# logospng (1).png

**DIRECCIÓN ACADÉMICA**

**DEPARTAMENTO DE GASTRONOMÍA**

**Respeto – Responsabilidad – Resiliencia – Tolerancia**

**GUÍA N°5: Cocina Chilena - Bebidas
TEMA: “Gastronomía y Bebidas alcohólicas de la IV región de Coquimbo”**

**Nombre: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Curso: \_\_\_ Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/2020**

**Objetivo:- Diferenciar la gastronomía de la IV región de Coquimbo, reconociendo sus alimentos y platos típicos.**

 **-Señalar bebidas alcohólicas típicas de la región**

.

 **IV REGIÓN DE COQUIMBO**

Capital Regional: **La Serena**

Zona generosa en sus productos; ofrece gran variedad de **pescados** (pichihuén, congrio, corvina y lenguados, entre otros), exquisitos **mariscos** (locos, ostiones, erizos, almejas, machas) condimentos, verduras, cereales y riquísimas frutas (duraznos, chirimoyas, naranjas, papayas, limones y uvas). Especiales son las aceitunas.

El orgullo de la región es **el Pisco**, producto de uvas escogidas. Se puede beber solo o combinado conforme a un variado recetario como: **“Serena Libre”, “Pichuncho”, “Sol Elquino” y el infaltable “Pisco Sour”**, hecho con pisco, limón, azúcar y hielo picado.

La Serena de hoy, es una ciudad de vigor, se encarama a los cerros, acercándose al Valle de El Elqui, que le regala verduras y frutas, tales como la **papaya y la uva.**

En Ovalle es alta la producción de **quesos de cabra y la crianza de cabritos**.

El Puerto de Coquimbo es la oferta marinera más típica, sabrosas son las corvinas asadas, bajo caldo de arena, envueltos en hojas de col bañadas en mantequilla.

Entre otros pescados y mariscos encontramos los **ostiones y camarones** en la Herradura, **locos y picorocos** en Coquimbo, **machas en Peñuela, cholgas y choros zapatos amarillos**.

Asimismo existe en su costa el buen **cochayuyo** el cual merece la aprobación de los chilenos.

Los ríos de la IV Región de Coquimbo regalan **camarones de agua dulce**, los cuales se transforman en exquisiteces de los buenos Gourmet.

Es famoso el “lechón sentado en la cama de arrayan florido” preparado por las damas coquimbanas, relleno con camarones, arvejas, choros zapatos amarillos y pimiento rojo.

Además no olvidar, los limones de la región con los cuales resalta el sabor y el perfume del pisco, alcohol de uva del Elqui transparente.

El ganado vacuno es escaso en la zona, el ingenio doméstico suplió la leche de vaca fresca y el tradicional manjar blanco, haciendo de la repostería regional, una de las más demandadas del país.

**Recetas Típicas**

**Carnes**

Famoso es el cabrito asado, pero la verdadera creación serenense consiste en algo más que carne y brasas: provocando la conjunción de los sabores, apelando al agraz y a la dulzura.

Remojando un cerdo en miel de abejas, le extraen hasta el último dejo de su aroma, con sabiduría muy típica.

Hay resabios ingleses en un cabrito al gin, mechado y con crema.

**El cordero** se prepara dejándolo una noche en remojo en jengibre, cúrcuma, canela y comino, que lo prepara para luego agregarle leche de coco y jugo de papaya, donde hervirá hasta su cocción total.

Cerdo Asado con miel

       Cabrito al Gin

      Cordero con Papaya y Coco

 Conejo con Ciruelas

 **Aves**

       Pollo a La Serena

       Pollo a La Papaya

       Tórtolas con Verduras

**Pescados y Mariscos**

       Pichihuenes al horno

 Tollo al horno

 Ostiones en Salsa de Vino Blanco.

**Verduras y Legumbres**

 Humitas en fuente de barro

 Pastelera

       Porotos granados

**Aliños y Ensaladas**

Típicas son las ensaladas con base a lechugas de La Serena, de arvejas y maní, apio y tocino, aliñada con crema ácida y curry, ensalada de naranja y cebolla, con orégano y aceitunas negras.

En cuanto a los aliños no tradicionales, el cremoso de albahaca, y el de tomillo y naranja representan un espíritu investigador de sabores.

    Pebre con Tomate

         Salsa Verde

        Ensalada de Arveja y maní

**Quesos**

Queso de cabra es producto regional absoluto. Se puede preparar al horno, levemente dorado, acompañado de una ensalada verde, achicoria o lechuga.

**Postres**

         Quesillos Gratinados

         Suspiros de Monja

         Compota de Papayas

         Encaje Inglés

         Tapado Manzanas

         Leche de tres tiempos

         Sopa fría de Papaya y Pisco

         Suspiro del Elqui

         Jarabe de Papaya

         Mermelada de Papaya

         Papayas en Almíbar

**Repostería**

En La Serena, la repostería es un arte tradicional que han conservado. Quien no haya probado sus tortas y tartas, dulces, bollitos, panecillos, galletas, barquitos y confites, mejor empiece a imaginar lo que se pierde.

         Torta Serenense

         Bolitas de Papayas

**Cócteles y Tragos**

El pisco es el aguardiente nacional por excelencia. La Serena en sus tragos los distingue. El “Misterio Serenense” acumula sabores regionales: papayas, chirimoyas y jugo de piña. Y como bajativo. ”Triaca amorosa”. Pide hervidos y almíbar, pisco de buena calidad, un mes de guarda pero su resultado es infalible.

         Canelado

         Misterio Serenense

         Papaya Colonial

**INSTRUCCIONES:**

-Imprimir la guía o copiar en su cuaderno de Cocina Chilena

-Pegar la guía en su cuaderno o en su efecto, copiarla

-Leer la guía

-Realizar la actividad

-En caso de dudas enviar al correo: **gastronomiacestarosa@gmail.com**

**ACTIVIDAD:**



1.- En el mapa entregado, situar todos los productos (alimentos) que se dan en la región. Puede escribir, dibujar o pegar imagen.

2.- Coloque V, si es verdadero y F, si es falso en las siguientes aseveraciones:

i.- \_\_\_ Serena libre es un postre típico de la región

ii.- \_\_\_ El valle de Elqui se caracteriza por su gran producción de Pisco

iii.- \_\_\_ Coquimbo produce una gran cantidad de carne de vacuno

iv.- \_\_\_ En Illapel existe producción de machas

v.- \_\_\_ Un postre típico de la región son las Papayas en almíbar

vi.- \_\_\_ El cabrito al gin es un plato típico de la región, el cual se rescata de la gastronomía inglesa

vii.- \_\_\_ Los ostiones son un tipo de pescado

3.- De los platos típicos señalados en la guía, Planifique una minuta de almuerzo completo (entrada-plato principal-postre), además agregue un aperitivo y un bajativo.

4.- Investigar, en internet, sobre la elaboración del Pisco y explicar

5.- Si desea elija una receta típica y prepárale en su casa. Enviar la foto al correo