



Artículo: *Nueva cocina chilena*

AL RESCATE DE LOS SABORES TRADICIONALES

Hasta hace unos años atrás un plato de pastel de choclo, porotos granados o un cordero con puré picante eran sinónimo de comidas campesinas. Sin embargo, surgió una corriente culinaria cuya misión es rescatar los productos tradicionales de la cocina chilena y otorgarles un toque de innovación.

Se trata de la nueva cocina chilena, que poco a poco ha ido traspasando los sabores originales de nuestro país hacia el mundo de la alta cocina internacional. Es así como los productos autóctonos de cada región del país retoman su importancia, destacando además la preocupación por el equilibrio nutricional y especial cuidado en que sus

sabores sean limpios y puros.

Los berries como la mora, frutilla, frambuesa y arándanos, son un aliado ideal para darle nuevos aires a las preparaciones. Así surgen recetas como el pebre de frutos rojos o un cordero magallánico con puré de habas y salsa de berries, sólo por nombrar algunas ideas.

La nueva cocina chilena es una travesía de sabores que pone a prueba uno de los principales ingredientes que debiera tener todo chef: la imaginación.



Columna

¡Olvidate de la mala memoria!

Por Chef Marco Farías
Hortifrut



Más de una vez se me ha olvidado dónde dejé las llaves del auto o saludar a algún amigo el día de su cumpleaños, ¿te ha pasado lo mismo? Hay buenas noticias para nosotros: ¡los arándanos son la solución!, y no precisamente como "regalo atrasado".

Así como los años tienen su efecto en nuestro cuerpo, lo mismo ocurre con nuestra mente.

Sin embargo, hay soluciones naturales para combatirlo: un reciente estudio publicado en la revista Journal of Agricultural and Food Chemistry, comprobó que consumir jugo de arándanos ayuda a mejorar la memoria.

¿Cómo lo hicieron?, tomaron un grupo de personas que bordeaban los 78 años que sufrían pérdida de memoria, disfrutaron de las bondades y el exquisito sabor de 2 a 2^{1/2} vasos de jugo de arándanos al día durante dos meses y... ¡sorpresa! Al someterlos a pruebas de aprendizaje y memoria la mejora fue considerable.

¡Pruebe cada mañana y noche beber del delicioso jugo concentrado de arándanos de Hortifrut y disfrute sus beneficios!



Producto Destacado

Berries Congelados: Nuevo envase biodegradable

Para postres, jugos o simplemente crear cocinando... todo el año!

Caracterizados por su reconocida calidad, Hortifrut nuevamente sorprende con su envase biodegradable. Este nuevo envase, además de colaborar con el medio ambiente, tiene la particularidad de contener la fruta en una bolsa con cierre hermético que permite guardarlos y mantenerlos por más tiempo.

Beneficios nutricionales de los berries:

- Antioxidantes, vitamina C y E.
- Previenen afecciones cardíacas y distintos tipos de cáncer
- Aportan en fibra, para un mejor tránsito intestinal.
- Destacan por su efecto antibiótico y desinflamatorio.

Varietades: Arándanos 225 gr., Moras 225 gr., Frambuesa 225 gr., Frutilla 450 gr. y Mix de berries 450 gr. **Fruta calidad:** IQF grado A. Sin preservantes.



Encuentra estos productos en supermercados y en Berry House, tienda especializada en berries ubicada en el Centro Comercial Las Pataguas, Local 4, Lo Barnechea. Despacho a domicilio llamando al fono: 9554699.



Entrevista al Chef

Ana Luisa Toro

“Hay que explotar el lado industrial de la gastronomía”



Esta joven chef egresada de Ecole, Escuela Culinaria Francesa, comenzó trabajando como sub chef del conocido restaurante Danubio Azul mientras cursaba el segundo año de su carrera y desde ahí no ha parado. Actualmente es secretaria general de la Asociación Chilena de Chef (Acchef) y encargada de compras para las carreras del área gastronómica del Instituto Profesional de Chile.

¿Qué es lo que más te motiva de tu trabajo?

Mi pasión consiste en descubrir cosas de la industria gastronómica, más que el lado gourmet, creo que es un área tan valiosa o más que el tema de los restaurantes. Se pueden hacer muchísimas cosas a nivel industrial, hay mucho nicho vacío y hay que ir avanzando en ese sentido.

¿Es más difícil ser chef siendo mujer?

Este es un mundo súper machista, ahora no es tanto como

antes pero cuando recién egresé era muy raro ver una mujer entremedio de los fuegos y sartenes. Creo que por lo mismo es muy importante tener mucho carácter, se necesita estar firme y eso sumado a tu motivación te ayuda a llegar donde quieres.

¿Qué opinas de la oferta gastronómica actual en el país?

Estadísticamente se dice que de cada 10 restaurantes 7 cierran al año, es que la inversión inicial es muy grande y cuesta recuperar si no hay un respaldo. Por otra parte creo que el paladar de la gente no se ha refinado al mismo ritmo de crecimiento del mercado... acá todavía no se sabe comer.

Berries

Para mí los berries han pasado a ser un condimento. Hago mucho pan con arándanos porque le da humedad y un toque muy especial a la masa, además soy hinchada número uno de las frambuesas.

Los berries son un producto con el que puedes contar siempre y no pierde sus características, al descongelarlo por ejemplo, no se echan a perder y sirven para todo tipo de platos, rellenos, salsas, en carnes, pollos, pan, lo que a uno se le ocurra.