



RECETAS DE MAESTROS

DE PICADAS TÍPICAS CHILENAS





MAESTROS DE PICADAS, GUARDIANES DEL SABOR TÍPICO CHILENO

El título de picada no se elige, se gana. Es el tiempo, la historia y la calidad de sus preparaciones que se mezclan en el boca a boca, el que termina por elevar a nivel de leyenda a los lugares que nos han entregado su sabor, que han deleitado nuestros paladares y también han cuidado nuestro bolsillo. El orgullo de tener un “buen dato” para comer en una picada es un tesoro compartido entre aquellos que entienden el valor de estos santuarios gastronómicos. Es más que una simple recomendación; es un acto de generosidad, una contribución al tejido mismo de la institución de la picada chilena. En el vasto panorama culinario de Chile, las picadas se erigen como verdaderos tesoros gastronómicos, guardianes de sabores auténticos que dan vida a la rica tradición culinaria del país de la mano de personas que, generación a generación, han puesto su corazón en cada preparación. Son en estas esquinas gastronómicas, donde el aroma de las especias se mezcla con el bullicio de la vida cotidiana, que nacen las historias que dan forma a nuestra identidad culinaria.

Historias, secretos y recetas que viven, crecen y mueren muchas veces en las mismas cocinas que les vieron crecer, eso, hasta ahora. Gato en la búsqueda de rescatar los sabores e historias de nuestra cocina típica chilena, ahora compila en un documento histórico las recetas e historias detrás de los platos de las picadas más emblemáticas de nuestra nación. Detrás de cada plato se encuentra un maestro, un guardián del sabor típico chileno, cuyo arte en la cocina trasciende a la preparación de alimentos. Estos cocineros, en sus modestos reinos culinarios, son arquitectos de la nostalgia, forjadores de momentos que se quedan grabados en el paladar, en la memoria, y que hoy deciden compartir con todo Chile a través de este libro.

“Recetas de maestros de picadas típicas chilenas” es un tributo a esos guardianes del sabor, a los maestros que mantienen viva la llama de la autenticidad culinaria chilena. Aquí, en estas páginas, nos sumergimos en el corazón mismo de las picadas, desentrañando sus secretos, celebrando sus sabores y rindiendo homenaje a aquellos que, con sus manos hábiles y sus recetas atesoradas, han convertido a las picadas en verdaderas joyas de la gastronomía chilena.

¡Salud por los maestros!, por las picadas y por la rica tradición que compartimos en cada plato y en cada copa de Gato.

Gato, Típico Chileno.



FOTOGRAFÍA

MACA ACHURRA

PERIODISTA

PATRICIO ROJAS

AJIACO DE LOS BUENOS MUCHACHOS



INGREDIENTES

Cebolla	Ají color
Pimentón	Papa
Carne	Huevo
Orégano	Ají cacho cabra (opcional)
Comino	

PREPARACIÓN

"La carne (restos del asado, en nuestro caso usamos lomo liso) se fríe y sella en el sofrito que preparamos con las verduras. Luego se agrega agua y se corrige la sazón. Se cocina a fuego lento por 2 a 3 horas para lograr un caldo potente, concentrado y sabroso. Al final, se agregan las papas en tajadas gruesas y, opcionalmente, un huevo. El ají cacho de cabra va aparte para que cada uno lo agregue a gusto".

LOS BUENOS MUCHACHOS



HISTORIA



JORGE ARENAS

Es uno de los platos que está en la carta todo el año y desde siempre, comenta Jorge Arenas, quien, con 18 años en la cocina de Los Buenos Muchachos, tiene claro que el Ajiaco es un reponedor imbatible. "Sobre todo para los bailarines, que son tradición de nuestro local, uno de los pocos con bailables en Santiago. Si bien se sirve mucho más en invierno, siempre lo están pidiendo. No hay que confundirlo con el Valdiviano", agrega Jorge, "que se prepara con charqui y que los últimos años salía muy poco, por lo que ya no lo tenemos en la carta".

¿El secreto de la persistencia del Ajiaco en el tiempo? "El sabor que le da la carne, la potencia y concentración que se logra con la cocción lenta, que idealmente puede llegar a las 3 horas. Lo que no es menor..."



PULMAY DE CHILOÉ EN TU MESA



INGREDIENTES

Choro Maltón	Ají color
Almejas	Ajo
Choritos	Vino blanco a gusto
Costillar Ahumado de Cerdo	Papa
Longaniza ahumada	Milcao y Chapalele (1 unidad por cada Pulmay que se cocina al vapor sobre la misma preparación).
Trutro de pollo	
Cebolla	

PREPARACIÓN

Los mariscos y la carne se colocan en una malla, igual que en las fiestas costumbristas de la 10 región. En la olla, se hace un sofrito con la cebolla, aceite y ají color, más las papas. Introducir la malla y agregar agua fría hasta que hierva. Añadir el vino blanco. Con esto, se formará el caldo que se sirve aparte. Pinchar una papa con un palito para brocheta, y ahí se ve si ya está listo. Servir en plato grande de greda.

CHILOÉ EN TU MESA



HISTORIA



SANDRA CHAVEZ

Cuando Sandra Chávez y su marido Juan Cataldo decidieron compartir su buen hacer en la cocina chilota, impulsados por sus amigos que probaban, aplaudían y pedían a domicilio su Pulmay (curanto chilote en olla), nació "Chiloé en tu mesa". Un emprendimiento verdaderamente familiar donde todos están en el salón, la cocina, la barra, y Sandra, por supuesto, detrás de los fuegos preparando recetas heredadas de su madre, ambas de Ancud. Entre una cosa y otra, han pasado más de 18 años. Tienen su propio récord, llegando a vender mil curantos. ¿Cuál sería el secreto? Sandra, sin dudar, dice que es la frescura del Pulmay "se prepara solo una cantidad por día, para que esté siempre fresco, lo mismo que el milcao y el chapalele. Como se hace en la isla. Cuando se acaba, se acaba. Por eso, los fines de semana hay filas de amigos que no se pierden el suyo. Muchas veces es una verdadera locura", comenta feliz.



PASTEL DE JAIBA DE EL OCEAN PACIFIC'S



INGREDIENTES

Aceite Vegetal / Mantequilla

Cebolla

Orégano

Ají color

Pimienta

Ajo

Crema de Leche

Pan remojado

Carne de Jaiba desmenuzada

PREPARACIÓN

Preparar el sofrito con todos los aliños, cuidando que no se queme, por solo 5/6 minutos. Agregar la crema junto con la carne de jaiba desmenuzada, cuidando que no queden cartílagos, revolver hasta espesar. Unos 15 minutos de cocción para, al final, integrar el pan (molde, aunque nosotros lo hemos hecho desde siempre con marraqueta). Subir la temperatura para que tome consistencia y finalizar con el queso parmesano. Cuidar el tiempo de gratinar para que alcance el dorado justo en un pocillo de greda. Decorar con una pinza de Jaiba.

OCEAN PACIFIC'S



HISTORIA



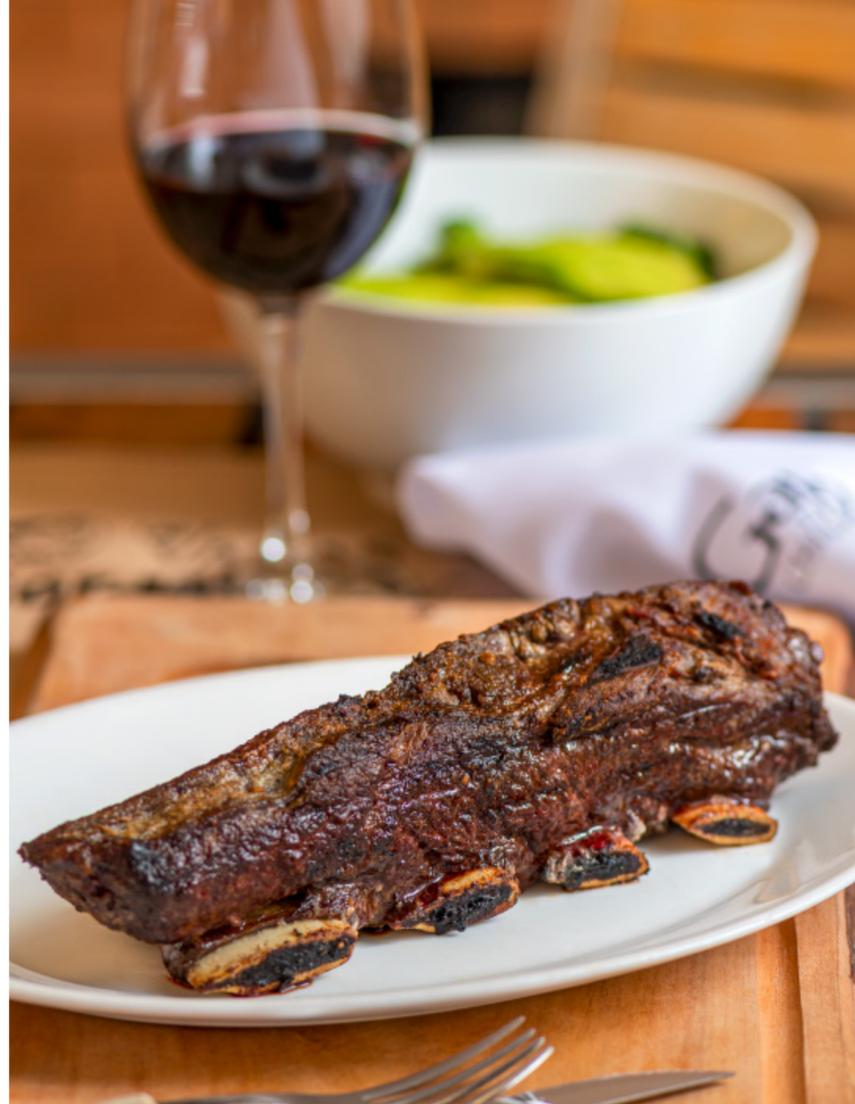
LUIS CÁRDENAS CARIMÁN

El haber nacido en Llanquihue define a Luis y, sobre todo, no haberse movido en 22 años de la cocina del Ocean Pacific's en Avenida Cumming. "Llegué y aquí me quedé" sencillo maestro cocinero, su talento está en haber ido aprendiendo a reconocer los mejores ingredientes para lograr deliciosas pailas, caldillos y pasteles.

¿El secreto para que este plato típico chileno se haya convertido en uno de los mejores del mundo según Taste Atlas? "Trabajar la jaiba a mano, desmenuzar, revisar que no queden cartílagos y luego unir todo hasta lograr el sabor y la textura natural, única. Para eso hay que ir probando. Para eso me han servido todos estos años en la cocina".



ASADO DE TIRA DE LAS VACAS GORDAS



INGREDIENTES

500 grs de asado de tira, angus americano con abundante marmoleado

Sal

PREPARACIÓN

Asar a punto de cocción a elección con sal a gusto:

Inglesa: 10 minutos

A punto: 25 minutos

3/4/rosada: 35 minutos

Bien asado: 45 minutos.

LAS VACAS GORDAS



HISTORIA



DANILO GODOY
Y JORGE BELLO

Les gusta que los llamen “maestros asadores de carne”, aclaran de entrada mientras las tallas van y vienen. Danilo y Jorge Bello mandan en las parrillas de “Las Vacas Gordas”, en el tradicional local de Cienfuegos en el Barrio Brasil. Más que los puntos de cocción, aquí el asado de tira es de las carnes con hueso, una de las que más se pide. Cuando se les pregunta cuál es el secreto para que sea una de las favoritas de los comensales por más de 20 años, los mismos que están ellos en el restaurante, no dudan en responder a coro: “asar con pura sal y con cariño. Como si el asado fuera para uno. No solo hay que lograr que el cliente se vaya conforme sino que vuelva. Cliente que vuelve trae 9. Uno que vuelve equivale a diez, aseguran. Y no es talla”.



BARROS LUCO DE CONFITERÍA TORRES ALAMEDA



INGREDIENTES

Pan Marraqueta
Carne filete de res 130 gramos
Queso mantecoso 150 gramos
y mantequilla

PREPARACIÓN

Para el Barros Luco, es necesario contar con una buena plancha ("y dominarla", dice Osvaldo). El queso tiene que ser uno que se pueda "fundir" fácil, no se queme ni tampoco se "derrita" demasiado. El pan es fundamental, y la marraqueta es la reina. En caso de usar pan de molde, cuidar el jugo de la carne para que no se moje el pan y el sándwich se desarme y sea difícil de comer.

CONFITERÍA TORRES ALAMEDA



HISTORIA



OSVALDO ULLOA

Aunque la Confitería Torres, abierta en 1879, sea el restaurante más antiguo del país, en la carta hay un sándwich que se mantiene siempre joven, ya que no pasa de moda. El Barros Luco fue creado por el Presidente Ramón Barros Luco (1910/1915), quien lo pedía como cliente habitual de la Confitería. "Es por lejos el más pedido de nuestra carta", dice Osvaldo Ulloa, quien hace 15 años lo prepara con maestría en la plancha del local de Alameda. "El día del Patrimonio, hemos llegado a sacar 500 sándwiches", agrega orgulloso. ¿El secreto de este sándwich tan exitoso? "Lograr que todo esté a punto: la temperatura de la plancha, la carne blanda para que quede jugosa pero bien asada, el queso sabroso y, por supuesto, el pan que sea una marraqueta crujiente. Parece simple, pero hay que tener su maña", asegura.



CONSUMÉ DE EL QUITA PENAS



INGREDIENTES

Carne de Vacuno (se usa carne de cazuela: hueso sustancioso con grasita y carne)

Sal y aliños a elección

Huevo

Cilantro

PREPARACIÓN

La carne se cuece lentamente para obtener toda la sustancia como fondo del caldo. Se agregan los aliños a elección junto con la sal. Al final, se rompe el huevo entero como ingrediente final. Debe servirse bien caliente con el huevo recién cocido en el propio caldo y espolvoreado con abundante y aromático cilantro fresco.

EL QUITA PENAS



HISTORIA



ORLANDO SEPÚLVEDA

Dicen que es literalmente un “levanta muertos”, y es que el consomé del bar restaurante El Quita Penas de Avenida Recoleta 1485, frente al Cementerio General, lo cuenta entre sus preparaciones más pedidas y logradas. La gracia del consomé es que “debe ser reponedor”, asegura Orlando Sepúlveda, quien con cerca de 10 años en El Quita Penas sabe con propiedad que es un favorito tanto de deudos que cruzan del cementerio como de los parroquianos, fieles clientes de este bar, uno de los más antiguos de Santiago con más de 100 años desde 1909 en esta tradicional esquina de Recoleta, donde cuenta la leyenda que se hicieron las primeras reuniones para crear el club albo Colo-Colo. “Si bien en los días fríos es cuando más sale, está en carta todo el año. No en vano muchos, cuando lo piden, dicen “quiero un viagra”, comenta Sepúlveda”.



LOMITO COMPLETO DE LA ANTIGUA FUENTE



INGREDIENTES

Pan

Lomitos de cerdo en láminas y reposados en su propio caldo

Chucrut

Mayo casera

Salsa de tomate natural

PREPARACIÓN

Se abre y calienta el pan. Luego se agregan los lomitos (que están en el caldo, por lo que mantienen el calor). Abundante mayo casera y se termina con tomate en salsa natural (lo que hace que el lomito de la Antigua Fuente sea único).

LA ANTIGUA FUENTE



HISTORIA



VERÓNICA PIZARRO

Fuentes hay muchas, Antigua Fuente solo una. Lo mismo pasa con Verónica Pizarro, quien va a cumplir 40 años en el emblemático local de Plaza Italia. Es su único trabajo, ahí se casó, crió a sus hijos y hoy es patrimonio vivo de la historia gastronómica nacional. Con un sentido del humor a toda prueba, Verónica se emperifolla para la foto mientras comenta que sus clientes de toda la vida le piden “prepáramelo a la antigua”, eso quiere decir para comer con la mano. Hay clientes de años que vienen 3 a 4 veces a la semana y no son puros caballeros, tenemos clientas fanáticas de nuestros sándwiches.

Para Verónica, aparte de la calidad de los ingredientes, el secreto de un buen lomito está en la plancha: “hay que saber fijar los fuegos. Y eso toma su tiempo”, cierra diciendo sonriente.



EL COMPLETO DE EL PORTAL (EX BAHAMONDES)



INGREDIENTES

- Pan
- Salchicha vienesa
- Chucrut
- Tomate
- Mayo de papa (receta del local)

PREPARACIÓN

El pan es la base de todo buen completo, asegura Alexander con su experiencia, junto a la salchicha, los dos ingredientes que van calientes. Luego se agrega el chucrut, el tomate y, finalmente, la mayonesa de receta única que tienen en el típico local de Plaza de Armas.

EL PORTAL (EX BAHAMONDES)



HISTORIA



ALEXANDER RIVERA

Esto es estar en el centro del centro porque la cuna del auténtico completo italiano está en el Portal Fernández Concha, en plena Plaza de Armas de Santiago. Allí, el maestro Alexander Rivera comenta que este local, que funciona desde 1930, es conocido por ser donde parte la historia del completo en nuestro país. “La verdad es que fueron los clientes los que prácticamente armaron 'el completo'. Ellos fueron agregando a la salchicha vienesa y al pan especial que desarrollaron los dueños del local con un panadero de la época, distintos ingredientes que les gustaban”. Así entraron el tomate y la palta, tan propios de nuestra gastronomía. Para Alexander, el secreto de sus completos está en la mayo. “Pocos saben que nuestra mayonesa es a base de papa, huevo, jugo de limón, sal y aceite”, agrega orgulloso.



CALDO GALLITO DE EL BAR NACIONAL



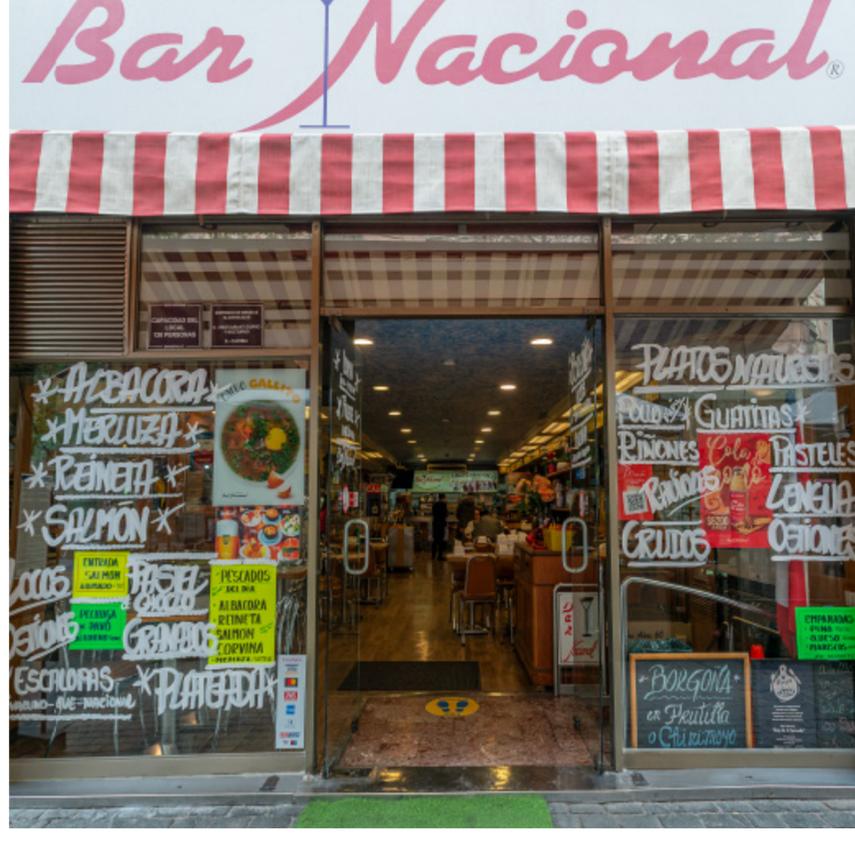
INGREDIENTES

Carne de vacuno en cocción
lenta
Huevo
Cilantro
Ají opcional

PREPARACIÓN

Posteriormente a la cocción de 3 horas mínimas, la carne se corta (fileteada). Se devuelve al mismo caldo de cocción. Se agrega un huevo entero, clara y yema (de ahí el nombre Gallito). Se espolvorea con cilantro. Se agrega ají cacho de cabra a gusto (este es opcional). Se sirve con pan y pebre picante.

EL BAR NACIONAL



HISTORIA



GUILLERMINA ROJAS

Emblema entre los bares patrimoniales, el bar Nacional de calle Bandera 317, muy cerca del Museo Chileno de Arte Precolombino, cuenta con una preparación única que no solo refleja el enjundioso sabor de la cocina chilena, sino que además, el ingenio nacional. “Muchas personas creen que el Caldo Gallito se llama así por ser un caldo de ave, pero su nombre proviene del huevo que lleva este caldo concentrado y sabroso”, explica Guillermina Rojas, quien en sus 35 años trabajando en este histórico bar ha visto cómo es uno de los imperdibles. “Muchos clientes desayunan su caldo gallito que va acompañado de pan y pebre picante. Yo creo que esto viene de una tradición antigua de cuando existían los trasnochadores, los bohemios que antes de volver a su casa pasaban por acá”. El Bar Nacional fue parte del esplendor del centro de Santiago con sus artistas y público bohemio que hacían de las noches día. “Este caldo es más bien una vitamina; ese es su secreto”.



LA CAZUELA DE OSOBUCO DE EL PARRÓN DE FRANKLIN



INGREDIENTES

Osobuco de vacuno	Choclo
Cebolla	Zapallo
Zanahoria	Papas
Pimentón	Aliños a gusto
Poroto Verde	

PREPARACIÓN

Se prepara siguiendo los pasos de una cazuela clásica y, en el caso de la cazuela de Osobuco, el maestro entrega dos sugerencias. Primero: fijarse muy bien en el osobuco que se utilice, que debe ser de la mejor calidad que disponga su carnicero o supermercado habitual. Segundo: los tiempos de cocción para que cada ingrediente quede en su punto, ninguno crudo ni sobre cocido.

EL PARRÓN DE FRANKLIN



Av. Sta. Rosa 2135
Santiago
Región Metropolitana

HISTORIA



JUAN CARLOS LIEMPI

Aunque este tradicional restaurante de la calle Santa Rosa en el Barrio Franklin es un emprendimiento familiar, donde recibe don Mario Riquelme junto a su hija Andy y las recetas, en su mayoría, son obra de su señora Eliana Rocuant, es "el maestro Juan" quien día a día saca los platos favoritos de los fieles clientes de El Parrón. Juan Carlos Liempi es el maestro cocinero y su experiencia de cerca de 20 años en el local es lo que hace que todo lo que se come en El Parrón sea único, partiendo por el local, que efectivamente tiene un parrón que incluso se puede usar para celebraciones. A esta picada se va por la cazuela: "Aquí trabajamos el osobuco que compramos a un proveedor de muchos años, asegurándonos de que sea como a nosotros nos gusta. No solo es una cazuela sabrosa, sino que es un plato reconfortante donde el caldo es rico y también la carne, que se saborea con las papas junto con una buena ensalada. Ahí está el secreto", garantiza el maestro Juan, que tiene sus cuantas cazuelas en el cuerpo.



ARROLLADO CON PAPAS DE LA PIOJERA



INGREDIENTES

Pulpa de cerdo
("es de una pyme de Franklin")

Cuero de chanco

Orégano

Merquén

Toque de ají picante

Vinagre de Manzana

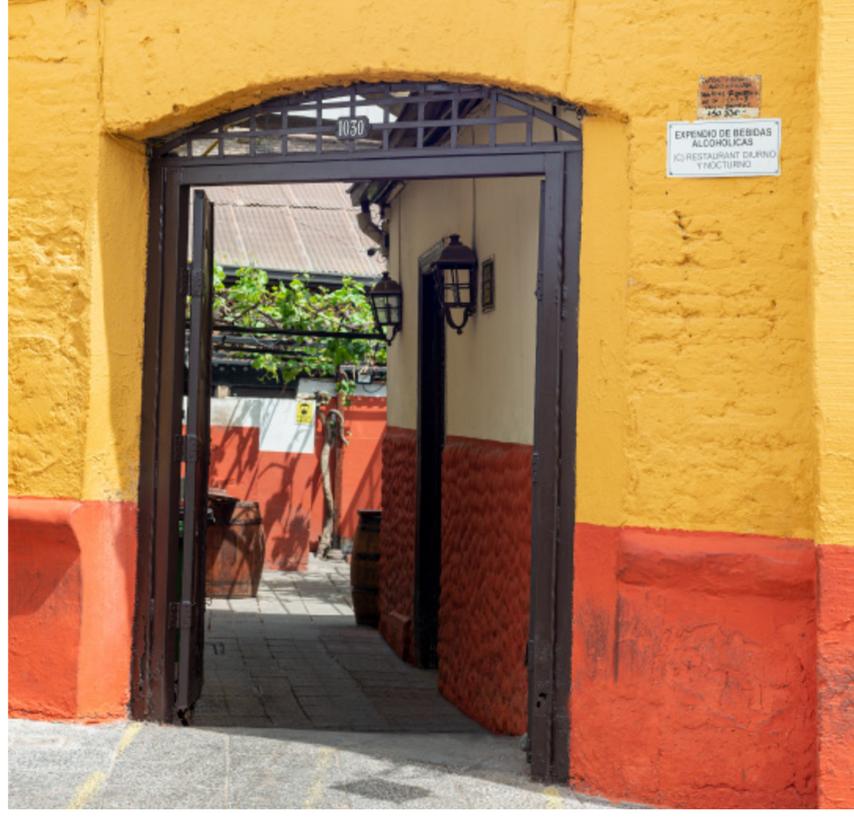
Ajo

Y el secreto de la casa
("Pipeño de nuestro proveedor
exclusivo" dice Mariano)

PREPARACIÓN

Se corta la pulpa y se marina por 24 horas (la importancia que tiene este marinado es que cuando se pone la pulpa a descansar en él agarra los sabores criollos típicos chilenos). Luego se arma el arrollado, pulpa y cuero de chanco, se amarra y se corta la pieza para que queden todas de 1 kilo aproximadamente. De ahí a la cocción que toma una hora 40 minutos en agua hirviendo con sal de cura (para lograr un resultado tipo fiambre). Los arrollados se sirven en porciones de medio y un cuarto. "Al gusto del cliente", finaliza Mariano.

LA PIOJERA



HISTORIA



MARIANO OSPINO

Si existe un lugar donde la tradición se lleva a la mesa, es en La Piojera, bar restaurante del Barrio Estación Mapocho que se ha mantenido por generaciones fiel al espíritu popular que le dio su nombre. Cuando en 1922 el entonces presidente Arturo Alessandri Palma lo visitó y comentó; "a esta Piojera me han traído". De eso ha pasado casi un siglo de encuentros en torno a una mesa, un "terremoto" (típico bebestible del local y por el que lo visitan de todas partes del mundo) y, por supuesto, su comida abundante y sabrosa. "El arrollado de La Piojera es reconocido porque se prepara en casa, tiene una receta que es la misma de siempre, y nosotros tenemos el desafío de mantenerla idéntica. Esto ha sido para Mariano su trabajo desde 2019, uno de los grandes cambios es el descomunal arrollado pobre que va con papas cocidas o fritas y que en los últimos años entró fuerte. Si bien en fin de semana podemos llegar a los 200, en Fiestas Patrias 500 arrollados son poco".



POLLO AL COÑAC DE EL RINCÓN DE LA MAMITA



INGREDIENTES

1 Pollo trozado

en 10 porciones

SOFRITO

Canela

Clavo de olor

Comino

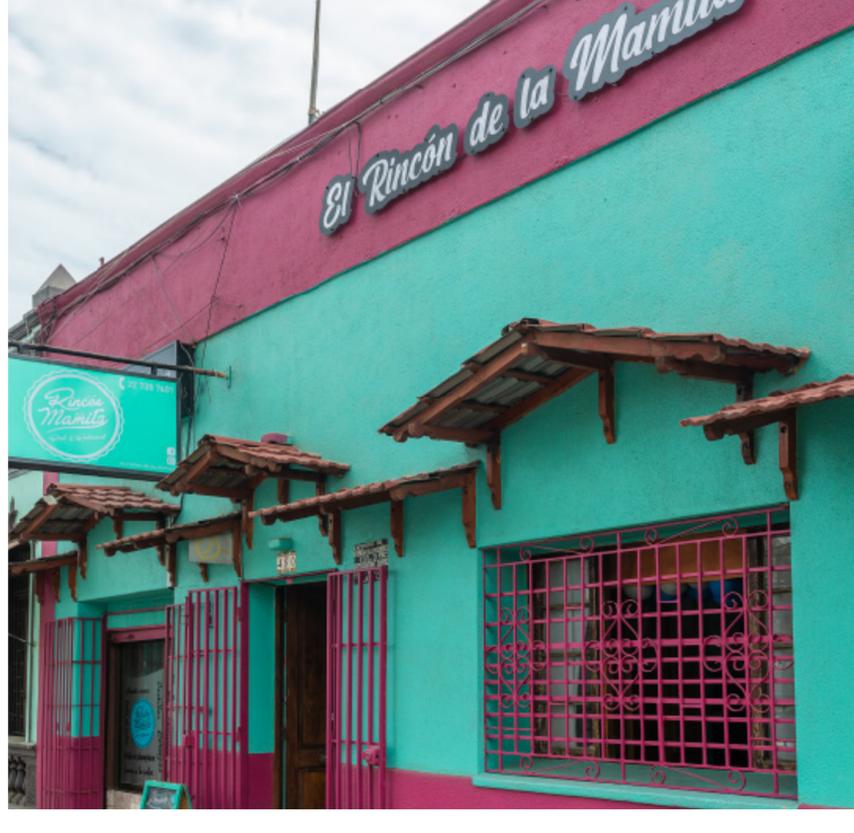
Pimienta

Laurel

PREPARACIÓN

Se prepara en 20 minutos, agregando vino blanco y el caldo donde cocer el pollo previamente dorado junto a los aliños. Ver que el pollo esté cocido sin pasarse. Al final, antes de servir, se añaden dos vasos de coñac. El flambeo (encender un fósforo sobre la fuente para que se queme el alcohol) puede hacerse en la mesa. "Nosotros tenemos nuestra propia fórmula, y esa sí que es secreta. Solo puede probarla viniendo a nuestra casa", dice Patricia.

RINCÓN DE LA MAMITA



HISTORIA



PATRICIA FERNÁNDEZ

Es uno de los pocos locales que va quedando donde se prepara esta clásica receta de pollo, además del champiñón, arvejado, al tallarín o al marisco. En su renovada casona de Avenida La Paz 480 en Independencia, nos recibe Patricia, que orgullosa nos habla de los 50 años de esta cocina donde ya la tercera generación mantiene la preparación de la abuelita.

"Es un orgullo poder mantener una receta tan valorada por nuestro público de ayer y de hoy", comenta Patricia. La familia creó este plato de especialidad donde el rey es un pollo trozado en 10 porciones, que se cocina en olla de greda y a la que, como toque final, se agregan 2 vasos de coñac. "Trabajamos hace muchos años con la misma marca de coñac; ese es nuestro secreto. Está archiprobado, por lo que lo usamos a ojos cerrados".



LENGUA CON PAPAS DE EL HOYO



INGREDIENTES

1 lengua entera para 2 o

3 personas

CALDO DE FONDO:

Agua

Zanahoria

Rama de apio

Cebolla

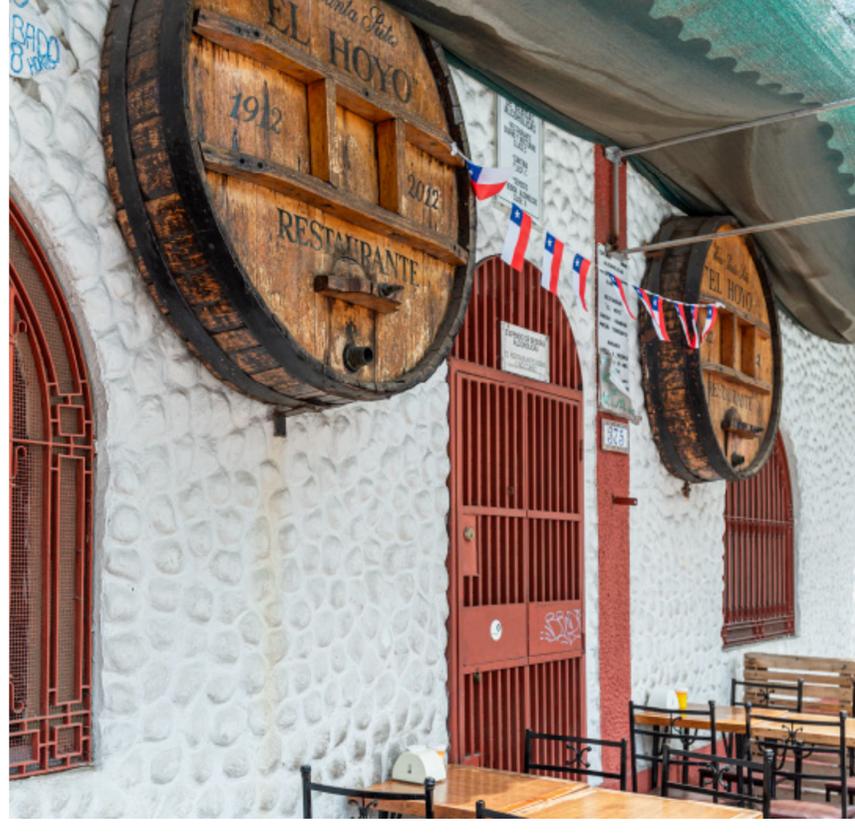
Sal de mar

PREPARACIÓN

Cocer la lengua en el caldo y mantenerla en él hasta servirla (se come fría o caliente).

Agregar ají picante o salsa de ají. También se acompaña de pebre. Se sirve con papas cocidas, fritas, puré o papas salteadas. A lo pobre lleva 2 huevos fritos.

EL HOYO



HISTORIA



CARLOS ANCAJIMA

Chicha, chancho y pipeño es lo que este restaurante centenario ofrece como caballito de batalla. Por ello, se lo conoce y por lo mismo es que el famoso chef Anthony Bourdain, en su visita a Chile, lo recomendó como su favorito. Tan buenas migas hicieron con el chef viajero que, luego de su muerte, tiene un altar donde se le recuerda siempre. Así transcurre la vida en este restaurante de San Vicente 375, esquina Gorbea, en el barrio estación, donde uno de los platos favoritos es la lengua, que se sirve con papas cocidas, ají y pebre, más la infaltable marraqueta en su formato más tradicional. “Lo habitual es cocinar unas 30 a 40 lenguas en la semana, por lo que siempre es un plato muy pedido. Es un plato de fanáticos; hay personas que vienen solo a comer lengua” el secreto, asegura Carlos, “aparte del amor que se le pone al cocinar, está la preparación del fondo donde se cuece la lengua, que es fundamental para que tome ese sabor especial que nos caracteriza”. Las nuevas generaciones han incorporado la lengua en sándwich siendo las favoritas la chacarera y la italiana.



EL PASTEL DE EL REY DEL PASTEL DE CHOCLO



INGREDIENTES

Choclo	CREMA PASTELERA:
Cebolla	Choclo
Carne	Aceite
Orégano	Azúcar
Comino	
Pollo	
1/4 trutro (pechuga)	
Huevo duro opcional	

PREPARACIÓN

Se prepara un pino con carne al que se agrega la presa de pollo y el huevo. Aparte se cocina la crema pastelera o crema de choclo picando y moliendo el choclo agregando un buen aceite hasta conseguir una crema a la que se le va añadiendo azúcar. Fundamental es la cocción que debe ser profunda para evitar que se avinagre. Se arma en librito de greda en el que se cuece y hornea. Se agrega azúcar para lograr un dorado perfecto.

EL REY DEL PASTEL DE CHOCLO



HISTORIA



MYRIAM RÍOS

Este restaurante de carretera, está en Paine Autopista Central Km 43.5, tiene clientes de todo Chile. “Y en verano, una de las tradiciones de muchas familias es cuando salen de vacaciones es pasar por un rico pastel de choclo”. “Lo mismo hacen camioneros que son de nuestros mejores clientes”, cuenta Myriam, quien prepara pasteles de hace décadas en una cocina que no para. “En temporada llegamos a 600 pasteles semanales y aunque tengo ayuda, siempre soy yo quien los cocina”. Al esfuerzo le agrega cariño, cuenta Myriam, y la recompensa es que “venga gente de Punta Arenas una vez al año sin falta a comer su pastel de choclo. El secreto está en el choclo, hay que saber comprarlo y no hay que tener miedo a enterrarle la uña”, dice riendo. No puede estar ni muy nuevo ni muy duro. El pastel, aunque es una preparación de temporada, ellos lo tienen durante todo el año. “Ahí lo que hacemos es ir comprando choclo del norte o del Perú”. Cada librito de greda concentra los mejores sabores del verano de este plato que es uno de los reyes de la cocina chilena.



ESTOFADO DE RES DE CAFÉ BRAZIL



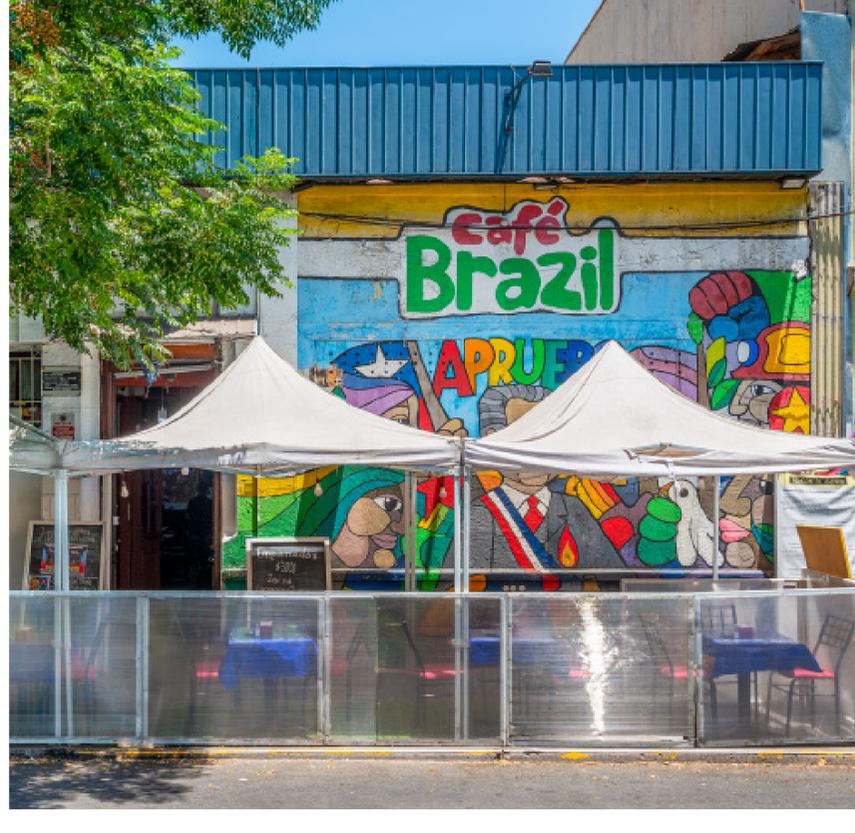
INGREDIENTES

Carne de res	Cebolla
Zanahoria	Tomate natural triturado
Papas en cubo	Vino tinto
Mix de pimentones en juliana	Aliños varios (comino, laurel, sal)

PREPARACIÓN

Este plato requiere un proceso de cocción larga. Sellar la carne en aceite. Retirar, sofreír en jugo de carne ajo y cebolla. Incorporar la carne en trozos grandes, junto al pimentón, laurel y vino tinto. Una vez que se evapora, agregar tomate triturado, verduras, papas y zanahoria. La cocción es aproximadamente de una hora. No hay que apurar, ese es uno de los secretos para que el plato tenga esos “sabores de siempre”.

CAFÉ BRAZIL



HISTORIA



ROSMAN OCHOA

Lo que más divierte a este cocinero es que la gente llega al café de calle Cumming pidiendo Caipiriñas. “Por el nombre, muchos turistas llegan hasta acá sin saber que lo que nos define son nuestros almuerzos de cocina chilena”, la que él pacientemente y con mucho orgullo aprendió en estos cinco años detrás de los fuegos. “Cada cocina tiene sus recetas y sus sabores. Ese es el secreto que uno debe buscar. Ese sabor que la gente identifica y que los lleva a sus mejores recuerdos familiares. Para lograrlo, hay que cocinar con pasión, si no mejor no cocinar”. El café ya cumplió 22 años y es uno de los patrimonios del barrio Brasil, ya que la casa donde se encuentra sirvió de comando a Gladys Marín, cuando la histórica política, ya fallecida, se postuló a Presidenta. “No hay muchos lugares donde se prepare estofado clásico de res”, cuenta Rosman. “Eso nos dice la gente que viene y se repite el plato. En invierno tenemos en carta una variante que es el Estofado de Cola de Vaca, receta que solo se puede encontrar aquí para que lo recuerden”, finaliza Ochoa.



MERLUZA FRITA CON PAPAS MAYO DE COMEDOR CENTRAL



INGREDIENTES

Merluza	PAPAS MAYO:
	Papas
BATIDO:	Zanahoria
Huevo	Arvejas
Cerveza	Cilantro
Cilantro	Jugo de limón
Ajo	Pimienta
Jengibre	Mayo Casera

PREPARACIÓN

Batir los ingredientes de batido y mezclar de manera uniforme, pasar la merluza por esta mezcla. Freír la merluza en aceite natural de un uso. Cocer papas, zanahorias y arvejas. Picar y mezclar. Agregar jugo de limón y pimienta, cilantro, mayonesa casera y revolver todo para que se integre.

COMEDOR CENTRAL



HISTORIA



DANIEL FIGUEROA

“Hacer algo simple a veces es mucho más complejo de lo que la gente cree”, y ahí parece estar el secreto del éxito de su Merluza Frita con Papas Mayo, que es uno de los platos más típicos y solicitados en Comedor Central, restaurante ubicado en el Pasaje Bulnes (antiguo pasaje de “las carteras”) en plena Plaza de Armas de Santiago. El plato que Daniel lleva a la mesa parece haber salido por obra de magia de la cocina. Al probarlo, la textura y ligereza que se siente en cada bocado refuerza esa misma idea: “Nuestra receta de batido está hecha para que la crocancia se mantenga; eso lo obtenemos con un batido ligero, no tan pesado. Ahí nos ayuda la cerveza con la que lo preparamos”. Una fritura más cercana a una tempura y un acompañamiento que tiene su propio secreto de preparación: “Que lo simple no se dañe”. Hacer unas papas mayo también se ve simple, pero para lograr un resultado por el que los clientes vuelvan, “tiene su ciencia”, dice Daniel, quien ha trabajado en varios proyectos junto al chef Cristián Correa, socio de Comedor Central. “Un secreto bien importante: entender al jefe”, dice riendo. Este plato es un imperdible pedido por los turistas de todo el mundo que visitan el restaurante.



POROTOS GRANADOS DE DOÑA TINA



INGREDIENTES

Porotos	Zapallo
Aceite	Choclo picado
Sal	Albahaca
Cebolla	Agua
AjÍ color	

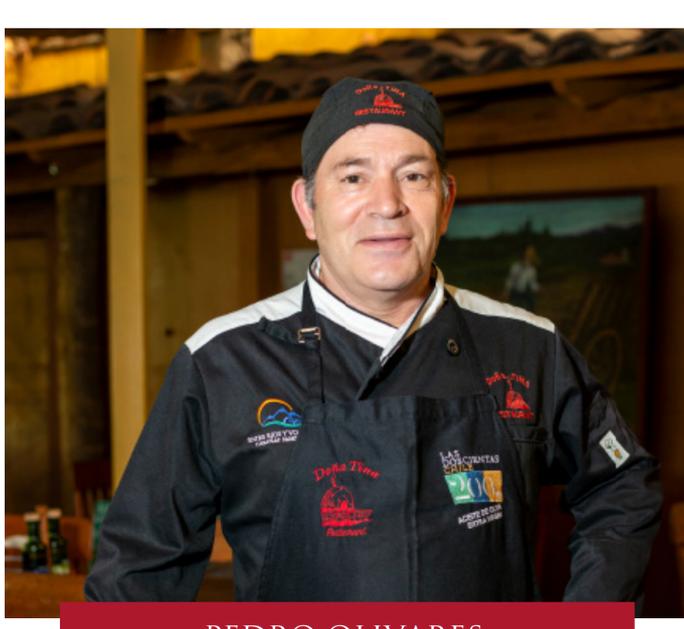
PREPARACIÓN

Este plato tiene una cocción lenta de los ingredientes que deben ser de temporada y seleccionados. Preparar el sofrito con aceite, cebolla, ajÍ color y sal. Rebanar los choclos y picar el zapallo en cuadros. Agregar los porotos. Luego el choclo y el zapallo. Aliños. AÑadir agua hirviendo. Revolver. Mezclar y dejar cocinar semi tapado. Vigilar que los porotos y el choclo estén blandos pero no recocidos. (puede ir de 40 a una hora). Servir en librilla de greda con un toque de ajÍ color y albahaca fresca (aquÍ se pueden pedir acompaÑados de longaniza).

DOÑA TINA



HISTORIA



PEDRO OLIVARES

Es un restaurante familiar por excelencia. AquÍ sigue viva la impronta de Doña Tina y sus nietos ya se encuentran trabajando manteniendo su legado "que no es otro que cocinar con mucho amor" explica Pedro Alejandro Olivares G3mez, hijo de Doña Tina quien estÁ en el restaurante desde que abri3 en 1970, "crecimos aquÍ. Conocemos a los clientes, a los hijos y ahora a los nietos de los clientes. Para ellos cocinamos nuestras recetas con la selecci3n de los mejores productos, de proveedores de aÑos, frescos, reci3n cosechados, de temporada". Como sus deliciosos Porotos Granados que se pueden encontrar "hasta mayo, hasta el dÍa de la madre". Esa es la fecha tope para un producto de temporada y que "mantiene una receta bien de campo que la gente disfruta en medio del ambiente natural del restaurante. Y que cada uno pide con su acompaÑamiento favorito, desde la clÁsica ensalada chilena pasando por plateada, costillar... y un secreto: sale mucho con longaniza porque dicen los fanÁticos, aquÍ logra un sabor insuperable. AsÍ que solo hay que venir a probarla" asegura con ingenio bien de campo.



REINETA TONGOY DE MARISQUERIA TONGOY



INGREDIENTES

Reineta
Camarones
Aliño a gusto (Pimienta)
Salsa Bechamel
Champiñones

Acompañamiento (arroz o papas fritas)

PREPARACIÓN

Reineta se prepara a la plancha y se rellena con camarones salteados con aliños a gusto (pimienta), Luego se prepara una salsa bechamel clásica a la que se agregan champiñones salteados y se sirve con arroz o papas fritas.

MARISQUERIA TONGOY



HISTORIA



ROSA DONAIRE
Y HERMINIA CAYO

Es una de las más típicas marisquerías de la calle General Bulnes, en esa dirección está hace 30 años "pero antes estuvimos en otra casa en la esquina" "somos históricas del barrio", comentan riendo, cuando comparten que una lleva 29 años en el local y la otra 36 desde que partieron como ayudantes hasta convertirse en maestras cocineras. "Los mariscos siempre se trajeron de Tongoy, los primeros dueños tenían casa allá y la gente les pedía esos famosos productos. Las recetas las aprendimos directo de la dueña nosotras, ayudando a hacer salsas, preparar los chupes y las empanadas de mariscos. Por eso nos hicimos conocidos. "Los ostiones de Tongoy son marca registrada" Rosa y Herminia lo saben, aunque reconocen que poco a poco los clientes fueron pidiendo platos más elaborados "hubo un tiempo en que a la gente le gustaban mucho las salsas para acompañar pescados y hay algunos platos que no se pueden sacar de la carta". "Es como el sabor de una generación y ellos siempre los piden". ¿El secreto para mantener la misma cocina en el tiempo? Bueno la mano, saber aliñar, saber darle sabor... y trabajar contentos. En un ambiente alegre, eso se traspasa a los platos" dicen felices.



PANTRUCAS DE CASA KILTRO



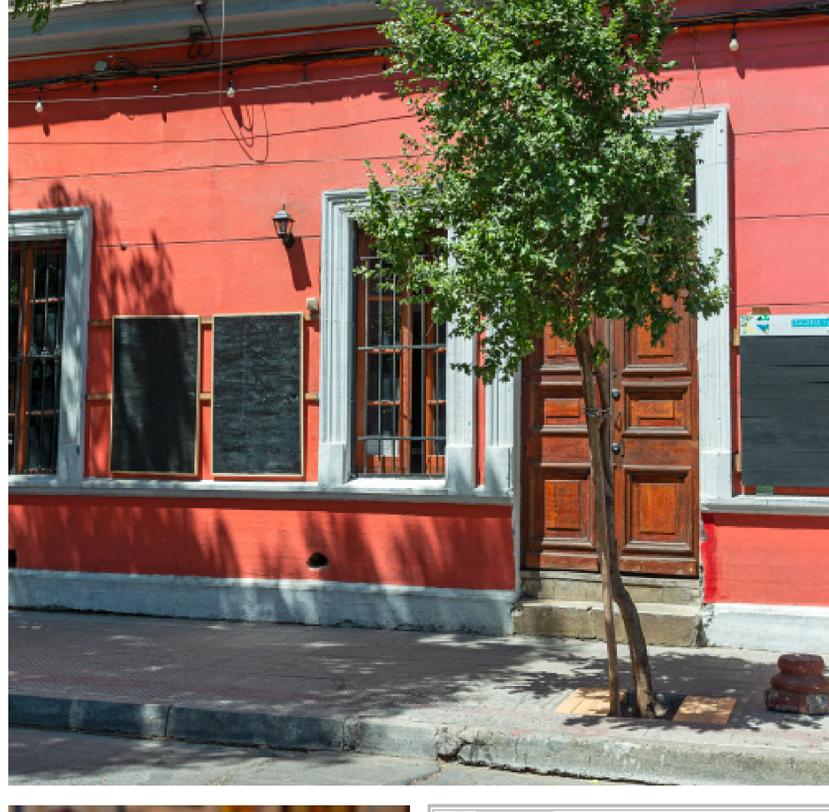
INGREDIENTES

Hueso de cazuela	Zanahoria
Cebolla	Ajo
Papa	Aliños a gusto
Zapallo	(orégano, comino, pimienta, albahaca)
	Sal

PREPARACIÓN

Sofreír cebolla, ajo, aliños y zanahoria. Dorar la carne de cazuela. Agregar agua hirviendo y dejar que hierva nuevamente. Unos 15 minutos antes de la cocción agregar las papas y el zapallo rebanados. Terminar de cocinar. Las pantrucas se preparan amasando harina y agua de manera rápida para lograr una masa muy delgada y que espolvoreada con la misma harina resulta fácil de cortar con la misma mano que se va incorporando al caldo hirviendo. Servir en plato hondo y adornar con un ají verde en escabeche. Otro secreto de la casa.

CASA KILTRO



HISTORIA



MAURICIO PÉREZ

Trabajan a toda máquina para abrir renovados y con mayor capacidad, esta singular casa que aunque muchos todavía no conocen fue destacada como imperdible por la revista inglesa Time Out dentro de las visitas obligadas al Barrio Yungay y recomendaban venir a comer pantrucas, dice Mauricio, quien confiesa que nunca pensó que la receta que su mamá preparaba en Osorno alcanzaría fama mundial. “Ya teníamos pantrucas durante todo el año, pero luego de la publicación estamos obligados a que no falten nunca. Para nosotros la cocina es patrimonio, identidad. Yo hago la receta que mi mamá aprendió de mi abuela y que aprendí a los 18 de forma autodidacta”. ¿Y cuál es el secreto de esa receta, qué la hace tan particular? “el hueso carnúo que ocupamos para hacer el caldo...que no solo es sabroso sino que enjundioso”. Si el secreto está en el caldo tampoco es menor como se hacen las pantrucas “tienen que ser amasadas a mano y se van cortando de una tira larga y delgada de masa con la misma mano y tirándolas a la olla con el caldo hirviendo”. Además, en Casa Kiltro cuentan con un ingrediente extra “trabajan puras mujeres que aportan su profesionalismo, pero también el aire juvenil que necesita la cocina, asegura Mauricio, para que siga viva y manteniendo las tradiciones. Porque las nuevas generaciones no solo valoran la cocina típica chilena, sino que la están renovando con su creatividad”.



PAILA MARINA DE EL ANCLA



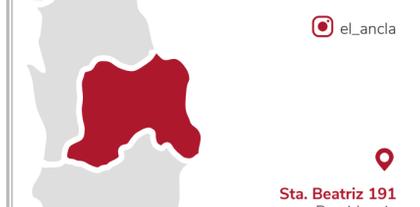
INGREDIENTES

Pescado	Pinza de jaiba
Camarón	Loco
Almeja	Choros maltones
Choritos	Piures
Calamar	

PREPARACIÓN

Se utiliza un fumet (caldo concentrado de pescado), el que se logra agregando al aceite caliente el pescado y friéndolo, sumar la cebolla, pimentón y tomate. Luego, el agua en la cantidad que se requiera. Dejar reducir unos 20 minutos. Este será el caldo base donde cocinar los mariscos e ir mezclando para lograr el sabor concentrado de todos los productos marinos en un solo caldo. Eso otorga mayor fuerza y sabor a la Paila Marina. Servir en un librito de greda conservando las conchas de los mariscos.

EL ANCLA



HISTORIA



FRANCO SAN MARTÍN

“La base de nuestra paila marina son los productos frescos”, dice sin dudar Franco, quien lleva cerca de 10 años en El Ancla, afinando la receta de este, uno de los platos más típicos del restaurante. “Este es un plato que está desde los inicios de El Ancla y es uno de los más pedidos. Es de los platos por los que los clientes vuelven y que se recomiendan boca a boca”. La base de esta paila es la variedad de productos, lo que nos permite crear un caldo único, de una concentración especial, potente, enjundioso, energético. Con productos, incluso de nuestros propios acuarios que están en los locales. “Ese es el secreto de esta potente receta anclada en el gusto de los fanáticos”.



CHARQUICÁN DE SINDICATO DE FOLKLORISTAS Y GUITARRISTAS DE CHILE



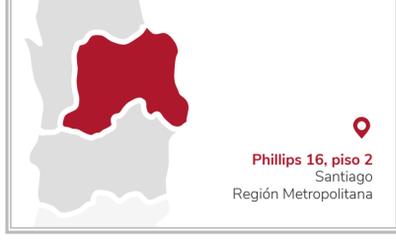
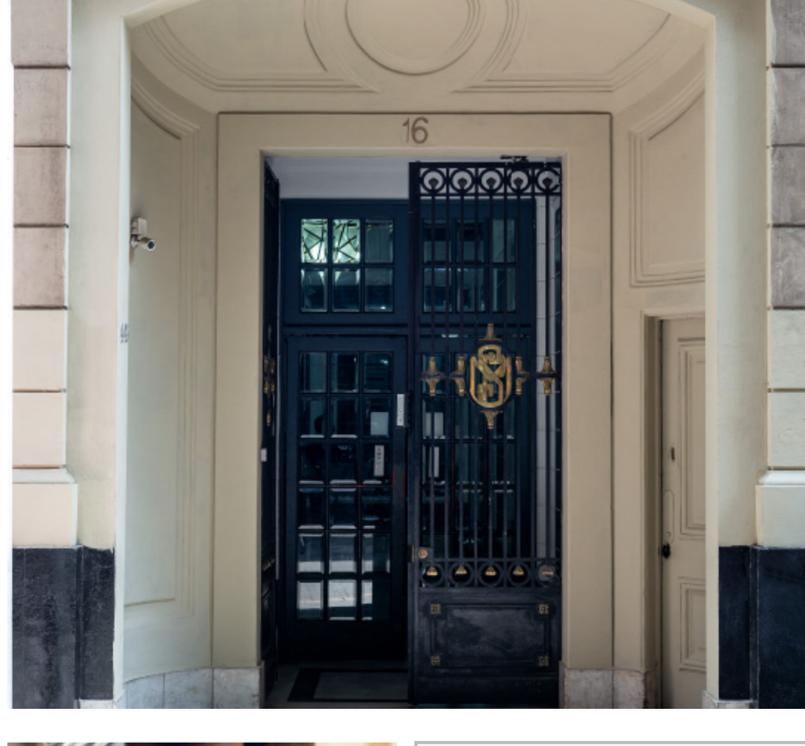
INGREDIENTES

Papas	SOFRITO:
Zapallo camote	Cebolla
Porotos Verdes	AjÍ color
Choclos	Carne Molida de vacuno
Arvejas	Ajo
	Orégano
	Comino

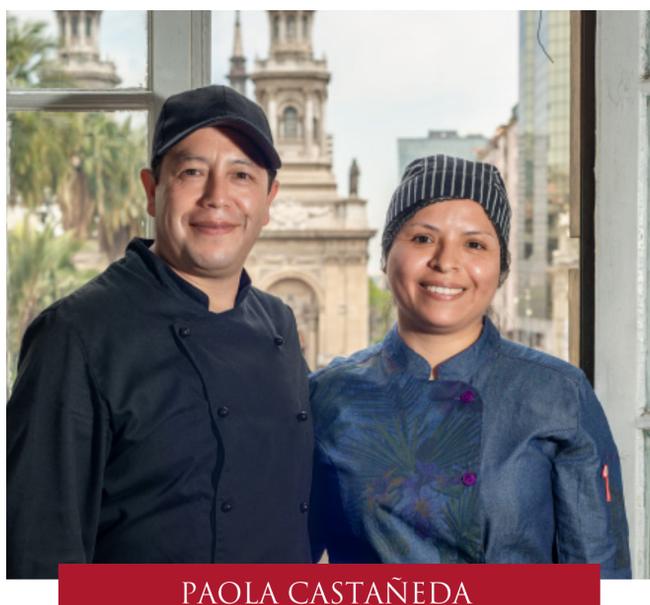
PREPARACIÓN

Preparar a fuego lento y con paciencia la carne molida, agregar cebolla y ajo, cocinar hasta que la cebolla esté blanda, transparente. Añadir las papas y el zapallo, revolver. Agregar los aliños y el agua, revolviendo para que todo se integre. Hervir y cocinar aproximadamente una media hora, pero cuidando que las verduras estén blandas, lo que puede tomar más tiempo. Finalmente, incorporar los choclos y los porotos verdes, cocinar hasta que estén blandos. Aquí viene el gran secreto "la aplastada" de los ingredientes que debe ser suave, pero precisa, con cariño. "Maestra", aseguran en el casino del Sindicato de Folkloristas y Guitarristas de Chile.

SINDICATO DE FOLKLORISTAS Y GUITARRISTAS DE CHILE



HISTORIA



PAOLA CASTAÑEDA Y GONZALO GUZMÁN

Aunque está en el centro del centro, en la calle Phillips 16, segundo piso, no es un lugar demasiado conocido. Su fama se ha ido haciendo con el boca a boca y por la historia de más de 25 años de este casino que pertenece al Sindicato de Folkloristas y Guitarristas de Chile, cuyos conspicuos socios desde Violeta Parra, Pedro Messone, pasando por Los de Ramón y Quelentaro, dejaron recuerdo de su paso por el local en las fotografías que adornan las paredes y, por supuesto, en los cientos de encuentros bien comidos y cantados.

Hoy se puede almorzar un buen y variado menú que además mantiene un precio económico teniendo entre sus platos estrellas el charquicán. "Aquí trabajamos la receta clásica", comenta Gonzalo Guzmán, igual que el folklore, respetamos el original para que se mantenga la tradición. Aunque el charquicán está todo el año en carta, el casino funciona con menú diario, es decir, los platos van rotando, así que hay que estar atento a qué día hay.

"Aquí viene mucho grupo de compañeros de trabajo y amigos. Funcionamos solamente a la hora de almuerzo, por lo que lo mejor es hacer reserva. Nuestros secretos sobre el éxito del charquicán son dos: prepararlo con tiempo y dedicación. Luego servirlo con esta vista única que se tiene de aquí a la Plaza de Armas, el corazón de la capital de Chile". ¿Con o sin huevo frito? A gusto del cliente puede llevar un par de huevos fritos, cebolla en escabeche, crutones, queso rallado o perejil picado. En la variedad está el gusto.



HAMBURGUESA EN MARRAQUETA DE FUENTE DE SODA HAMBURQUETA



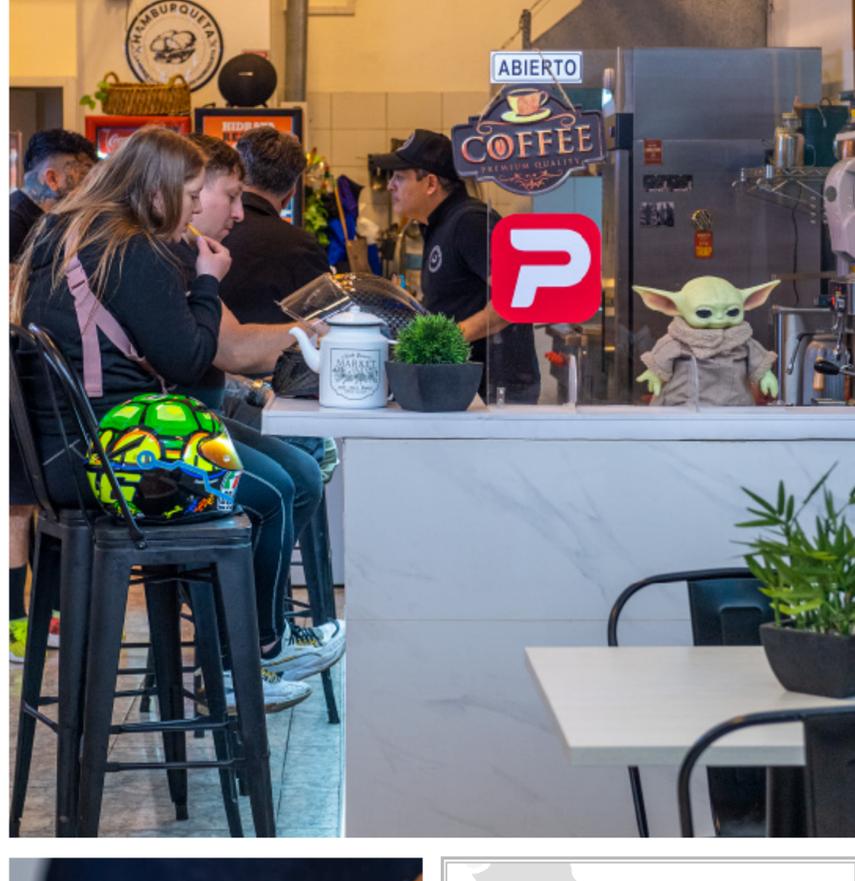
INGREDIENTES

- Hamburguesa
- Queso mozzarella de búfala
- Tomate cherry caramelizado
- Aros de cebolla apanados en panko
- Rúcula
- Aceite de Oliva
- Mayonesa Casera

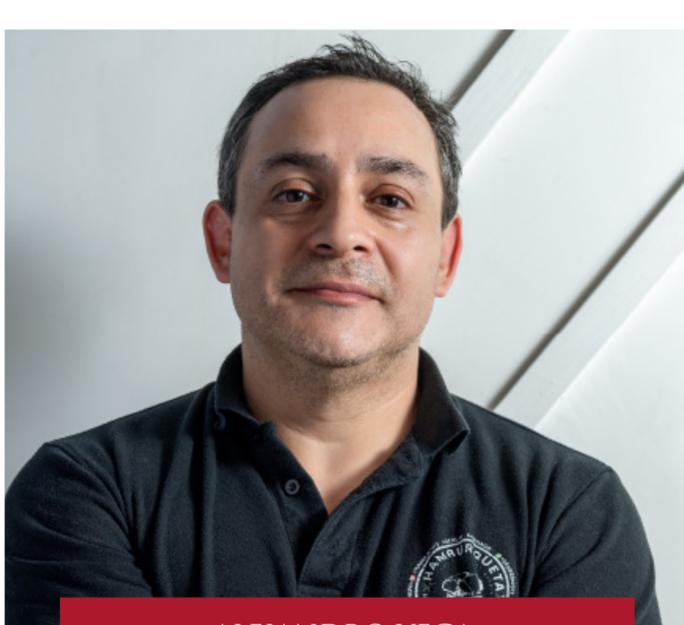
PREPARACIÓN

Abrir, calentar y enmantequillar de manera abundante la marraqueta. En paralelo, cocinar la hamburguesa a la plancha. Dar un toque de calor al queso mozzarella. Una vez listo, comenzar a montar hamburguesa, queso, tomate cherry caramelizado, aros de cebolla, finalizar con la rúcula y el aceite de oliva. Coronando con abundante mayo casera a gusto.

FUENTE DE SODA HAMBURQUETA



HISTORIA



ALEJANDRO VEGA

“Pídala como Queta”, dice el periodista Alejandro Vega, quien de la tele pasó a la Galería Franklin donde ya consolidó su oferta única de Hamburguesas en Marraqueta. “Dos favoritos de los chilenos por lejos hoy”, comenta mientras enciende la plancha en el muy bien puesto local donde llegan a saludarlo vecinos y clientes. “Esto es lo que quería”, comenta, “recuperar calidad de vida y contacto directo con la gente. Comunicarme, y esta vez a través de la comida. Apareció la posibilidad de este local y partí con la meta de ofrecer la mejor hamburguesa en marraqueta.” Y le ha ido bien porque su público, aparte de las variedades clásicas, encuentra un total de 12 alternativas de hamburguesas abundantes, sabrosas y en una premiada marraqueta. “Quise levantar una picada moderna con un producto de gusto actual en un lugar típico chileno como es el Barrio Franklin, continuando la tradición 'sanguchera' nacional pero dándole una vuelta.”



CALDILLO DE CONGRIO DE CIRCULAR VALPO



INGREDIENTES

2 kilos de congrio aprox.	Aliño a gusto (orégano, merkén, comino y sal)
1 kilo y medio de cebolla	Tallos de cilantro
1/2 kilo de zanahoria	2 sobres de salsa de tomate
1 pimentón verde	2250 cc de vino blanco
1 pimentón rojo	3 o 4 litros de caldo de pescado
2 kilos de papas	
2 tomates maduros	

PREPARACIÓN

Cortar las verduras: cebolla en gajos grandes, la zanahoria en rondel, la papa en gajos grandes pelada, el tomate cortado en cubos pequeños sin semillas, el tallo de cilantro cortado fino. Con la cáscara de la cebolla sobrante más la piel de la zanahoria agregar una hojita de apio, laurel más las carcazas y la piel del congrio cuando se filetee hacemos el caldo. Lo importante es que a las cabezas se le saquen las agallas porque es la parte que tiene más sangre y eso deja un amargor que no se espera en el caldo. Primero se coloca una olla con aceite, se agrega un diente de ajo machacado, se le agregan las cebollas picadas, la zanahoria, los pimentones cortados en bastones grandes y las papas más los tomates picados. Después, todo esto se revuelve para armar un sofrito, se agregan los tallos de cilantro picado, se agrega la salsa de tomate además de los aliños. Se sofríe 2 a 3 minutos, se agrega el vino blanco y luego el caldo. Se deja cocinar un par de minutos hasta que las papas estén cocidas. Una vez listo, poner un librillo a calentar, agregar una base de las verduras del caldo, una gota de vino blanco, dos cucharadas de crema y se le agrega el medallón de congrio crudo. Después se pone caldo hasta casi cubrirlo y se cocina medallón a medallón. En total esto toma aproximadamente 10 minutos. Servir con medio ají verde abierto, cilantro y unas gotitas de crema. Para nosotros, dice Cristián Gómez, el tallo de cilantro es muy importante porque aporta un sabor distinto.

CIRCULAR VALPO



HISTORIA



CRISTIÁN GÓMEZ

El secreto de este excelso maestro de la cocina, que es el chef Cristián Gómez, es su pasión y ser de familia de pescadores. Alguna vez lo describieron diciendo “su sangre es salada”. “Bigote” no para y ahora, con su equipo en Circular en el Paseo Yugoslavo en Cerro Alegre, continúa con su impronta de la puesta en valor de los productos del mar y de la gente que los trabaja. Pero su gran secreto es la pasión que pone en sus emprendimientos y en la atención a sus clientes, que finalmente terminan siendo amigos, “algo típico chileno”. Así como su Caldillo de Congrio, uno de los platos más pedidos del restaurante al que siempre suma mariscos y pescados del día que él mismo se encarga de ofrecer mesa en mesa, conversando, “echando la talla” o compartiendo historias frescas del puerto. Logra así una experiencia circular que tiene un denominador común: su generosidad para compartir sus conocimientos y sumarse a las buenas causas de manera colaborativa. Ha viajado por el mundo difundiendo la cocina chilena, lo que hace parte también de sus recetas que no tiene problema en compartir. “Enseñar es una buena manera de cocinar”, dice cerrando un poco los ojos.



ALMEJAS GRATINADAS DE MARINA MAR DE TAPAS



INGREDIENTES

Almejas	PESTO
	Hojas de Albahaca fresca
SALSAS	Queso parmesano
Salsa a elección	Nueces o almendras a elección
(Salsa verde, salsa de pebre, gratinadas normal o gratinadas al pesto)	Ajo picado
	Aceite de Oliva
	Sal a gusto
	Pimienta

PREPARACIÓN

La mezcla de todos los ingredientes se trabaja en una procesadora o licuadora de mano. Una vez procesados y sin dejar de mezclar los ingredientes, agregar lentamente el aceite de oliva hasta lograr la consistencia adecuada. El pesto se guarda refrigerado en un frasco. Para las almejas, agregar la cantidad deseada sobre el queso.

MARINA MAR DE TAPAS



HISTORIA



FRANCISCO HRASTE

Francisco es un maestro por donde se lo mire. Músico, psicólogo, derivó en empresario gastronómico a instancias de su gran amigo Gonzalo Villalobos, con quien se asoció. Ante la lamentable muerte de su socio, decidió continuar con esta “marisquería con mesas”, como él mismo la define, en la calle Tegualda en el barrio Italia. Una esquina perfecta para probar mariscos frescos y algunas preparaciones más elaboradas en un ambiente muy “buena onda”. Relajado y espacioso, el lugar además tiene mesas a la calle y ofrece brunch (esa mezcla de desayuno/almuerzo que ofrecen los restaurantes entre las 11 y las 16 horas los fines de semana) “una buena forma de probar un poco de todo esos días cuando la gente tiene más tiempo, viene y se instala con calma a conversar, probar y compartir”, dice Francisco. ¿Cuál es el secreto del éxito de las almejas en Marina? “Las almejas están en alza, cada día la gente las pide más. Nosotros le hemos dado una vuelta de tuerca con la propuesta de salsas que tiene el local. Son salsas frescas que potencian el sabor no solo de las almejas sino que funcionan muy bien con otros mariscos también”, comenta Francisco.



CHORRILLANA DE J. CRUZ



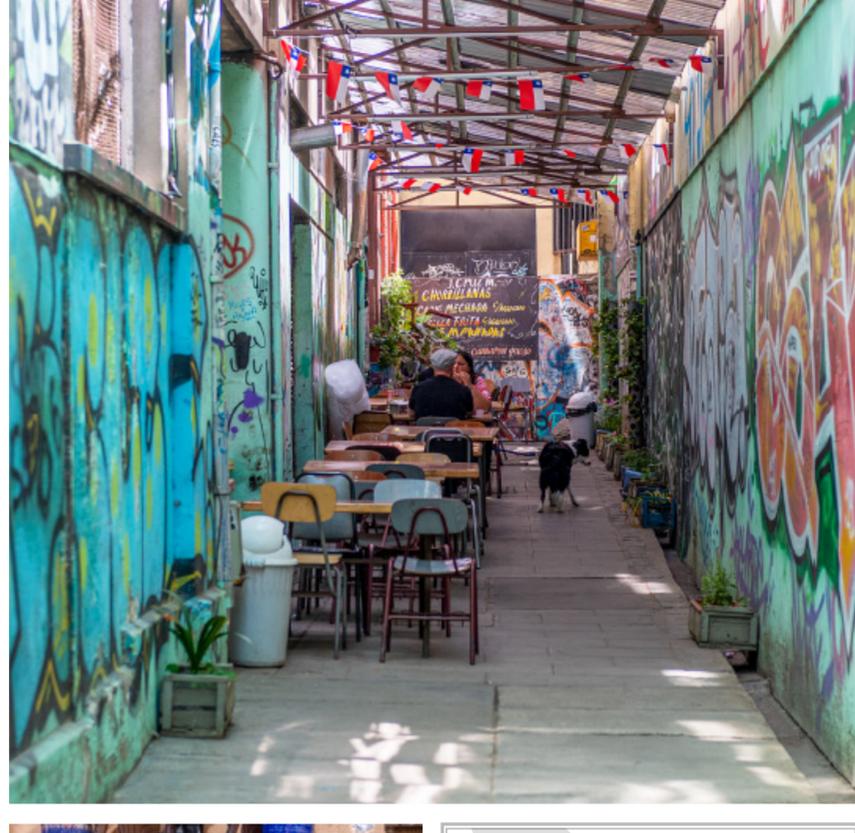
INGREDIENTES

- Carne
- Longaniza
- Cebolla
- Huevo
- Aceite
- Papas fritas

PREPARACIÓN

Todos los ingredientes se preparan por separado: carnes, cebolla al vapor mezclada con el huevo y las papas fritas. Se montan en este orden: papas fritas más carne, junto a la mezcla de cebolla y huevo para coronar el plato.

J. CRUZ



HISTORIA



ALICIA RIFFO

Estar en un lugar donde nació otro de los platos emblemáticos de la cocina de restaurantes en Chile tiene doble gracia. Es una forma de acercarse y vivir la historia de nuestra gastronomía. Eso pasa en el J. Cruz, donde nació la chorrillana, un plato creado para compartir en un tiempo donde la mayoría de los clientes del local eran estudiantes con poco presupuesto y mucha hambre. Alicia, con más de 30 años en el local, cuenta que “la receta es una y la que la prepara también”, se ríe, esa soy yo. Lo que más le cuesta es precisar cuál es el secreto de esta preparación de sabor y consistencia única. “Primero los ingredientes que van en su justa medida y vienen de proveedores con los que trabajamos desde hace muchos años. Una carnicería muy antigua, por ejemplo. Puro producto local. Lo otro es cómo preparamos nuestra receta. Cocemos la cebolla al vapor, la dejamos que hierba en su mismo jugo y estar atenta a cuando empieza a hervir; ahí el jugo se va (evapora) y así no cae mal. Cuando la cebolla esté cristalina, se agrega el huevo... y mezclamos todo”.



CALUGAS DE PESCADO DE EL CINZANO



INGREDIENTES

Reineta cortada en cubos

Aliños para adobar

Aceite

BATIDO:

Harina

Huevos

Sal

Aliños a gusto

(comino y orégano)

Cerveza

Agua

PREPARACIÓN

Adobar el pescado cortado en cubos con una mezcla de aliños y dejar reposar en frío. Preparar el batido cuidando que tanto la cerveza como el agua que se ocupen al momento de cocinar estén muy fríos. Esto ayuda a lograr crocancia y frescura al freír, aunque lo principal, asegura Marcelo, “es la técnica casera con que trabajamos. Un secreto difícil de revelar”.

CINZANO



HISTORIA



MARCELO ÁLVAREZ

El bar restaurante Cinzano, abierto en 1896, es destino obligado en la Plaza Aníbal Pinto. En plena renovación de sus espacios, con un gran salón en su cantina y con apuestas musicales que van cambiando semana a semana, lo mismo pasa con su bar y cocina. “Tenemos el desafío de hacer una cocina chilena que incluya platos típicos chilenos con sabor a comida de casa”, cuenta Marcelo Álvarez, quien está a cargo de los fuegos en el Cinzano. Cocina fresca para cientos de comensales que visitan el lugar con el objetivo de divertirse con música de la que siempre se ha escuchado en el puerto. “En la cocina pasa lo mismo”, dice Marcelo, por ejemplo, preparamos panes rústicos con técnica casera chilena. Ese es nuestro secreto: aplicar a todo lo que hacemos esa técnica casera chilena que ayuda a que los sabores sean los de siempre.



CONEJO ESCABECHADO DE LOS DEPORTISTAS



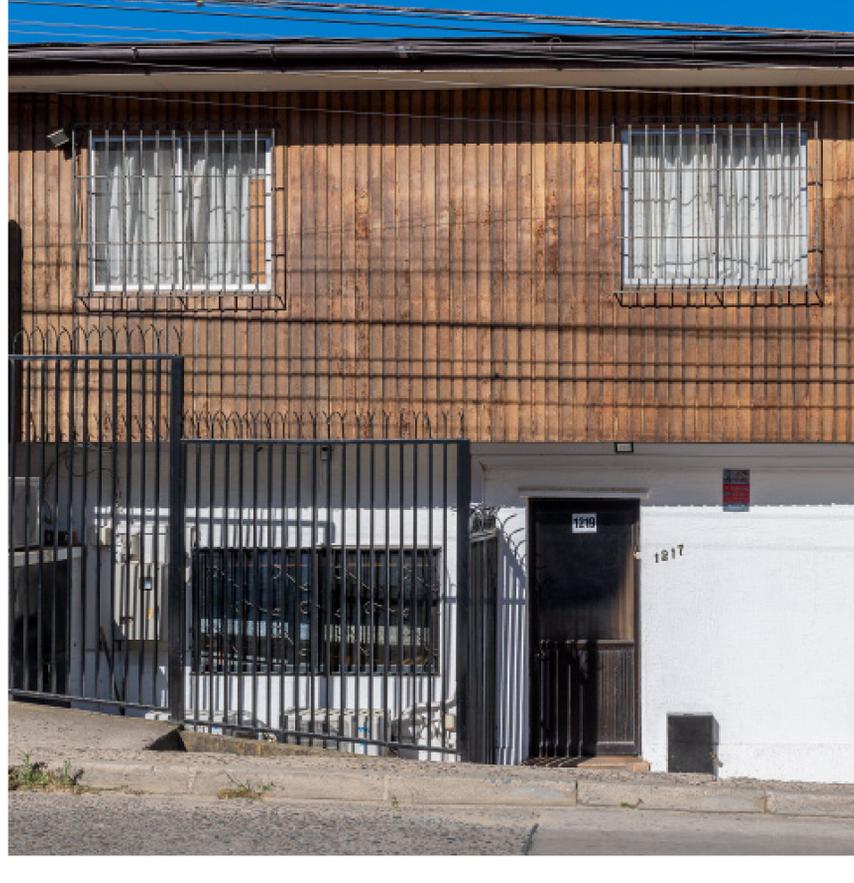
INGREDIENTES

1 conejo entero trozado	Vino blanco
Ajo	Laurel
2 litros de agua	½ Pimentón verde picado en bastones
Vinagre de vino blanco	Aceite
Cebollas picadas en pluma gruesa	Ají de color
Orégano fresco	Sal
Zanahoria en rodajas	Pimienta negra entera
Comino	

PREPARACIÓN

Lavar y trozar el conejo, cubrir en agua con vinagre, sal y marinar durante la noche. Enjuagar y adobar el conejo con el ajo, unas gotas de vinagre, orégano, sal y pimienta negra entera. Reposar en frío por 3 a 4 horas. Calentar el aceite y dorar las presas de conejo. Reservar. En la misma olla, saltear cebolla, ajo, zanahoria y pimentón picado; dejar unos minutos y añadir los trozos de conejo ya dorados. Condimentar y agregar laurel, vino blanco, sal, y dejar cocinar por 30 minutos más hasta que la carne esté blanda.

LOS DEPORTISTAS



HISTORIA



IDA DELGADO

Tiene una energía única, la que a sus más de 95 años aún la mantiene en el local, aunque sin cocinar. Atenta a los postres (ella misma nos recomienda su leche asada, que no solo es famosa sino también un imperdible). A Los Deportistas se llega buscando el número de la casa que no tiene letrero alguno pero que todos conocen en el Cerro O'Higgins. Ida fue elegida una de las 100 Líderes mayores de nuestro país y hoy su cocina la continúa su nieta Renata junto a su papá. Estar presente en este libro es un homenaje a un Tesoro Humano Vivo de nuestro país. "Queremos ir recuperando las recetas originales de mi mamá", dice Renata, "y así mantener el sabor familiar. Ahí está el secreto de haber permanecido con el restaurante desde 1962".



POLLO ARVEJADO DE JUAN Y MEDIO



INGREDIENTES

Pollo trozado	Pimiento rojo en tiras
Pimienta	Laurel
Aceite vegetal	Agua
Cebolla picada fina	Vino blanco
Zanahoria pelada en rodajas	Arvejas cocidas
Pimiento verde en tiras	Sal

PREPARACIÓN

El gran secreto del Pollo Arvejado en Juan y Medio es que el pollo no se sella, sino que se prepara como guiso, uniendo todos los ingredientes armando un caldo donde se cocina el pollo a cocción larga. Así se le da todo el tiempo necesario para que los sabores se desarrollen, mezclen e impregnen con un resultado particularmente sabroso.

JUAN Y MEDIO



HISTORIA



SEBASTIÁN BARRERA

Siendo parte de la tercera generación a cargo de los restaurantes para Sebastián, que creció en ellos, el desafío ha sido siempre “mantener nuestra identidad, eso que hace que la gente vuelva, que yo creo no es solo comida”, comenta. Por esa misma razón, han sido cuidadosos con sus recetas. “He tenido que desarrollar la maestría”, ríe, “para homologar las recetas y que en todos los locales de Juan y Medio tú comas lo mismo, con los mismos sabores, mismas cantidades y que eso se mantenga incluso en lo que vendemos para llevar. A ese trabajo me dedico con pasión, junto con cuidar los detalles de servicio que también nos definen como restaurante. Y esos sí son secretos”, ríe nuevamente.



CAZUELA DE PAVA DE LA FAMA



INGREDIENTES

Pavo	Pimentón
Chuchoca	Porotos verdes
Papas	Aliños
Zapallo	Ajo
Cebolla	Perejil
Zanahoria	Choclo opcional

PREPARACIÓN

Hacer un sofrito con la cebolla, zanahoria, pimentón, cuidando la sal y los aliños. Cocinar. Agregar el pavo ya sellado. Agregar agua caliente y luego las papas y el zapallo. Finalmente, los porotos verdes. Terminar con la chuchoca en forma de lluvia.

LA FAMA



HISTORIA



CLAUDIA FRANCISCA COFRÉ

Familiar pero a la vez abierto a los grandes eventos, el restaurante La Fama sustenta su bien ganada "fama" en una cocina de recetas tradicionales, pero usando técnicas modernas, como es lo que hace Francisca Cofré, que aunque se ve muy joven, domina a la perfección el "sacar un gran evento o los distintos platos cuando el restaurante está repleto", comenta muy segura de su trabajo. O bien, cuando un cliente que es camionero pasa por una cazuela de pava. Con la misma seguridad, contesta: "Yo aprendí a cocinar en mi casa viendo a mi mamá y mi abuela. Hago cocina chilena; ese es mi secreto mejor guardado, lo heredado de mi familia".



GUATITAS JARDINERA DE EL DEPORTIVO



INGREDIENTES

Guatitas o callos	Salsa de tomate o tomate natural
Aceite	maduro
Cebolla cortada en pluma	Pimienta
Arvejas, choclos, pimentón	Orégano
Ajo	Sal
Perejil picado	

PREPARACIÓN

Cocer las guatitas en olla a presión durante 20 a media hora aproximadamente. Cortar en tiras y reservar. Sofreír en el aceite la cebolla, pimentón, ajo, junto con los aliños. Agregar las guatitas, agua caliente o caldo de verdura, cuidando que todos los ingredientes queden cubiertos. Al final, incorporar la salsa de tomates o los tomates maduros picados.

EL DEPORTIVO



HISTORIA



OSCAR ALIAGA

“Este plato ha estado siempre en carta”, dice Oscar, “y seguiré porque no hay día en que alguien no pregunte por guatitas”. En este bar restaurante, uno de los más antiguos de Curicó, son las prietas y arrollados, los platos fuertes, junto a los menús de sus tradicionales almuerzos que se sirven, invierno y verano, bajo su frondoso parrón. “La familia trabaja desde siempre, no solo cocinando, sino que además atendemos, por lo que conocemos a casi todos los clientes. Sabemos sus gustos; yo los veo entrar y ya sé de qué ánimo vienen”.

¿Y por qué gustan tanto las guatitas del Deportivo? “Porque aquí se hacen de puro callo seleccionado. Nos preocupamos de elegir los mejores. Para eso, tenemos proveedores de muchos años”.



EMPANADAS DE PINO DE AMASANDERÍA ROSALÍA



INGREDIENTES

MASA:

Harina
Sal
Manteca vegetal
(derretida y tibia)

Agua tibia

PINO:

Posta negra magra
Cebolla picada
Aceitunas de azapa
Pasas rubia

Huevo duro

PREPARACIÓN

Mezclar y amasar (uslrear) cortar e ir haciendo la masa una a una, todo con la mano. Reservar envuelta para luego armar las empanadas. El secreto del pino está en prepararlo la noche anterior para que se “asiente” así se integran los sabores y alcanza la consistencia justa.

AMASANDERÍA ROSALÍA



HISTORIA



ROSALIA VEGA

Las empanadas de “la Rosalía” como se las conoce, han sido ganadoras del premio Mejor Empanada del Círculo de Cronistas Gastronómicos y del Vino de Chile tantas veces (en 6 distintos años) que en la última edición se llevaron el galardón a las más premiadas de la historia del Concurso. En Amasandería Rosalía de Lo Barnechea desde hace más de 20 años Rosalía Vega amasa a mano y a pulso sus famosas empanadas, junto a sus hijas Cristina y Yannet. Su nieto estudió gastronomía y ahora es quien agrega la parte dulce al negocio familiar. El secreto de sus premiadas empanadas es “la mano”. Asegura Rosalía que “tener buena mano es algo que no depende de uno. Se nace o no se nace con buena mano para la cocina. Eso no se aprende”.



CHUPE DE MARISCO DE RESTORÁN CAPRI



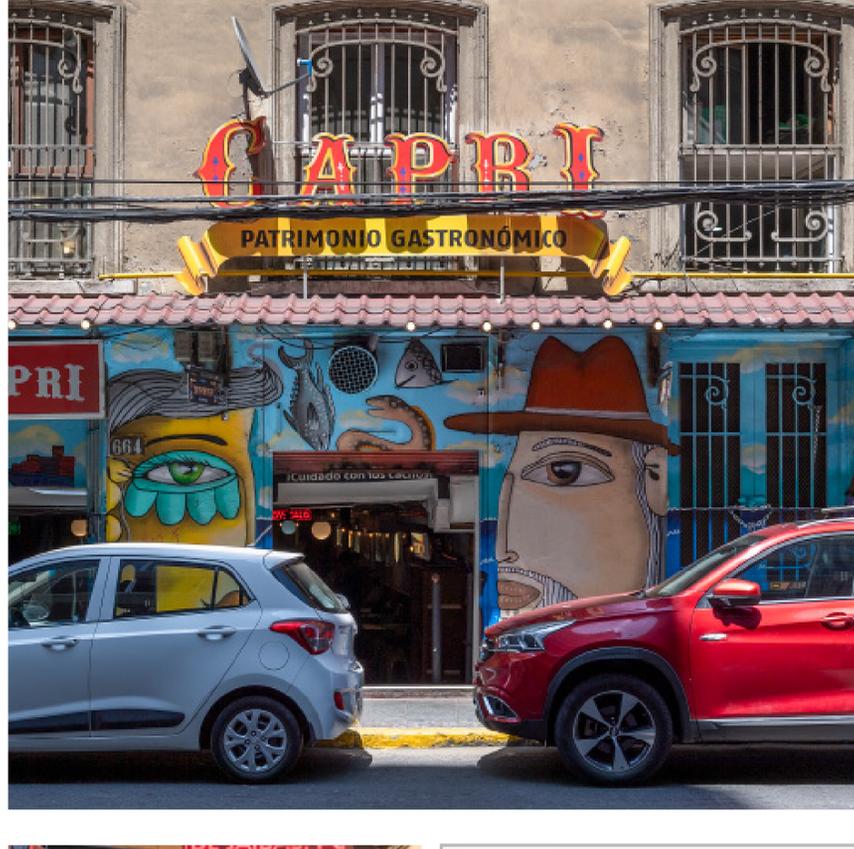
INGREDIENTES

Camarón nacional	Vino blanco
Navajuelas choritos	Ajo
Aros de calamar	Sal
Cebolla	Pimientas blanca y negra molidas *Bisket de piure* (potenciador de sabor)
Pimentón verde	Queso parmesano
Pan rallado	
Crema de leche	

PREPARACIÓN

Mezclar el pan con la leche y la crema. Reservar. Sofreír cebolla, pimentón, aliños y salpimentar. Agregar los mariscos, el Bisket de piure, las pimientas. Unir a la mezcla de pan, leche y crema. Montar en pocillos y llevar al horno con queso parmesano a gratinar.

RESTORÁN CAPRI



HISTORIA



CÉSAR PINCHEIRA ARANEDA

En el Capri de Valparaíso en Cochrane 664, se nota el buen ánimo familiar. César Pincheira Araneda es quien lleva el pandero y lo secundan sus hijos César Antonio y César Augusto. No paran. Así como reciben a 30 alumnos de un colegio de Santiago saludan a viejos parroquianos que vienen por sus sándwiches favoritos. La propuesta gastronómica del Capri tiene sabor a Chile, a sus productos y a sus saberes “heredados de nuestras madres y abuelas”, comentan mientras siguen llegando comensales a la hora de almuerzo. Premiados como Mejor picada de Valparaíso y creadores del Día del Caldillo de Congrio con que celebran el natalicio del poeta Pablo Neruda, acaban de estrenar nueva carta de sándwiches y ampliado su hora de cierre “actualizarnos y estar siempre al pie del cañón, es el secreto más certero, de nuestra permanencia de más de 15 años acá en el Puerto. Lo que no es menor” cierra.



HUMITAS DE DONDE LA TITA



INGREDIENTES

Choclo	Aceite vegetal
Cebolla	Manteca vegetal
Albahaca	Sal
AjÍ de color	Azúcar

PREPARACIÓN

Cortar las hojas del choclo por la parte inferior. Elegir y guardar las mejores. Picar el choclo y luego procesarlo (juguera) con calma. Reservar. En aceite sofreír la cebolla, el ajÍ de color, agregar manteca vegetal, albahaca y una cucharada de sal. Mezclar hasta que la cebolla esté dorada. Procesar nuevamente ahora agregando el choclo al sofrito. Guardar refrigerado, luego rellenar las humitas en las hojas del choclo que se guardaron con ese fin. La señora Herminda ha contado más de una vez que su secreto es "guardar las hojas verdes de los choclos en una bolsa para que no pierdan la humedad y se puedan usar para armar las humitas".

DONDE LA TITA



HISTORIA



HERMINDA VERA

Una de sus nietas la bautizó así y de paso le puso nombre al restaurante con cartel y todo. Hace más de 40 años que está en la calle Artesanos en La Vega Chica junto a sus hijas Mónica y Judith, full en modo verano con la venta de pastel de choclo, porotos granados y, por supuesto, "humitas". Estas son un verdadero hit. Y el local se ha convertido en uno de los sitios obligados para comer humitas en temporada. ¿El secreto? "Saber cuáles son los choclos que están listos para las humitas y además guardar hojas verdes (y que no se sequen) para rellenarlas. Parece simple, pero necesita atención y oficio".

Otros dirían que es un verdadero arte.



COSTILLAR A LA CHILENA DE EL CHANCHO CON CHALECO



INGREDIENTES

Costillar de cerdo

Ajo

Vinagre blanco

Aliños

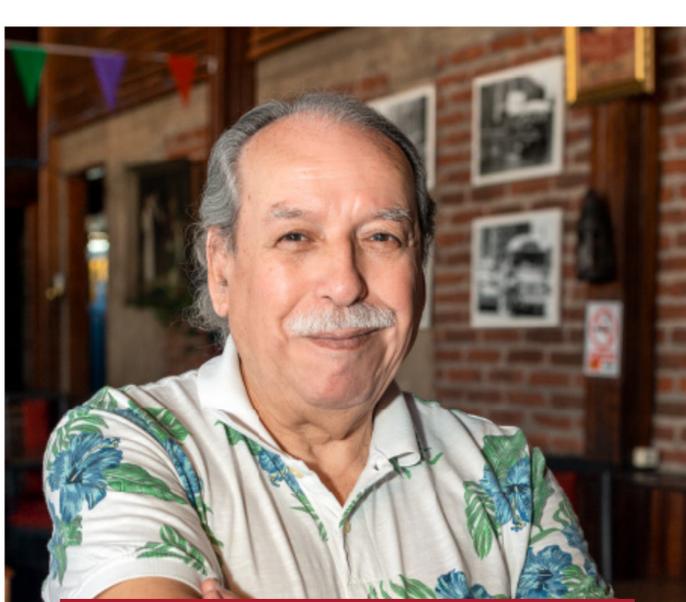
PREPARACIÓN

Mezclar los aliños con el vinagre blanco y el ajo machacado hasta lograr un buen adobo. Utilizar la mezcla para cubrir la carne con las manos de manera abundante, embetunando completamente el costillar. Dejar adobando toda la noche. Asar y luego trozar. Servir agregando ají en cualquiera de sus variedades.

EL CHANCHO CON CHALECO



HISTORIA



OSVALDO "LALO" QÜENSE

Para Lalo Qüense uno de los socios de El Chancho con Chaleco también llamada la Catedral del Cerdo en Maipú, ser parte de un proyecto que ya supera el siglo resulta estimulante. "Un lugar para pasarlo chancho porque también se baila, comenta, uno de los pocos en Santiago" Un hábito de diversión familiar muy popular hasta hace unas décadas, donde compartir una parrillada o un costillar a la chilena era tradición, además de bailar cumbia. ¿Por qué volver a Maipú al Chancho con Chaleco? "Porque la gente lo pide y porque Chancho con Chaleco solo hay uno".



POROTOS CON RIENDA DE EL PALACIO DEL POROTO



INGREDIENTES

Porotos remojados de un día para otro	Orégano
Zapallo	Ají color
Cebolla	Comino
Ajo	Tallarines quebrados
Aceite	Sal
Manteca	

PREPARACIÓN

Remojar los porotos toda la noche. Escurrir y cocinarlos con zapallo picado, aliños y agua fría. Agregar sal. Dejar cocer 30 minutos. Sofreír cebolla con ají color y ajo en manteca. Freír unos minutos para integrar y luego agregar a los porotos. Dejar hervir unos 7 minutos más. Retirar y servir. Agregar longaniza en cantidad y forma a gusto.

EL PALACIO DEL POROTO



HISTORIA



MIGUEL HERNÁNDEZ

Más que orgulloso se siente Miguel Hernández que el Palacio del Poroto sea considerado un reinado donde habita la típica comida chilena y que los porotos con rienda (es decir, con tallarines y acompañados de longaniza) sea uno de los platos emblemáticos de nuestra gastronomía tradicional. “Somos de los pocos que rescatamos la cocina campesina de los años 60, dice Miguel, y eso nos hace distintos”. Ante la pregunta de cuál es el secreto del éxito de los porotos con rienda, en el local entregan esta versión oficial: “Un día don Miguel (padre) comenzó a cantar mientras cocinaba y se cree que este es el ingrediente místico del restaurante”.



LAS PLATEADAS DE EL COLO-COLO



INGREDIENTES

Plateadas de buen tamaño y buena cantidad de grasa (ni mucha ni poca).

Solo sal para aliñar.

PREPARACIÓN

La preparación clásica del Colo-Colo tiene un proceso propio que se ha hecho durante 54 años, por lo mismo no se puede revelar, pero podemos entregar algunas claves: en resumen, es una preparación previa que se hace el día anterior y luego se va al horno durante 7 horas a fuego lento. Se dejan reposar unas horas y quedan listas para el servicio.

COLO-COLO



HISTORIA



MARÍA ISABEL JARA

Tiene cerca de 40 años en la cocina del restaurante, y si de algo sabe es de “las plateadas”, como ella misma dice: “son todas diferentes y hay que tener ojo porque cada una tiene su propio tiempo de cocción. Ir mirando y dándoles una pinchadita para que no queden duras. Agregar harto vinito blanco, sal de mar y agua”. ¿Y cuál es el secreto de las del Colo-Colo? “Trabajar con la receta original, la que me enseñó la señora Raquel Orellana en Romeral. Ahora estamos en este nuevo local en Curicó, pero la receta es la misma después de todos estos años. La diferencia es que ahora la conozco mejor”, dice sonriendo.



Gato

TÍPICO
CHILENO