

SABORES Y SABERES DESDE PUYUHUAPI

Recetas y relatos de 20 mujeres participantes del concurso “El mejor kuchen”
Fiesta Costumbrista Entre Curanto y Kuchen, Puyuhuapi
Comuna de Cisnes, región de Aysén



SABORES Y SABERES DESDE PUYUHUAPI

Recetas y relatos de 20 mujeres participantes del concurso “El mejor kuchen”
Fiesta Costumbrista Entre Curanto y Kuchen, Puyuhuapi
Comuna de Cisnes, región de Aysén

© Carolina Olivera Alvarado

© Consejo de la Cultura de Puyuhuapi

ISBN edición impresa: 978-956-8647-83-4

ISBN edición digital: 978-956-8647-86-5

Ilustración de portada: Alison Ninoska Díaz Núñez.

Ilustraciones interiores: Alison Ninoska Díaz Núñez.

Fotografías interiores: Consejo de la Cultura de Puyuhuapi.

Ilustración de contraportada: Consejo de la Cultura de Puyuhuapi.

www.nirenegro.cl

contacto@nirenegro.cl

Primera edición, 2021

FINANCIADO POR EL FONDO NACIONAL DE DESARROLLO CULTURAL Y LAS ARTES, CONVOCATORIA 2019,
MINISTERIO DE LAS CULTURAS, LAS ARTES Y EL PATRIMONIO.

Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo ni en parte, ni registrada en, o transmitida por ningún sistema de recuperación, sea mecánico, óptico, químico, eléctrico, electrónico, fotográfico, digital, incluidas las fotocopias, sin la autorización expresa de los autores y editores.

EDICIÓN DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA. PROHIBIDA SU COMERCIALIZACIÓN.

Edición digital para circulación gratuita, Chile.

Índice

Palabras de Luisa Ludwig Winkler historiadora local y socia del Consejo de la Cultura de Puyuhuapi	5
Reflexión de la autora	7
Receta destacada Kuchen Casero de Ciruelas de Puyuhuapi, de Carola Correa	8
Receta destacada Kuchen de Higo con Praliné de Nueves y Almendras de César Silva Cerda	10
Relatos y recetas participantes del concurso El Mejor Kuchen	13
Sandra Ahumada Millalonco Kuchen Bosque Encantado	14
Heidi Barentin Arredondo Kuchen de Fruta en Lata de Horno	16
María Angélica Cárdenas Pérez Kuchen Otoño en la Patagonia	19
Maria Coronado Amaro Kuchen Rosselot	22
Naima Cortés Labbé Kuchen Fusión Patagona Ruibarbo y Manzana	25
Berta Díaz Zúñiga Kuchen de Otoño Patagón	27
Úrsula Flack Kroschewski Kuchen de Nuez y Manzanas	29

Carolina Fuentes Altamirano Kuchen Frutos del Sur	32
Gabriela Fuenzalida Córdova Kuchen de Miga con Pudín de Grosellas	34
Karina Leal Lagos Kuchen Manzana Miga	36
Francisca Martínez Pérez Kuchen Tentación Roja	38
Marianela Núñez Gutiérrez Kuchen Fantasía de Frambuesa	40
Jacqueline Oyarzo Bachmann Kuchen Frutos de mi Patagonia	42
Yuana Peña Llanllan Kuchen Cauchao y Frambuesa	44
Lucila Pizarro Prado Kuchen Armonía Silvestre	46
Pamela Rodríguez Cuevas Kuchen Varitas de Ruirbarbo	49
Adriana Baier Ortíz Kuchen de Frutos Rojos	51
Pamela Bergmann Gallardo Kuchen Invierno Chilote	55
Medidas usadas en este recetario	57

PALABRAS DE LUISA LUDWIG WINKLER
HISTORIADORA LOCAL Y SOCIA DEL CONSEJO DE LA CULTURA DE PUYUHUAPI

Cuando mis amigas del Consejo de la Cultura de Puyuhuapi me pidieron un aporte para este libro, me sentí muy honrada. Porque yo soy una mala pastelera (mi marido me gana lejos en eso).

Sin embargo, sé apreciar lo que es un buen kuchen. Como descendiente de alemanes, me crié con el sabor de las delicias que preparaban mi mamá y mi abuela. Un dato curioso es que mi primer kuchen, una masa sencilla con durazno de tarro, me lo enseñó mi papá una vez que mi mamá estaba muy enferma.

Asocio la palabra “kuchen” con alimento delicioso, con entregar y compartir amorosamente. Quiero contarles de la historia de esta palabra que pasó a formar parte del vocabulario chileno.

En la antigua Grecia, hace miles de años, al kuchen se le conocía como plakous, lo que significa “torta plana”. Los romanos latinizaron la palabra, quedando como placenta que era un postre tipo mil hojas. Y más tarde, al tejido que alimenta al bebé en el vientre materno, también se le llamó placenta.

Ahora viene lo bueno: En alemán, la placenta se llama *Mutterkuchen*, lo que literalmente significa “*kuchen de mamá*” y nos hace imaginar que la mujer prepara en su vientre un “kuchen” para el bebé que viene en camino: el kuchen como sinónimo de amor maternal. (Claro que también los hombres pueden ser maternales; el amor no es cosa de cromosomas, que no quepa duda).

Este amor se trasluce clarísimo en las entrevistas, donde todas las participantes se acuerdan agradecidas de sus madres y abuelas de las que aprendieron, y piensan en sus descendientes cuando se trata de entregar. Aprender y enseñar. Heredar y legar. Transmitir de generación en generación, adaptando a los tiempos. Así sigue la vida.

Deseo y espero que este concurso crezca y se desarrolle y siga reuniendo a muchas personas en torno a las cosas ricas.

Luisa Ludwig Winkler

***“... te pasas todo el día fabricando mil sabores
que brotan de la alquimia de ingredientes y sazones.***

Fantasías con recetas que no tienen horizontes...”

[Versos extraídos del *Poema al cocinero* de Federico Trujillo Uribe]





REFLEXIÓN DE LA AUTORA

Cada año, durante el primer feriado del mes de abril en Puyuhuapi, comuna de Cisnes, región de Aysén, se realiza la ***Fiesta costumbrista Entre Curanto y Kuchen***, donde dentro de sus actividades programáticas encontramos el concurso ***“El mejor Kuchen”***, que comenzó como una propuesta en “borrador”. Con el tiempo, el concurso empezó a cimentarse, cada vez con una mayor complejidad, aumentando cada año el número de participantes y a la vez, la calidad de los kuchen concursantes. Por lo que este recetario gastronómico surge como una iniciativa de la directiva del Consejo de Cultura de Puyuhuapi, para recoger y difundir las mejores recetas de kuchen que han participado entre los años 2018 y 2020.

Cuando me propusieron la idea, me pareció un proyecto interesante de realizar. Así fue que junto con la organización, postulamos al concurso FONDART Regional 2019, línea de Gastronomía, en la región de Aysén.

Fue una grata y compleja aventura etnográfica de registro de información, de nuevos aprendizajes y por supuesto ***“lo más valioso”***, un modo de resguardar el patrimonio culinario de nuestra bella localidad de Puyuhuapi. Con este breve y a la vez profundo recetario gastronómico, queremos rescatar los ingredientes y procesos de elaboración de 20 recetas de kuchen, gracias a que cada una de las participantes nos abrió la puerta de su casa y nos permitió adentrarnos en su vida e historias familiares, accediendo al corazón culinario de cada una de ellas.

Les invitamos a leer con atención cada uno de los relatos de nuestras participantes, quienes nos enseñan a actuar y pensar desde una filosofía positiva, proactiva. Les invitamos también a preparar las recetas de kuchen de este libro, para acompañar momentos importantes de sus vidas.

Abrazamos a cada una de las personas que participó en este libro, entregándonos sus recetas y enseñándonos el valor de la resiliencia, que quisimos recalcar en cada historia. Por último, nuestros agradecimientos a la Chef Carola Correa y César Silva, quienes han sido actores claves en el concurso y que también nos presentan sus historias de vida y mejores recetas de kuchen.

Carolina Olivera Alvarado
Antropóloga

RECETA DESTACADA DE CAROLA CORREA **KUCHEN CASERO DE CIRUELAS DE PUYUHUAPI**

INGREDIENTES

215 g. de azúcar granulada
65 g. mantequilla
1 huevo
175 g. de harina
1 ½ cda. de polvos de hornear
1 cda. de extracto de vainilla
600 g. de ciruelas, sin carozo y en mitades
Azúcar para espolvorear
Canela en polvo para espolvorear

PREPARACIÓN

En un bol coloque el azúcar y mantequilla y bata hasta que la mezcla esté blanda. Agregue el huevo y bata hasta integrar. Añada la harina cernida, polvos de hornear, extracto de vainilla, y 1 cucharada de agua fría. Siga batiendo hasta incorporar. Enmantequille un molde de 30-32 cm, vierta le mezcla y empareje con una espátula. Distribuya encima las ciruelas con el corte hacia abajo y presione sobre la masa. Espolvoree azúcar y canela en polvo y hornee hasta que la masa esté dorada y cocida.





Mi Puyuhuapi querido...tantos hermosos recuerdos presentes en mí, de aquella época maravillosa en que llegué por esas cosas de la vida a ese escondido pueblo rodeado por la naturaleza misma, que con su mar, sus nalcas y su vegetación cobijan ese pequeño Gran Espacio.

Su gente linda lo llena de color con su alegría, compañerismo, aromas y sabrosas preparaciones que alimentan nuestros corazones a través de esas manos que han sabido mantener las recetas ancestrales, tanto de los originarios del lugar, como de los colonos alemanes que llegaron para quedarse, enamorados de Puyuhuapi.

Viví de pequeña tres años ahí, estudié en la Escuela Hamburgo de Puyuhuapi, donde aprendí cosas que no tienen que ver con lo educacional, sino con la vida misma. Agradezco

eternamente a los hilos mágicos que movieron las cuerdas que me llevaron a aterrizar ahí.

Nunca más volví a Puyuhuapi, hasta hace un año, que recibí una amorosa invitación que por supuesto me hizo estar allá de un brinco, igual que “*el Trauco*” (leyenda del lugar, que se transporta en brincos entre los pueblos) disfrutar de sus termas maravillosas, ubicadas en plena naturaleza y lo más importante, reencontrarme con todos ese seres hermosos que aún siguen ahí, trabajando para embellecer más aún su pueblo e inspirados en atender cada día mejor a los turistas que pasan, otorgándoles una experiencia gastronómica inolvidable.

Tuve la posibilidad de compartir con mujeres que han emprendido en sus locales y restaurantes, vendiendo productos del mar y deliciosos kuchen tradicionales de la zona.

Mi sorpresa fue grande al darme cuenta que tenían un sello propio de generosidad y compañerismo entre ellas, que compartimos en una clase de cocina donde la enseñanza fue total, ya que se organizaron de tal manera que los insumos alcanzaron para todas. Son cualidades que hoy se han perdido en muchos lugares, pero están vivas en Puyuhuapi.

El sello ahí además de la naturaleza misma, lo pone su gente. Gente linda, amable, generosa, que me abrieron las puertas de sus casas con un almuerzo, una cena, recuerdos de mi niñez junto a mis padres y hermanos en ese hermoso lugar. Pero lo que más atesoro, es que me abrieron sus corazones valientes, vibrantes y emprendedores, que contienen en sí, toda esa poderosa fuerza del Sur.

RECETA DESTACADA
DE CÉSAR SILVA CERDA

KUCHEN DE HIGO CON PRALINÉ DE NUEVES Y ALMENDRAS (Inspirado en el Kuchen de higos de mi madre)

INGREDIENTES PARA LA MASA

100 g. de mantequilla
140 g. de azúcar granulada
1 huevo
200 g. de harina
Ralladura de Limón

INGREDIENTES PARA EL RELLENO

50 g. de nueces finamente picadas
50 g. de almendras molidas
100 g. de higos maduros en mitades
30 cc. de Frangelico (licor de avellanas)
397 cc. de leche condensada
1 yema
50 g. de mantequilla derretida

PREPARACIÓN PARA EL PRALINÉ

Mezclar las nueces picadas con las almendras y el licor de avellanas junto con la leche condensada. Agregar la yema de huevo y la mantequilla derretida. Unir todo homogéneamente.

PARA FINALIZAR

Disponer el praliné en forma uniforme en la masa. Disponer los higos en mitades hundiéndolos cuidadosamente en el praliné. Cubrir con papel de aluminio. Llevar al horno por unos 30 minutos. Luego retirar el papel de aluminio y llevar al horno nuevamente por unos 10 minutos hasta que esté dorado. Servir cuando esté completamente frío.

PREPARACIÓN

Precalentar el horno a 180°C. Preparar un molde de 24 o 26 cm. Enmantecillar y en-camisar con azúcar flor (lograr ligera película de azúcar flor).

PREPARACIÓN PARA LA MASA

Disponer en un bol la mantequilla y el azúcar, batir muy bien durante unos 2 a 3 minutos. (cremar). Agregar el huevo entero y la ralladura de limón. Mezclar bien y finalmente agregar la harina poco a poco. Formar una masa lisa, que no se pegue en las manos. Extender la masa sobre el molde. Llevar al horno por unos 15 minutos.



César Silva Cerda nació en el El Monte, pueblo rural ubicado a 50 km al poniente de la ciudad de Santiago. Allí creció entre aromas, sabores y costumbres de la cultura campesina local. De su infancia atesora muy gratos recuerdos, acompañando a su padre en la preparación de cargas de pasto o camionadas de leña; o ayudando en la cocina, ya que según las costumbres campesinas de su familia, la mayor parte del tiempo se compartía en dicho espacio, donde todos ayudaban.

Estudió gastronomía, luego se fue perfeccionando y especializando en distintas áreas de esta disciplina, como la pedagogía y el turismo gastronómico. Hoy en día se desempeña como director de la carrera de Hotelería, Turismo y Gastronomía de INACAP Coyhaique, mencionando con mucho entusiasmo su pasión por lo que hace, ya

que, aprende de cada producto, de cada persona y por sobre todo, involucrándose con la comunidad y la cultura gastronómica, lo que le ha permitido transmitir y generar experiencias de aprendizaje tanto a sus alumnos, como a su familia –esposa e hijos–, a quienes siempre entrega “regalones culinarios”, como les dice.

Las preparaciones de kuchen las hacía su madre, fanática de los frutos que producían las higueras: brevas a fin de año, higos en otoño. Luego de preparar alguna carne al horno, aprovechaba el calor para cocer una masa de mantequilla, harina, huevos y azúcar, rellena con higos o brevas maduras y otras mezclas para formar el kuchen. César aprendió observando a su madre y luego, en la escuela de gastronomía le enseñaron de técnicas de masas, trabajos de temperaturas, medidas, entre otros.

César ha participado como presidente del jurado en dos de las últimas versiones del concurso “**El mejor kuchen**”, invitado por la organización del concurso debido al gran profesionalismo en su trabajo y por la dedicación que cada año ha demostrado en el certámen. Su visión del evento es respetuosa ya que lo considera una pieza fundamental de la cadena de valor del turismo para Puyuhuapi, porque su impacto en el sentido de pertenencia de la comunidad es muy importante. Ha observado que cada preparación conlleva un relato histórico, tanto de las participantes como del desarrollo de la localidad. Destaca además

que las concursantes no han perdido el foco y cada una le ha enseñado algo nuevo, *“se nota el cariño y el esmero en cada uno de los kuchenos y el cuidado que tienen al manipular cada ingrediente y producto. Sinceramente cada vez ha sido más difícil la elección”*.

Por último, nuestro presidente del jurado nos menciona que el concurso tiene un lugar especial en su vida, porque ha podido disfrutarlo junto a su familia y ha aprendido a través de los relatos y actitudes de cada persona lo que debe tener como objetivo cada destino turístico.

“Puyuhuapi tiene esa combinación mágica que logra activar todos los sentidos. Un patrimonio cultural y un inventario culinario que combina lo mejor del bosque con los productos del mar, para mí como cocinero es insuperable. Estoy muy orgulloso de sentirme parte de este momento aportando desde mi vereda y espero seguir en este proceso para lograr posicionar a Puyuhuapi como uno de los destinos de turismo gastronómico más importante de la región de la mano de lo único y más importante de todo, su cultura y su gente”.

RELATOS Y RECETAS PARTICIPANTES DEL CONCURSO

EL MEJOR KUCHEN



En Puerto Cisnes, capital comunal, vive Sandra Ahumada Millalonco. Nació en Puyuhuapi y es parte de una de las familias más antiguas de la localidad. Vivió con su madre y hermanos hasta los once años de edad. Dice no tener tantos recuerdos de infancia, ya que tuvo que irse muy joven interna a La Junta, donde terminó la educación básica y fue acogida por una apoderada que fue como una segunda madre y que le permitió sentirse querida y acompañada. La enseñanza media la cursó en Chaitén donde también estuvo interna, hecho que le permitió aprender a ver la vida de una forma distinta. En la actualidad, Sandra reside en Puerto Cisnes, tiene tres hijos –dos hombres y una mujer– que han sido su inspiración para emprender un negocio vinculado a la cafetería y repostería con productos locales, llamado “Sabores de Cisnes”. Su madre, la se-

ñora María Millalonco, fue quien le enseñó a preparar kuchen, empanadas de manzana y pan cuando tenía nueve años. Se levantaba todos los días temprano para ayudar a su progenitora en la cocina. *“Yo aprendí hacer kuchen viendo a mi mamá, si ella toda la vida ha hecho cosas dulces, y uno luego va modificando las recetas”*, comenta Sandra.

Ha participado dos veces en el concurso, pero la del 2018 tuvo un significado especial, ya que aprovechó de colocar un stand de venta de comidas que fue muy exitoso y le permitió hacerse conocida en el rubro de la gastronomía. En aquella ocasión su kuchen se llamó “Bosque Encantado”, preparación que contenía manzana y murta con crema y *streussel* (miga). Sandra opina que este concurso es una buena forma de darse a conocer y una buena instancia para saber en que nivel se está, aprendiendo desde las críticas constructivas que el jurado emite cuando califica a cada concursante.

“Espero que mis hijos o mis nietos sepan que todo esto es para ellos, para que tengan algo el día de mañana y en el futuro valoren y agradezcan todo lo que he hecho por ellos”, nos dice Sandra emocionada.

KUCHEN BOSQUE ENCANTADO

DE SANDRA AHUMADA MILLALONCO



INGREDIENTES

Manzana cocida
Murta a gusto
50 g. de mantequilla
½ taza de azúcar
2 huevos
Ralladura de naranja a gusto
Esencia de vainilla a gusto
Ralladura de limón a gusto
1 taza (200 g.) de harina
1 cdta. polvo de hornear
1 taza de crema

PREPARACIÓN

Se bate la mantequilla con el azúcar, se incorporan los huevos, se le añaden las ralladuras de naranja, limón y la esencia de vainilla. Una vez está bien batido, se incorpora la harina y el polvo de hornear en forma envolvente. Este batido lo llevamos al molde (ya previamente con harina y mantequilla), le agregamos la manzana cocida, la murta a gusto y la crema. Lo dejamos en el horno por 45 minutos a una temperatura de 180°. Dejar enfriar y servir.

KUCHEN DE FRUTA EN LATA DE HORNO

DE HEIDI BARENTIN ARREDONDO

INGREDIENTES

¼ kg. margarina
4 huevos enteros
1 cdta. de esencia de vainilla
½ kg. de azúcar
1 pizca de sal
4 cdta. de levadura
2 cucharones de leche
½ kg. de harina
Canela a gusto
Manzanas o ciruelas en gajos,
duraznos o mermelada

PRESENTACIÓN:

Cortar en cuadrados de 8 x 6 cm aproximadamente y servir en platos pequeños espolvoreados con un poco de azúcar flor.

INGREDIENTES PARA EL STREUSSEL

300 g. harina
200 g. azúcar
Canela a gusto
200 g. mantequilla derretida,
batida y a temperatura ambiente

PREPARACIÓN

1. Batir margarina, agregar huevos y azúcar y batir.
2. Agregar leche, esencia de vainilla y sal. Batir.
3. Agregar de a poco la harina cernida y mezclada con la levadura, debe quedar una masa licuada.
4. Aceitar la lata del horno y espolvorear con sémola. Esparcir la masa encima, nivelar con una espátula y poner encima los casquitos de fruta. Espolvorear con un poco de canela y azúcar granulada. Horno medio hasta que se dore ligeramente.
5. También se puede cubrir con alguna mermelada y streussel.

PREPARACIÓN:

1. Agregar a la harina todos los ingredientes. Mezclar con cuchara y se forman migas con las manos. Espolvorear sobre la fruta o mermelada.



Heidi Barentin Arredondo nació y creció en Viña del Mar, donde junto a sus padres y dos hermanas vivió una infancia bella, tranquila y unida. A la edad de catorce años aproximadamente, conoce a su esposo Ramiro Calvo, con quien se casó a los veinte años y tienen cuatro hijos. Con Ramiro comparte la niñez y la adolescencia, se desarrollaron, aprendieron y crecieron juntos. Al tiempo de estar casados, deciden migrar a Santiago, donde vivieron alrededor de seis años. Sin embargo, el estilo y la calidad de vida de la gran urbe no les pareció agradable, generándoles un cierto grado de estrés familiar, por lo que juntan dinero un tiempo, venden sus bienes y emprenden viaje a tierras patagónicas, donde se radican definitivamente.

El lugar fue escogido con el fin de tener una vida familiar más tranquila y apegada a la vida natural, en compañía de sus hijos. Al llegar al sector del Pangue, no había absolutamente nada construido, por lo que el primer tiempo vivieron en carpa, y de a poco empezaron a construir lo que hoy en día se puede apreciar: un bello lodge llamado “El Pangue”, donde prestan servicios de alojamiento y turismo.

La vida de campo está relacionada con los intereses de Heidi, que disfruta ofreciendo agroturismo y cuidando animales de granja. Con respecto a la cocina y a la preparación de kuchen, señala que aprendió desde muy pequeña ya que, aunque muchas veces no la dejaban entrar a la cocina, ella se las ingeniaba para observar toda la preparación a través de la ventana. Su ascendencia paterna y materna es alemana, y tanto su abuela y su madre, contaban con un libro muy antiguo de recetas de kuchen en el idioma de origen, recetario con el que aprendió a cocinar, aprovechando de paso para enseñarle a su hija Javiera, quien es muy talentosa en la cocina, dice Heidi.

Ella no ha participado en el concurso **El Mejor Kuchen**, pero es una de sus fundadoras ya que desde hace años es la tesorera de la agrupación que lo organiza, por lo que funciona como una especie de motor en el engranaje y coordinación de los esfuerzos que año tras año se realizan para mejorar la Fiesta Costumbrista Entre Curanto y Kuchen. “*Es una excelente iniciativa. Antiguamente las preparaciones eran pura masa, no eran como deberían ser y*

ahora con esto, estamos todas aprendiendo como debe ser un kuchen. Entonces, este concurso te motiva a ir mejorando, a ir aprendiendo”, comenta. Al principio, el concurso era muy local y de a poco fue mejorando, estableciendo ciertos estándares básicos y abriéndose a otras localidades.

Heidi es una gran cocinera de kuchen que reconoce saber variadas recetas de este patrimonio culinario. En esta oportunidad, nos regala una de sus recetas favoritas llamada *“Kuchen de Fruta en Lata de Horno”* y nos menciona que en la intimidad familiar, prepara para los cumpleaños y fechas importantes, una especie de kuchen tipo panqueque, *“una mezcla muy extraña, nalca en compota, con unas pocas frambuesas y chocolate...”*. A sus hijos y compañero de vida, le gustaría expresarles que no es malo soñar, pero hay que ser muy perseverante, lo importante es tener metas claras y saber hasta donde uno quiere llegar.





María Angélica Cárdenas Pérez nació en Osorno en la década del '60 y se vino a la Patagonia en abril de 2018, porque su hija que trabaja en la región hace años, se lo propuso. Hoy en día vive en Valle Simpson y en su casa tiene una sala de proceso donde prepara alimentos dulces y salados que reparte en la localidad y sectores aledaños.

Su infancia transcurrió en el campo, donde vivió con sus padres y sus once hermanos –una de ellas su hermana gemela–. Al terminar la educación básica y en compañía de sus hermanos mayores se va a Osorno para seguir estudiando. Sus padres habían comprado una casa para que vivieran todos juntos. Nos dice haber tenido una infancia y adolescencia bonita y que en aquellos tiempos entre los hermanos se ayudaban mucho. Por otro lado, sus padres hicieron un tremendo esfuerzo para

que todos pudieran estudiar. Su papá era capataz de un fundo y su mamá dueña de casa y una excelente cocinera. De ahí viene la herencia de nuestra entrevistada, ya que nos menciona que antes de irse a estudiar a Osorno aprendió a cocinar y su madre le enseñó a hacer kuchen. Tenía doce años. Aunque al comienzo no le quedaban buenos, luego aprendió las medidas y los tiempos de cocción.

Después de egresar de la educación media y en compañía de su hija, se fue a trabajar a la casa de una señora que era pastelera. Con ella aprendió variadas preparaciones, saladas y dulces, nos dice. *“A ella le tengo hartito que agradecer, porque yo no hice ni cursos ni nada; y a mi hija la quieren muchísimo, siempre la llaman”*. Al pasar el tiempo, se fue a trabajar por dos años a Temuco, a la casa de una hermana de su ex empleadora. Luego de veintiocho años trabajando con aquella familia, se vino a la Patagonia con su hija.

Al concurso llegó el 2019, gracias a que su hija le comentó que vio una publicación en Facebook que invitaba a participar. María Angélica aceptó de inmediato, ya que siempre le ha gustado participar en concursos. Su kuchen se llamó “Otoño en la Patagonia”, receta inventada por ella, cuyos ingredientes principales eran zanahoria y nueces. Antes de viajar a Puyuhuapi, preparó el kuchen en su casa adonde invitó a distintas personas que saben de cocina, para que probaran su preparación y le dieran su opinión, la que fue positiva.

Con este incentivo viajó al día siguiente a Puyuhuapi. Obtuvo el tercer lugar en el concurso, en el que se sintió muy cómoda, conversando y compartiendo con las demás participantes. Nos cuenta que al regresar a Valle Simpson, la comunidad la aplaudió y la felicitó por su participación, haciéndola sentirse parte de la localidad, contenta y orgullosa de sí misma. Todo esto le ha servido además para que su emprendimiento, llamado “Delicias de Valle Simpson”, se consolide aún más. Su oficio es la pastelería y la cocina, y nos indica que *“esta es una receta familiar, porque está hecha con cariño y es una receta innovadora que yo misma creé. Quiero agradecerle, además, a la familia Uribe que me enseñó y gracias a ella estoy acá, también a mi madre que me enseñó a porrazos muchas cosas y estoy muy agradecida de ella...”*.



KUCHEN OTOÑO EN LA PATAGONIA

DE MARÍA ANGÉLICA CÁRDENAS PÉREZ

INGREDIENTES MASA

3 cdta. de mantequilla sin sal
 4 cdta. de azúcar
 1 taza de harina
 1 taza de zanahoria rallada
 1 cdta. de vainilla
 1 cdta. de polvos de hornear
 1 cdta. de canela
 1 huevo
 3 cdta. de leche

PREPARACIÓN MASA

Batir la mantequilla con el azúcar en un recipiente. Mientras se bate se agrega el huevo, la vainilla y la canela. Luego se incorpora la harina, la zanahoria y los polvos de hornear a la mezcla y se bate. Incorporar la leche y batir hasta que tenga una consistencia cremosa. En un molde previamente enmantequillado o aceitado se pone la mezcla y se incorporan las frambuesas. Se lleva al horno, precalentado a 160 grados por 30 minutos, y luego se retira para incorporar el relleno.

INGREDIENTES RELLENO

1 taza de nueces picadas
 1 taza de almendras picadas
 1 taza de frambuesa
 4 cdta. de mantequilla
 4 cdta. de leche
 1/2 taza de azúcar
 1 cdta. de canela
 1 cdta. de vainilla

PREPARACIÓN RELLENO

A fuego bajo se coloca en un sartén el azúcar hasta dorar, luego se incorpora la mantequilla, la canela y la vainilla, sin dejar de revolver. Mezclar bien y luego agregar las nueces, las almendras y la leche. Seguir revolviendo por un minuto y luego verter en la masa horneada. Llevar nuevamente al horno por 2 minutos. Luego, dejar enfriar y servir.



María Coronado Amaro nació en el pueblo de Palena, región de Los Lagos, pero se crió cerca de La Junta, en el campo que tenían sus padres en el Valle Quinto. En compañía de tres de sus cinco hermanas empezó a asistir a un colegio en Aysén, desde marzo a diciembre como interna, y un año estudió en la escuela Hamburgo de Puyuhuapi, llegando hasta 8° básico. Su padre las iba a buscar y a dejar a caballo, demorándose una semana en cada viaje. Dice que su infancia fue buena y el internado le permitió independizarse, logrando hacer amigos y aprender muchas cosas gracias a lo dedicados que fueron sus profesores.

Observando aprendió a hacer kuchen. Su mamá le enseñó a hacer pan, queso y mantequilla. Y en sus trabajos como cocinera y empleada doméstica aprendió mucho de cocina, logrando crear recetas, ya que la cocina es

algo que le encanta. *“El kuchen Rosselot yo lo inventé”* dice María, refiriéndose a la preparación con la que participó en el concurso de 2019. Nunca había hecho un kuchen con relleno de murta, al que le agregó una mermelada al vino tinto. Fue un riesgo ya que no sabía como quedaría, pero increíblemente obtuvo el segundo lugar en el concurso. Antes no había querido participar por tener dudas y temores. En La Junta se encontró con una persona que la motivó a concursar. Fue una experiencia gratificante ya que le permitió hacerse conocida y además representar a la localidad de La Junta, especialmente al “Café Restaurant Lago Rosselot”, del cual es propietaria.

Espera que el concurso continúe, porque será una participante activa cada vez que pueda, ya que siente que se ganó un espacio importante en Puyuhuapi. *“Ojalá sigan mi camino, ya que yo he luchado tanto para hacer repostería y cocina. Ojalá mis hijas lo hagan igual que yo. Y a mi pareja, bueno, él sabe lo que yo hago, me conoce y espero que él tenga el libro y pueda mostrárselo a su familia.”*

KUCHEN ROSSELOT

DE MARÍA CORONADO AMARO

INGREDIENTES PARA LA MASA

3 yemas de huevo
125 g. de mantequilla
½ taza de azúcar
1 cdta. de polvos de hornear
400 g. de murta

INGREDIENTES DE RELLENO

1 queso philadelphia
1 tarro leche condensada
2 claras de huevos

PREPARACIÓN MASA

Mezclar la mantequilla, azúcar y yemas. Posteriormente batir dichos productos. Luego se agrega la harina junto con los polvos de hornear, hasta forma una masa blanda. Dejarla en el molde y llevarlo al horno por 15 minutos. Retirar la masa ya cocida y agregar la murta.

PREPARACIÓN RELLENO

Unir en batido la leche condensada y el queso philadelphia. En un bol batir claras de huevos a nieve. Una vez listas las claras, agregar el azúcar y unir ambas cremas.



KUCHEN FUSIÓN PATAGONA RUIBARBO Y MANZANA

DE NAIMA CORTÉS LABBÉ

INGREDIENTES MASA

120 g. mantequilla
150 g. azúcar granulada
200 g. harina
1 cdta. de polvo de hornear
1 huevo
1 cdta. de esencia de vainilla

INGREDIENTES PARA SALSA INGLESA

250 cc. crema de leche
250 cc. leche fresca
6 yemas
1 cdta. de esencia de vainilla a gusto

INGREDIENTES RELLENO

100 g. ruibarbo macerado en almíbar
100 g. manzanas

INGREDIENTES PARA ROSA DE MANZANA

Masa quebrada (tipo de masa *Mürbe* o de tartaleta)
100 g. harina
50 g. mantequilla
1 cda. de agua
1 pizca de sal
2 cda. de azúcar

PREPARACIÓN MASA

Precalentar el horno a 180°. En un bol agregamos la harina, polvo de hornear, azúcar, huevo, esencia y la mantequilla a temperatura ambiente. Unimos todos los ingredientes hasta formar una masa con textura suave. No amasar, solo unir.

Para la salsa inglesa, calentar la leche con la crema en un bol, batir las yemas con el azúcar y reservar. Agregar la leche y crema ya caliente al bol, con los huevos ya batidos. Y al final llevarlo nuevamente a cocinar, hasta que ligue.

PREPARACIÓN:

En un bol agregamos la harina, azúcar, sal, mantequilla a temperatura ambiente. Mezclamos todo hasta obtener una masa de textura suave. Descorazonamos las manzanas y las cortamos en rodajas muy finas de 2 a 3 mm. Estiramos la masa, cortamos tiras de 4 cm de ancho y pintamos con mermelada. Vamos colocando las rodajas de manzana desde la mitad de la masa hacia afuera y doblamos la masa sobrante sobre las láminas de manzana. Enrollamos las tiras suavemente, sin forzar mucho, y las colocamos en un molde de quequitos. Espolvoreamos canela a gusto. Hornear a 180° por 15 minutos.



Naima Cortés Labbé llegó hace tres años desde Santiago. Ella define su infancia como “increíble”, porque junto a sus cuatro hermanos –una de ellas su gemela–, jugaban y se divertían diariamente. En la capital del país estudió gastronomía y turismo. Sin embargo, cuando creció se empezó a aburrir, ya que con las nuevas metas y proyectos era importante asentarse en un lugar donde pudiera cumplir sus objetivos, donde pudiera ahorrar y proyectar un futuro mejor. Por recomendaciones de amigos que vivían en Villa Santa Lucía y además una visita que hicieron a la Patagonia, se enamoraron del lugar y luego de unos meses se vinieron a vivir a Puyuhuapi, primero el novio y un mes después llegó Naima, junto a sus perros.

Al llegar a Puyuhuapi “*quedé encantada, nos fuimos a vivir un tiempo donde unos amigos y entre los doce gatos y los perros era un caos*”, dice Naima. Al tiempo encontró trabajo como chef de un conocido restaurant gourmet, donde gracias a sus estudios y las enseñanzas de su mamá de ascendencia italiana y amante de la repostería, hacía postres como el pie de limón y preparaciones italianas. En relación a la receta de Kuchen, recuerda que en Puerto Varas, donde vive una tía, iban a recolectar moras para hacer kuchen con una receta que se perdió, lamenta Naima. Desde que tenía diez años ayudó a cocinar en eventos familiares importantes como Navidad, cumpleaños, Año Nuevo: “*En general, las mujeres de mi familia sacamos la cara en la cocina*”.

Durante los primeros años de estudio le enseñaron técnicas básicas de cocina, luego se especializó un año en cocina internacional y otro año en pastelería: esculturas de chocolate, tortas y kuchen de distintos países, aprendiendo también a estandarizar las recetas. Este conocimiento es uno de los motivos por los cuales se decidió a participar en el concurso **El Mejor Kuchen**, además del apoyo de su jefe quien la impulsó a participar, regalándole los ingredientes y el espacio para preparar el kuchen que presentó el 2018. “*La preparación la cociné en el restaurante donde trabajo, durante la noche, y esta receta se llamaba “Fusión Patagona Ruibarbo y Manzana”, una masa básica con relleno de ruibarbo, manzana y crema inglesa. A las rodajas de manzana les dio forma de una rosa, además rollos de canela*

y azúcar. *“Con el tiempo uno va conociendo a las personas que participan en el concurso, y además nos vinieron a capacitar y si no hubiese participado, no habría tenido la oportunidad de aprender”*. Aunque no obtuvo el primer lugar, pudo conocer a otras personas y aprender nuevas técnicas.

Por último agrega: *“Agradezco la oportunidad de conocer un gran lugar, el apoyo familiar y de los amigos que he hecho acá... cumplir metas, y si no llegase a cumplir las metas no echarse abajo, por eso tomé la decisión de venirme a Puyuhuapi. Superó mis expectativas, he conocido a personas de buen corazón y positivas”*.





Berta Díaz Zúñiga es nacida y criada en Puyuhuapi. En la época en que nació los partos eran atendidos solo por parteras, dado que por el aislamiento era imposible atenderse en un recinto hospitalario. Así nacieron Berta y sus ocho hermanos. Estudió hasta sexto básico en la Escuela de Puyuhuapi, donde dice haber tenido una bonita infancia jugando con sus hermanos a divertidos y antiguos juegos. Su madre trabajaba todo el día en la fábrica de alfombras, por lo que otra persona las cuidaba. Comenzó a trabajar en su adolescencia: primero estuvo en Coyhaique, al año se regresó al pueblo para trabajar en la fábrica de alfombras y posteriormente, en las Termas de Puyuhuapi. Luego decidió salir de la región e irse a Punta Arenas y Puerto Natales. Tiempo después se fue a Santiago para trabajar de empleada doméstica. En esta

ciudad conoció al padre de sus dos hijos. Hace dos décadas regresó a Puyuhuapi donde reside desde entonces.

Berta se ha dedicado a la creación de piezas artesanales, al cuidado de una casa particular y por último, a la cocina y pastelería. De este último oficio dice saber hacer kuchen, tortas y variedades de preparaciones dulces, considerándose una mujer multifacética, ya que cualquier preparación que le propongan, ella se siente con la capacidad de hacerla. Sus primeras preparaciones dulces fueron de adulta y las aprendió de la señora Úrsula, una de las primeras alemanas que llegaron a Puyuhuapi, y de su abuela materna, la señora Fátima Guerrero. Todo ese aprendizaje fue en base a la observación y la experimentación. Su abuela preparaba los kuchen con nata de leche, ya que antiguamente no había mantequilla, por lo que buscaban el modo de reemplazar los ingredientes base.

Ha participado en las versiones 2018 y 2019 del concurso **El Mejor Kuchen**, obteniendo el tercer y cuarto lugar respectivamente. La primera vez que concursó tuvo la intención de probarse a sí misma y que la gente sepa que sabe cocinar cosas de muy buen sabor. A las siete de la mañana empezó a preparar su receta que llamó "*Kuchen de la Estación*", ya que al mediodía tenía que presentar su preparación en el concurso. Le había mencionado a sus hijos que obtendría el tercer lugar y de manera muy acertada: fue el lugar que obtuvo. Sus

hijos están muy orgullosos de la actitud y el triunfo personal de su madre, ya que desde siempre les ha preparado kuchen y tortas para sus cumpleaños.

Berta dice que se ha sentido una persona importante en el concurso, ya que se ha reconocido su trabajo y valorado su esfuerzo por participar, y si llegara la ocasión en que obtenga el primer lugar, sentirá una gran alegría por competir, ya que no ha estudiado repostería ni cocina; su aprendizaje es autodidacta. Por último, nos señala que le gustaría ver a sus futuros nietos y nietas orgullosos, y que le emociona pensar que ellos pudieran decir: *“Oh, mi abuela está ahí con un kuchen y en un libro de acá de Puyuhuapi ... Sería muy feliz, ya que sería una receta familiar”*.

KUCHEN DE OTOÑO PATAGÓN

DE BERTA DÍAZ ZÚÑIGA

INGREDIENTES MASA

2 huevos
120 g de mantequilla
¼ taza de azúcar
2 cdta. de leche
1 ½ taza de harina
4 manzanas
1 cdta. de polvos de hornear



PREPARACIÓN

Se baten los huevos hasta quedar espumoso, luego se agrega la mantequilla, azúcar y los demás ingredientes.

PREPARACIÓN RELLENO

Las manzanas maceradas con mantequilla y canela (azúcar a gusto), que queden tiernas, luego se le agrega a la masa. Finalmente, toda la mezcla se coloca al horno precalentado a 180°.



Úrsula Flack Kroschewski nació en Prusia Oriental, una región que entonces formaba parte de Alemania y que hoy pertenece a Rusia. A la edad de cinco años, junto a sus padres y seis hermanos, huyeron de su pueblo natal a la Alemania Occidental, todo esto en pleno apogeo de la Segunda Guerra Mundial. Luego de varios años tomaron un barco rumbo a América, donde después de muchas peripecias llegaron al sur de Chile. Úrsula entró a estudiar en un colegio de monjas, donde el primer trimestre fue difícil para ella, pues no lograba comprender el idioma. Sin embargo, todos los días se aprendía una lista larga de palabras en español, y un día, dice *“tocan las campanas para salir al recreo, salgo al patio ¡y comprendo todo!, ¡tenía el disco duro formado! Y de ahí en adelante obtuve el tercer lugar del curso de treinta y tres niñas”*. En 1958,

siendo ya una joven, se casa con el alemán Helmuth Hopperdietzel, con quien formó una familia de tres hijos, en el incipiente poblado de Puyuhuapi.

Nos cuenta que desde niña aprendió con su madre variadas preparaciones dulces alemanas para navidad, pues ella le permitía participar en las tareas de la cocina. En Puyuhuapi replicó estas recetas para las fiestas de navidad ya que en aquellos años la gente del pueblo se juntaba en el comedor del internado de la Escuela Hamburgo, donde se colocaba una mesa larga y se disponían a disfrutar las ricas tortas, kuchen, galletas y todo tipo de comidas que se compartían en comunidad. *“Antes no se le pedía nada a la gente, la intención era compartir”*.

Uno de los primeros restaurantes que hubo en Puyuhuapi fue el de Úrsula. Allí realizó varios cursos donde enseñó muchas recetas alemanas y de creación propia a cada una de las personas que trabajó en su emprendimiento. Esta enseñanza es parte del patrimonio inmaterial vivo y latente de la comunidad, ya que muchas de las mujeres que han participado en el concurso la han mencionado como una de sus principales mentoras. A sus hijos y nietos también traspasó este conocimiento.

Entre risas, nos relató una singular historia de una de sus preparaciones más apreciada, el kuchen: *“Cuando estaba recién casada, un día mi suegra, que hacía un kuchen muy rico*

de quesillo, se enfermó y quedó varios días en cama, y me dijo que yo iba a hacer el kuchen de quesillo. Yo lo preparé tal cual, pero una parte del kuchen me quedó un poco más oscura y pensé ¡Oh no!, esto no lo debe ver la suegra. Agarré el kuchen, lo saqué de la lata, fui a mi pieza y lo metí al velador. No pasó ni media hora cuando siento que mi suegra se levanta y baja a la cocina, abre el cajón, saca un cuchillo y va a la despensa, al rato vuelve y me dice, pero Úrsula ¿dónde está el kuchen? Arriba llegó un olor tan rico... Y le dije: suegra no se preocupe, está en la ventana de mi pieza para que se enfríe...”

Del concurso, nos cuenta que ha participado como jurado en algunas de las versiones y que siente que quizás ha sido muy exigente, sin embargo, nadie sabe de quién es cada preparación.



Pamela Rodríguez, Marisol Jiménez y Úrsula Flack (Jurado), miembros del Consejo de la Cultura de Puyuhuapi.

KUCHEN DE NUEZ Y MANZANAS

DE ÚRSULA FLACK KROSCHESKI

INGREDIENTES

180 g. de harina
 125 g. de azúcar granulada
 150 g. de mantequilla
 1 huevo más 1 yema
 1 pizca de sal
 1 limón (ralladura)
 1 cda. de polvos de hornear

PREPARACIÓN

Cernir la harina, agregar el azúcar, la mantequilla, luego el huevo más la yema y demás ingredientes. Formar una masa. Dejar reposar 15 minutos en refrigeración con una bolsa plástica (enharinada). Engrasar y enharinar el molde. Colocar la masa y precocer por 10 minutos a 180° C.

INGREDIENTES RELLENO

100 g. de azúcar granulada
 ½ taza de crema de leche
 30 g. de miel de abeja
 3 manzanas verdes (precocidas en ¼ taza de agua; se estilan y se ponen frías sobre la masa)
 150 g. de nueces picadas
 1 cda. de ron

PREPARACIÓN RELLENO

Cocinar las manzanas en un ¼ de taza de agua, estirar y dejar enfriar. Aparte en un sartén, poner el azúcar a fuego suave hasta que tome el color caramelo (rubio claro), agregar la crema y miel revolviendo. Esperar que tome un poquito de cuerpo, agregar las nueces, integrar bien. Revolver suavemente con las manzanas y poner sobre la masa precocida. Llevar a horno por 20 minutos más. Comprobar que esté cocida. Dejar enfriar y servir.



Carolina Fuentes Altamirano nació en Puerto Cisnes, pero ha vivido casi toda su vida en Puyuhuapi. Sus abuelos maternos y paternos son parte de las primeras familias de la localidad. Se crió en el campo de sus padres junto con sus seis hermanos, jugando y ayudando en las tareas agrícolas y del hogar. Al crecer tuvo que irse interna a la Escuela Hamburgo, ya que sus padres salían a pescar por meses. Le gustaba visitar a su abuela Juana, quien le enseñó a cocinar y a preparar kuchen. Al terminar la educación básica se fue a Puerto Cisnes, donde terminó la educación media y luego a Puerto Montt, donde estuvo un tiempo haciendo su práctica de técnico acuícola. Ejerció su tecnicatura por un tiempo, pero luego decidió dedicarse a la preparación de postres y dulces, al tiempo que criaba a sus dos hijos.

Lo de preparar cosas dulces, dice Carolina, se le ha dado con mucha naturalidad y siente además que es un don que heredó de su abuela Juana, ya que mira recetas, las hace y le quedan bien. Menciona que cuando aprende desde internet sigue las recetas al pie de la letra, no así las que aprendió de su abuela Juana, ya que esas se las sabe de memoria. La primera vez que hizo kuchen fue con su madre, quien le enseñó a hacerlos batidos; y cuando trabajó donde la señora Úrsula Flack, ella le enseñó variadas recetas de kuchen y strudel. Aunque, recalca, su abuela Juana le enseñó las recetas de kuchen con migas. En el concurso ha participado tres veces y en dos ocasiones ha obtenido el primer lugar. En la última ocasión preparó un kuchen que llamó “**MaquiFram**”. Sus motivos eran participar y además obtener alguno de los primeros lugares. Al ser el primer lugar, sintió una gran satisfacción personal, ya que participaron más de veinte personas y que escogieran su kuchen como el mejor, le ayudó a sentirse segura de sí misma. Preparó varias versiones, algunas para vender y otra para el concurso. “*Dije: este kuchen va a ser el ganador, porque me creí el cuento de que yo iba a ganar y así fue*” En un día preparó diecisiete kuchen, haciendo primero todas las masas, separando una masa para presentarla al concurso y como quería que fuera un kuchen especial con su propio sello, hizo una fusión de frutas como el maqui y la frambuesa.

El concurso la impulsó a construir su propio café restaurante “Sabores de mi Tierra” en 2017. Fue una idea que venía pensando hace años, y el concurso le dio la oportunidad de tomar la decisión. Desde la inauguración a la fecha lleva casi cuatro años funcionando y vendiendo sus kuchen a todas las personas que visitan Puyuhuapi.

Carolina dice querer recordar a su familia, a su mamá por enseñarle a hacer el kuchen batido, a su abuelita Juana de quien aprendió a hacer las migas y a la señora Úrsula que le enseñó a no desperdiciar nada.

KUCHEN FRUTOS DEL SUR

DE CAROLINA FUENTES ALTAMIRANO

INGREDIENTES MASA

2 ½ taza de harina
100 g. de mantequilla
2 huevos
½ cdta. de polvos de hornear

INGREDIENTES RELLENO

2 tazas de maqui (hervido y colado previamente)
2 tazas de frambuesa

INGREDIENTES MIGAS

2 tazas de harina
100 g. de mantequilla
Canela a gusto
Azúcar a gusto

PREPARACIÓN

Colocar en un bol todos los ingredientes y amasar hasta obtener una masa homogénea. Estirar en un molde mediano previamente enmantecado y llevar a horno precalentado por 20 minutos aproximadamente. Sacar del horno y verter el relleno, colocar las migas sobre éste y llevar el honor nuevamente hasta que esté dorado. Dejar enfriar y servir.





Gabriela Fuenzalida Córdoba nació en la ciudad de Rancagua y se radicó hace aproximadamente tres años en Puyuhuapi, localidad donde nació y se crió su marido Juan. Anteriormente ya habían vivido por algunos meses en Puyuhuapi, pero esta vez parece ser la definitiva, ya que siente que es un buen lugar para educar a sus tres hijos: Santiago, Martín y Julieta.

Siendo la mayor de dos hermanas, tuvo una infancia bonita en Rancagua, donde su madre, asistente social y luego dueña de casa, y su padre, trabajador de maquinaria pesada, les ofrecieron una vida tranquila y acomodada. Recuerda de su infancia las veces que su padre llegaba del trabajo con la motoniveladora a la que los subía para dar una vuelta a la cuadra. Su adolescencia fue muy tranquila, ya que siempre le ha gustado estar en su casa

y salir muy poco. Luego, al entrar a la universidad, de donde egresó como diseñadora de ambientes, conoció a su marido y comenzaron a formar una familia.

Su madre es quien le ha enseñado de cocina, con la elaboración de productos de repostería, y siendo miembros de la iglesia Mormona ha conocido a muchos extranjeros con los cuales ha compartido recetas que luego ha ido replicando. Por último, su madre, al igual que Gabriela, siempre está inventando o preparando recetas nuevas que luego van intercambiando.

En cuanto al concurso, participó el 2018, preparando un kuchen con las enseñanzas de la madre de su suegra, la señora María Mansilla. Además de consultar un libro de recetas en alemán que le regaló una amiga. Entonces, cuando hizo el kuchen, la receta de la masa y las migas las obtuvo de la señora María y el relleno lo hizo a través de todas las indagaciones sobre rellenos. Desde antes, junto a su mamá y su suegra, ya había preparado grosellas en conserva, las que luego utilizó en el relleno.

En aquella oportunidad Gabriela obtuvo el segundo lugar. Fue una sorpresa para ella, aunque siempre sabía que le quedaban ricas sus preparaciones. Su marido la motivaba a participar y muchas personas de la localidad también. Finalmente, tomó la decisión de participar para ganar experiencia y para que la comunidad reconozca su habilidad para

la repostería. Se levantó temprano y preparó todo lo necesario para que el kuchen quede perfecto y fresco a la hora de la competencia. Gabriela dice que, viéndolo en retrospectiva, le tomó hartó peso al concurso. “**Kuchen de Miga con Pudín de Grosella**” se llamó su preparación en aquella ocasión. Esto la impulsó a poner luego su propia cafetería “Los Arrayanes”.

Al imaginarse qué le gustaría decirle a su familia cuando lean el libro, Gabriela dice que su mamá aún no sabe de esto y que para ella será una maravillosa sorpresa llevarle de regalo el libro. Por otro lado, a su marido, hijos y futuros nietos, les servirá como una especie de respaldo de una de sus recetas.

KUCHEN DE MIGA CON PUDÍN DE GROSELLAS

DE GABRIELA FUENZALIDA CÓRDOVA

INGREDIENTES MASA

120 g. de mantequilla
60 g. de azúcar
180 g. de harina

INGREDIENTES MIGA

80 g. de mantequilla
80 g. de azúcar
120 g. de harina

INGREDIENTES RELLENO PARA PUDÍN

2 ²/₃ taza de leche entera
1/3 taza de azúcar
1/4 cdta. de sal
1/4 esencia de vainilla
2 yemas de huevo
3 cdtas. de fécula de maíz
200 g. de grosellas

PREPARACIÓN

Para la base amasar todos los ingredientes y colocar en un molde de 26 cm. Presionar bien, de manera uniforme.

Para preparar el pudín, colocar al fuego una olla con dos tazas de leche y la vainilla, revolver hasta que hierva.

Mientras hierva la leche, mezclar en un bol el azúcar, la fécula y la leche restante. Revolver hasta que esté bien integrado y añadir las yemas de huevo batidas previamente. Tan pronto como la leche comience a hervir, bajar la llama e integrar la mezcla de fécula de maíz. Revolver hasta que los ingredientes se espesen lo suficiente. Verter el pudín ligeramente enfriado en el fondo y extender. Distribuir las grosellas en la parte superior.

Para las migas, amasar todos los ingredientes y distribuir en el kuchen. Hornear en horno precalentado a 180° por 50 minutos. Dejar enfriar y servir.



Karina Leal Lagos proviene del vecino pueblo de La Junta, donde su familia es una de las más antiguas. Sus abuelos maternos fueron los primeros pobladores de la localidad. Su infancia la vivió en el campo con sus cuatro hermanos. Se crió en una familia bien constituida, con valores y mucho respeto entre sus miembros, por lo que tuvo una niñez muy bonita y alegre. Ella y sus cuatro hermanos nacieron fuera de la región, en esos años no había centros de salud cercanos, por lo que su madre debía viajar por vía marítima hacia otras regiones para poder tener a sus hijos. Estudió en la escuela Amanda Labarca hasta 8° básico, luego se fue a Chaitén para hacer la educación media y finalmente a Santiago para iniciar sus estudios superiores, donde además nació su única hija. Cuando terminó sus estudios, decidió quedarse en la

zona, donde lleva más de trece años trabajando como educadora de párvulos en la Escuela Hamburgo de Puyuhuapi.

En los procesos de aprendizaje sobre cocina y repostería, sus mentoras fueron su madre y abuela, muy buenas con las preparaciones dulces y le enseñaron a cocinar a los catorce años de edad. Sus abuelos maternos trabajaron mucho tiempo con alemanes en Puerto Varas, por lo que las recetas alemanas ya son casi intrínsecas en su realidad familiar.

En el concurso participó el 2015 y 2018. En la primera ocasión obtuvo el primer lugar. Eso le permitió sentirse agradecida y motivada para seguir participando, lo que la llevó a participar el 2018 con el kuchen “**Manzana Miga**”. Sus principales motivaciones tienen una guía cultural, ya que le parece muy importante lo que el Consejo de la Cultura de Puyuhuapi ha hecho por el rescate del patrimonio culinario de la localidad, donde ha observado cómo se han mezclado las culturas huilliche y alemana. Ese trabajo que ha hecho la organización fue el punto de partida para que Karina se motivara en ayudar a potenciar la iniciativa.

Al preguntarle a Karina que sentiría si ganara el primer lugar, menciona emocionada que se lo dedicaría a su madre, dado que la mayoría de las cosas que ella es o hace, se deben a las enseñanzas y al legado de su madre, mujer muy perfeccionista y rigurosa en cada una

de sus labores. Por último, a su hija o futuros nietos, le gustaría presentarles el libro y contarles que su participación fue para apoyar la actividad pues se siente parte de Puyuhuapi por el hecho de vivir acá y venir de una familia donde las preparaciones dulces son parte de la esencia familiar. En las palabras de Karina, *“lo hago por cariño a la gente ... Sería una herencia familiar, heredé todos los dotes gastronómicos de generaciones...”*.

KUCHEN MANZANA MIGA

DE KARINA LEAL LAGOS

INGREDIENTES MASA

2 tazas de harina
2 cdtas. de polvos de hornear
2 huevos
100 g. mantequilla

INGREDIENTES MIGAS

100 g. mantequilla
1 taza de harina
 $\frac{3}{4}$ taza de azúcar
Canela

INGREDIENTES RELLENO

2 manzanas
2 cdtas. de azúcar
1 cda. de canela

PREPARACIÓN

Batir el azúcar con la mantequilla, incorporar los huevos, luego la harina y los polvos de hornear. Enmantequillar un molde, estirar la masa y hornear. Rallar las manzanas, mezclar con azúcar y canela. Unir la harina, azúcar, canela y mantequilla, formar las migas con la mano. Una vez cocida la masa, se agrega el relleno, las migas y se hornea hasta que las migas estén doradas.



Francisca Martínez Pérez nació en Coyhaique pero fue criada en Puyuhuapi, donde vive junto a sus hermanos. Al terminar 8° básico tuvo que viajar hasta la ciudad de Coyhaique para completar la educación media y estudiar gastronomía. En esta área trabaja desde su casa haciendo kuchen y tortas a pedido. Aprendió estudiando y su maestra pastelera le enseñó lo teórico, lo demás *“lo aprendí por medio de tutoriales de internet”*. Dice que cuando era más pequeña solamente le gustaba la repostería y que no sabía hacer nada, aunque algunas recetas, como el kuchen con migas y el de zanahorias, se las enseñó su mamá. Recuerda con mucha emoción la última torta que le preparó a su abuelo enfermo, la preferida de él, durazno con manjar, que Francisca acostumbraba a llevarle todos los años. Su abuelo solo comió un trozo de torta,

pero estaba feliz.

Para hacerse reconocida en el mundo de la pastelería local, participó en los concursos del 2018 y 2019, donde logró que la gente conozca sus cualidades pasteleras y obtuvo en ambas ocasiones el quinto lugar. El 2019 presentó un kuchen al que llamó **“Tentación roja”**, una receta que obtuvo por internet. La preparó dos a tres veces, cambiando algunos ingredientes, y luego sus familiares probaron las distintas variaciones para decidir cual iba a presentar en el concurso y un día antes de la competencia se puso a preparar la receta seleccionada.

En todo este proceso, el concurso le ha permitido reforzar sus ideas y proyectos personales, vendiendo productos de pastelería en su casa. Su papá le construyó un local al lado de su casa, el que todavía le falta equipar e implementar. Es un sueño que está a punto de hacerse realidad: tener su propia cafetería.

A sus padres y familia, quiere agradecerles el apoyo incondicional ya que sin ellos no hubiese podido llegar a donde está y aprender todo lo que sabe. Para Francisca, es importante decirles a los jóvenes que se esfuercen y sigan sus sueños, porque así podrán cumplir todas sus metas, ¡Querer es poder!

KUCHEN TENTACIÓN ROJA

DE FRANCISCA MARTÍNEZ PÉREZ

INGREDIENTES MASA

280 g. galletas de mantequilla
125 g. mantequilla
70 g. nueces trituradas (opcional)

INGREDIENTES RELLENO

250 g. queso philadelphia
1 huevo
30 ml. crema para batir
50 g. azúcar
1 cda. maicena
1 cda. esencia de vainilla

PREPARACIÓN MASA

Empezamos triturando las galletas para dejarlas bien finitas, luego se pasan en un bol y se le agregan las nueces, se mezcla colocando la mantequilla derretida. Se mezcla todo muy bien y una vez listo se pasa a un molde, se aplasta muy bien para que las galletas se unan y se lleva al horno por 10 m aproximadamente (hasta que las galletas tomen un color más tostado), una vez listo se saca del horno y se deja enfriar.

PREPARACIÓN RELLENO

En un bol colocamos el queso con el azúcar y se mezcla por 2 minutos, luego se agrega la crema, batimos hasta que veamos que se haya incorporado todo, agregar la esencia de vainilla, agregar la maicena cernida y batir a velocidad baja hasta incorporarse todo, después agregar el huevo y batimos nuevamente a velocidad baja hasta obtener una mezcla homogénea. Una vez lista la mezcla, verter o colocar en un molde enmantequillado o directamente en la lata del horno. Llevándola al horno precalentado por 10 a 15 m. Sacar del horno cuando se observe que la mezcla esta dorada. Dejar enfriar para luego, decorar con frutas a tu elección.



Marianela Núñez Gutiérrez nació en el sector de Lago Rosselot, ubicado en el camino que une La Junta y Lago Verde, localidad fronteriza con Argentina, que les permitía cruzar a los negocios argentinos para comprar víveres y otros elementos de subsistencia. Vivió en Rosselot hasta los nueve años, donde Marianela dice que tuvo una infancia muy bonita junto a sus cuatro hermanos. Llegó a Puyuhuapi con sus abuelos, y para estudiar tuvo que entrar al internado de la Escuela Hamburgo, donde estuvo hasta los trece años de edad. Luego comenzó a trabajar.

Trabajó en casas particulares y luego le ofrecieron trabajar en la casa de la señora Úrsula Flack. Para Marianela, ella representa una imagen materna ya que le enseñó a cocinar, a hacer camas, y a valorizarse como persona. Estuvo trabajando siete años en ese lugar y

luego se fue a Santiago a trabajar donde la hija de la señora Úrsula. Le costó acostumbrarse a la dinámica de Santiago y después de 3 años se volvió a la tranquilidad de Puyuhuapi donde trabajó en la fábrica de alfombras y en una pesquera.

El oficio que más le gusta a Marianela es la cocina. Empezó a cocinar desde muy pequeña, cuando ayudaba a sus abuelos en el campo a lechar (ordeñar) y hacer fuego para preparar el desayuno. Así fue como también aprendió a hacer kuchen. Cuenta que su abuela tenía una gran huerta con todo tipo de productos y frutas, entonces podían elegir que hacer en repostería y tomaban lo necesario junto a uno de sus hermanos. Su abuela Lidia solo los observaba y les iba explicando que hacer, y ellos iban preparando los kúchenes. Dice Marianela que no siempre les quedaban bien las recetas, pero que su abuela les decía: “*echando a perder se aprende*”. Su abuela falleció hace aproximadamente cuatro años. Fue quien le inculcó la pasión por la cocina y la huerta.

Tuvo la oportunidad de entrar de cocinera en el jardín infantil de la localidad y luego como tía auxiliar durante doce años. Sin embargo, siempre tuvo el sueño de trabajar de forma independiente. Con el tiempo, invirtió en el arriendo de un carrito para preparar comida rápida y productos de pastelería y panadería. Con ese carrito trabajó un par de años, logró ahorrar y construir un pequeño restaurante llamado “La Picá de Malela”, local que hoy en día es su mayor orgullo.

En el concurso participó los años 2015, 2017 y 2019. El motivo de su participación fue darse a conocer en el rubro con lo que sabe hacer. El kuchen que preparó el 2017 se llamaba “Puro Amor”. Usó muchos frutos rojos (calafate, arándanos, frutilla y frambuesa) y quedó dentro de los cinco primeros lugares. Siente que el concurso le ha permitido seguir consolidando su validación como mujer y como repostera.

Alison, su hija mayor, le regaló un libro y le dijo “*anota tus recetas y algún día cuando tú no estés, déjamelos*”. De este modo Marianela siente que en este libro será una herencia que será transmitida a cada uno de sus hijos y en un futuro, a sus nietos.

KUCHEN FANTASÍA DE FRAMBUESA

DE MARIANELA NÚÑEZ GUTIÉRREZ

INGREDIENTES MASA

2 tazas de harina
2 cdtas. de mantequilla o margarina
2 huevos (solo yemas)
½ taza de leche
½ taza de azúcar
2 cdtas. polvos de hornear

INGREDIENTES RELLENO

2 tazas de frambuesa
½ taza de azúcar flor
1 huevo
1 taza de leche
3 cdtas. de maicena
Vainilla a gusto

PREPARACIÓN MASA

Se ponen las 2 tazas de harina en un bol, se agrega la mantequilla, 2 yemas de huevo, media taza de leche y el azúcar. Se mezclan todos los ingredientes, sin amasar, hasta que quede una masa suave. Luego llevar la masa al molde, colocar las frambuesas y hornear por 20 minutos a 150°.

PREPARACIÓN RELLENO

En una olla colocar la leche, el azúcar y poner a fuego lento. En una taza se mezcla un poco de leche, la yema de huevo y un poco de azúcar. Agregar toda la mezcla a la olla que se está calentando a fuego lento, revolviendo con una cuchara de maicena suavemente hasta que hierva, luego se retira del fuego. Agregar la crema caliente al kuchen. Dejar enfriar y servir.



Jacqueline Oyarzo Bachmann llegó hace aproximadamente trece años a Puyuhuapi desde La Junta, poblado situado a 45 km al norte. En La Junta fue criada en el campo, con su hermano mayor y los diez hijos de sus abuelos. Estudió hasta séptimo básico para luego ponerse a ayudar a sus abuelos en el trabajo agrícola. Cuando sus abuelos enfermaron, con su hermano tuvieron que hacerse cargo de las tareas del campo.

A la edad de once años tuvo su primer trabajo como manipuladora de alimentos en un hospital camino a Lago Verde. Sus abuelos le dieron el permiso, con cierto recelo, dice Jacqueline, pero les insistió que necesitaba trabajar para comprarse sus cosas personales y además ayudarlos. Aquel trabajo no fue una buena experiencia para Jacqueline, aunque significó su punto de partida para independizarse.

Llegar a Puyuhuapi fue increíble para Jacqueline. Todo comenzó cuando con una prima acompañaron a su hermano a un torneo de fútbol. Tuvieron que ir a pie hasta un puente cercano, donde los recogieron para llegar al poblado. En este viaje encontró trabajo. De un modo aventurero fue a buscar sus pertenencias a La Junta, se asentó en Puyuhuapi, conoció a su marido y tuvieron a sus tres hijos: Scarlett, Maximiliano y Amaral.

Recuerda que la primera vez que hizo un kuchen fue a los seis años. Su abuela siempre hacía postres dulces para compartir y un día le tocó hacer un kuchen a ella, pero se le olvidó echarle polvos de hornear. El resultado: la masa quedó dura y lo mejor fue el relleno de manzana. Después de esa primera experiencia, siempre estuvo pendiente de las labores de cocina, no sólo por la necesidad de comer, sino porque ha sido su mayor pasión y donde siente que puede mostrar lo mejor de sí misma.

En el concurso estuvo en los años 2018 y 2019, su motivación para participar fue la posibilidad de aprender todo lo que pudiese en cada una de las instancias. Su última receta se llamaba “Kuchen de la Patagonia” y contenía frutos rojos. Al igual que otras participantes, la noche anterior preparó varios kuchen, algunos para vender, y seleccionó una de las preparaciones para participar. Estuvo dentro de los ocho primeros lugares. Para Jacqueline no ha sido el interés ganar, sino más bien que las personas reconozcan que sus preparaciones

están bien hechas y son de un delicioso sabor. Usar el delantal en el concurso y sacarse la fotografía es suficiente, dice.

Al preguntarle a Jacqueline qué mensaje le gustaría entregarle a alguien en especial, no duda en mencionar a su familia: esposo, hijos y futuros nietos: *“Les diría que hay que valorar lo que uno tiene, hay que ser respetuoso, hay que esforzarse día a día para conseguir lo que uno quiere lograr, hay que atreverse a pedir ayuda, que nadie te la va a negar jamás, y que hay que aprender de pequeños a hacer las cosas”*.

KUCHEN FRUTOS DE MI PATAGONIA

DE JACQUELINE OYARZO BACHMANN

INGREDIENTES MASA

3 yemas de huevo
125 g. de mantequilla
3 cdtas. de azúcar flor
300 g. de harina
1 cdtas. de polvos de hornear

PREPARACIÓN MASA

Se bate la mantequilla con las yemas de huevo y el azúcar, luego se le agregan la harina y el polvo de hornear. Se le da forma a la masa y se lleva al horno precalentado a temperatura de 180°.

PREPARACIÓN STREUSSEL

Se mezcla la harina, la mantequilla y el azúcar formando streussel y se agregan al kuchen.

INGREDIENTES RELLENO

100 g. de frambuesa
100 g. de arándanos
2 cdtas. azúcar granulada
1 cdta. mermelada frambuesa

INGREDIENTES STREUSSEL

100 g. de harina
100 g. de mantequilla
50 g. de azúcar granulada



Yuana Peña Llanllán nació en Chaitén y a los pocos días de nacida sus padres, Santiago y Ana, se mudaron a Puyuhuapi donde han criado a Yuana, sus hermanos y a una sobrina. Yuana cuenta que tuvo una vida tranquila y muy feliz, sin muchas comodidades, pero nos recalca que siempre hubo mucho amor en el hogar. Su padre trabajaba mucho y cuando llegaba a su casa ella no se despegaba de sus brazos, “*era muy apegada a mi padre*”.

Para estudiar en la educación básica estuvo internada en la Escuela Hamburgo de Puyuhuapi y en la educación media estudió hasta segundo año. A los dieciocho años, trabajando en un restaurante, conoció a su marido y al tiempo nació Celeste, su primera hija. En Puerto Montt, donde residían en ese período, probaron distintos rumbos para lograr surgir y finalmente decidieron regresar a Puyuhua-

pi. Aquí nació su segunda hija, Anita María, y lograron cumplir varias de las metas que se propusieron.

Con respecto a cómo aprendió a hacer kuchen, nos dice que siempre fue autodidacta y que sus mayores aprendizajes fueron observando y mirando programas de cocina y que jamás nadie le enseñó a preparar productos de repostería, aunque reconoce que su abuela y madre son muy buenas para la cocina.

La primera vez que participó en el concurso fue el año 2018. En las versiones anteriores no se sintió capacitada para participar. Sin embargo, en esa ocasión su marido la convenció, considerando su interés de probarse a sí misma y destacar sus capacidades culinarias. El kuchen fue una masa típica, con relleno de cauchao y frambuesa. En la semana anterior al concurso empezó a adquirir los ingredientes. Fue bien complicado encontrarlos en Puyuhuapi. La receta se llamó “Mi Familia Patagona” nombre que tiene un significado muy importante para Yuana: “*Nosotros hace como tres años atrás conocimos a un amigo. Se llamaba Álvaro, se hizo muy amigo de mi marido, era muy buena persona, logramos conectar muy bien con él y él con nosotros. Era parte de nuestra familia, pero lamentablemente falleció. Él nos llamaba ‘mi familia patagona’.* Es una manera que tenemos de hacerle honor y además, es el nombre que le pusieron a su restaurante”.

En aquella ocasión no estuvo dentro de los tres primeros lugares, pero eso no significó una derrota para Yuana, pues su interés estuvo en demostrarse a sí misma sus capacidades y hacerse aún más reconocida en la comuna por sus preparaciones dulces, utilizando materia prima local e innovando en recetas propias. Siente que el concurso cada vez mejora y se hace más difícil obtener los primeros lugares. La destreza de los concursantes es cada vez más alta y si un día lograra obtener el primer lugar, se sentiría muy orgullosa de sí misma.

Le preguntamos a Yuana que les gustaría decirles a sus hijas y nos menciona emocionada que *“es una forma de mantener viva la historia familiar y mantener vivo su recuerdo y sus preparaciones de repostería, donde cocinar es una forma de hacer feliz a su familia”*.

KUCHEN CAUCHAO Y FRAMBUESA

DE YUANA PEÑA LLANLLAN

INGREDIENTES MASA

3 yemas
1 taza de azúcar flor
1 ½ taza de harina
1 cdta. de polvo de hornear
1 cda. de mantequilla
Ralladura de medio limón

INGREDIENTES RELLENO

100 g. frambuesa
200 g. cauchao

INGREDIENTES PARA MIGAS

50 g. harina
100 g. mantequilla

PREPARACIÓN

En un bol batir las yemas con el azúcar flor hasta que la mezcla esté cremosa casi blanca, añadir la harina cernida con los polvos de hornear, la ralladura de limón y la mantequilla derretida, mezclar todo muy bien. A continuación colocar la mezcla en un molde enmantecado y rellenar con el cauchao y la frambuesa, poner al horno por 10 minutos, luego colocar las migas y devolver al horno hasta que queden doradas. Dejar enfriar y servir.



Lucila Pizarro Prado nació en la ciudad de Petorca en la región de Valparaíso. Vivió hasta los catorce años en Aysén, donde tuvo una infancia muy bonita junto a su familia. Coincidentemente, como dice la señora Lucila “*de pequeña viví en la calle Mañihuales y ahora, vivo en Villa Mañihuales*”. En aquellos años se dedicaba a hacer preparaciones de pastelería, ya que les celebraba los cumpleaños a sus muñecas. Al paso del tiempo la familia se fue a vivir a Temuco, donde estudió diseño gráfico. Diez años más transcurrieron hasta que se fue a vivir a Villa Mañihuales y empezó de a poco un emprendimiento en el mundo de la repostería, elaborando productos de chocolatería, tortas y kuchen, entre otros. Su madre le enseñó a preparar tortas, pan, alfajores, confites, y eso la llevó a ser la primera cafetería en dicha localidad. De manera autodidacta

empezó a desarrollar su emprendimiento llamado “Cafetería Lucymarc”; y con el paso del tiempo fue perfeccionándose con cursos de repostería básica, masas horneadas. Empezó a crear sus propias recetas, perfeccionándolas con el tiempo. “*Empecé con veinte mil pesos... y luego, una institución necesitaba un diseñador gráfico...*”. En esos tiempos le pagaban 300 mil pesos, con lo que pudo comprar la loza y todo lo que necesitaba.

En el concurso **El Mejor Kuchen** participó el 2017 y 2018, siendo su principal motivación de tipo personal, solamente quería que su kuchen esté en el concurso. “*Armonía Silvestre*” fue el nombre del kuchen presentado el 2018, con anillos de manzana, limón murta y streussel. Opina que “*con los años, el concurso se ha perfeccionado, existiendo un gran nivel de concursantes, donde no me he sentido segregada y me ha permitido obtener el primer lugar en el año 2019. Estos kuchen me han traído mucha fama. Me piden: ‘hágame el kuchen ganador’*”.

Lucila nos pide que “*valoren el contenido del libro, porque no solo estoy yo, sino que veinte mujeres que a lo mejor con la misma intención mía, un día prepararon un kuchen con mucho cariño y nunca pensaron que esa receta iba a ser proyectada para siempre. Me gustaría, además, sorprender a mis hijos y regalarles este libro a cada uno, porque sé que ellos lo usarán*”.

KUCHEN ARMONÍA SILVESTRE

DE LUCILA PIZARRO PRADO

INGREDIENTES

300 g. de manzanas limón
200 g. de murta silvestre
100 g. de margarina
100 g. de azúcar común
2 huevos
1 ½ taza de harina
1 cdta. de polvos de hornear
1 pizca de sal

INGREDIENTES PARA MIGAS

1 ½ de taza de harina
½ taza de azúcar
80 g. de mantequilla derretida
Ralladura de limón a gusto

PREPARACIÓN

Se batan juntos los huevos, el azúcar y la margarina, hasta unir. Se agrega la harina, los polvos de hornear y la sal, hasta unir. En un molde enmantequillado de 26 cm se distribuye la masa con una cuchara procurando dejar un borde delgado de 1 ½ cm de alto. Se rellena desde el borde hacia el centro con las manzanas laminadas muy delgadas, previamente azucaradas y con un poco de canela. Se esparcen en forma de lluvia las murtas y finalmente la miga preparada con sus tres ingredientes unidos, dejándola con textura de pelotitas. 30 minutos de cocción moderada. Dejar enfriar y servir.



KUCHEN VARITAS DE RUIBARBO

DE PAMELA RODRÍGUEZ CUEVAS

INGREDIENTES MASA

100 g. mantequilla
180 g. azúcar granulada
2 huevos (pequeños)
100 cc. de leche
200 g. de harina
1 cdta. de polvos de hornear

INGREDIENTES ROYAL

2 yemas
300 g. de crema
3 cdas. de azúcar rubia
Extracto de vainilla (a gusto)
1 cda. grande de maicena

PREPARACIÓN PARA LA MASA

En un bol coloque la mantequilla y el azúcar, agregue lentamente los huevos y bata bien hasta disolver el azúcar. Agregue la leche y siga batiendo. Incorpore la harina junto con el polvo de hornear y mezcle bien hasta formar una masa, (puede añadir ralladura de limón). Enmantequille y enharine un molde grande (ideal una asadera o la lata del horno) y distribuya la masa con una espátula o con los dedos enharinados. Hornee por 12 minutos aproximadamente a 180° hasta que se dore ligeramente.

PREPARACIÓN PARA EL RELLENO

Pele y pique el ruibarbo (500 g aproximadamente), coloque en una olla con un poco de agua y agregue 1 taza de azúcar granulada (ir probando, si falta, agregar azúcar). Cocine hasta que el ruibarbo tenga la consistencia de un puré y retire del fuego. Sobre la superficie de la masa reservada, agregue el puré y reserve.

PREPARACIÓN DE ROYAL

Batir todo y luego incorporar una clara batida a nieve, verter en el kuchen, sobre el ruibarbo y hornee a hasta cuajar. Retire, deje enfriar y desmolde. Dejar enfriar y servir.



Pamela Rodríguez Cuevas es la presidenta del Consejo de la Cultura de Puyuhuapi y organizadora histórica de la fiesta costumbrista “**Entre Curanto y Kuchen**”. En conjunto con la directiva de la agrupación, crearon y masificaron el concurso “**El Mejor Kuchen**”, cuya finalidad ha sido rescatar las recetas de kuchen de la comunidad de Puyuhuapi, un pueblo de colonos alemanes y mapuche-huilliche.

Pamela nació en la ciudad de Coyhaique donde vivió hasta los seis años. Su abuela paterna fue una persona muy significativa en su vida; cuidó de ella y su hermana mientras su madre trabajaba y les enseñó un modelo de vida estructurado que hoy en día agradece. Cuando su madre encontró trabajo en una faena de la empresa ENAMI, la familia se trasladó al sector Queulat, donde vivieron muchos años. Pamela y su hermana debieron viajar

constantemente a la capital regional para terminar sus estudios básicos y medios. En época liceana y en compañía de su hermana, tuvo que irse a vivir a Coyhaique, contando con el apoyo de su abuelo quien siempre viajaba desde Cochrane para cuidarlas, y cuando su madre podía, también viajaba a quedarse un tiempo con ellas. Su abuela estuvo siempre presente, enseñándoles a ser ordenadas y responsables y, aunque tuvieron muchas libertades, siempre mantuvieron una estructura. Al terminar la educación media, decide estudiar en la universidad y viaja a Concepción para comenzar los estudios de trabajo social. No pudo terminar su carrera, porque para su madre era muy difícil financiar sus estudios. Entonces decidió volver a la región, donde al tiempo conoce a su marido Agustín, con quien tuvo dos hijos y en plena época del apogeo de la “fiebre de la merluza” se dedicaron a la pesca artesanal, logrando obtener ganancias económicas que les permitieron invertir en el terreno donde hoy en día tienen uno de los restaurantes más consolidados de Puyuhuapi, “El Muelle”.

De la cocina, aprendió de su abuela paterna quien a sus ochenta y tantos años es muy buena cocinera, y de su abuelo materno quien también lo fue. Pamela cuenta que jamás ha podido igualar las preparaciones dulces de su madre y siempre cuando las esperaba a su llegada al Queulat, les tenía preparado “*alguna cosita dulce*”. En todo este proceso de

enseñanza, también estuvo presente la señora Úrsula, con quien Pamela trabajó un par de años en la cocina de su hostería, aprendiendo varias recetas típicas alemanas. Con respecto a los kuchen, nos cuenta que hace tres tipos de masas que pueden ser rellenas con cualquier fruta fresca o en conserva, pero el más apetecido es el kuchen de frambuesa con crema pastelera.

Para Pamela, la cocina está ligada a la familia, a los hijos, a los padres. Este concurso, lo mismo que los libros suponen mucho tiempo de dedicación para activar la vida cultural de la comunidad. Jamás esperó que el concurso se desarrollara en forma tan masiva y en tan poco tiempo, y que además se haya convertido en un espacio en que cada año, las mujeres y hombres que participan vayan mejorando su nivel gastronómico.





Adriana Baier Ortiz nació en la región de la Araucanía y su niñez la vivió en Cunco, pueblo cercano a la capital regional. Su padre, un agricultor descendiente de alemanes, tiene un campo en dicha zona. Adriana se crió con su hermano, aunque en época escolar se iba a vivir donde su abuela para estar más cerca de la escuela rural donde estudió.

Luego tuvo que irse internada a una escuela en la zona de labranza, donde cursó hasta 8° básico, para terminar su enseñanza media en el liceo técnico profesional Santa Cruz de Cunco, donde existían tres opciones de carreras: artesanía, secretariado bilingüe y cocina. Ella, muy indecisa por la elección que debía tomar, tuvo una conversación con una monjita llamada Pía, que le aconsejó estudiar cocina diciéndole *“si a usted le falta la plata, prepara algo, lo vende y va a tener plata, ya que*

la gente nunca dejará de comer”. Para Adriana fue un consejo muy sabio y con los años le halló mucha razón. Al término de sus estudios de cocina hizo su práctica en un conocido restaurante de Temuco y trabajó en distintos restaurantes y hoteles de la zona. Luego, en la ciudad de Santiago trabajó cuidando niños y en temporada de vacaciones acompañaba a esas familias a distintos lugares, donde empezó a tomarle interés al trabajo que realizaban las recepcionistas. Este hecho tan simple fue el factor determinante para decidir estudiar, en una reconocida universidad, administración de hoteles y recepción.

Ya egresada, postuló a un trabajo en las Termas Puyuhuapi Lodge, quedando aceptada. En 2006 llegó a Puyuhuapi, donde conoció a su marido Sixto, con quien tiene dos hijos. Tres años pasaron, entre que trabajaban y juntaban dinero, logrando construir su casa, que luego fue acondicionada para abrir su primera panadería y cafetería. Con el paso de los años se transformó en el consolidado restaurante y hostería “Los Maños del Queulat”, para ellos un gran orgullo, porque cada una de las cosas que existen ahí, tiene su historia y pasó por sus manos: *“cada tabla, cada mesa, un trabajo de hormiga que será herencia para nuestros hijos”*, dice Adriana.

Los kuchen los aprendió a hacer a los diez años ya que siempre veía a sus tías cocinar: kuchen, bizcochos, batiendo, haciendo migas o tortas para los cumpleaños, como también

preparando los almuerzos familiares. Aunque es de ascendencia alemana, su familia tenía varias costumbres de la cocina chilota. Siempre le ha gustado la cocina y le parece muy relajante y placentero preparar distintos platos salados o dulces. Nos dice que a su hijo mayor le gusta ayudarle en las preparaciones.

El concurso le parece una buena instancia de aprendizaje y donde las personas pueden demostrar su conocimiento, ya que es importante que cada una de las concursantes alcance cierto nivel de técnica. Sin embargo, no ha participado, ya que se ha sentido insegura, así es que prefiere estar de espectadora. Nos dice: *“Hay que ser paciente y perseverante... y que lo que uno se propone hay que perseguirlo hasta lograrlo. Y si no le achuntaste hay que reinventarse y buscar la felicidad”*.



KUCHEN DE FRUTOS ROJOS

DE ADRIANA BAIER ORTÍZ

INGREDIENTES MASA

100 g. mantequilla
 100 g. azúcar la que prefieras
 Ralladura de limón
 2 huevos batidos
 400 g. harina tradicional (2 tazas)
 1 cda. de polvos de hornear
 4 cdas. de agua aproximadamente
 (que quede una masa blanda pero no líquida)
 De preferencia frutos rojos, frambuesas,
 arándanos o frutillas (250 g. aproximadamente)

INGREDIENTES PARA STREUSSEL

200 g. harina
 125 g. mantequilla
 1 cda. de canela en polvo
 125 g. azúcar granulada

PREPARACIÓN

Poner sobre un molde de 30 cm redondo o cuadrado según su preferencia, mezclar todo en el orden de la lista, primero la mantequilla con el azúcar, agregar la ralladura de limón, los huevos batidos y después la harina mezclada con los polvos de hornear, de a poco alternando con el agua. Que no quede tan líquida ni tan dura. Poner sobre el molde enmantecado y enharinado. Esta masa no puede amasarse, porque es un batido que se deposita directamente al molde.

Depositar los frutos rojos, u otras variedades (lo suficiente para cubrir la masa), de preferencia congeladas, para mezclar con el azúcar (así no se desarmen los frutos rojos). Posteriormente, poner el streussel (hacerlo un día u horas antes), que quede apelmonado y frío (no congelar, solo enfriar en el refrigerador). Poner esto sobre la fruta y cocinar en horno precalentado a 150° aproximadamente por 15 a 20 minutos. Si es en horno tradicional prender el horno antes y en el tiempo que demora en preparar el kuchen estará suficientemente caliente para cocinar. Si el horno es muy bravo, bajar la llama para que no se cocine muy rápido y no quede crudo por dentro. Luego, dejar enfriar y servir.

KUCHEN INVIERNO CHILOTE

DE PAMELA BERGMANN GALLARDO

INGREDIENTES MASA

2 tazas de harina
1/4 mantequilla o margarina
5 cdas. soperas de azúcar
2 huevos enteros
4 cdta. de agua fría
1 pizca de sal
Cesta de limón o naranja (ralladura)

INGREDIENTES PASTELERA

4 tazas de leche
2 cdas. soperas vainilla líquida
4 cdas. de maicena
4 cdas. de azúcar
1 yema de huevo

PREPARACIÓN

Mezclar margarina y azúcar hasta que quede cremoso, agregar huevo y batir hasta que la mezcla quede homogénea. Agregar la pizca de sal y luego, agregar el agua e ir intercalando con la harina, finalizar colocando los polvos de hornear y la ralladura de limón o naranja. Llevar al horno por 15 minutos a 180 °.

PREPARACIÓN RELLENO

3 tazas de orejones manzanas disecadas en remojo del día antes, con canela, clavo de olor y naranjas. Luego cocer con azúcar, hasta darle un hervor y sacar. Reservar hasta que enfríe.

PREPARACIÓN PASTELERA

Hervir la leche junto a la vainilla y azúcar. Se retira del fuego y se agrega la maicena nuevamente, mezclada con la yema. Poner a fuego y dar un hervor de forma energética, para que no se corte la yema, sacar y reservar.

Con la masa lista, poner el relleno y la pastelera, colocar 15 minutos al horno y luego sacar y dejar enfriar y listo. ¡A disfrutar!



Pamela Bergmann Gallardo nació en Ancud, Chiloé. Vivió junto a su familia en el sector Punta El Roble y al terminar su enseñanza media, se fue a vivir a Puerto Montt, donde cursó la educación profesional. De familia campesina, tiene arraigada sus costumbres, entre las que la cocina ha sido su mayor interés; desde los cinco años Pamela empezó a elaborar sus primeras preparaciones culinarias, con las enseñanzas de su madre y su abuela paterna, esta última de ascendencia alemana, aunque recuerda que el primer kuchen que realizó fue a los diez años, un delicioso kuchen de frambuesa que dice haberle quedado muy bien.

Como muchas jóvenes, Pamela decidió estudiar enfermería en la universidad, carrera cuyo oficio ejerció por más o menos cinco años en el hospital de Ancud. Sin embargo, su espíritu estaba inquieto ya que la carrera que

siempre quiso estudiar fue cocina, por lo que de tanto pensarlo y gracias al apoyo moral de un amigo, decidió hacer un cambio en su vida y entró a estudiar cocina internacional en una universidad de Puerto Montt, sin dejar de trabajar. La cocina le produce felicidad, por lo que cada vez que está de mal humor o cansada, se dispone a cocinar y asegura que su actitud mejora. Los aromas para Pamela, han marcado su vida, “...y cuando su mamá, abría el horno y el olor que salía, ese aroma de kuchen de frambuesa, no se lo puede borrar...”.

De los kuchen dice saber variadas recetas, sin embargo, la masa tradicional batida, con distintos rellenos, son las que nunca fallan. Su favorita, la masa batida con relleno de manzanas disecadas con azúcar, llamadas “orejones”, es la que nos presenta en este recetario. Los orejones se hacen de manzanas que se cosechan en verano, se cortan en trozos, se les saca el hollejo y se cuelgan detrás de la estufa, para luego ponerlas como relleno en el kuchen con la crema pastelera y canela. Los orejones son usados en Chiloé, para comer con mote.

Del concurso espera participar próximamente y presentar su mejor receta ya que quiere representar a Chiloé, como también dar a conocer una herencia familiar de la que se siente muy orgullosa. Pamela trabajó a inicios de 2020 en un reconocido restaurante de la localidad y se ha entusiasmado con la idea de participar en el concurso, ya que se ha sentido acogida por comunidad local que la ha tratado con mucha amabilidad y cariño.

Le gustaría agradecer a su amigo Gregory, quien vive en Viña del Mar por el empuje y apoyo que le entregó para que estudiara cocina. También a sus padres, Erwin y Sonia, quienes la han acompañado en todos sus procesos; a su hermano Erwin y su sobrino Alonso, “*me han hecho todo el camino más dulce*”. Finalmente, Pamela entrega este mensaje: “*...decirles a todas esas personas que le han dicho que no estudien cocina, que lo hagan, que siempre hay que luchar por lo sueños, ¡siempre se puede!*”



MEDIDAS USADAS EN ESTE RECETARIO

cc: Centímetro Cúbico

cda.: Cucharadas

cdta.: Cucharadita

g.: Gramo

kg.: Kilo

ml.: Mililitro

taza: 200 Gramos





Jurado concurso **El Mejor Kuchen**, versión 2019.
De izquierda a derecha: Juan Humberto Caro Olvera,
Carolina Fuentes Altamirano, César Silva Cerda.



Participantes de las distintas versiones del concurso **El Mejor Kuchen**.

FUSIÓN DE CULTURAS



El recetario gastronómico Sabores y Saberes desde Puyuhuapi, te llevará a conocer 20 relatos de vida de las distintas participantes del concurso El Mejor Kuchen que se desarrolla cada año en la fiesta costumbrista entre Curanto y kuchen, organizado por el Consejo de la Cultura de Puyuhuapi, lugar ubicado en la parte norte de la Patagonia Chilena.

Además, te invitamos a revisar una compilación de 20 recetas de kuchen, con distintos tipos de masa, relleno y formas de cocción de las preparaciones de cada una de ellas, estas recetas pretende rendir homenaje a cada una de ellas ya que, en su mayoría aprendieron de forma autodidacta y, han logrado generar un patrimonio culinario en nuestra localidad que es observado por cada una de las personas que se acerca a mirar el concurso en cada una de sus versiones.

Mujeres únicas, autodidactas y con extraordinarios relatos de superación y empoderamiento que le han permitido salir adelante en sus vidas.

Te invitamos a leer y conectarte con cada una de ellas y por sobre todo, preparar cada una de sus originales recetas.



Proyecto financiado por el
Fondo Nacional de Desarrollo
Cultural y las Artes (FONDART) 2019.

