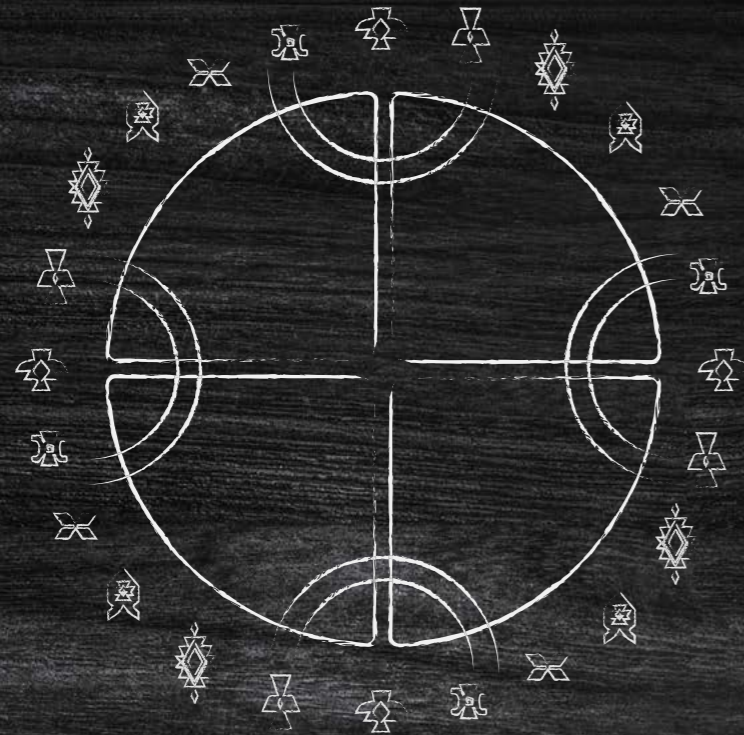


Carta Cocina Mapuche



Küme Mogen / *El buen vivir*





Carta Cocina Mapuche

Equipo Técnico

Javier Lefiman
Carolina Molinet
Mariana Nanco
Onar Ibañez

Textos

Carolina Molinet
Colaboración
Paola Nanculef
Miguel Catricheo

Fotografía

Felipe Cona

Diseño y Diagramación

Jaime Palma

Esta publicación se realizó en el marco del proyecto FORTALECIMIENTO DE LA COMPETITIVIDAD DEL TURISMO GASTRONÓMICO MAPUCHE Y SU CADENA DE VALOR REGIÓN DE LA ARAUCANÍA, de la Subsecretaría de Turismo y SERCOTEC, ejecutado por Campus Pucón de la Universidad de La Frontera.



Índice



Introducción: “Esta Mapu cariñosa, sueño los sabores”	5
Presentación: La Cocina Mapuche	7
Wallmapu: todas las tierras juntas	8
Achagual Korrü ka Tukun	11
Territorio Lafkenche	13
Challwa: Robalo	15
Ensalada de Ulte	17
Lua Lua Korrü	19
Galería de Fotos zona Lafkenche	21
Trafkintu	23
Territorio Wenteche	25
Mürke Korü	27
Pishku	29
Kawellu con salsa de avellanas	31
Kawellu, puré de piñones con papas michuñes	33
Galería de Fotos zona Wenteche	34
Kütxalwe/Fogón	37
Territorio Pewenche/ Mapunche	39
Millokines	41
Cordero con salsa de avellanas, kinwa y tallos de kila	43
Costillar de jabalí ahumado con salsa lleuque y papas michuñe con mote	45
Galería de Fotos zona Pehuenche/Mapunche	46
Mültrun (pan ancestral)	49
Presentación Chefs	51
Chef María de los Ángeles Antivil Álvarez	53
Chef Juan Carlos Quiñeman Milla	55
Chef Miguel Catricheo	57
Experiencia Turística	59
Newen zomo/Fuerza de la mujer	75



Esta Mapu cariñosa, sueño los sabores

¡Kimün! ¡Sabiduría! Es una de las infinidad de riquezas que nos dejaron quienes caminaron por esta ñuke mapu/madre tierra. Quienes sembraron vida, sembraron palabras y sembraron fuerza, construyendo grandes sabores y aromas, alimentando el cuerpo y el alma para vivir en una armonía constante con los protectores de la naturaleza. No es una ficción, es un anhelo, volver al equilibrio, al yamüwün/respeto mutuo al ekuwün/respeto hacía la naturaleza, que tanto practicaron los abuelos, las abuelas, un pueblo entero.

Mapuche, gente de esta tierra que en su diversidad desprende abanicos de posibilidades de ser y hacer, de aprender y de crecer. Posibilidades que nos invitan a probar experiencias que ya vivieron, pero quedaron en la memoria de las muchas madres que hoy en sus sabores buscan traspasar la nostalgia de un pueblo que vivió, vive y vivirá por siempre.

Que bellas y ricas posibilidades tenemos de conocer en la cocina quienes fueron nuestras ancestras, las protagonistas del cuidado y protección de nuestras semillas, que nace como necesidad y que hoy se valora. Este viaje ancestral mapuche, viaje que se sustenta en el corazón de las ñañas, en el amor a su tierra, el amor a su ruka, el amor a su gente, el amor a sus hijos e hijas, el amor a sí misma, porque en sus sabores siempre vibró el orgullo de ser mapuche.

Que los aromas, sabores, colores, formas y tamaños deleiten las ansias de vivir una experiencia desde la raíz, con pertinencia territorial e identidad.

Somos mapuche...hijos de esta tierra.



La Cocina Mapuche

La cocina netamente tradicional mapuche nace de la escases, de momentos de guerra y sobrevivencia, en esa cocina se utilizaban pocos ingredientes, los que habían y los que se lograban proteger; Pero hoy existe otra cocina, la que une una receta tradicional y la modifica hasta cierto punto, estas recetas son de una cocina más abundante, donde la cocina mapuche como todas las cocinas, como toda alimentación y como todo arte se va modificando, evolucionando en el tiempo, donde nace de 2-3 ingredientes y ahora puede tener 7-8 ingredientes, aliños y nuevas técnicas, un nuevo mundo que nunca se puede decir esto está terminado. Para un cocinero de 20 años atrás era lo más lógico, hoy la perspectiva es totalmente diferente.

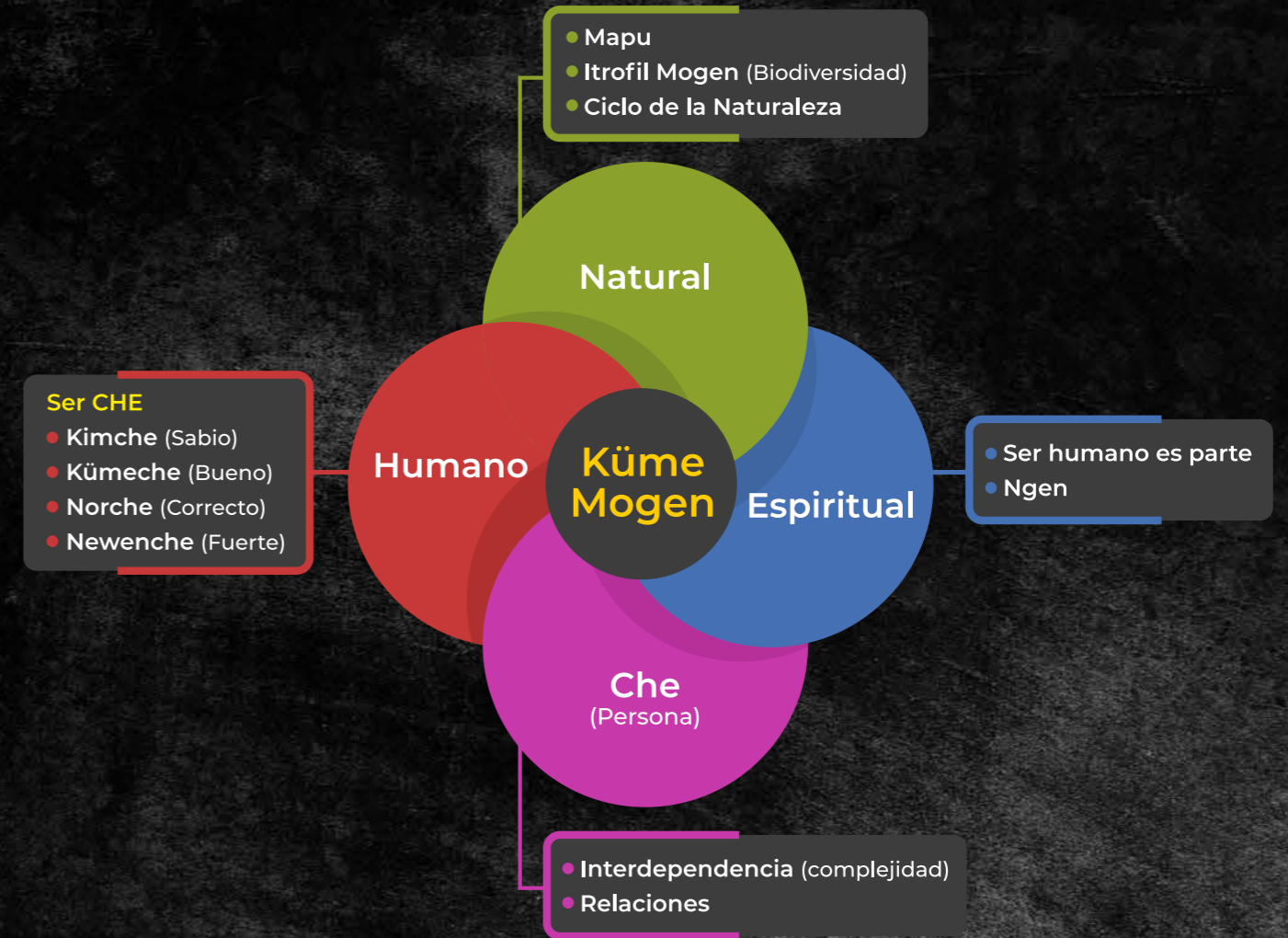
Este viaje por la cocina mapuche es un reconocimiento a tres territorios, sus ingredientes y a sus protagonistas.

Wallmapu: todas las tierras juntas

El territorio de los “araucanos” decían los cronistas, sin embargo, este territorio ya estaba denominado por su gente, Wallmapu/terra circundante, todo lo que está alrededor de la tierra, lo que une un conjunto de formas y versiones propias según su ubicación geográfica, según sus árboles, sus aguas, su wenu mapu/cielo, según sus cerros y sus praderas, es lo que determina así sus vidas. Divisiones establecidas por la naturaleza, que dictaminaban la sobrevivencia del mapuche, sus tradiciones, sus prácticas socio-culturales, su lengua, sus comidas y su relación con la ñuke mapu.

La fortaleza de sus diferencias, era la riqueza que los distingue como pueblo, como constructores de una sociedad sabia en su relación con la mapu, que de ella vivían y a ella protegen, cuidan y defienden, esta mapu amable que los acogía y acoge como parte de sí misma, esta mapu que en sus frutos brinda las posibilidades maravillosas de creación, esta mapu que alberga sueños y sentimientos, que en su itrofil mogen/biodiversidad se manifiesta como múltiples expresiones de sabiduría, esta mapu que aún sigue y seguirá concibiendo el mundo de mis ancestros, del Küme Mogen/buen vivir.

Cada alimento, era consecuencia de esta relación con la mapu, era el fruto de la escasez, fruto de las necesidades, pero también fruto de la conversación, el fruto de las siembras familiares, comunitarias, el fruto de los cantos, el fruto de los guillatunes.



Alimentos sembrados con el alma y para el alma



Achagual Korrü ka Tukun

El achagual korrü o caldo de gallina kollonka, tiene como ingrediente esencial que esta gallina ha existido siempre en estos lugares, antes de las gallinas introducidas de Europa y Asia, y tienen la particularidad de dar huevos azules. Este sabroso platillo es realizado según disponibilidad de tukun/locro o chuchoca, y adecuando a la estacionalidad se preparaba con una mayor variedad de verduras, zanahorias, chalotas, arvejas, cilantro entre otras.

Este plato que representa al todo Wallmapu nos hace viajar a los recuerdos de infancia con olor a humo y calor de hogar, el más puro amor de la ñuke/madre. Este amor se refleja en la cocina donde pone toda su energía y trabajo en una olla, ya que la zomo/mujer es quien cría esas gallinas, además conecta todo lo que tiene en su huerta, su esfuerzo lo representa su cilantro, sus zanahorias, sus papas.

Quién presenta la receta: Selma Caniuñir, Ina Lewfü, Lof Llaguepulli, Teodoro Schmidt.

Ingredientes:

Gallina kollonka, cebolla, papas, zapallo, zanahorias, chaskü, tukun/locro, cilantro, manteca de cerdo, ajo, pimienta negra y comino entero.





Territorio Lafkenche

¿Qué sabores levantaron los Lafkenche?

Que en la inmensidad del mar frío recogieron los ingredientes precisos para alimentar a su gente. La sal, los peces, mariscos y algas son la principal fuente de energía, la que los sume

en un mundo de placeres intensos, el sello de una gastronomía propia, que de generación en generación ha estado presente en la ruka. Son aquellos sabores, olores, texturas y colores los cuales se representarán en cada plato que aquí aparezca. El plato construido desde la labor del

challwafe/pescador que en su viaje a la inmensidad del mar, ruega al ser protector, brindarle los alimentos más ricos para llevar a su hogar. Que esta mezcla de sabores, sean un viaje hacía mundo marino y hacía la sabiduría ancestral de los primeros que lo navegaron.



Challwa Robalo

Plato familiar con historia de la caleta de pescadores de Nehuentue: rememoran la niñez y el Trafkintu / intercambio entre comunidades para abastecerse de productos. El robalo es un pez abundante y los habitantes de este territorio aprendieron a utilizar sus recurso, que de acuerdo a la estacionalidad

es cuando los antiguos pescadores intercambiaban los mariscos, algas y pescados, demostrando su capacidad comercial, por papas, arvejas, habas, harina tostada, trigo y manzanas de comunidades cercanas de Tranapunte, Pichingual y Machaco.

Quién presenta la receta: Miriam Sanhueza, su padre

era pescador al pinche y con este pez pudo alimentar a toda su familia. Küme Zungü, Nehuentue.

Ingredientes:

Robalo, papas, cebollas, zanahorias, pimentón rojo, pimentón verde, vino blanco, comino, orégano, ajo y laurel.





Ensalada de Ulte

El ulte es el tallo raíz que le da vida al collof/cochayuyo, es una raíz que se consume fresca, que en esos tiempos no se podía guardar, por lo que no se trasladaba ni intercambiaba, siendo un alimento exclusivo del lafkenche. Hoy este alimento nos permite viajar a las preparaciones más antiguas de la cocina mapuche, con la tradición de compartir alrededor del Kütخالwe/fogón

mientras estos alimentos se ablandaban.

Quién presenta la receta: Cecilia Sanhueza, El estuario del Malton, a orillas del río imperial en Nehuentue.

Ingredientes:

Ulte, cebolla morada, limón, cilantro, perejil y puerros.





Lua Lua Korrü

Un plato de korrü/sopa de la infancia, que permite recordar la cocina inspirada por el conocimiento que transmitieron las pu chuchu/ abuelas maternas y pu kuku/abuelas paternas, esas abuelas que como mujer traspasan un poder, el poder de la recolección, de la protección y de la revalorización, porque ahí es donde está la alimentación.

El lua lua es un alga que tiene identidad, es un ingrediente desafiante, que pocos ven, pero que contiene mayor colágeno y necesita menos cocción que otras algas, este noble producto a disposición se preparaba principalmente a la hora del desayuno acompañado de papas cocidas.

Quién presenta la receta: Jeannett Silva Cayún, We Newen, Puerto Saavedra.

Ingredientes:

Lua lua (tipo de alga), cebolla, cilantro, ajo, caldo de pescado, vino blanco, papas, orégano, chaskü, apio y ají de color.







Trafkintu

Qué bonitas formas tiene mi pueblo de entenderse, cuánto sentido en sus interacciones, lógicas de vida conectadas al pasar del universo. Son infinitas las posibilidades de entendimiento que conforman el ser y hacer mapuche. "Tú tienes, yo tengo" así nos complementamos, las diferencias son oportunidades que nos fortalecen y cada quien en su riqueza, enriquece al otro. Txafintun: intercambio, reciprocidad, principios básicos de existencia y permanencia; de esa forma las ñañas construían sus ingredientes, en comunidad, en fraternidad y en la armonía de un complemento casi perfecto. Un intercambio mano a mano, repartir sentimientos con lo cultivado, un bien preciado, entendemos sentimientos cuando los hemos dado, ¡Qué agrado! cuando se siente ver a la gente muy sonriente en un intercambio consciente.



Territorio Wenteche

El eterno valle llano, que determina las moralejas de un pasado latente en la memoria de los hermanos y hermanas wenteche, los que cultivaron versos de sabores en sus siembras junto al mallin/humedal que alimenta los campos fortaleciendo las raíces del külwi/poroto y la alfish/arveja de frutos silvestres como külon/maqui

y la mora, que endulzan los misterios de la sabiduría de la vida mapuche.

Que abundancia tan imprescindible la de sus cereales como la kashilla/trigo, que otorgan la fuerza que se desprende en el rukache/hogar, en el muchay (bebida del trigo), en el mültxün (pan de trigo), que impregnan el

mapu de aromas que en su conjunto son la coherencia entre el trabajo equilibrado del lof. Que no se borren de la memoria los sabores del pasado, que el presente los acoja y permanezcan hacia un futuro que recuerde con cariño el sello del eterno valle llano.



Mürke Korü

Receta que se estructura con el tiempo como desayuno, el mapuche al habitar territorios de baja temperatura comienza alimentarse por las mañanas con un caldo, que en realidad es agua caliente con algo más contundente, este puede ser una sopa, un caldo, que con el tiempo se va desarrollando la receta y agrega el trigo. La técnica del trigo es tostarlo en una cayana (vasija artesanal usada

para tostar cereales) para luego molerlo y convertirlo en mürke/harina tostada, este cereal le permite comenzar su jornada, caminando kilómetros, calmando su apetito ya que la fibra lo mantiene satisfecho.

La harina tostada es un elemento que nace del trigo y se posiciona en la cocina mapuche hasta en la actualidad.

Quién presenta la receta: Diego Bustos, plato enseñado por su yaya/suegra, nombre emprendimiento, sector.

Ingredientes:

Caldo de gallina de campo, Mürke/harina tostada, poleo fresco o seco y cebollín.





Pishku

Esta receta nace de la cocina tradicional mapuche de legumbres cocidas en agua pura, que consiste en un guiso de verduras con la esencia del trigo, con los años ha ido evolucionado incorporando los ingredientes de las

huertas locales dando color y textura en su preparación.

Quien presenta la receta: Ana Anticoy, Newen Antu, Sector Huaquiii, Lican Ray.

Ingredientes:

Kinwa / quinua, arvejas cinilas, zanahoria, morrón rojo, chalota, habas, tomillo, chascudo, merkén ahumado, poleo, hierba buena y piñones.





Kawellu con salsa de avellanas

Quién presenta la receta:
Gloria Sellado, Newen Ruka,
Sector entre Imperial y Chol-
chol a orillas del río.

Ingredientes:

Filete de kawellu/caballo,
harina de avellana tostada,
acelga nueva roja, avellana,
pimentón, ajo, pimienta y
orégano.



Kawellu, puré de piñones con papas michuñes



Quien presenta la receta: Elba Huenchumil, Ruka Weshakellu, Allipen.

Ingredientes:

Costillar de kawellu/caballo, chascudo, piñones cocidos, piñones deshidratado, caldo de gallina de campo, papas michuñes, manteca de caballo, manteca de cerdo, tomillo, merken ahumado, aji color y ajo.

En ambos platos encontramos como ingrediente principal la carne de Kawellu/caballo, que es parte de la alimentación del pueblo mapuche, además este animal es esencial en los nguillatun/ ceremonias ancestrales. Este exquisito y particular plato resalta la cocina ancestral con la cocina actual, donde surge de la creatividad y la innovación de la cocina mapuche. Acompañados de alimentos de recolección;

La avellanas tostadas en una cayana generan una textura única de crocancia y los nguillio o piñones es el fruto de la araucaria, árbol sagrado que da el nombre al pueblo pewenche que basa su alimentación en este ingrediente.







Kütchalwe / Fogón

Unchachay decía: “El kütchalwe está en el centro porque sus llamas atraen nuestro newen” Alrededor del kütchalwe se reúne la familia, se levanta la conversación, se comparten los alimentos y coinciden las muestras de cariño. La olla de fierro entrega sus primeros humos y avisa que el pishku (comida a base de cereales) está tomando aroma y forma,

que promete ser un almuerzo reparador y placentero, sabores de calidez que sólo el kütchalwe puede precisar, el fuego es un azote constante de fuerza, un fuego que además, ilumina los rostros de agrado como respuesta al momento que se brinda.

¡Qué nunca se apague el fuego y que su espíritu sea eterno!

Día y noche era custodiado por la ñuke/mamá o el chaw/papá, por el wekeche/joven o pichikeche/niño, cualquiera que estuviera ahí, debía procurar que el fuego permanezca, que abrigue e ilumine el alma para seguir vigorosos insistiéndole a la vida.



Territorio Pewenche Mapunche

Pewenche, gente del pewen, seres de la cordillera, de las alturas privilegiadas, trayectos que recogen historias, frutos de árboles milenarios que conservan los secretos culinarios de un pasado que vuelve constantemente en el soplo del viento, único en experiencia ¿Qué sería el mapunche si su pewen?

¿Cómo hubiera preparado su muchay la papay/abuela? El abrigo de la cordillera, un abrigo nevado que inunda la imaginación del sabor cálido del plato cordillerano, del sabor de la tierra en su ambiente, en sus colores, formas y fuerzas que se desprenden en el sonido de la cascada, en la inmensidad del

pillam, eso es lo que expresa nuestra gastronomía, que en los inviernos más duros fue amable y permitió que nuestro pueblo mapunche fuera poderoso en el tiempo y en el espacio, son los sentimientos que emanan y se esparcen por todo el wallmapu.



Millokines

El pueblo pewenche siempre fue un pueblo viajero, de viajes largos entre Chile y Argentina, acompañado de pocos implementos. Y los millokines eran parte del rokin (comida para el viaje), que consistían en cocción de verduras que se prensaba en forma de bolita para que no ocupara espacio, y cada bolita era el alimento para cada

día de viaje, que al hervir al agua o caldo se convertía en una porción de comida para reponerse en el camino y es así que nace esta preparación.

Además estas bolitas de millokines, al consumirse uno por día, ayudaba a contar el total de los días que permanecían de viaje.

Quien presenta la receta: Ana Quiñenao, Lemun Antu, Pucón.

Ingredientes:

Habas, arvejas, Mürke/harina tostada, michuñes, manteca de cerdo, ají de color y merkén ahumado.





Cordero con salsa de avellanas, kinwa y tallos de kila

Antiguamente el mapuche era un ser cazador, habilidad que nace en sus viajes. Su respeto se refleja en los rituales que realiza antes de alimentarse del cordero y su sabiduría recae en reflejarse en los grandes animales de la naturaleza. La kinwa/quinua hija de kiwicha, es un ingrediente presente en la alimentación mapuche antes de la llegada del trigo con la invasión española. De acuerdo a los que relatan las ñañas, como estrategia de guerra los colonos cortan las plantaciones de este súper

alimento, pero las zomo/ mujeres y machi (autoridad tradicional, sanadoras del cuerpo y del espíritu) guardaban las semillas en sus trenzas, para proteger y poder seguir dando alimentación; Las huertas pasan a ser lugares secretos dentro de los lof para su resguardo. Aunque con el tiempo el trigo se posiciona en el territorio por su gran adaptación y productividad en la agricultura.

Los piñones y brotes de kila son ingredientes de

recolección también presente en el territorio y ocupados como alimentos por nuestros ancestros.

Quien presenta la receta: Maria Eugenia Catril, Rume Kimey, Pucón.

Ingredientes:

Cordero, avellanas tostadas, kinwa de colores, merken ahumado, cilantro, tallos de kila y piñones.





Costillar de jabalí ahumado con salsa lleuque y papas michuñe con mote

El jabalí se ha incorporado a la gastronomía mapuche por ser un animal introducido muy dañino para los ecosistemas naturales. El lleuque (uva de montaña) es un fruto endémico que se recolecta en la cordillera, las papas michuñes es una papa nativa mapuche, de color púrpura,

con mote es una inspiración de la cocina ancestral, es una receta sencilla que sostenía a las familias mapuche en tiempo de escasez.

Quien presenta la receta: Shirleyd Garrido, Pica Campesina, Pucón.

Ingredientes:

Costillar de jabalí ahumado, frutos de lleuque, trigo mote, papas michuñes, chalota parte verde, manteca de cerdo, ají color y merken ahumado.







Mültrun (pan ancestral)

Alrededor del kutral (fuego central de la ruka) la ñaña danza pisando el trigo en una batea. Realiza su ceremonia secreta, pidiendo protección para su Ñuke mapu/madre tierra.

Lleva el trigo al exterior y con el llepu (balay plano) ocupando el viento como aliado, saca los restos de cascarillas. Venteaba el trigo conectándolo con el aire, mirando al Ruca Pillan (volcán Villarrica) que esta encendido y más activo por estos días, no hay que temerle dice “hay que inquietarse cuando él no respira”.

Coloca el trigo en una challa (olleta de fierro) conectándolo con el agua que ella misma tanto defiende. Le agrega ceniza de árboles nativos y se

lo presenta al fuego central de su ruka, trabajan juntas con su gñen ruka para poder limpiarlo.

La Ruca: esta vivienda ancestral que tiene vida propia, inhalando aire y exhalando humo, y que conecta la tierra con el wenu mapu atreves de su fuego, llevándose conversas y pensamientos en su humo para nuestros antepasados que están arriba.

La ñaña toma la challa y vacía su contenido en el chaiwe, lo lava bien con abundante agua y lo vuelve a llevar a cocinar, “se debe cocer hasta que el trigo no se vea blanco en el corazón” dice. Lo estila en el chaiwe y aun con el trigo estando tibio lo muele y lo moldea en su

kuzi (piedra ancetral) que también la acompaña en sus preparaciones.

Monta los mültrun en un rali (plato de madera) acompañándolos con trapí (preparación de ají mapuche) en su tranatrapíwe (mortero de piedra) y los presenta como alimento esencial en el centro de mesa.

Quién presenta la receta: Ramona XX, que acompaña esta preparación junto a un ritual ancestral, Lican-Ray.

Escrito por Miguel Catricheo, chef.



Presentación Chefs



Chef María de los Ángeles Antivil Álvarez

Mujer Mapuche, Chef y Socia Fundadora de Peuma Ñuke SpA, vive en la Comunidad Nahuelhuen, Lof Rengalil, región de la Araucanía. Cuenta con experiencia en restaurantes, hoteles y agencias de turismo en distintos países de Latinoamérica. Además trabajo en consultoría en una empresa Chilena-Canadiense donde identifica la falta de profesionalización de los emprendimientos turísticos y gastronómicos. Lo que la motiva a trabajar en su comunidad como dirigente y con agrupaciones territoriales lideradas por mujeres, colaborando con conocimientos y capacitación.

Complementa sus estudios realizando un Diplomado en Cooperativas de Base indígena y participa en un PFC de Becas capital Humano de Corfo Formación de empresarios Turísticos Mapuche adquiriendo herramientas relacionadas con la puesta en valor del patrimonio cultural y territorial mapuche, procesos de economías circulares y colaborativas; asociatividad y trabajo en equipo, diseño de proyectos turísticos bajo un enfoque intercultural y la gestión y administración de las empresas, realizando la pasantía en Ecuador conociendo el Turismo Comunitario de Chimborazo. Además realiza un programa de formación Community Manager para la industria Turística y participa del programa formativo Market Ready Turismo Indígena impartido por la Subsecretaría de Turismo, SERNATUR, CONADI. También realiza Curso de Astroturismo y Cosmovisión Mapuche impartido por Universidad de la Frontera campus Pucón.

Para María de los Ángeles Antivil la figura de la mujer en nuestra cultura es clave para entender la forma en la que la sociedad ha evolucionado. Con recetas heredadas de madres y abuelas, las mujeres de comunidades rurales desde sus LOF poseen el patrimonio gastronómico del pueblo mapuche. Generar emprendimiento se cimienta desde la necesidad de desarrollar una gastronomía y una economía local que refleje y valore la cultura mapuche desde la mirada real y cautivadora hacia la comunidad.

Chef Juan Carlos Quiñeman Milla

Con una destacada experiencia en los mejores hoteles de Santiago, Viña del Mar Y Arica este chef mapuche se ha ganado su puesto con esfuerzo y trabajo. Nació y se crío en Guiñimo, una comunidad rural de la Región de la Araucanía; allí, la cocina casera, la agricultura familiar y el calor de las ollas eran parte del escenario de su infancia.

A los dieciocho años prueba suerte en las cocinas capitalinas y comienza desde abajo: lavando platos. Tras un año y medio de experiencia, y entusiasmado con el trabajo del chef, decide estudiar cocina e inicia su práctica profesional en el hotel Santiago Marriott, donde logra ser el chef cook del restorán Café MED del mismo hotel.

Desde ese momento la carrera de Quiñeman va en ascenso como chef del hotel Four Points By Sheraton Santiago; sous chef del Gran Casino Monticello, Sous Chef Ejecutivo en Hotel Sheraton Miramar, Hotel Neruda y luego parte un nuevo desafío como Chef Ejecutivo en Antay, hotel de 5 estrellas más moderno del norte de Chile.

Además ha realizado varias charlas gastronómicas para la Fundación Belén Educa y Duoc Valparaíso, y dictó el curso “La cocina Mapuche, algo más que merquén” en el Encuentro Internacional de la Industria Gastronómica y Alimentaria, EIIIGA, organizado por la Asociación Chilena de Gastronomía. También participó como chef presentador de la serie documental Recomiendo Chile, para el capítulo “La Araucanía” emito por canal 13 y visito en varias oportunidades el programa Bienvenido del mismo Canal.

El año 2009 recibe una Medalla de plata en el Concurso Nacional de Gastronomía, organizado por la Asociación Chilena de Gastronomía, en la categoría Cocina Tradicional.

El Año 2017 y 2019 realiza junto otros 20 chef una gira tecnológica por Europa, Organizada por la universidad las Américas.

Actualmente Chef & Anfitrión de su propio emprendimiento de Gastronomía Campesina Mapuche “Campo Millary”. Con un fuerte amor por la cocina casera y los productos locales, el gran aporte de Quiñeman ha sido rescatar las recetas de su pueblo que no han sido escritas y que hasta hoy solo se transmiten de forma oral, manteniendo en ellas sus principios básicos: el uso de productos autóctonos, con una importante influencia estacional, elemento clave de la cultura y modo de vida de las comunidades.

Chef Miguel Catricheo

Criado por sus abuelos, pequeños agricultores, ganaderos y artesanos de la lana en Curarrehue, zona cordillerana de la región de la Araucanía. De ellos aprendió gran parte de lo que hoy muestra en la cocina.

En el año 2015 recibió el reconocimiento a mejor cocina de regiones de Chile otorgado por el círculo de cronistas gastronómicos y del vino de Chile, el 2016 fue reconocido como uno de los 100 jóvenes líderes más influyente del año por el diario el Mercurio y la Universidad Adolfo Ibáñez del Campo. Fue invitado al primer y al tercer Congreso del Patrimonio alimentario de Chile por Ministerio de Cultura y las Artes (2016-2017). Y viajó a New York y Washington a promover la cocina mapuche, además de ser invitado a representar la cocina Ancestral a España, Italia y Francia.

Fue Chef Ejecutivo de la Reserva Biológica Huilo Huilo y en el centro de Ski Corralco, actualmente realiza capacitaciones a emprendedoras gastronómicas de distintos territorios, ayudando a potenciar sus ofertas culinarias, además de realizar asesorías a restaurantes, además cuenta con su propio emprendimiento turístico "La casa del árbol kurarrewé".

Catricheo se ha desempeñado en distintas cocinas del país, desarrollando una gastronomía inspirada en la gente y las tradiciones del sur, utilizando ingredientes y preparaciones típicas de la zona con una mirada joven de la cosmovisión mapuche, que hoy promueve el desarrollo gastronómico sustentable de su región.

Experiencia turística

Un viaje inolvidable hacia nuestras raíces...

¿Quiénes somos y de dónde venimos? parecieran interrogantes complejas, pero que hoy las podemos palpar, en la naturaleza misma, en la sonrisas de nuestros niños y niñas mapuche, en los sabores que dejaron las ñañas en cada una de sus comidas y que hoy nos brindan la posibilidad de realizar un viaje maravilloso hacía al pasado.

Qué privilegio poder sentir la intensidad de los sabores lafkenche, esos que desprenden una brisa marina envolvente, esos que en sus olores introducen al placer y deseo de viajar hacía la memoria de los challwafe/pescadores que recorriendo la inmensidad del lafken, encontraron los ingredientes perfectos para sabores de sabiduría y amor.

Cuánto habrán presenciado los poderosos pewen a lo largo de sus años, entregando frutos impregnados de vida, pero esa vida en armonía con la naturaleza, por esa vida creadora de sabores de identidad, de orgullo por ser quienes somos, una gastronomía posada en las cordilleras que su probar entrega la verdad y equilibrio de todo un pueblo maravilloso, llamado pewenche.

Que las largas praderas hablen, que las semillas de trigo nos cuenten ¿cuál es el secreto del tratamiento de los cereales en la olla de fierro de la papay? Que perfección más saludable, más poderosa, esos alimentos que fortalecen el alma e invitan a adentrarse en un viaje placentero donde los guías son los wenteche, dueños y amantes del despampanante territorio del valle. Invitados e invitadas todos y todas al viaje culinario que aterriza en las raíces de un pueblo rico en sabiduría, armonía y un profundo amor por su ser.

Experiencia turística

Carta de presentación negocios mapuche

Küme llelkawn

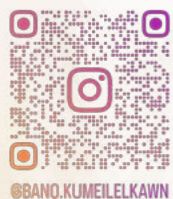


Empresa familiar dedicada a la venta de productos y servicios gastronómicos con identidad originaria mapuche, ubicados en la ciudad de Nueva Imperial.

964272555

Abigail Caquilpan
Diego Bustos

f Kumeilelkawn



Cabaña Peñehue Lof



Empresa familiar dedicada al servicio de alojamiento en cabaña y domo, tinajas y paseo fluvial en el río Toltén. Ubicados en sector Peñehue, Teodoro Schmidt

+56 989074456

+56 930257246
Catherine Sánchez

f Cabaña Peñehue Lof



El estuario del Malton

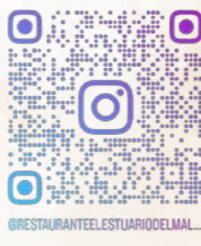
Restaurant con especialidades en productos del mar, ubicado a orillas del río imperial en Nehuentue, utilizando como encanto productos locales identitarios, choros maltones extraído del estuario por un buzo mariscador y cultivado ellos mismos. En cada comida esta la tradición de mujer lafquenche, rico, abundante, y escuchando constantemente el ruido de las olas del mar y observando a los pescadores artesanales en sus botes y sus redes para salir a pescar.

+56998419186
Cecilia Sanhueza

globe www.elestuariodelmalton.cl

f Restaurante el estuario del Malton

location -38.701958,-73.120784 QR



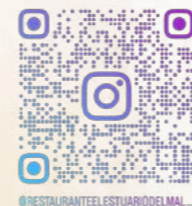
Agrícola Amankay



Actividad productiva dedicada a la huerta agroecológica, con huertos limpios, libres de químicos lo cual es transcendental para mantener el itrofil mogen de huerta tradicional mapuche con resguardo de semillas, además huerto de frutillas, frambuesas y variedad de verduras para elaborar subproductos como agroelaborados, mermeladas, salsas y conservas.

934308322 Claudia Catril

f AGRICOLA AMANKAY



Servicios turísticos Uñum Kimun SpA



+569 45620540
Daniela Burgos

globe www.unumkimun.cl

f Avescostras

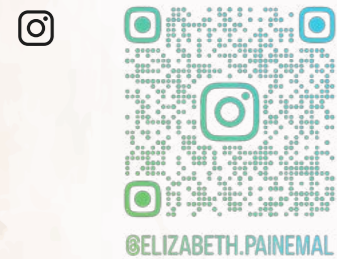


Elizabeth Painemal Platería Mapuche

Negocio enfocado en el rescate de la platería ancestral, con toques contemporáneos, incorporando elementos que rescaten y pongan en valor la iconografía del textil mapuche, a través de lo cual se generan relatos e historias propias de nuestra cultura. A través de las piezas se busca poner en valor la historia y los ejes de social, cultural, espiritual, político y económico.

+569 93519774
Elizabeth Painemal

PainemalElizabeth



Centro Cultural y Gastronómico Kom Che Ñi Ruka (La casa de todos)



+ 56 9 62980362
Fresia Paineñil

www.komcheñiruka.cl

Kom che ñi ruka

-38.943695,-73.282454 QR



Centro Cultural y Gastronómico que busca transmitir la cultura mapuche, por medio de su cosmovisión, los valores, las creencias y la forma de relacionarse con la naturaleza que nos rodea, además promover las relaciones interculturales. Se ofrece la oportunidad de conocer y compartir el diario vivir a través de actividades recreativas y culturales, además de degustar, contemplar, inspirar y compartir, la cultura, los sabores y saberes del pueblo mapuche.

Aquí encontrarás hospedaje en hostel y tour al interior de la comunidad a través de paseo en bote, visita huerto medicinal, taller artesanal, juego demostración y explicación del palin, charla de instrumentos musicales, charla transferencia experiencia turística, relato del territorio y visita al mar.

Cabañas Newen Ruka



+56953153706
+56968401046
Gloria Sellao

Cabañas newen ruka



-38.701259295915484,
-72.94067333132722 QR

Emprendimiento sustentable y gastronomía fusión, poniendo en práctica la economía circular en la comunidad, dirigido a turistas que buscan conocer y visitar un lugar familiar lo cual ayuda a un bienestar físico y emocional.

we newen



972398852
Jeannette Silva Cayún

Coctelería we newen



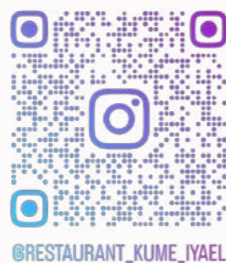
Banquetería dedicada a estudiar y exponer la extensa cocina tradicional mapuche, exploradas con las mejores prácticas y técnicas culinarias actuales, pero sin perder de vista el origen de las preparaciones. Se trabaja con materias primas e insumos locales, la mayor parte de las preparaciones echas de acuerdo a la estacionalidad, en cada temporada se recolectan distintas variedades de productos que ayudan a la elaboración de alimentos para el consumo de los comensales, de estos productos se realizan exquisitas preparaciones como plato de fondo, agregados, salsa gourmet, postres, kuchen y conservas en general.

RESTAURANT KÜME IYAEI "Comidas y Aromas de Campo"



WhatsApp: +56965799399
Jerson Antiman

Facebook: Restaurant Küme Iyael



Restaurant Küme Iyael ubicado en la comunidad de Lumahue, ofrece una exquisita gastronomía mapuche rústica y con fusión contemporánea, comidas caseras y típicas de la zona de la costa de la Araucanía. Todos los alimentos son preparados con hortalizas orgánicas. Además en el lugar se cuenta con un sendero propio de tres Km. con dos esteros donde puede experimentar avistamiento de distintos tipos de aves silvestre y árboles nativos. Además puedes vivir una tranquilidad innata en la misma naturaleza. Además este emprendimiento se propone como unas de su misión con el medio ambiente cultivar con materia 100% orgánicas, también de mantener los árboles nativos del entorno.

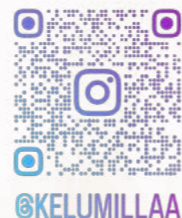
Kelu-milla

Emprendimiento dedicado al cultivo de ají cacho de cabra y elaboración de merken y otros productos con identidad mapuche, como es la pimienta de canelo y maqui. Toda la producción y recolección es 100% natural.

WhatsApp: +56986446868
Juana Levio

Facebook: www.kelumilla.com

Kelu Milla



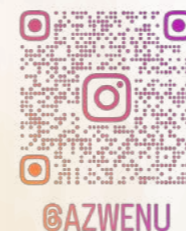
Centro de aprendizaje y turismo Az Wemu



Emprendimiento enfocado en el rescate de plantas nativas y medicinales, cultura y gastronomía mapuche. Además se ofrece artesanía en madera, lana, cuero y charlas de plantación árboles nativos.

WhatsApp: +56986114058
Karina Quintanilla

Facebook: Az wenu



Infusiones Sanaté



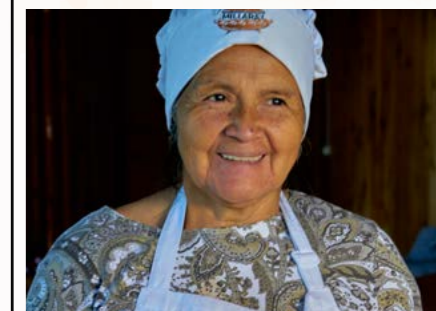
Recolección y deshidratación de pétalos y hojas de plantas medicinales orgánicas con prácticas ancestrales en la recolección y deshidratación, logrando que sus propiedades medicinales se conserven frescas, limpias y aromáticas.

WhatsApp: +56 9 3133 2090
Lorena Leiva

Facebook: Infusiones Sanate Teodoro Schmidt



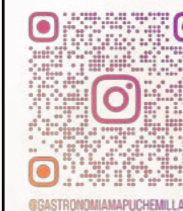
Gastronomía Millaray



Emprendimiento de alojamiento en cabaña, servicio de alimentación mapuche en ruka, charla y relatoría en cultura y artesanía mapuche.

WhatsApp: +56974560709
Norma Huenten

Facebook: Gastronomía mapuche Millaray



Experiencia turística

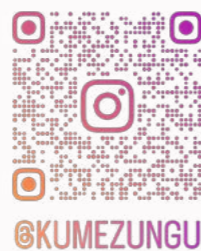
Carta de presentación negocios mapuche

Küme Zungü



+56961056888
Miriam Sanhueza

Restaurante Küme Zungü



Empresa familiar ubicados en el centro gastronómico de Nehuentue, ofrece preparaciones interculturales que contienen productos marinos y que rescatan la gastronomía ancestral rescatando ingredientes propios del campo y el mar tales como el cochayuyo, ulte, digueños, changles, entre otros, buscando preservar estas expresiones artísticas y culturales propios del territorio costero mapuche lafkenche de Carahue. Dentro de las preparaciones se incorporan elementos como el cochayuyo, choro, macha, róbalo, catuto, sopaipilla, harina tostada, merken, tortillas al rescoldo, entre muchos otros. Los principales platos son los caldillos, choros al vapor, pescado frito, empanadas de mariscos y empanadas de cochayuyo.

Ina Lewfü



+569 72689803
Selma Caniunir

Selmita Hospedaje Ina Lewfu QR



Emprendimiento familiar mapuche, dedicado al servicio de turismo mapuche y su cultura. Ofrecen los servicios de alojamiento en cabaña y ruka, comida típica mapuche y charlas de cosmovisión y lengua mapuche.

Nativo D'Ko Cabañas y eventos



+56944055375
Wilma Levil

Cabañas nativo D'Ko



Emprendimiento turístico dedicado al bienestar y descanso, inspirado en la naturaleza y el cuidado de esta. Cabañas y tinajas con hierbas medicinales, salón de eventos con jardines que invitan a la desconexión y a disfrutar de la belleza del río Imperial donde pueden disfrutar de paseos en bote o kayak.

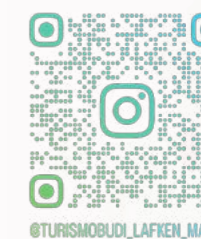
Budi lafken mapu



+56 981850991
Yesica Huenten

<https://budilafkenmapu.cl/>

BudiLakfen Mapu



@TURISMOBUDI_LAFKEN_MAPU



Empresa sustentable de turismo Mapuche entrega servicios de tours y circuitos turísticos en la zona del lafken mapu, alojamiento, ruka, tinajas, cabalgatas, navegación y gastronomía con identidad. Además extracción de choros, aprender a confeccionar la pilwa y otras diversas actividades permitiendo que el visitante pueda conocer la belleza del territorio y además de artesanía tradicional confeccionada con lana natural, madera y fibras vegetales, todos estos servicios son para lograr promover los valores como el kelluwun (trabajo colaborativo), el ixtrofil mogen y kume mogen.

Experiencia turística

Carta de presentación negocios mapuche

Ruka Humedales Trovolhue



Emprendimiento ubicado en Humedales de Trovolhue, comuna de Carahue que busca transmitir la cultura mapuche a través de la gastronomía fusión y alimentación ancestral, alojamiento sumergidos en la biodiversidad la cuenca de Trovolhue, al pie de la cordillera de Nahuelbuta, se especializan en productos con avellana chilena, mutilla, maqui, papa y otros frutos silvestres, además de artesanías hechas a mano en lana, piedra y madera y paseos guiados en kayak.

+56 9 83680148
Yesica Marivil



Restaurant Newen Antu



Comida casera de tradición mapuche ubicada en Lican-Ray, donde encontrarás cordero asado, cazuela de pollo de campo, y de vacuno acompañado de sopaipilla y pebre ricos catutos y el muday heladito.

962836137
Ana Anticoy

Newen Antu Restaurant



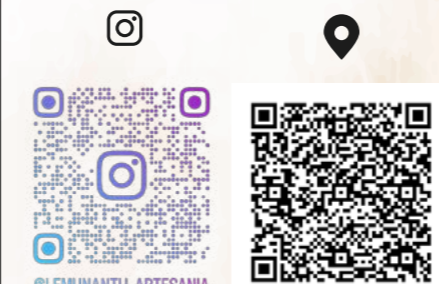
Lemun Antu



Emprendimiento ubicado en la zona lacustre, Pucón, Lof Marta Cayulef, busca rescatar la cultura a través de diseños y productos exclusivos, tanto tejidos tradicionales, decoración e innovación en fieltro. Además se entregan servicios de charlas culturales, de artesanía tradicional y decoración.

+56983488545
Ana Quiñenao

Lemunantu_artesania



Ekolif Cosmética Mapuche



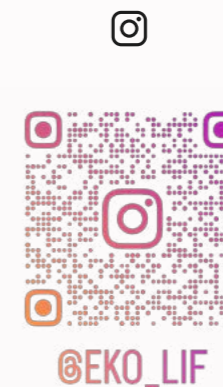
Ekolif Cosmética Mapuche dedicada a recolectar y cultivar hierbas y frutos para elaborar y vender productos cosméticos con rescate de hierbas medicinales; como el maqui, la avellana Chilena, la Rosa mosqueta, el canelo, la tepa, el arrayán entre otros árboles/arbustos/hierbas locales y nacionales, agregando valor de la cultura mapuche y las plantas medicinales.

Cuentan con una variedad de más de 150 tipos de productos naturales que tienen un positivo impacto medio ambiental, reciclando un 30% aproximado de residuos y no trabajan con materias primas derivadas del petróleo.

+569 65050832
Belen Huentecura

https://www.ekolif.cl/

EKO LIF



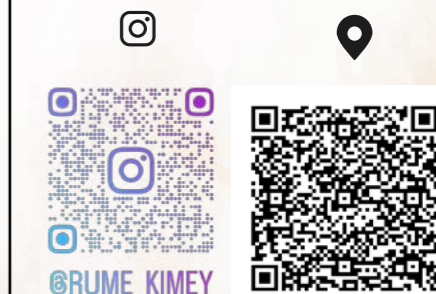
Rume Kimey



Restaurant de comida casera ubicado 2° piso de la feria artesanal Newen Mapu, en el centro de Pucón. Aquí encontrarás productos de artesanos de la zona, y una variada carta donde te sorprenderás con esta experiencia gastronómica.

+56985165354
María Catril

Rume kimey



Ramona Quimen



XXXXXXXXXX

+569XXXXXXXX
Ramona Quimen

XXXXXXXXXXXXXX



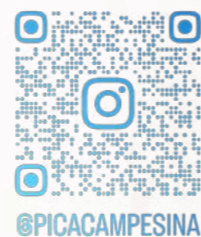
Picá Campesina



Empresa familiar dedicados a entregar servicios de alimentación con pertinencia cultural mapuche y tradicional ubicado en el centro de Pucón. Ofrecen alimentos saludables y consiente, libre de agroquímicos y refinados. Sus principales productos son las empanadas en harinas integrales con rellenos vegetarianos y estacionales, alimentos veganos, libres de gluten y productos con pertinencia territorial y de estación, además de contar con pastelería tradicional y pastelería vegana. Se abastecen principalmente de una red de productores locales, especialmente mujeres emprendedoras, aportando así a la economía local especializados en huertas familiares mapuche y agroecológicas.

+569 44815237
Shirley Garrido

Picá Campesina



UNELUKEY MAPU (sabor regalado de la tierra)



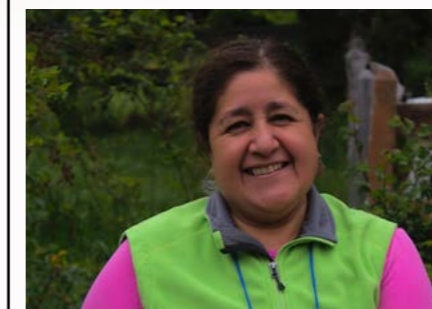
Emprendimiento dedicado a la elaboración de productos derivados de castañas, innovando en diferentes preparaciones, sus procesos de recolección son realizados manteniendo la armonía con la naturaleza y para sus preparaciones mantienen el conocimiento de sus recetas ancestrales.

+569 53393620
Ana Torres

Unelukey Mapu



Restaurante y centro de eventos Ruka Weshakellu

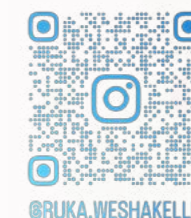


Ruka Weshakellu, que en Mapuzugun significa, la casa donde hay de todo, es una empresa familiar dedicada a la gastronomía Mapuche con fusión contemporánea, centro de eventos y artesanías, emplazada en el corazón de la comunidad indígena Cacique Juan Huenchumil, en la zona rural de Freire. Construido en torno a la identidad Mapuche una armonía espacial generando un ambiente familiar, con una inmersión en un entorno rural que permite generar una pausa a la rutina, propicia la internalización positiva de elementos de la cultura Mapuche y ofrece al visitante un servicio con mayor valor percibido, al incorporar el uso apropiado de elementos representativos iconográficos, lingüísticos y arquitectónicos que invitan a vivir una experiencia y formarse de primera fuente lo que es la cultura Mapuche.

+56 9 56061841
+56 9 56062644
Elba Huenchumil

Rukaweshakellu.cl

Ruka Weshakellu



Experiencia turística

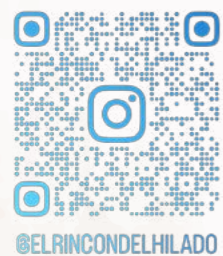
El rincón del Hilado

Emprendimiento dedicado a la venta de artesanía textil mapuche; hilados, telar decorativo e insumos. Además se dan cursos de bio-preparados, abonos orgánicos y cultivo de hortalizas agroecológicas donde se usa la auto-cosecha como sistema de venta, consiste que el cliente es el que extrae los productos.

+56985417964
Erika Barra

www.elrincondelhilado.cl

El rincón Del Hilado



Turismo Vive Nativa



Vive Nativa se emplaza en el bosque templado, dibujado por lomajes suaves donde pasta tranquilo el ganado, con construcciones pensadas en quienes los visitan, valorando la historia ancestral, disfrutando y cuidando el medio ambiente e interactuando con la madre tierra de la mejor manera. Se ofrece servicio gastronómico con base correspondiente a cordero de producción propia, junto con aderezos y acompañamientos resultado de huertos y recolección natural. Además se ofrece guiado e interpretación cultural del bosque, servicios de alojamiento en casa del árbol y carrmatos ambientados en la década del 40', servicio de tinajas en medio del bosque.

+569 94865314
Lester Colipan

www.vivenativa.cl

Vive Nativa Ecolodge



Píngara

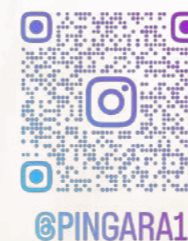


Píngara te acerca la Naturaleza a través del uso de las propiedades que entregan las plantas medicinales y frutos silvestres, mediante el uso de productos naturales los cuales se elaboran de forma artesanal. Utilizando la técnica ancestral que consiste en la recolección del Lawen para la obtención de las materias primas las cuales ayudan a tratamiento de relajación, dolencias y cuidado de la piel otorgando salud y bienestar. Lo realizan en wallmapu en donde conectamos con un entorno natural de una forma Sustentable y respetando los ciclos del ecosistema.

+56 9 86643070
Liliana Peñailillo

www.pingara.cl

Píngara Pitrufquén



Ruka Liwen

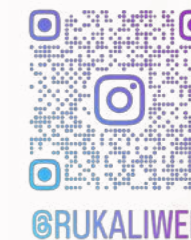


Ruka Liwen es una empresa familiar que busca a través del arte culinario mapuche fortalecer las actividades de etnoturismo cultural de la zona. La implementación de una Ruka mapuche, piscina y tinajas con hidromasajes en la Comunidad Francisco Huentropainemil, en Maile, Comuna de Freire; permitirá que tanto integrantes de la comunidad, los visitantes y quienes deseen, puedan aprender, disfrutar y compartir de los productos de la alimentación saludable mapuche. Insumos como Avellana, Arrayán, Kinwa, Mote, Maqui, Changles, Digüeñes, Rosa Mosqueta, Piñones, Castañas entre otros, darán vida a preparaciones que buscan sorprender a sus visitantes, siendo parte del rescate de una cultura endémica y propia de la zona. El Xafquintú permitirá que Ruka Liwen pueda contar con insumos provenientes de comunidades Lafquenches, Pehuenches y Huilliches dando vida a un proyecto único en la región.

+56 988999313
Maria Coliguil

www.rukaliwen.cl

Ruka liwen liwen





Newen zomo | Fuerza de la mujer

“Hermanos y hermanas de una misma ñuke mapu/madre tierra” ¡Qué hermosura emana de sus ojos cuando mira su hogar! No se había visto tanto amor en una intención, la intención de proteger, de educar, de hacer sonreír, de cobijar, es lo que la caracteriza. En el mundo mapuche el equilibrio significa la dualidad constante de lo que rige el universo, el bien y el mal, el sol y la luna, el cielo y la tierra, el hombre y la mujer. Cada uno en sus roles propios que permiten darle movimiento a la vida. Mujer mapuche, mujer de fuerza, sabia y habilidosa, que en sus palabras resuena la fortaleza pura de un pueblo que busca siempre permanecer en armonía. En ella reposa la vida de la ruka y en sus alimentos, predomina el capricho de hacer feliz a los suyos, de entregarle energías y placeres para que puedan tener un buen vivir, kúme mogen le dicen. ¡Qué buen paladar tienen estas ñañas! Los ingredientes precisos se reúnen en sus platos, sabores propios de la tierra, olores que se repiten cuando el viento sacude las hojas y la brisa marina alcanza las praderas, temperaturas cálidas que abrigan el piwke/corazón, las visitas se sienten en familia, se sienten acogidos con respeto y cariño. Mapuche zomo/mujer mapuche siembras virtudes que se transforman en frutos de realidades maravillosas y que en tus platos terminan siendo ofrenda para que el pueblo, mi pueblo mapuche permanezca en esta tierra.

