

■ Chef&Hotel | opinión

## Recomendaciones para una Navidad y Año Nuevo con identidad y sentido regional



**Jaime Jiménez De Mendoza**  
Presidente de ASEGM O'Higgins

Cada fin de año nos brinda la hermosa oportunidad de reunirnos en torno a los valores familiares, culturales y sociales que encierra el ritual de celebrar rodeados de la despensa culinaria nacional. En ese momento, la mesa se convierte en el escenario donde reivindicamos nuestras vivencias, mientras compartimos alimentos, bebidas y experiencias que deja el ciclo de un nuevo año, cargado de aprendizajes significativos tanto para cada individuo como para la comunidad en general. Este es también un tiempo propicio para reflexionar sobre el patrimonio que nuestro territorio nos ofrece, una ocasión para valorar y profundizar en la cultura que nos nutre, desde lo físico hasta lo emocional, y que plantea desafíos pendientes que debemos fortalecer y difundir.

En esta columna, me propongo ofrecer algunas recomendaciones para enaltecer nuestro patrimonio agroalimentario, reconociendo a aquellos que, con su trabajo y dedicación, dan vida y preservan los paisajes de nuestro territorio. Este ejercicio de celebración debe ser también una reivindicación de los productos regionales, del trabajo artesanal y de la experiencia que rodea la mesa nacional, que se caracteriza por la extraordinaria diversidad de ingredientes que en ella se presentan.

A continuación, te propongo algunas pautas a seguir al momento de cocinar en estas fiestas:

### **1. Descubre el patrimonio agroalimentario de tu región:**

Investiga sobre los productores y

productos locales, y difúndelos a través de las preparaciones que cocines en casa o que ofrezcas en el mercado. Reconocer y promover lo local es una forma de rendir homenaje a quienes sustentan nuestra identidad.

### **2. Cocina con la estación:**

Utilizar productos frescos de temporada de los pequeños agricultores de tu comunidad, esta materia prima, no solo optimiza la calidad de tus preparaciones, sino que también favorece la sustentabilidad. Los productos asociados a la agricultura familiar muchas veces responden a sistemas agroecológicos, con una producción más limpia y respetuosa. Estos insumos poseen un valor nutricional superior y características organolépticas destacadas.

Fortalece el circuito corto, al elegir productos en condiciones justas para el productor, tu cocina se vuelve ética y consciente, detenta un sentido y filosofía de gran valor para la experiencia final.

### **3. Cocina local:**

Mapea a los productores, artesanos y cultores de tu zona, y cocina con los productos que te vinculan a ellos. Incluye en tu menú ingredientes que reivindicuen los sabores regionales y utiliza utensilios tradicionales en la presentación de tus platos. Al elegir insumos locales, no solo apoyas la economía regional, sino que contribuyes a una cocina más sostenible, eliminas el transporte, generas trabajo y fortaleces la producción de alimentos en tu comunidad.

### **4. Elige preparaciones de la culinaria chilena:**

Fomentar la

valoración de nuestras tradiciones gastronómicas es esencial para fortalecer nuestra identidad. Cocinar platos tradicionales no solo enriquece nuestra experiencia culinaria, sino que nos conecta con el legado cultural de nuestro país.

### **5. Crea valor y autoestima a partir de nuestra cocina:**

Relata las historias que acompañan las preparaciones que compartes. Habla de los platos que comías en tu infancia y compara las recetas del pasado con las que elaboras hoy. Las preparaciones ligadas a momentos importantes siempre se recuerdan, y cocinarlas es una forma de preservar y revivir las tradiciones que, a menudo, se pierden con el tiempo.

Que estas fiestas de fin de año sean una oportunidad para fortalecer nuestra identidad y cultura culinaria, privilegiando los sabores nacionales por encima de las influencias extranjeras. Nuestras decisiones tienen un poder significativo, dejando una huella emocional en aquellos que disfrutan de los placeres que brinda la mesa. La celebración de fin de año debe ser una instancia única para transmitir nuestra identidad a las nuevas generaciones y reivindicar la rica herencia culinaria que defendemos con firmeza. La cocina chilena, ecléctica, compleja y diversa, es un reflejo de los valores que han dado forma a nuestra historia, y una muestra de la resiliencia de una cocina campesina sublime y poderosa, que a pesar de los desafíos e infravaloración del mercado, sigue siendo un pilar fundamental de nuestra cultura, de nuestra vida.