

# CATÁLOGO DE PREPARACIONES CHILENAS

para eventos institucionales

**GAS  
TRO  
NO  
MIA**  
CON IDENTIDAD



# Contenidos

- 02 Presentación
- 04 Macrozona Norte
- 10 Macrozona Centro
- 15 Macrozona Sur
- 21 Macrozona Patagonia y Antártica Chilena
- 26 Macrozona Insular
- 34 Códigos QR productores INDAP
- 35 Ideas prácticas para implementar el catálogo
- 36 Fuentes de Información



## Presentación

### VERÓNICA PARDO LAGOS SUBSECRETARIA DE TURISMO

Este 2025 es el año en el que potenciamos con fuerza y entusiasmo dos de nuestras principales actividades turísticas: primero, el Turismo Aventura, fiel embajador de nuestro patrimonio natural y de las comunidades locales que lo acogen, y segundo, la Experiencia Gastronómica en Turismo, protagonista indiscutida de las mejores conversaciones y la felicidad de los encuentros.

Hoy les presentamos con alegría y orgullo la segunda edición del “Catálogo de Preparaciones Chilenas para Eventos Institucionales”, en el que compartimos con ustedes la riqueza, diversidad y autenticidad culinaria de nuestro país.

Esta publicación pretende facilitar la incorporación de platillos chilenos en diferentes eventos organizados por instituciones públicas, promoviendo la cultura gastronómica en contextos diversos y, de esa forma, contribuir al reconocimiento de la gastronomía chilena a nivel nacional e internacional, fortaleciendo su presencia en eventos de todo tipo.

Los invitamos a disfrutar de un jugo de mote con huesillos, compartir unas deliciosas mini tortas curicanas, o tal vez deleitarse con un exquisito pescado de roca del norte de nuestro país, o unas papayas al jugo de postre, o unas tortas fritas con mermelada de rosa mosqueta. Lo cierto es que las cinco macrozonas que tiene nuestro país son un tesoro de diversidad de paisajes, ingredientes y tradiciones. ¡Nuestras posibilidades son muchas y todas son deliciosas!

# Macrozona Norte



La macrozona norte de Chile abarca desde la región de Arica y Parinacota hasta la región de Coquimbo.

Se caracteriza por su clima desértico, ofreciendo una diversidad de paisajes que van desde el altiplano y volcanes hasta playas y verdes valles.

Destacan lugares emblemáticos como el Desierto de Atacama, el Valle del Elqui y la ciudad de Antofagasta, así como una rica historia cultural y una importante industria minera.

Es un territorio único para quienes buscan aventuras en entornos naturales impresionantes y para quienes desean explorar la historia y la cultura del norte de Chile.

# Ingredientes de la macrozona Norte

Los ingredientes característicos de la macrozona norte de Chile reflejan la diversidad de sus paisajes y la influencia de su cultura y patrimonio. Algunos de los ingredientes más representativos incluyen:

## Productos del mar



Su extensa y variada costa, hace que los productos del mar sean parte importante de la cocina de este territorio. Destaca una gran diversidad de pescado fresco y de roca, además de mariscos como machas, locos, erizos, chochas y lapas.

Pese a su clima árido, los valles fértiles de la macrozona producen frutas y verduras, como uvas, paltas, limones, mangos, pimientos y aceitunas, entre las más famosas están las aceitunas de Azapa.

## Productos Agrícolas



## Productos del Desierto



El desierto de Atacama ofrece ingredientes únicos, como quinua, algarrobo, chañar y papaya chilena. En este contexto, animales como llamas, alpacas y conejos constituyen parte esencial de los alimentos de este territorio.

Se destacan algunas hierbas y especias autóctonas, como el culén, el orégano de la cordillera, la Rica Rica y el orégano de Socoroma; y una variedad de ajíes y rocotos.

## Hierbas y especias



## Vinos y licores



Las uvas que se producen aquí dan vida a vinos dulces como el Pajarete y Pintatani, además espumosos y pisco. Las cepas presentes en esta macrozona son el Sauvignon Blanc, Chardonnay, Pinot Noir, Carmenere, Syrah y Cabernet Sauvignon

Los productos con denominación de origen o indicación geográfica de esta macrozona son el Orégano de la precordillera de Putre, las aceitunas de Azapa, el Maíz Lluteño, el Limón de Pica y el aceite de oliva del valle del Huasco.

## Denominaciones de Origen e Indicaciones Geográficas



# Preparaciones tradicionales de la macrozona Norte

## Aperitivo

Chicha de piña  
Mistela de betarragas  
Pebre nortino  
Pejerreyes al dedo



Ponche de erizos  
Ceviche chileno  
Sango o piri  
Tortilla de erizos



Sopaipillas nortinas  
Churrascas a la parrilla  
Ceviche de lapas

## Fondo

Picante de queso de cabra y papas  
Sándwich de pescado frito  
Chupín de mariscos y queso de cabra  
Empanadas fritas de llama  
Pescado de roca escabechado  
Calugas de pescado con salsa tártara  
Camarones de río y salsa de tomate chino



Chairo  
Chuño phuti  
Patasca  
Kalapurka  
Ajiaco nortino  
Chupe de locos  
Cojinova al sartén  
Picante de lapas  
Watia en olla  
Caldillo de marisco  
Chupe de charqui



Estofado de cabrito  
Sopa de cola y trigo majado  
Humitas dulces nortinas  
Lawa (mazamorra) de quinua  
Picante de guata y charqui  
Picante de llaita  
Cabrito a la cacerola  
Carraca del minero  
Cazuela de cabrito  
Picante de conejo

## Postres

Chumbeque nortino  
Mermelada de guayaba  
Turrón de arrope de uva



Papayas al jugo  
Arroz con leche  
Macho ruso  
Jarabe de papaya



Torta de hojarasca con arrope de chañar  
Confites de papaya



# Preparaciones de pueblos originarios presentes en la macrozona Norte

En la macrozona norte, se destaca particularmente la presencia de los pueblos Aymará, Quechua, Atacameño, Diaguita y Colla, quienes a través de la cocina relevan sus tradiciones y reflejan la riqueza cultural en el territorio. A continuación se presentan 6 preparaciones de los pueblos que están presentes en esta macrozona.

## **Aymará:** Kalapurka

Es una sopa elaborada en base a carne de alpaca o cordero, rocoto, papas y maíz. Antiguamente se agregaban piedras calientes en su preparación, por eso el nombre del plato comienza con la palabra "Kala", que significa piedra.

Preparación elaborada con carne de cordero, cerdo y vacuno, además de humitas dulces, rocoto, papas, camotes, habas, queso blanco y huacatay, que es cocinado en un hoyo hecho en la tierra con piedras calientes.

## **Quechua:** Pachamanca

## **Pueblo Afrochileno:** Mondongo

Es un tipo de guiso hecho en base a guatita de chivo o vacuno y con manos o patas de chivo o vacuno, arroz y diversas verduras.

Preparación elaborada con costillar de cabro, mote, papas, zapallo y verduras. Platillo que se prepara en la cordillera cuando se celebra alguna festividad.

## **Colla:** Costillar de cabro con guiso de mote

## **Chango:** Charquican de toyo

En este plato se usan costillar de cabro, toyo o pejegallo y variadas verduras. Es parte de la tradición de transformar productos del mar y la tierra en alimentos.

Elaborado con pata de vacuno, queso de cabra y diversas verduras, esta preparación se suma a otras como el cocho sanco picante o codornices escabechadas.

## **Diaguita:** Causeo

## **Likan Antay:** Patasca

Preparación que utiliza maíz, vacuno, guatitas y verduras. Se sirve en ceremonias y festividades y se consume durante todo el año. Se destaca una técnica ancestral de utilización de cenizas y agua para la eliminación del hollejo del maíz.

# Ideas de maridajes con productos y preparaciones típicas de la macrozona Norte

El programa Enoturismo Chile preparó una serie de 4 publicaciones denominadas Mapa de Sabores en la que se encuentran sugerencias de preparaciones y maridajes considerando los productos típicos de las zonas. Los valles presentes en la Macrozona Norte son Elqui y Limarí-Choapa, en donde no solo se destacan los vinos, sino también la producción de pisco.

Pebre de papayas

Si va con un pescado a la parrilla, irá bien con un **Pinot Noir**; si es con un cabrito asado, un **Syrah** servido más bien fresco será una gran combinación.

Los **Sauvignon Blanc** del Valle del Elqui, son compañeros ideales para las preparaciones frescas de verano como los cebiches y tártaros.

Cebiche de Bilagay

Chochas en salsa verde

Este plato acompañado con un **Sauvignon Blanc** del Limarí, fresco y cítrico, con un final ligeramente salino, funciona excelente.

Las notas cítricas del **Sauvignon Blanc** del Limarí solo vendrán a acentuar el dulzor y sabor tan particular de los locos en esta ensalada fresca.

Ensalada de locos

Lapas arrebozadas

Un **Chardonnay** del Limarí, es buena alternativa por su frescor, el que realzará la fritura.

La textura delicada y sabor ligeramente dulce del ostión junto a la cremosidad del queso, armonizan a la perfección con la textura voluminosa del **Chardonnay**.

Ostiones parmesanos





# Ideas para tus servicios de alimentación en la macrozona Norte



## Servicio de Café o Desayuno con pertinencia

### Líquidos

Chicha de Piña  
Jugo de papayas al jugo

### Bocados fríos

Chumbeque nortino  
Torta de Hojarasca con arrope de chañar  
Macho ruso  
Confitas de papaya  
Empanadas de Arroz con leche (Pueblo Colla)

### Bocados calientes

Churrascas a la parrilla con mermelada de guayaba o jarabe de papaya  
Sopaipillas nortinas con pebre nortino  
Empanadas fritas de llama



## Servicio de Almuerzo o Cena con pertinencia

### Líquidos

Chicha de Piña  
Jugo de papayas al jugo

### Aperitivo

Pejerreyes al dedo  
Chupín de mariscos y queso de cabra  
Picante de queso de cabra y papas  
Ceviche chileno

### Fondo

Chupe de locos  
Picante de conejo  
Humitas dulces nortinas  
Pescado de roca escabechado

### Postre

Papayas al jugo  
Arroz con leche

### Cocteles y maridajes

Pajarete  
Pintatani  
Pisco



# Macrozona Centro



La macrozona centro de las urbes, los valles y viñas de Chile comprende una extensa área geográfica que abarca desde la región de Valparaíso hasta la región del Ñuble. Este territorio se caracteriza por sus valles fértiles, influencia costera y una diversidad de paisajes que van desde la costa del Pacífico hasta las montañas de la cordillera de los Andes. La macrozona centro de Chile ofrece paisajes costeros, valles productivos, viñedos, montañas y una rica oferta cultural que, junto a la presencia de espacios y elementos patrimoniales, la convierten en un territorio vibrante y diverso.

# Ingredientes de la macrozona Centro

Los ingredientes típicos de esta macrozona reflejan su fértil tierra, la influencia costera y su tradición culinaria. Algunos de los ingredientes más representativos incluyen:

## Productos del mar



La influencia costera se refleja en la abundancia de productos marinos frescos, como pescados variados, mariscos y crustáceos.

Los valles fértiles de esta región producen una amplia variedad de frutas y verduras frescas durante todo el año. Entre ellas se encuentran uvas, duraznos, ciruelas, sandías, tomates, ajíes, cebollas y cilantro. Así como también productos agrícolas de alta calidad, como el trigo, el maíz y los porotos.

## Productos Agrícolas



## Hierbas y especias



Se utilizan hierbas frescas como el cilantro, el perejil, el orégano y la menta, además de especias como el comino, el ají de color, el merkén y la pimienta, para sazonar y aromatizar platos típicos de la región.

Los valles vitivinícolas de la zona producen una amplia variedad de vinos de alta calidad. Destacan las cepas como Cabernet Sauvignon, Carmenère, Syrah, Chardonnay y Sauvignon Blanc.

## Vinos



## Denominaciones de Origen e Indicaciones Geográficas



Los productos con denominación de origen o indicación geográfica de esta macrozona son los Dulces de la Ligua, Chicha de Curacaví, dulces de Curacaví, Sandía de Paine, Sal de Cáhuil y la Miel de Alhué.



# Preparaciones tradicionales de la macrozona Centro

## Aperitivo

- Arrollado de Huaso
- Empanaditas fritas de queso
- Chancho en piedra
- Pebre



- Queso de cabeza
- Pequenes
- Malaya rellena
- Paltas rellenas



- Pichanga
- Pan amasado

## Fondo

- Papas con mote.
- Pastel de choclo.
- Pastel de jaiba.
- Caldillo de congrio.
- Carne mechada.
- Chorrillana.
- Merluza frita.
- Cazuela.
- Charquicán.
- Empanadas de pino.
- Tomaticán.



- Porotos granados con mazamorra.
- Bistec a lo pobre.
- Plateada al jugo.
- Puré con picante.
- Sopa de pantrucas.
- Ensalada a la chilena.
- Ensalada de apio, palta y nueces.
- Sándwich Barros Jarpa.

- Sándwich churrasco palta tomate.
- Sándwich chemilico.
- Sándwich Barros Luco.
- Sándwich Chacarero.
- Sándwich de potito.
- Costillar de cerdo al horno.
- Sándwich completo.
- Lisa a la teja.

## Postres y cóctel

- Calzones rotos.
- Torta de nuez con manjar.
- Empolvados.
- Dulce de alcayota.
- Pan de huevo.

- Leche asada.
- Mote con huesillo.
- Peras al vino tinto.
- Torta curicana.
- Panqueques celestinos.



- Cola de mono.
- Pichuncho.
- Pisco sour.
- Terremoto.
- Vaina.



# Ideas de maridajes con productos y preparaciones típicas de la macrozona Centro

El programa Enoturismo Chile preparó una serie de 4 publicaciones denominadas Mapa de Sabores en la que se encuentran sugerencias de preparaciones y maridajes considerando los productos típicos de las zonas. La Macrozona Centro ofrece una gran diversidad de valles, desde la costa del Océano Pacífico hasta los faldeos de la Cordillera de Los Andes. Estos valles son Aconcagua, Casablanca, San Antonio – Leyda, Maipo, Cachapoal, Colchagua, Curicó y Maule, otorgando diversidad, frescura y cuerpo a nuestra oferta gastronómica.

## Pebre de piures

El sabor punzante y yodado que aportan los piures son perfectos para servir este pebre con un **Sauvignon Blanc** costero, un vino joven y fácil de tomar.

Esta sencilla y fresca preparación que se puede servir como aperitivo o guarnición, con un fresco **Sauvignon Blanc** costero de la zona de Paredones que irá muy bien por sus notas saladas y cítricas.

## Pebre de cochayuyo

## Sandwich ave palta

Este clásico servido como aperitivo, es una deliciosa alianza con un **Chardonnay** sin madera bien fresco. Otra alternativa es un **Pinot Noir** de la costa, servido a 14°C.

Un acompañante natural de este plato es un **Carménère** sin tanta complejidad y concentración, de esos que se beben fácil. El pino, las especias y las pasas buscan a esta cepa, a través de las notas dulces de la pastelera.

## Pastel de choclo

## Costillar a la chilena

Aunque cerdo y **Carménère** son casi hermanos, se puede considerar un **Carignan** maulino, vinos rudos y a la vez elegantes que harán su trabajo para armonizar la grasa del cerdo. Se recomienda acompañar con papas cocidas.

Un **Malbec** colchagüino puede ser un compañero ideal, para el sabor intenso de este corte, junto a los jugos de su cocción con todas las notas acarameladas de la cebolla y los vegetales

## Plateada

# Ideas para tus servicios de alimentación en la macrozona Norte



## Servicio de Café o Desayuno con pertinencia

### Líquidos

Jugo de frutas de la estación.

### Bocados fríos

Calzones rotos.

Empolvados.

Leche asada.

Mini Mote con huesillos.

Mini tortas curicanas.

### Bocados calientes

Mini sándwich Barros Jarpa.

Pan amasado con dulce de alcayota o chancho en piedra.

Pan amasado con arrollado de huaso.



## Servicio de Almuerzo o Cena con pertinencia

### Líquidos

Jugo de frutas de la estación

### Aperitivo

Empanaditas fritas de queso.

Calugas de pescado.

Empanadas de pino.

Palta rellena (reina, york, cardenal).

Malaya rellena.

### Fondo

Pastel de choclo.

Costillar de cerdo al horno.

Carne mechada.

Lisa a la teja.

Acompañados con puré, picante y ensalada chilena.

### Postre

Papayas al jugo.

Arroz con leche.

### Cocteles y maridajes

Pajarete.

Pintatani.

Pisco.



# Macrozona Sur



La macrozona sur de Chile, que abarca desde la región del Biobío hasta la región de Los Lagos, se distingue por su riqueza cultural, histórica y natural. Es un territorio de gran diversidad patrimonial, donde las tradiciones ancestrales juegan un papel fundamental. Su geografía está marcada por imponentes montañas, densos bosques, lagos y ríos cristalinos, lo que le otorga paisajes de gran belleza y un fuerte atractivo turístico. Además, la gastronomía de la zona se nutre de una amplia variedad de ingredientes, reflejando la influencia de las culturas indígenas y coloniales que han habitado la región.

# Ingredientes de la Macrozona Sur

La macrozona sur de Chile tiene una rica variedad de ingredientes que reflejan su naturaleza y diversidad cultural y patrimonial. Algunos de los ingredientes más representativos incluyen:

## Productos del mar



La costa sur de Chile es rica en una variedad de mariscos y pescados frescos, incluyendo salmón, merluza, congrio, cholgas, machas, almejas y erizos de mar.

Los valles fértiles de la macrozona sur producen una variedad de frutas, verduras y legumbres, como papas, tomates, pimientos, porotos, arándanos, frutillas, manzanas y peras.

## Productos Agrícolas



## Ganadería



La ganadería es una actividad importante en la macrozona sur, y se producen una variedad de carnes frescas y curadas. Entre las carnes más comunes se encuentran el cordero, el cerdo, el vacuno y el pollo.

Hierbas frescas como cilantro, perejil y orégano, junto con especias como el merkén, se emplean para sazonar y aromatizar los platos típicos de la macrozona sur, realzando sus sabores.

## Hierbas y especias



## Vinos y licores



En la región, se elabora una gran variedad de cervezas artesanales, además de licores locales como la sidra y el licor de oro, que reflejan la identidad y riqueza cultural de la zona.

Los productos con denominación de origen o indicación geográfica de esta macrozona son el Tomate Angolino, Prosciutto de Capitán Pastene y sidra de Punucapa.

## Denominaciones de Origen e Indicaciones Geográficas





# Preparaciones tradicionales de la macrozona Sur

## Aperitivo

- Catutos.
- Tortillas de rescoldo.
- Machas a la parmesana.



- Crudo de Vacuno.
- Pernil de cerdo.



## Fondo

- Crudo de vacuno.
- Pulmay.
- Cerdo con manzanas.
- Chupe o carapacho de jaibas.
- Conejo guisado.
- Caldillo de cholgas.
- Carbonada.
- Estofado de San Juan.
- Humitas en hojas.

- Sopa de camarón de barro o de vega
- Empanadas fritas de mariscos
- Guatitas a la jardinera
- Guiso de cochayuyo
- Paila marina
- Papas rellenas
- Pastel de papas
- Valdiviano

- Cazuela de cordero con luche
- Choritos y/o cholgas al alicate
- Locro falso
- Millokin
- Ensalada de ulte y piures
- Pollona
- Porotos con riendas.
- Papas con chucoca.

## Postres

- Pajaritos dulces
- Picarones.
- Kuchen de frutilla o frambuesa.
- Mermelada de moras.
- Berlines.
- Conserva de murtilla y membrillo.
- Kuchen de manzana y maqui.



# Preparaciones de pueblos originarios presentes en la macrozona Sur

En esta macrozona se destaca particularmente la presencia del pueblo Mapuche, relevando sus tradiciones y riqueza cultural en el territorio a partir de la gastronomía y los agroelaborados. Algunas de las preparaciones más tradicionales de este pueblo son:

## Porotos con Napor o Yuyo

Es una preparación en base a porotos, yuyo, camote, cocho o chuchoca y algunas verduras. Esta receta utiliza ingredientes básicos y tradicionales de la dieta Mapuche.

Este sabroso platillo se hace según disponibilidad de tukun/locro o chuchoca, y adecuando a la estacionalidad se prepara la gallina con una variedad de verduras, zanahorias, chalotas, arvejas, cilantro entre otras.

## Caldo de Gallina Kollonka

## Ensalada de Ulte

Este clásico platillo se prepara con ulte, cebolla morada, limón, cilantro, perejil y puerros.

Consiste en una cocción de habas y arvejas, que se prensa en forma de bolita, y que se pone en agua o caldo hirviendo, para formar una sopa.

## Millokines



# Ideas de maridajes con productos y preparaciones típicas de la macrozona Sur

El programa Enoturismo Chile preparó una serie de 4 publicaciones denominadas Mapa de Sabores en la que se encuentran sugerencias de preparaciones y maridajes considerando los productos típicos de las zonas. La Macrozona Sur ofrece una gran diversidad de cepas, entre las que se encuentra la zona vitivinícola más antigua del país. Sus valles son Itata, Biobío y Malleco.

Empanadas  
fritas de  
navajuelas

Una fritura rellena de este pino marino con cebolla acaramelada y especias acompañadas de un **Chardonnay** del Biobío fresco, será una combinación gloriosa.

Un **Moscatel** de Itata, fresco y con buena acidez, equilibra la grasa de la merluza austral y la palta, refrescada, a su vez, por la quínoa y las hierbas.

Merluza  
austral y  
quínoa verde

Pulmay

Una preparación que representa muy bien a los paisajes del sur. Es un plato complejo, ahumado, mezcla de carnes y mariscos. Sin duda se llevará de maravillas con un **Pinot Noir** de esta región.

El dulzor de la manzana y la cerveza, la delicadeza de la carne, más la textura de los piñones es una combinación que tiene un final feliz con un **Moscatel** de la zona.

Lomo de cerdo,  
manzanas y  
piñones

Changles y  
panceta en  
pasta verde

Esta preparación de solo tres ingredientes, no necesita mayor complejidad. Un plato sublime que se acompaña con un **País joven** o un **Pinot Noir** sureño.

Este clásico plato, que se sirve frío y que tiene notas ácidas que vienen de la mostaza, se llevará muy bien con uno de esos **Chardonnay** que se dan en la zona de Malleco, muy cítricos y minerales.

Tártaro de  
Res

Manzanas  
Asadas

Esta fruta, tan presente en los valles del sur, da vida a un sinfín de preparaciones en repostería, pastelería, sidras y acompañamientos. Para este postre clásico de manzanas, un **Moscatel** sería el acompañante natural.

# Ideas para tus servicios de alimentación en la macrozona Sur



## Servicio de Café o Desayuno con pertinencia

### Líquidos

Jugo de frutas de la estación.

### Bocados fríos

Kuchen de manzana y maqui  
Catutos con mermelada  
Berlines

### Bocados calientes

Tortillas al rescoldo con mantequilla y queso de la zona  
Picarones



## Servicio de Almuerzo o Cena con pertinencia

### Líquidos

Jugo de frutas de la estación.

### Aperitivo

Empanadas fritas de mariscos.  
Mini Papas rellenas.  
Navajuelas o machas a la parmesana.  
Pernil de cerdo.  
Chupe o carapacho de jaibas.

### Fondo

Pulmay.  
Cerdo con manzanas.  
Conejo guisado.  
Guiso de cochayuyo.  
Pastel de papas.  
Humitas en hojas.

### Postre

Conserva de murtila y membrillo.  
Pajaritos dulces.

### Cocteles y maridajes

Sidra de manzana.  
Cervezas valdivianas.



# Macrozona

## Patagonia y Antártica chilena



La Macrozona Patagonia y Antártica Chilena es una vasta región que abarca las regiones de Aysén y de Magallanes y la Antártica chilena. Se caracteriza por sus paisajes salvajes y remotos, que incluyen montañas imponentes, glaciares milenarios, fiordos laberínticos, ríos caudalosos y una extensa costa escarpada. Es un territorio impresionante, que ofrece una combinación única de paisajes espectaculares, una vida silvestre y oportunidades de aventura incomparables. Es un destino fascinante para quienes buscan alejarse de todo y sumergirse en la naturaleza más hermosa del extremo de Chile.

# Ingredientes de la macrozona Patagonia y Antártica chilena

Los ingredientes característicos de la macrozona norte de Chile reflejan la diversidad de sus paisajes y la influencia de su cultura y patrimonio. Algunos de los ingredientes más representativos incluyen:

## Productos del mar



La región cuenta con una abundancia de mariscos y pescados frescos, incluyendo centolla, merluza austral, salmón, congrio, cholgas, erizos de mar y el ostión.

Las carnes de origen local, como el cordero y el vacuno son comunes en la región. El cordero patagónico, en particular, es muy apreciado por su sabor único.

## Carnes



## Hongos y Setas



La región es rica en hongos y setas silvestres, que crecen en los bosques húmedos de la Patagonia. Entre las variedades más comunes se encuentran la morilla, el changle y los hongos de lengua.

Se utilizan hierbas aromáticas como el romero, el tomillo, el orégano y el cilantro, así como condimentos como el merkén (ají seco ahumado y molido), para sazonar y dar sabor a los platos tradicionales.

## Hierbas y especias



## Vinos y licores

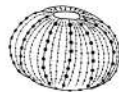


La Patagonia es conocida por sus frutas silvestres, como calafate, maqui y murta, que se utilizan en la preparación de mermeladas, licores y postres. También se cultivan manzanas, peras, cerezas y frutos rojos.

# Preparaciones tradicionales de la macrozona Patagonia y Antártica chilena

## Aperitivo

- Sopaipillas sureñas
- Erizos al matico
- Huepos-navajuelas en salsa verde
- Pinzas de jaiba con mayonesa.
- Puyes al pilpil.
- Caracoles de mar al ajillo.
- Ostión a la parmesana.



## Fondo

- Escabeche de liebre
- Merluza austral asada con hierbas
- Asado de pierna de cordero magallánico
- Cordero al palo
- Mariscal caliente
- Chupe de centolla magallánica



## Postres

Cintas fritas croatas  
Compota de ruibarbo  
Mermelada de rosa mosqueta



Mermelada de bayas silvestres  
Postre de ruibarbo y calafate



Buñuelos croatas (pršurats)



# Preparaciones de pueblos originarios presentes en la macrozona Patagonia y Antártica chilena

En esta macrozona destaca la presencia del pueblo Kawésqar y el Pueblo Yagán, quienes han resguardado la memoria y las tradiciones durante siglos y la gastronomía es una de sus formas de preservación.

## Kawésqar Cazuela de Caiquén

Esta ave también es conocida como el Ganso de Magallanes\*. Esta preparación considera en su elaboración un caiquén, arroz, papas y diversas verduras.

La preparación tradicional de los Yaganes consiste en cocinar la centolla directamente sobre brasas de leña, lo que le da un aroma ahumado característico.

## Pueblo Yagán Centolla a las Brzas



\*\*Cabe mencionar que el Caiquén se encuentra en peligro de extinción, por lo que no se debe cazar ni consumir.



# Ideas para tus servicios de alimentación macrozona Patagonia y Antártica chilena



Servicio de Café o Desayuno con pertinencia

## Líquidos

Jugo de calafate.

## Bocados fríos

Cintas fritas croatas.  
Compota de ruibarbo.

## Bocados calientes

Sopaipillas sureñas con mermelada de rosa mosqueta.  
Tapaditos con cordero asado .



Servicio de Almuerzo o Cena con pertinencia

## Líquidos

Jugo de calafate.

## Aperitivo

Ostión a la parmesana.  
Huepos-navajuelas en salsa verde.  
Chupe de centolla magallánica.

## Fondo

Cordero al palo.  
Merluza austral asada con hierbas.  
Asado de pierna de cordero magallánico.  
Cualquiera de estas opciones acompañadas con papas cocidas.

## Postre

Compota de ruibarbo.  
Buñuelos croatas (pršurate).  
Postre de ruibarbo y calafate.

## Cocteles y maridajes

Licor de calafate.



# Macrozona Insular



La Macrozona insular de Chile se compone por las tres principales islas y archipiélagos del país: Isla De Rapa Nui, archipiélago de Juan Fernandez y archipiélago de Chiloé. Estos tres lugares ofrecen una gran diversidad de paisajes, historias y riqueza cultural que se ven reflejadas en su tradición gastronómica y sus sabores únicos. Cada uno de estos lugares cuenta con un alto valor cultural, desde los mitos y leyendas de Chiloé que marcan su quehacer y tradiciones, pasando por historias de tesoros enterrados y piratas en Juan Fernandez, hasta los impresionantes Moai y bailes polinésicos de Rapa Nui.

# Ingredientes de la Macrozona Insular

La ubicación geográfica y la influencia del mar sobre sus costas y clima facilitan la existencia de especies animales y vegetales que permiten tener una amplia variedad de platillos, preparaciones e ingredientes. Algunos de los ingredientes más representativos incluyen:

## Productos del mar



Isla de Pascua destaca por su atún, Juan Fernández por sus langostas y cangrejo dorado de intenso sabor, y Chiloé por su diversidad de mariscos, como picorocos, cholgas y choritos, además de pescados ahumados y salados.

Dado el clima subtropical de Isla de Pascua, se pueden encontrar piñas y plátanos de la zona; en el caso de la Isla de Chiloé, se destacan las más de 200 variedades de papas, y el ajo chilote. En Juan Fernandez, hay gran variedad de verduras y hierbas aromáticas.

## Frutas y verduras



## Ganadería



El cordero chilote, alimentado con praderas naturales, se caracteriza por su carne magra y sabrosa, ideal para el asado al palo. En Juan Fernández, la cabra es protagonista en diversas preparaciones.

Los productos con denominación de origen o indicación geográfica de esta macrozona son cordero Chilote, Atún de Isla de Pascua, Langosta de Juan Fernandez, Cangrejo Dorado de Juan Fernandez.

## Denominaciones de Origen e Indicaciones Geográficas



# Preparaciones tradicionales de la macrozona Insular: Rapa Nui

## Aperitivo

- Empanadas de Atún
- Ceviche de Atún con Auke

## Fondo

- Tunu Ahí Ika.
- Umu (Curanto de Rapa Nui).
- Atún a la plancha con pure de camote.
- Carpacho de Atún con chips de camote.

## Postre

- Po'e pascuense.



# Preparaciones tradicionales de la macrozona Insular: Archipiélago de Juan Fernandez

## Fondo

- Perol de Langosta.
- Cazuela de chivo con papas falsas.
- Estofado de jurel.
- Vidriola frita escabechada.
- Conejo escabechado.
- Albóndigas de bacalao.

## Postre

- Torta de bizcocho.
- Torta de hoja con dulce de alcayota.
- Postre de capulíes o Golden berry.

## Sandwich

- Vidriolazo (Sándwich de vidriola).



# Preparaciones tradicionales de la macrozona Insular: Archipiélago de Chiloé

## Aperitivo

- Ostras chilenas de Chiloé .
- Milcaos y chapaleles

## Fondo

- Cancato de pescado.
- Pulmay (Cazuela chilota).
- Curanto en Hoyo.
- Prieta de Chancho de Chiloé.
- Cordero asado al Palo.

## Postre

- Roscas de Dulce.
- Mazamorra de manzana.
- Murta y membrillos al jengibre.
- Bavarois de calafate.

## Cóctel

- Licor de Oro
- Chicha de Manzana
- Chicha de Maqui
- Mistela
- Licor de Maqui



# Ideas para tus servicios de alimentación macrozona Insular: Rapa Nui



Servicio de Café o Desayuno con pertinencia



Servicio de Almuerzo o Cena con pertinencia

## Líquidos

Jugo de frutas de la estación.  
Té de hierba luisa.  
Leche de taro.

## Bocados fríos

Po'e pascuense.  
Brochetas de frutas de la isla.

## Bocados calientes

Panqueque manioca.  
Oi oí rake rake.  
Sopaipillas rapa Nui.  
Leche de taro.

## Líquidos

Jugo de frutas de la estación.  
Aguas frías de hierbas locales.

## Aperitivo

Cebiche de atún con Auke.  
Carpacho de Atún con chips de camote.

## Fondo

Tunu Ahí Ika servido en hoja de plátano.  
Umu.  
Atún a la plancha con puré de camote.  
Caldillo de pescado local.

## Postre

Po'e pascuense.  
Pie de maracuyá.

## Cocteles y maridajes

Cócteles con frutas locales como mango y piña.



# Ideas para tus servicios de alimentación macrozona Insular: Archipiélago de Juan Fernández



Servicio de Café o Desayuno con pertinencia



Servicio de Almuerzo o Cena con pertinencia

## Líquidos

Jugo de frutas de la estación.

## Bocados fríos

Torta de bizcocho.

Torta de hoja con dulce de alcayota.

## Bocados calientes

Vidriolazo (Sándwich de vidriola).

Albóndigas de bacalao.

## Líquidos

Jugo de frutas de la estación.

## Aperitivo

Mini Perol de langosta (Isla Juan Fernández)

## Fondo

Vidriola frita escabechada.

Cazuela de Chivo con papas falsas.

Conejo escabechado.

## Postre

Postre de capulíes o Golden Berry.

Torta de bizcocho.





# Ideas para tus servicios de alimentación Marozona Insular: Archipiélago de Chiloé



Servicio de Café o Desayuno con pertinencia



Servicio de Almuerzo o Cena con pertinencia

## Líquidos

Jugo de frutas de la estación.  
Jugo de conservas de frutas de la isla.

## Bocados fríos

Roscas de Dulce.  
Murta y membrillos al jengibre.

## Bocados calientes

Milcaos y chapaleles.

## Líquidos

Jugo de frutas de la estación.

## Aperitivo

Mini Milcaos y chapaleles.  
Ostras chilenas de Chiloé.

## Fondo

Cordero asado al Palo.  
Cancato de pescado.  
Pulmay (Cazuela chilota).  
Curanto en Hoyo.

## Postre

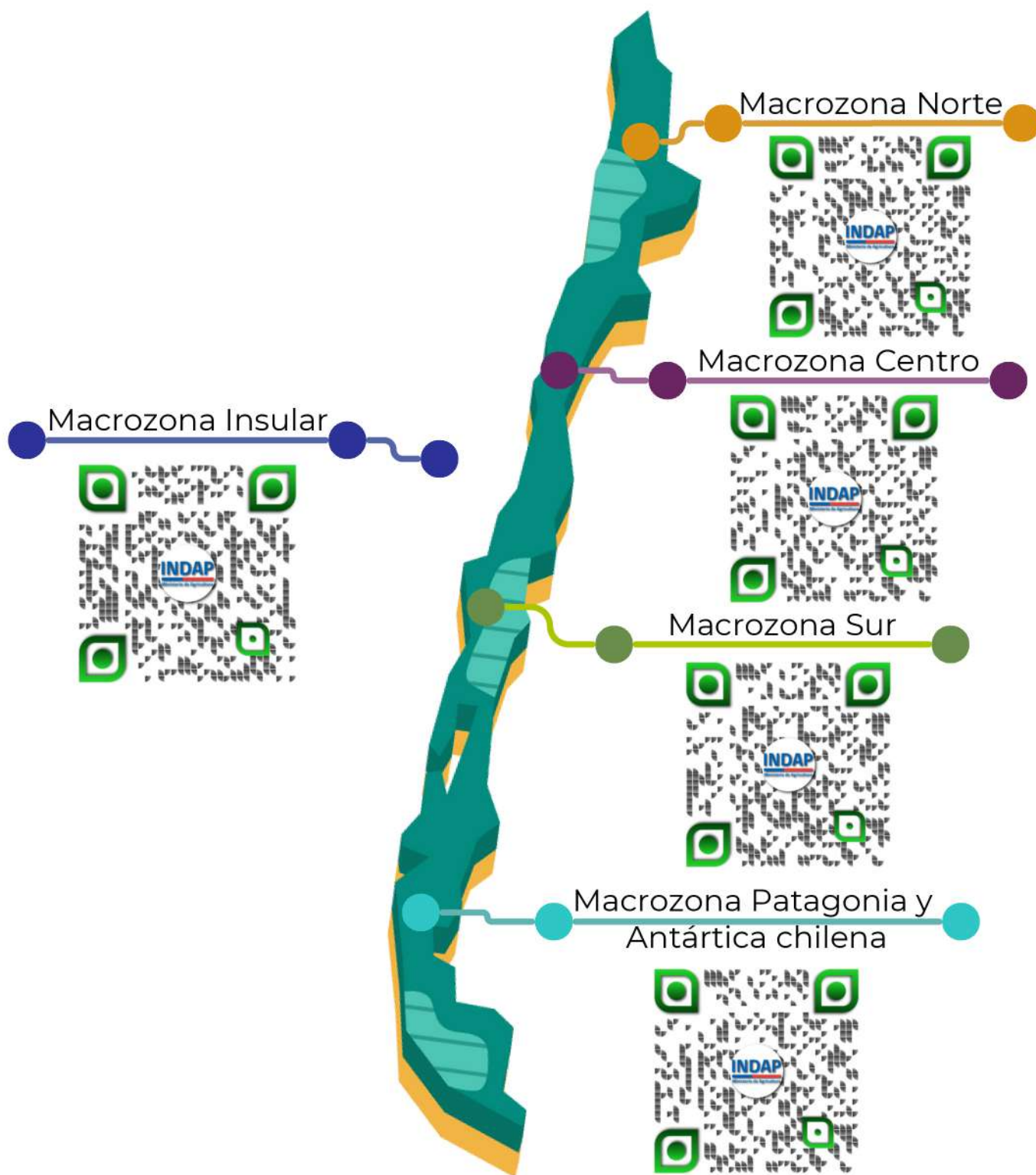
Mazamorra de manzana.  
Bavarois de calafate.

## Cocteles y maridajes

Licor de Maqui.  
Mistela.  
Chicha de maqui.  
Chicha de manzana.  
Licor de oro.



# Códigos QR Productores INDAP



# Ideas prácticas para implementar el catálogo



En la solicitud de compra, incluye que **no se utilicen plásticos de un solo uso**, y sugiere alternativas más sostenibles, como envases compostables o reutilizables.

En el caso de que sea una comida “estilo buffet”, sugiere que los platillos cuenten con **identificadores con sus nombres** y zona de proveniencia.



Considera en el requerimiento **todo tipo de restricciones o tendencias alimentarias**. La idea es que en tu actividad todas las personas puedan disfrutar las preparaciones.



Promueve entre los proveedores y asistentes a tus eventos la importancia de elegir **opciones sustentables** y apoyar aquellos **negocios locales** que priorizan la sustentabilidad.



Intenciona que garzones y personal de atención en el evento **conozcan las preparaciones** que están sirviendo.



Los proveedores podrían integrar códigos QR con enlaces a información de la(s) zona(s) de donde provienen las preparaciones.



Incluye en tu requerimiento, la solicitud de **alimentos de temporada** o productos de la estación.



# Fuentes de Información



- Bien Público sabores de Chile Anexo VII Recetas
- Bien Público sabores de Chile Anexo III Relato
- INAPI- Sello de origen
- INDAP – Vino Pintatani y Pajarete
- Unesco
- Conaf
- Recetas con historia Insular: Relatos de la memoria culinaria de las mujeres del Archipiélago de Juan Fernandez
- Geografía Gastronómica de Chile
- Patrimonio Alimentario de Chile: Productos y preparaciones de la Región de Tarapacá
- Sipam Chiloé
- Recetas de pueblos originarios, Ministerio de las culturas, las artes y el patrimonio
- Chiloé, contado desde la cocina culinaria del patrimonio agrícola mundial, Fucoa
- Carta Cocina Mapuche, proyecto “Fortalecimiento de la competitividad del turismo gastronómico mapuche y su cadena de valor región de la Araucanía”
- Mapa de Sabores Zona 1, 2 3 y 4, Enoturismo Chile. Fuente el Libro “Terruño” (ISBN: 978-956-9525-00-1, de 2015), prohibida su reproducción, Derechos Reservados.



## **Desarrollado por Subsecretaría de Turismo**

Fotografías portada e interior:  
Fundación Imagen de Chile

Con el apoyo de:

Ministerio de Relaciones Exteriores

Ministerio de Agricultura

Indap

Ministerio de las Culturas las Artes y el Patrimonio

ProChile

Fundación Imagen Chile

Mesa Chile Te Quiero Comer

