**CUADERNILLO COCINA CHILENA (MARZO) 4º medio**

**Material de aseo**

Nombre del alumno:

Nombre de profesor: Carlos pousa/Oscar Rojas

Carlos.pousa@ colegiofernandodearagon.cl

Oscar.rojas@colegiofernandodearagon.cl

**OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA 1):**

Preparar una variedad de platos de cocina básica, de preparación rápida y lenta, de acuerdo a los gustos y costumbres culinarias de diversas zonas del país, así como de requerimientos de alimentación saludable, cumpliendo estándares de calidad.

**APRENDIZAJE ESPERADO (AE1):**

Selecciona distintos tipos de productos típicos de la cocina chilena, considerando las zonas del país y la estacionalidad.

**OBJETIVO DE LA CLASE:**

Conocer historia de la gastronomía chilena.

***Nuestros primeros habitantes***

En nuestro país, por su gran variedad geográfica, se dieron todo tipo de organizaciones sociales y económicas en sus distintas culturas autóctonas. Unos de los aspectos más claros para entenderlas con relación a su entorno, son el alto desarrollo alcanzado en organización social, agricultura, ganadería y artesanía por los pueblos que se encontraban en la zona norte, y a medida que avanzamos hacia el sur, los pueblos se hacen nómadas y dedicados a actividades como la pesca y la caza.

Uno de los pueblos más adelantados fueron los atacameños, que ocupaban los territorios al interior de Tarapaca, Antofagasta y Puna de Atacama.

 Poseían una cultura bastante desarrollada, dedicándose a la agricultura, crianza de llamas y alpacas, a la minería y metalurgia, destacando su avanzada industria textil y alfarera.

Diaguitas. Establecidos entre el río Copiapo y el río Choapa desarrollaron la alfarería, alcanzando gran perfección en diseño y colorido; conocían el tejido y la minería de oro, cobre y bronce, además de ser pastores de llamas y alpacas.

Los Changos un grupo de pescadores de costumbres nómadas, que se caracterizaban por sus embarcaciones hechas de cuero inflado de lobos marinos. Desaparecieron tardíamente fusionados con el mestizaje

Los Picunches ocupan la zona comprendida entre el río Choapa y el río Itata. Fueron influidos culturalmente por sus vecinos del norte (los Diaguitas, y por los del sur (los Mapuches); eran agricultores, ganaderos y conocían la alfarería y el trabajo en tejidos.

Los Mapuches, pueblo aguerrido, dedicado preferentemente a la caza.

Rápidamente se adaptaron a las circunstancias nuevas de una guerra contra los españoles, aprendieron el uso del caballo, de las armas de hierro y sostuvieron la más tenaz resistencia al invasor durante trescientos años. Es el único pueblo en Chile que aun conserva su espíritu ancestral y sus tradiciones culturales.

Los Huilliches, único pueblo de esta zona que no se dedicó a la caza y recolección, que ocupaban la zona de que va desde el sur del Bio-Bio hasta el golfo de Reloncavi.

Eran agricultores pacíficos, que no ofrecieron resistencia ni a las invasiones Mapuches ni a las españolas.

Los Chiquillanes eran indígenas nómadas y recolectores, que habitaron la región oriental de la cordillera de Los Andes, entre el río Diamante y el lago Malahue. Hacían frecuentes cruces de la cordillera para comerciar con otros pueblos aborígenes de nuestro territorio y posteriormente con los españoles.

Otro pueblo de esta región fueron los Puelches, que alzaron sus tolderias en la zona cordillerana al sur de Valdivia y hasta las alturas de Osorno, dedicándose a la caza del guanaco y a la recolección de frutas. Lentamente fueron mestizándose con los Mapuches y los Huilliches hasta desaparecer.

Los Pehuenches fueron cazadores y recolectores nómadas que habitaron el territorio cordillerano entre Chillan y Valdivia.

Traspasaban la cordillera para comerciar y recolectar piñones (pehuen). En el siglo XVIII se establecieron definitivamente en territorio chileno.

En la isla de Chiloe y la zona de los canales y archipiélagos australes, habitaron los Chonos, pueblo de pescadores y cazadores de lobos marinos.

Con la llegada de los Cuncos a Chiloe, fueron desplazados más hacia el sur, sin embargo, aprendieron de ellos una agricultura rudimentaria y a la crianza de la llama. De la fusión de ambos pueblos nació el chilote.

En la undécima región existieron dos pueblos diferenciados en sus costumbres; uno esencialmente de tierra y el otro marino. Los primeros, los Tehuelches, habitaron ambos lados de la cordillera de Los Andes, en la zona comprendida entre el golfo de Reloncavi y tierra de fuego. Más conocidos como Patagones, practicaban la caza y la recolección de frutas, plantas y raíces. Desapareciendo durante sucesivas mezclas con otros grupos indígenas y con la conquista española

El segundo pueblo eran los Alacalufes, que vivían en sus botes de corteza o arboles ahuecados, recorriendo la extensa región comprendida entre el golfo de Penas y el canal Beagle.

Alejados de todo contacto con otros pueblos (no conocieron agricultura, ni ganadería, dedicándose a la caza de focas y a la pesca.

Ya en el extremo sur austral del país, encontramos a los Yamanas, indios pescadores conocidos también como Yaganes, quienes habitaban las islas y canales del Beagle. Durante el periodo de colonización, fueron objeto de una despiadada destrucción.

Los Onas, llamados así por sus vecinos Yamanas, eran dos subgrupos, los indios Selk –Nam y los Hausch, diferenciados por características de costumbres y lenguaje, pero pertenecientes al mismo grupo étnico. Habitaron la isla grande de Tierra del Fuego, dedicándose a la recolección de bayas y otros frutos. De gran estatura, corrieron igual suerte que sus vecinos Yamanas, siendo exterminados por los colonizadores blancos.

**Los orígenes de los postres en la cocina tradicional**

Los postres corresponden a la repostería española traída por los conquistadores; Bernal Castillo, un historiador habla de los “suspiros de monja”, el alfajor moro, de los mantecados y polvorosos y sobre todo el manjar blanco, tan apreciado en nuestro país.

Las hojuelas, rosquillas de alfajor, las sopaipillas, hojaldres, se hicieron populares por la introducción en América de la cocina andaluza. Esta introducción fue lenta por los efectos que producía la escasez y falta de azúcar en la época, pero fue compensada por la miel de abejas, de ulmo y la miel de palma.

Los postres de frutas también comenzaron a ocupar un sitial preponderante gracias a la amplia gama de frutas aborígenes, como los de la zona sur: la avellana, el peumo, el maquí, el molle, el guijan, el liute y la murtilla.

Entre los más refinados postres de Europa se encontraban el de chirimoya, lúcuma y el de frutilla. Según los entendidos de la época la frutilla fue una de las más grandes contribuciones a la repostería europea.

**La influencia de las monjas en el siglo XVII, en la repostería**

Las monjas fueron las que impulsaron el desarrollo de la repostería chilena. El dicho ”mano de monja”, proviene de este siglo además fueron ellas las que dieron vida a las famosas colaciones.

En este siglo la gente gastaba un dineral en banquetes y comidas. Los alimentos que más se utilizaban eran: todo tipo de aves, peces, dulces ordinarios, dulces de pasta de almendras, frutas.

Otra preparación privilegiada de las monjas era, los dulces de papilla y huesos, los duraznillos de la virgen, el almíbar, el dulce de membrillo y la jalea.

De la leche hervida con canela y vainilla obtuvieron el manjar blanco.

El progreso no fue tan solo en la repostería. La cocina se hizo más variada con la introducción de nuevas especialidades como por ejemplo:

* El pavo: originario de México.
* El ganso: de carne blanda.
* Algunos guisos.
* Las lentejas de las Monjas Rosas.
* Porotos fuente de plata de las Capuchinas.
* El ají de las Monjas Claras.

**Bebidas del siglo XVII**

Como bebida aparece el mate y el chocolate.

La yerba del Paraguay (cumaque) había sido reconocida en el paraguay por los jesuitas, e introducida en Chile por ellos, su uso se consideró un vicio que se transmitía a los demás países o zonas limítrofes; pero a pesar de ello fue muy bien recibido por los españoles.

Este vicio se considera algo habitual propagándose a otros países.

La fecha de comercialización se remonta hacia el año 1664, siglo XVI, con un valor de ocho reales la libra.

El chocolate mexicano, fue conocido en el mundo entero a partir del año 1640. No se sabe con precisión cuando llega el chocolate a Chile, pero una cuenta de mercaderías de 1668, nos habla de la compra de cuatro onzas de vainilla para chocolate. Ambas fueron las bebidas por excelencia en los siglos coloniales.

El mate fue la bebida popular, animadora de la tertulia al calor del brasero con su corte de chismes, consejo de ánimas, duendes y aparecidos. El chocolate fue más bien una bebida de aristocracia.

Las horas de comida no han podido ser precisadas. El orden regular era: almuerzo, comida y cena. El almuerzo debió ser muy temprano, la comida antes de las dos de la tarde, la cena a las seis. Del lapso de tiempo entre el almuerzo y la comida deriva la tradicional once, cuya etimología deriva de la palabra aguardiente, la cual tiene once letras.

**ACTIVIDAD Nº1 Y Nº2**

* RESPONDE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS.
1. ¿Cuál fue la primera influencia que existió en la cultura chilena?
2. ¿Qué zonas de chile ocupaban los atacameños? Explique a que se dedicaban.
3. Los diaguitas eran pastores, ¿de qué animales?
4. ¿A qué se dedicaban los changos?
5. ¿Dónde habitaron los chiquillanes?
6. Explique características de los Chonos.
7. ¿Cómo se llaman los patagones y cuales eran sus costumbres?
8. ¿con qué otro nombre se conocían los yamanas y donde habitaban?
9. Explique las costumbres de los Onas.
10. Explique todo lo relacionado con los postres en chile.
11. ¿Qué papel tuvieron las monjas en la gastronomía chilena?
12. Explique las primeras bebidas de chile.

**ACTIVIDAD Nº3**

Observe el siguiente link y realice un análisis de esté.

<https://www.youtube.com/watch?v=ARM5euNvBJQ>

**ACTIVIDAD Nº4**

Observe el siguiente link y realice un análisis de esté.

[**https://www.youtube.com/watch?v=n4BIuwNB0aA**](https://www.youtube.com/watch?v=n4BIuwNB0aA)