

Fecha: 10-07-2024  
Medio: Hoy x Hoy Antofagasta  
Supl.: Hoy x Hoy Antofagasta  
Tipo: Noticia general

Título: Día de la Pizza, ¡un festín para el paladar de los chilenos!

Pág.: 6  
Cm2: 364,0  
VPE: \$ 223.511

Tiraje:  
Lectoría:  
Favorabilidad:

Sin Datos  
Sin Datos  
 No Definida

## Día de la Pizza, ¡un festín para el paladar de los chilenos!

**Aunque hoy la celebramos en nuestro país, la verdad es que en cualquier mes del año, tanto para el almuerzo, la once o una noche de películas, una pizza siempre es una opción deliciosa y apetecida por todos.**

Qué duda cabe que Chile tiene una gran cantidad de fanáticos de las pizzas, las que en los últimos 30 años han ganado un gran terreno en la dieta alimenticia de los habitantes de este país. Y es que esta masa redondeada horneada con ingredientes como harina, agua, levadura, aceite y sal, entre otros, se consume ya sea en grandes cadenas, como también en pequeños locales especializados, restaurantes, o adquiriéndolas preparadas vía delivery, o en supermercados o locales de conveniencia, como así también preparándolas en casa.

De esta forma, nuestro país es uno de los cinco mercados en el planeta donde existe más consumo de esta masa horneada cubierta con los más variados condimentos.

### Una rica historia

La historia de la pizza se remonta a la antigua Roma, donde se preparaban panes planos con hierbas y aceite. En el siglo XVIII,

en Nápoles, la pizza se convirtió en un alimento popular entre las clases bajas. La "pizza marinara", con ajo, orégano, aceite de oliva y tomate, era la favorita.

En 1889, el pizzero Raffaele Esposito creó una pizza especial para la reina Margarita de Saboya. La "pizza Margarita", con mozzarella, tomate y albahaca, en honor a los colores de la bandera italiana, en poco tiempo se convirtió en un ícono culinario.

La pizza no tardó en expandirse fuera de las fronteras italianas, llegando a América a finales del siglo XIX con los inmigrantes italianos. A partir de ahí fue conocida en todo el mundo, adaptándose a los gustos locales. En Chile, la pizza llegó a principios del siglo XX, también con la inmigración italiana.

La pizza se convirtió rápidamente en un plato popular en Chile. Se adaptó al paladar nacional, incorporando ingredientes como el jamón, el pino y la longaniza. Surgieron cadenas de pizzerías locales y la pizza casera se convirtió en una tra-

dicción familiar, para luego sumarse las cadenas internacionales a partir de mediados de los años 90.

En 2017, la Unesco reconoció la pizza napolitana como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad. Este reconocimiento se basó en el papel de la pizza en la vida social y la transmisión de este arte culinario entre generaciones.

### Hecha en casa

En cualquier mes del año, tanto para el almuerzo, la once o una noche de películas, una pizza siempre es una opción deliciosa y apetecida por todos. Aprender a hacerla en casa, desde la masa, la salsa y los rellenos, no solo garantiza una comida irresistible, sino también opciones variadas de ingredientes para personalizarlas según cada gusto.

Tatiane Morales, académica coordinadora del Centro de Atención Nutricional de Universidad de las Américas (UDLA), sede Viña del Mar, comenta que "preparar pizza en casa tiene variados beneficios, por ejem-

plo, puedes seleccionar ingredientes frescos, optar por productos orgánicos, sin conservantes ni aditivos, y adaptar la pizza a las preferencias y necesidades dietéticas de los integrantes de la familia, como usar harinas integrales, reducir la cantidad de sal o incluir más vegetales, entre otros".

La nutricionista agrega que "cocinar en casa también permite experimentar con diferentes sabores y combinaciones de ingredientes. Se puede crear una pizza completa-

mente única, ajustando la masa, la salsa y los toppings. Esto también es una excelente actividad para involucrar a familiares y amigos, especialmente a los niños, quienes pueden disfrutar eligiendo y colocando sus propios ingredientes".

