

Culture Capsule 3

Latin American Cuisine

La cocina latinoamericana

Qué es la comida latina? Es una mezcla de culturas, con la influencia de las gentes indígenas combinada con el toque de España, Portugal, Italia y otros países europeos. Hasta la influencia africana se deja degustar en algunos platos latinos. Es decir, la comida latinoamericana es única, colorida, especial, y sobre todo muy sabrosa.

La historia de América del Sur le da a sus comidas diversos condimentos, influencias étnicas y métodos de preparación. Por siglos, los indígenas del continente habían preparado estofados y asados cocidos lentamente a fuego abierto. Pero al llegar los europeos éstos trajeron sus artes culinarias propias, incluyendo una variedad de salsas deliciosas como el sofrito, uno de los condimentos básicos de América del Sur, que consiste de una mezcla de especias y vegetales que le da a la comida un sabor suave y suculento.

Además de ser una de las comidas latinas más conocidas en Norteamérica, los platos mexicanos también son muy picantes. Los mexicanos usan cientos de chiles diferentes para sazonar y la comida varía según la región geográfica, dependiendo de los ingredientes disponibles. Por esa razón, ciertas comidas de una región podrían tener el mismo nombre en otra, pero con condimento y sabor muy distintos. Por ejemplo, en el norte de México los tamales son preparados con el hollejo del maíz, mientras que en el sur los preparan con la hoja del plátano. Sin embargo, por todo el país las comidas y condimentos básicos son la tortilla, el arroz, los frijoles, el comino, el ajo, y chiles muy picantes.

Las comidas de América Central son parecidas a las comidas de México y América del Sur, mezclando la influencia de España con su cultura indígena. Las frutas tropicales y el maní distinguen esta región geográfica, aunque también guisan con el chile picante. En las zonas interiores de Centroamérica se encuentra más frijoles y nueces, generalmente preparados con la carne de algún animal pequeño. Las zonas de la costa tienen varios pescados y mariscos que se preparan en estofados, a la parrilla, o se sirven crudos o encurtidos como el ceviche.

PREGUNTAS

1. ¿Qué trajeron los europeos?
2. ¿Cuáles son algunas comidas típicas de Centroamérica?
3. ¿Qué tipo de comidas preparaban las gentes indígenas?
4. ¿Qué es el sofrito?
5. ¿Qué país es conocido por su comida picante?