

ambito financiero | Buenos Aires Herald | DOCSALUD.COM

ambito financiero | T 20° H 88% Buenos Aires | Log in | Suscribirse | Jueves 6.8.2015 | Buscar | Iniciar

Edición electrónica | Banca de Datos | Centro de Documentación | Inflación | Quinchos | El Economista

Ambito del Placer | Viernes 31 de Julio de 2015

El contenido al que quiero acceder es exclusivo para suscriptores. Si es suscriptor ingrese sus datos. Usuario: [ ] Clave: [ ] INGRESAR | ¿Olvidó sus datos? SUSCRIBASE AQUÍ

Me gusta | Compartir | Tweet | Tamaño | Enviar | Imprimir

## RECORRIDO A TRAVÉS DE ALGUNOS DE LOS PLATOS REGIONALES MÁS FAMOSOS

### Un tour por la cocina argentina

Suele decirse que la Argentina es un país con poca variedad gastronómica, ligado casi únicamente a la carne asada de vaca, pero esa idea es sin duda una simplificación de lo que puede ofrecer la cocina local, en especial cuando se decide salir a conocer qué es lo que se sirve en las mesas de las distintas regiones y saborear los platos tradicionales y reinventados que se preparan en cada provincia.

La cultura y los productos locales determinan propuestas que van desde clásicos como las empanadas, el locro y el asado a la cruz hasta elaboraciones más sofisticadas que en muchos casos tienen como base mariscos, pescados y pastas. Proponemos aquí un recorrido por diferentes sabores argentinos, en especial aquellos que se disfrutaban más en el invierno, siguiendo los consejos de algunos chefs que ponen el acento en la cocina local.

**Clásico que se adapta**

La empanada es un clásico que, según la provincia, el barrio o la casa tiene una receta distinta: con o sin papa, con cebolla de verdeo, pasas, azúcar, no, fritas, al horno o a la parrilla. Las combinaciones son interminables, opinó Alejandro Feraud, chef de Alo's Bistró, que asegura elegir la empanada de congrio frita que hacen en El Quincho de Entre Ríos.

Las empanadas presentan diferencias de región en región, no sólo en el relleno, sino también en su cocción. Las lucumanas son famosas por ser las más jugosas, según sus promotores, con relleno de carne o matambre cortada a cuchillo, cebolla, huevo duro, comino y pimentón. Fritas con grasa o, más livianas, cocidas al horno de barro. Las salteñas, a su vez, tienen características similares, a las que en general agregan el ser de tamaño pequeño -se las sirve previo a platos principales- e incluir papa y el acompañamiento de el picante. Siguiendo en el noroeste, las santagueñas se rellenan con carne picada y suelen tener arvejas.

Las riojanas y las catamarqueñas aportan un producto de sus tierras como es la aceituna y suelen hacerse también con papa y ajo. Otros aportes regionales se observan en Córdoba, donde se habitual espolvorearlas con azúcar e incluir pasas de uvas, lo que genera un sabor agri dulce. En el noreste, a su vez, contentos y misteriosos habrán hacer las tapas de sus empanadas con harina de mandioca y rellenas con pescados de la región.

**En la olla**

Fambien eligió la carbonada en zapallo, una receta tradicional argentina que logra mucha aceptación en invierno y que se suele confundir con el locro. Me gusta darle un toque centroamericano por lo que le agrego un poco de cilantro, agregó Feraud, que tiene como otra gran opción invernal el guiso de lentejas. Como me enseñó María de la Hostería el Viejo Molino en el kilómetro 16 de San Carlos de Bariloche, a este clásico de olla le sienta bien empañarlo con un poco de chocolate amargo, indicó.

La carbonada es un típico plato de olla, similar al puchero y al locro. Es característico de la provincia de Buenos Aires y de la zona centro argentina, pero se puede encontrar en casi cualquier provincia. La preparación tradicional se hace en una gran olla sobre fuego de leña, incluyendo entre los productos a cocinar zapallo, choclo blanco, carne vacuna, papas, batatas y zanahorias, condimentando con cebolla, ajo, perejil, ají y oregano, entre otros ingredientes. La consistencia debe ser cremosa.

Otra propuesta de Feraud es el tamal, que en invierno mi abuela hacía envuelto en hoja de repollo crespo o negro. El tamal es una comida típica de América del Sur y Central. En la Argentina se prepara especialmente en las provincias de Jujuy y Salta en base a harina de zapallo, con carne vacuna, pasas de uva, aceitunas y huevo. Preparado se envuelve en una hoja de choclo o de banana. La humedad generada del tamal hace como diferencia que está hecha de choclo fresco rallado y pisado.

Por su parte, Alejandro Goñi, chef de Kiria Private Restaurante, tiene su preferido para la región del noroeste: guiso de bife de llama con papines andinos y quinoa, ya que el guiso es un plato típico de nuestro invierno de la zona noroeste por el alto contenido calórico, con muchas propiedades y vitaminas. Ideal para las noches de esa zona donde la temperatura baja drásticamente. Para esta región, Martín Rebaudino también tiene su aporte, proponiendo la sopa de calabaza.

**En la Patagonia la gastronomía se está desarrollando con fuerza. Allí el cordero, los mariscos y pescados como la dentalla, la merluza y la trucha integran la lista de platos principales. Acá en Puerto Madryn tenemos langostinos de exportación. Hay que prepararlos con poca cocción, no más de 2 o 3 minutos. Un buena forma es hacerlos con jaramión de salcomiñas y con wakame de nuestra costa, indicó el cocinero Gustavo Rapretti, fundador de la agrupación Chubut Cocina Argentina de Origen (ChucaAO).**

Para Rebaudino, cocinero de Roux, en tanto, el sabor patagónico también está representado principalmente por los langostinos, destacando los que se capturan en la costa de Santa Cruz. Almejas, navajas o blancas, mejillones y cholas son ideales para hacer el disco o en cazuelas. Los pescados como la merluza hollá o la plancha o la parrilla son otra gran opción patagónica, al igual que los corderos que se crían cerca del mar y los capones, que son exquisitos recién laminados, hechos a la cruz, completó Rapretti, que es además impulsor del festival gastronómico Madryn al Plato.

Para mí algo típico de Ushuaia es la centolla, y la preparo de la forma que más me gusta para invierno: en canelones, aportó a su vez Feraud.

Los canelones son una forma creativa de preparar el cordero, pero lo habitual en la Patagonia es prepararlo a la cruz, sobre brasas de carbón o leña, en una cocción lenta, de a menos tres horas del lado del hueso y una hora del otro, durante las cuales la carne se adoba con salmuera.