mediterránea es muy buena porque es muy completa.

> *Me encantaba ver a mi mamá amasar, estirando la masa con palote sin maquinita, estar con ella cuando cortaba los spaghetti los domingos.*

Cuando cocino estas cosas significan mucho para mí, es un homenaje y un recuerdo a toda la gente de Italia y su cultura; a todo lo que pasaron... Me vienen a la cabeza los relatos de la guerra de mi nonna. Ella con su carácter muy fuerte enfrentando a los alemanes que habían acampado en su casa y la obligaban a cocinarles. Nosotros la cargábamos y le decíamos que si esa comida les hacía a los soldados, con razón los alemanes habían perdido la guerra. Esto estuvo siempre conmigo. Somos una familia muy numerosa. Los domingos yo recibo a mis hijos e hijas con sus parejas y nietos, siempre hay amigos, mi consuegra, la suegra de mi hija mayor... Nunca somos menos que 15, con ellos comparto todo esto, el domingo es un día de mucho trabajo para mí.

Sorrentinni

con ricota casera y espinacas

Patricia Ghiloni

receta

Para la masa *(al puro huevo, para 3 personas)*

INGREDIENTES

300 g harina 000
3 huevos
Semolín
Aceite de oliva
Sal

{ Podrían ser ravioles, dependiendo del molde que tengan en casa. Se calculan 100 gr. por persona y un huevo cada 100 gr. de harina. }

PASOS

En un bol colocar la harina y una pizca de sal. Batir los huevos con un poco de aceite de oliva. Hacer un hueco en el medio de la harina e incorporar los huevos batidos. Con las manos integrar bien todos los elementos para lograr una masa amarilla, bastante dura, pero manejable. Disponer en la mesada y amasar. Finalmente, la dejamos reposar envuelta en papel film por 20 minutos aproximadamente. Luego cortar en porciones para estirar con palote o con la máquina de amasar pastas. Para estirar la masa y facilitar el trabajo conviene utilizar semolín (harina de grano de trigo duro). Pasar 2 o tres veces por los rodillos en la medida más ancha. Luego ir aumentando la presión de a poco, así la masa se vuelve más fina en cada pasada hasta llegar a un milímetro de espesor.

Para el relleno

INGREDIENTES

1 litro de leche entera
30 cc de vinagre blanco
1 atado de espinaca
Sal
Nuez moscada
Pimienta

PASOS

Para preparar la ricota

Calentar la leche y antes de que rompa el hervor, volcar el vinagre. La leche se corta. Pasarla por un filtro de tela de algodón, dejando reposar durante 20 minutos en la heladera.
Cuando el suero se separa completamente, la ricota está lista.
Lavar, blanquear y triturar la espinaca.
Mezclar ambos ingredientes.
Agregar sal, nuez moscada y pimienta.

Preparación final

Para armar la pasta

Disponer la masa en un molde para sorrentinos previamente enharinado. (Si no tenés, estirás la masa en la mesada y usás un vaso para cortar cada unidad). Con una cucharita colocar el relleno. Pincelear los bordes con agua. Cubrir con otra capa delgada de masa. Cerrar haciendo presión suavemente con el palote para que no se abran. Desmoldar. Calentar agua en una cacerola con un poco de sal. Hervir la pasta apenas un minuto (se termina de cocinar en la salsa).

Para la salsa

Utilizar un sartén bastante grande donde quepan los sorrentinos. Calentar 75 g de manteca y 8 hojas medianas de salvia fresca, cortar cada hojita en tres partes aproximadamente. Agregar la pasta. Cocinar 2 minutos más y servir con abundante queso parmigiano .

Secretito!

En la Patagonia, debido a la sequedad del ambiente, hay que trabajar rápidamente para que la masa no se seque.Podés agregar nueces al relleno pero es necesario picarlas muy bien ya que de otra manera agujerean la masa.

Nelcis Nayda Jones
Torta negra

____galesa (de la Patagonia)

Yo soy un poco de costa y otro poco de la cordillera. Viví en Trevelin hasta los 19 años, vine a Puerto Madryn a estudiar y conocí a Fernando. A los dos años nos casamos, ya hace más de 30 que vine de Trevelin. Me traje un pedazo de los Andes conmigo, muchos lindos recuerdos. Recetas, olores, colores y sabores que me van a acompañar siempre. Estaba convencida de que quería contar mi historia. Finalmente vino casi toda mi familia.

Al ir y venir de la costa a la cordillera, *descubrí que aunque la colonización galesa fue una en Chubut, tuvo modos diferentes en cada lugar.* El espacio de alguna manera es una construcción humana y el paisaje parte de esa construcción. Me di cuenta de que muchas recetas de mis abuelas y tías, en la costa no se hacían y viceversa. También variaban debido a la estacionalidad, la resistencia y calorías de los productos.

Creo que además del espíritu fuerte de mis abuelos, sus hábitos, lo que comían estaba relacionado con su buena salud. Investigué recetas y alimentos que apenas conocemos. Empezamos a hacer un trabajo de rescate y contagiamos a la Asociación Galesa de Puerto Madryn. Recuperamos formas de comer y cocinar. Eso tan cotidiano de alimentarnos, tiene que ver también con muchas otras cosas...

> *“La Torta negra galesa en realidad es una torta de los galeses en Patagonia, es patrimonio nuestro, de los chubutenses. Yo tuve al mismo tiempo 3 recetas, la de mi abuela y las de mis tías. De las tres armé la que voy a compartir: una del siglo XXI, adaptada a la vida de hoy. La aprendí cuando me casé, mi marido valoraba mucho las tradiciones, yo no le prestaba atención pero él me motivó para que no las perdiéramos…”*

Al principio tenía mucho miedo al hacerla, porque los ingredientes eran muy costosos, medía y pesaba todo. Actualmente no pienso en eso, siento que está adentro mío, sale sola...

Es parte de mi vida cotidiana. La hago en distintos momentos: para cumpleaños, para el 28 de julio, para llevarla de viaje o de regalo. La familia siempre espera la Torta negra en Buenos Aires.

Me encanta poder compartirla con otros. Puede conservarse por lo menos un año.

¡Algunas, mucho más! Guardar la torta de bodas es una costumbre celta.

El término “galenso” inicialmente se utilizó despectivamente, pero de alguna manera nosotros somos galensos. Los galeses son de Gales, nosotros de la Patagonia.

Torta negra

galesa (de la Patagonia)

Nelcis Nayda Jones

receta

Torta negra galesa

INGREDIENTES

1 taza de azúcar negra bien apretada. (que quede con la forma de la taza).
1 taza de pasas enteras sin semillas.
1 taza de pasas maceradas en licor.
½ taza de cascaritas de naranja (opcional)
2 tazas de agua hirviendo.
200 g de manteca.
2 cucharaditas de canela molida.
¼ de fruto de nuez moscada recién rallada.
Un toque de jengibre fresco rallado. (opcional)
1 cucharada de ralladura de limón. (opcional)
Esencia de vainilla.
3 tazas de harina leudante.
1 taza de nueces picadas y enharinadas.
1 cucharadita de bicarbonato de sodio.
1 chorrito de vinagre o limón.

Secretito!

Si queremos que se conserve durante mucho tiempo, es importante dejar las nueces en alcohol junto con las pasas si no, se llenan de hongos rápidamente.

PASOS

Para macerar las pasas colocarlas en un frasco con licor, coñac o whisky. Es bueno macerarlas durante al menos una semana y luego incorporarlas con todo el líquido.

Hay un dicho que dice: "Lo que se hace hace de noche se verá de día". Y yo digo: "Las galensas remojamos todo por la noche".

Colocar en una cacerola las 2 tazas de pasas, las cascaritas de naranja, el agua hirviendo y el azúcar negra. Calentar a fuego medio y agregar la manteca. Dejar entibiar. Condimentar con canela, nuez moscada, jengibre fresco, vainilla y ralladura de limón. Lo ideal es hervir todo esto a la noche, condimentar la preparación fuera del fuego, permitir que enfríe lentamente para que se impregnen los sabores y continuar a la mañana siguiente.
Cuando enfría, se le agregan dos o tres tazas de harina leudante dependiendo de cuan líquida haya quedado. Deben incorporarse lentamente y revolviendo para evitar los grumos. (Se puede usar harina común pero hay que agregar polvo leudante). La consistencia tiene que ser cremosa como cualquier torta. Con la última taza de harina, incorporar las nueces. Batir y unificar todo. Agregar una cucharadita de bicarbonato de sodio disuelto en leche tibia o agua para preservar y oscurecer la mezcla y por último un chorrito de vinagre o limón. Volcar en moldes enmantecados, cubriendo con la mezcla la mitad del recipiente. Calentar el horno y cocinar a fuego lento durante 50 minutos aproximandamente. Dejar enfriar y desmoldar.

Baño *(opcional)*

INGREDIENTES

5 cucharadas de azúcar impalpable
½ cucharada de agua caliente

PASOS

Mezclar hasta obtener una crema homogénea.
Cubrir la torta y dejar secar.

Secretito!

A mí me gusta que la torta repose y fije los sabores, me parece mejor que descanse unas horas antes de comerla. A veces le pongo cascaritas de naranja o de limón abrillantadas, picadas bien finitas. Son frutas muy resistentes y le agregan un sabor especial.

{ Nunca hay que ponerle huevo (para mi mamá sería casi un pecado mortal). }

[fotos de tu historia,
de algún recuerdo,
de tu lugar de origen,
de tu paisaje,
de tu cocina]

[tu nombre en grande]

[tu receta]

[tu foto]

¿De dónde venís?
¿Qué trajiste con vos?
¿Cuál es la historia de tu receta?
¿Qué sentís cuando la hacés? ¿Con quién la compartís?

[fotos de tu historia,
de algún recuerdo,
de tu lugar de origen,
de tu paisaje,
de tu cocina]

“

[algo importante que quieras destacar]

”

[¿una anécdota o algo gracioso?]

[fotos de tu historia,
de algún recuerdo, algún objeto,
de tu lugar de origen,
de tu paisaje, de tu cocina]

[fotos de tu historia,
de algún recuerdo, algún objeto,
de tu lugar de origen,
de tu paisaje, de tu cocina]

Universidad del Chubut

[una linda foto de tu plato terminado]

[fotos de ingredientes utensillos o preparación previa de tu receta]

[fotos de ingredientes utensillos o preparación previa de tu receta]

[nombre de tu receta en grande]

[tu nombre]

(para ..... personas)

INGREDIENTES

PASOS

Secretito!

Secretito!

El Museo PI se proclama un museo en comunidad: produce encuentros. Te invitamos a completar el recetario con tu propia experiencia. Conéctate con nosotros enviándonos el material escaneado a:
museodelaspracticasintangibles@gmail.com
También podés buscarnos en Facebook: Museo PI
Te esperamos!!!

[fotos del procedimiento de tu receta]

¿Qué es la culturalidad?

Una pregunta sencilla y complicada.

Universidad del Chubut

MUSEO DE LAS PRACTICAS INTANGIBLES

Muchas veces se asocia la palabra cultura a la nacionalidad, estableciendo los límites de la misma en coincidencia con las fronteras internacionales. Sin embargo, se trata de procesos dinámicos que desbordan los líneas imaginarias que dividen a los países. En este breve análisis se recorrerá el concepto de culturalidades desde los procesos y vivencias sociales comunes que atraviesan a las comunidades de la región.

Es importante redefinir cómo entendemos y otorgamos contenido a nuestro entorno. Según el Diseño Curricular de Construcción de Ciudadanía del Ministerio de Educación de Chubut: "La provincia se identifica por ser la expresión de la confluencia de muy diferentes tradiciones culturales que continúa enriqueciéndose con nuevos movimientos migratorios provenientes de diversas provincias así como de otros países. Las situaciones de interculturalidad existentes son muy diversas y se complejizan aún más, por lo que exigen la construcción de espacios públicos más inclusivos, de reconocimiento de las diferencias, que posibiliten el uso y goce de los derechos a quienes trabajan, viven y cumplen sus obligaciones en ellos."

Prada y Ruiz Silva, proponen derribar la construcción de la identidad monolítica que marca fronteras, por otra que reconoce el ejercicio político de los sujetos que buscan llegar a la creación de condiciones para el establecimiento de relaciones horizontales de diálogo con los diferentes "reconociendo su asimetría", "recuperando lo propio y lo extraño" en una misma trama. "Cuando narramos, son muchas las voces que hablan a través de nosotros, los recuerdos no son del todo nuestros, pues han bebido de otros..."; "...la narración tiene vocación de ser un acto intersubjetivo: se narra para alguien, se aprende a narrar de alguien."

Por su parte, Ricoeur refiere al hecho de "poder contar y poder contarse". De esta forma es posible pensar la identidad colectiva, y articular "comunidades de destino" como construcción de un proyecto mancomunado que integra no sólo intereses, también sueños y esperanzas.

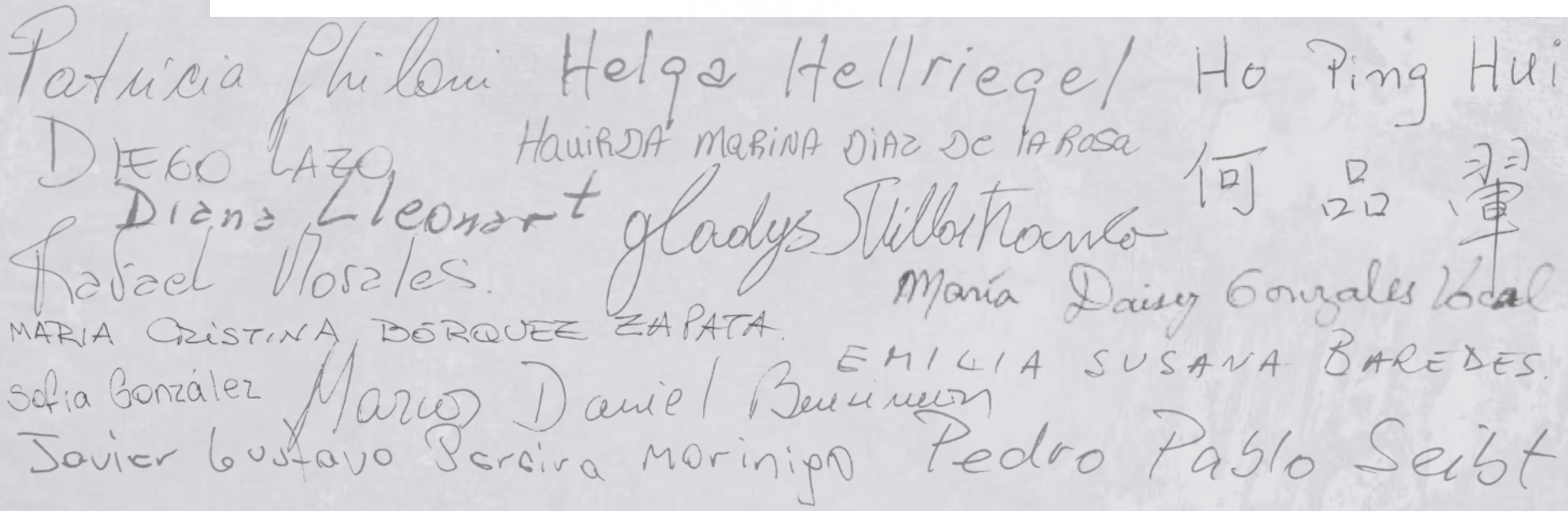
Frente a la diversidad que cada uno representa, a lo que convoca el espacio público es a la reconstrucción permanente de nuestras identidades producto de las narraciones y la acción política. Lo universal y lo particular, lo común y lo diferente

presionan al mismo tiempo. Surge entonces como desafío la creación de lugares de encuentro que posibiliten la manifestación de las diferencias en igualdad.

La interculturalidad es entendida como las relaciones de las múltiples prácticas culturales que se conjugan y se modifican constantemente en un mismo espacio. Los procesos culturales actuales se pueden identificar en las acciones sencillas de la vida cotidiana de las personas. En la gastronomía, por ejemplo, la relación entre la cocina y la cultura es profunda y suele pasar desapercibida. En cada acto que realizamos, en "el hacer" de una comida, se pone en marcha la interculturalidad y los procesos sociales que de ella se desprenden. Desde los elementos que se seleccionan para cocinar, hasta cómo se cocina, tienen que ver con la experiencia personal y la historia del espacio público enriquecido por los procesos migratorios.

Finalmente, entendiendo a la culturalidad como procesos sociales que determinan y generan prácticas y relaciones diversas en una comunidad, quedaría preguntarse: ¿Quiénes somos? Como se explicó anteriormente, el concepto de identidad es dinámico, configurando un "otro" y un "entre" en resignificación constante a partir de las vivencias de las personas de una comunidad. La otredad y su respeto fortalecen hábitos que permiten generar relaciones sociales acordes a las realidades actuales. El reconocimiento de lo propio en lo ajeno, a través de la gastronomía es una de las formas de comprender cómo se constituye en la actualidad la diversidad cultural.

En el marco para la construcción de una comunidad que respete y entienda las diferencias en el juego comprendido por la diversidad, *Relatos de Cocina* se vincula con el respeto mutuo, la aceptación del otro, la cooperación y la solidaridad; valores que se construyen en las vivencias y las prácticas ciudadanas.



Glosario

Alteridad

Se entiende como la condición de ser otro. En el vocabulario diario la palabra “otro” suele utilizarse frecuentemente, pero pocas veces nos detenemos a analizar críticamente su contenido. La identificación de un otro requiere el posicionamiento de uno mismo como distinto o diferente. El desafío que proponemos en este trabajo es la comprensión de un “entre” que opera con “otros” dando orígenes a procesos sociales ricos en diversidad. Riqueza que colabora en la construcción de sociedades libres de prejuicios.

"Cómo vivir juntos"

Es el interrogante que motoriza nuestro proyecto. Es a su vez, una cita al marco conceptual utilizado en la 27ava. Bienal de San Pablo curada por Lissete Lagnado cuyo tema fue tomado del así llamado seminario de Roland Barthes en el Collège de France, 1976-1977.

Comunidad

Según el diccionario de la Real Academia Española, entre las definiciones de comunidad encontramos al conjunto de personas de un pueblo, región o nación. En este “conjunto” existen variedades de historias que narran la identidad del lugar. Esta identidad no es estática y siempre está asociada a los cambios que los pueblos y las personas atraviesan. El elemento en común que aglutina a las personas de una comunidad, se resignifica en el habitar de determinado lugar. En este trabajo proponemos la valorización de las prácticas intangibles comprendidas en el dinamismo y la variedad del concepto de comunidad asociado al territorio del cual formamos parte.

Diversidad cultural

Para comprender este tema, es necesario abordar dos conceptos que le anteceden: multiculturalismo e interculturalismo. En cuanto al primero en los diccionarios se lo define como la “convivencia entre culturas” y al segundo, como “la relación existente entre culturas”. Si bien el multiculturalismo habla de convivencia de las culturas nada dice de cómo es la vinculación entre ellas. El interculturalismo pretende organizar los espacios fortaleciendo las relaciones culturales, de esta forma, por ejemplo, evitar urbanización según la lógica de barrios con nacionalidades y culturalidades especificas.“Relatos de cocina” busca valorizar las prácticas intangibles de los procesos culturales que se producen en las relaciones de diferentes sectores sociales. No hay dudas que es más complejo gestionar comunidades interculturales, pero de no abordar esta cuestión correctamente: se corre el riesgo de dejar de lado la realidad del territorio y cómo se modifica constantemente con el habitar de sus espacios. La diversidad cultural no son simples palabras, habla de la compleja y dinámica relación entre quienes habitan un territorio específico.

Patrimonio Cultural Inmaterial

Según la Convención de 2003 para la Salvaguarda del Patrimonio Cultural Inmaterial de la UNESCO, el también llamado patrimonio viviente, es la raíz de nuestra diversidad cultural y su mantenimiento es una garantía para la continuación de la creatividad. Se define como los usos, representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas -junto con los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales que les son inherentes- que las comunidades, los grupos y en algunos casos los individuos reconozcan como parte integrante de su patrimonio cultural. Este patrimonio cultural inmaterial, que se transmite de generación en generación, es recreado constantemente por las comunidades y grupos en función de su entorno, su interacción con la naturaleza y su historia, infundiéndoles un sentimiento de identidad y continuidad y contribuyendo así a promover el respeto de la diversidad cultural y la creatividad humana.