



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

COCINA AMERICANA

PLATILLOS REPRESENTATIVOS DE ARGENTINA

PROFESORA

MARLIS TECO RUÍZ

ALUMNA

ILSA DEL ROSARIO ALFONSO LÓPEZ

16 DE JUNIO DE 2020

VILLAFLORES, CHIAPAS

PASIÓN POR EDUCAR

## **ALIMENTOS MÁS REPRESENTATIVOS DE ARGENTINA**

Es importante saber que la gastronomía argentina, mezcla recetas y platos típicos de los pueblos nativos de América; ingredientes propios de la cocina española que se introdujeron durante la época colonial; y tiene también muchísimos aportes de la gastronomía europea en general (Italia, España, Alemania, Reino Unido, Francia, etc.).

Este último fenómeno tiene una explicación histórica ya que Argentina recibió inmigrantes de diferentes partes del mundo, pero principalmente de Europa, desde finales del siglo XIX hasta mediados del siglo XX. Por eso no debería asombrarte encontrar entre sus comidas más populares platos como la famosa pizza italiana, por supuesto, transformada con exquisitas variantes locales.

Argentina tiene una gastronomía extensa, aquí uno de los platillos típicos de Argentina:

### **ASADO**

El Asado incluye diferentes tipos de cortes de carne que se asan en una parrilla a fuego lento, para que todo quede más tierno. El nombre no proviene de una comida en sí misma, es más bien un “ritual” tradicional, una ocasión en la que las familias y amigos se reúnen para compartir el almuerzo o cena, en general durante los fines de semana.

En Argentina podrás encontrar en la parrilla: chorizos, morcillas, chinchulines, matambre de vaca o de cerdo, costillas, etc.



## **LOCRO**

Se trata de una especie de sopa espesa y abundante hecha de maíz, frijoles, patatas, calabaza y algún tipo de carne, condimentados con comino, laurel, ajo, perejil y otras hierbas.

Su origen proviene del norte del país donde se preparaba para pasar los inviernos fríos en las montañas. Además, durante épocas fue incorporando ingredientes propios de la cocina española. Actualmente, se come todos los 25 de mayo para conmemorar la Revolución de 1810.



## **CHORIPAN**

El choripán, tal y como su nombre indica, está compuesto por chorizo y pan, formando una especie de sándwich. El chorizo se prepara en diferentes partes del mundo y es más conocido como salchicha de cerdo. En Argentina también se hace con carne de vaca y normalmente se lo cocina en una parrilla.

El choripán es una de las comidas callejeras más populares. Si vas caminando por algunas de las calles de cualquier ciudad o pueblo del país, seguramente encontrarás algún puesto en donde ofrecen esta deliciosa comida, acompañada con una salsa de chimichurri y picante.



## **EMPANADAS**

Son trozos de masa rellenos con carne picada o cortada a mano, sazonada con comino y cebolla. Estos son los ingredientes más tradicionales, pero también pueden hacerse con jamón y queso, verduras, pollo, maíz dulce, etc.

Las empanadas tienen su origen en España, pero en Argentina aparecieron otras formas de prepararlas y se le agregaron nuevos ingredientes propios de cada región. Si bien se comen en diferentes países del continente americano, las argentinas tienen mucha fama a nivel mundial.



## **PIZZA ARGENTINA**

Claramente influenciada por la cocina italiana, pero con muchísimas variantes locales, la pizza argentina tiene una corteza gruesa, salsa de tomate, mucho queso y los más variados ingredientes encima. Puedes pedir pizzas de cebolla, de jamón, huevo y aceitunas, de pollo, palmitos, choclo, etc.

Es uno de los platos más comunes durante las reuniones con amigos, tanto en las casas como en restaurantes y bares. A la pizza se la suele acompañar con una cerveza fría.



## **MILANESA A LA NAPOLITANA**

La milanesa a la napolitana es un trozo de carne vacuno empanado, frito o al horno, con queso y rodajas o salsa de tomate encima; se la acompaña normalmente con una ensalada de lechugas, patatas fritas o puré de patatas.

En definitiva, es una mezcla de pizza con carne, una divertida y sabrosa variante argentina de la cocina italiana.



## **POLLO AL DISCO**

Es un plato que se prepara en una olla grande, parecida a un wok. Sus ingredientes principales son pollo, cebolla, zanahoria, maíz, arvejas, pimientos y vino blanco. También se añaden normalmente otro tipo de verduras y legumbres.

No se sabe con certeza el origen de este plato, pero se cree que fue creado por los trabajadores rurales que utilizaban los discos de arado de la cosecha que ya no servían para cocinar esta comida económica y popular.



## **MATAMBRE ARROLLADO**

El matambre es un corte de carne que se encuentra en el medio del cuero y el costillar de las vacas. Este plato se trata de rellenar la carne (cortada en finas rodajas) con verduras mixtas, huevos duros, aceitunas y pimientos. Finalmente, se sazona con cilantro, ajo y aceite de oliva, y cocina todo junto en una parrilla u horno.



## **PASTA**

Todo el mundo sabe que la pasta es de origen italiano, pero podemos decir que es también un plato típico de Argentina ya que se ha incorporado en la gastronomía local con sus propios toques.

Es muy común encontrar en las calles de cualquier ciudad, especialmente en Buenos Aires, restaurantes donde se sirve la pasta, permitiendo elegir al cliente entre diferentes combinaciones. Los platos más populares son los sorrentinos de jamón y mozzarella, los agnolottis de ricota, los ravioles de espinaca, la lasagna y los canelones rellenos de verdura y carne.



## **DULCE DE LECHE**

Es sin lugar a dudas el dulce más tradicional del país. Tiene una textura suave, cremosa y un aroma y sabor a caramelo.

Además, es muy sencillo de preparar, ya que sólo se trata de leche y azúcar, cocinados a fuego lento. ¡Un consejo si decides hacer dulce de leche! No dejes de revolverlo constantemente para lograr la consistencia adecuada y evitar que se pegue a la olla.



## **CHIPÁS**

Se trata de unas bolas de queso, pan de mandioca, leche, manteca, huevo y sal. ¡Son ideales para acompañar el mate!

Actualmente se comen en todo el país e incluso en algunas ciudades del suroeste de Brasil.



## **PROVOLETA**

Para preparar un provoleta, se debe poner a la parrilla el queso provolone y dejarlo unos minutos para que tome una consistencia más blanda, y añadir algunos condimentos como orégano, ajo, chili y perejil.

Luego, se sirve casi derretido y crujiente, ligeramente caramelizado en el exterior y ahumado en su interior. Para coronar el plato, los cocineros argentinos suelen agregar un poco de aceite de oliva y de chimichurri.



## **ALFAJORES**

Se trata de dos tapas de masa dulce con algún tipo de relleno en el medio. Lo verás en cientos de variedades, pero sin duda, los más populares son los chocolates rellenos de dulce de leche. Podrás comprarlos en las panaderías e incluso en su versión industrial, en kioscos y supermercados.



## **YERBA MATE**

No es una comida, pero no podíamos dejar de nombrar la yerba mate, una hierba que se mezcla con agua caliente y se toma en un recipiente con bombilla, también llamado mate.

Para los argentinos no hay horario para el mate, es más un ritual que una bebida, un momento para compartir con amigos y familiares, e incluso en los momentos de soledad.

