



www.perumuchogusto.com



Perú
mucho
gusto

Una publicación de la Comisión de Promoción del Perú
para la Exportación y el Turismo

www.promperu.gob.pe
© PromPerú. Todos los derechos reservados.

Hecho el depósito legal en la Biblioteca Nacional
del Perú N° 2008 - 05865.

DISTRIBUCIÓN GRATUITA. PROHIBIDA SU VENTA.

prom
perú



La cocina peruana

1. Asombrando al mundo

La gastronomía peruana es una celebración del Perú. Un país con una tradición milenaria y un promisorio futuro que no pierde de vista sus raíces y donde el arte del buen comer destaca entre sus habitantes como uno de los signos más distintivos de su identidad.



Lima, ha sido declarada capital gastronómica de Latinoamérica gracias a la amplitud y exquisitez de platillos aprobados de forma contundente por los más prestigiosos chefs y especialistas en el tema.

¿Qué ha originado la obtención de un lugar tan destacado en el mundo?

El respeto de la tradición y raíces nacionales, unidos a técnicas culinarias extranjeras reconociendo así, la sabiduría de otros pueblos en medio de un contexto orientado hacia la integración del mundo.





“Una de las razones por la cual tenemos una escuela en el Perú es la excelente calidad de la cocina peruana”.

Patrick Martin
Le Cordon Blue – Paris

La mesa está servida



Acompáñenos.

"Lo bueno que tiene el Perú es que es uno de los países más gastronómicos del mundo."

El Comercio, 12 de diciembre de 2007

JUAN MARI ARZAK,

CHEFF ESPAÑOL, TRES ESTRELLAS MICHELIN

"La comida peruana es simplemente fantástica. La abundancia de insumos, su excelente calidad y la pasión y buen gusto de la gente peruana por la comida la han hecho tan conocida en todo el mundo."

NOBU MATSUHISA,

CHEFF PROPIETARIO DE LOS RESTAURANTES NOBU

En: Perú mucho gusto. PromPerú 2006

"Se que la cocina peruana tiene mucha tradición y una gran variedad de productos que seguramente – muchos me lo han dicho- me dejarían sorprendido. Son muchos los frutos, como los amazónicos, que se están incorporando en su cocina. Esto se proyecta como una verdadera revolución."

FERRÁN ADRIÀ, CHEFF ESPAÑOL

En: Perú mucho gusto. PromPerú 2006

Por si fuera poco, la prestigiosa revista The Economist ubica al Perú entre las 12 gastronomías, más exquisitas del planeta.

THE ECONOMIST, 29 de enero 2004

"La cocina peruana es excepcionalmente buena y sorprendentemente desconocida. Los amantes de la comida que visitan por primera vez tendrán una maravillosa sorpresa."

LA GUÍA DEL PERÚ LONELY PLANET, 2004

2. Cocina Peruana: Una milenaria tradición



El pueblo peruano es famoso por su paladar exigente y refinado, el cual proviene de épocas inmemorables

Las técnicas precolombinas permitieron la preparación de sopas, guisos y pescados crudos. El procesamiento de la comida era parte común de la vida diaria, al contar con conocimientos para salar carne, deshidratar y cocer en hornos de tierra natural.

Con la colonización española, unida a la migración africana, china, italiana y japonesa, la cocina peruana acogió diferentes formas de ver el mundo y nuevas técnicas de preparación. Destaca la influencia de España y de China, que originó gastronomías con denominación propia: comida criolla y chifa, respectivamente.

Infinitos registros arqueológicos atestiguan la unión del pueblo con su alimento. Sobresale la cerámica Moche, cultura prehispánica y que retrataba especies vegetales y animales como parte de la dieta de los habitantes.



Los andes fueron el mayor centro de domesticación del mundo antiguo, con especies nativas conformadas por *tubérculos*, como la papa, legado del Perú al mundo.



3. Un país, muchas cocinas



I. Menacho / PP

La riqueza de la cocina peruana se sustenta en el mestizaje de sus culturas; así como en la existencia de una de las mayores biodiversidades de la Tierra, lo que ha producido el nacimiento y evolución de gastronomías únicas.

La cocina costeña data de épocas virreinales, sobresaliendo dulces de gran acogida como la mazamorra, el turrón y los picarones. De igual modo, destacan los pescados crudos preparados en un platillo que ha dado la vuelta al mundo: el cebiche.

La región andina mantiene sus ingredientes desde el período preíncá y en ella, el consumo de tubérculos, maíz, carne de llama, alpaca, trucha y cuy se ha enriquecido con la introducción del pan, el arroz, y las pastas. Mención especial para la pachamanca: almuerzo campestre realizado bajo tierra que da origen a una comida deliciosa y saludable.

La cocina de la selva, exuberante y exótica como la Amazonía, es tan amplia como desconocida. El Paiche, prodigioso pez de río, así como frutas en pleno proceso de descubrimiento como el camu camu, son materia prima para sus exquisitos platillos.



M. d' Aurio



Manchamantelés / PP

Los cultivos orgánicos han echado raíces en tierras peruanas. Hierbas thai, portobellos, endivias y champiñones son cosechados con el propósito de elaborar platos gourmet que deleiten los sentidos de los públicos más exclusivos del mundo.

Translúcido, cristalino, brillante y sin color. Como si se tratara de un diamante, el pisco exige esas mismas características de calidad y belleza para recibir con honores su nombre. Tarea de ciencia y arte es, pues, hacer el pisco y también saber beberlo.

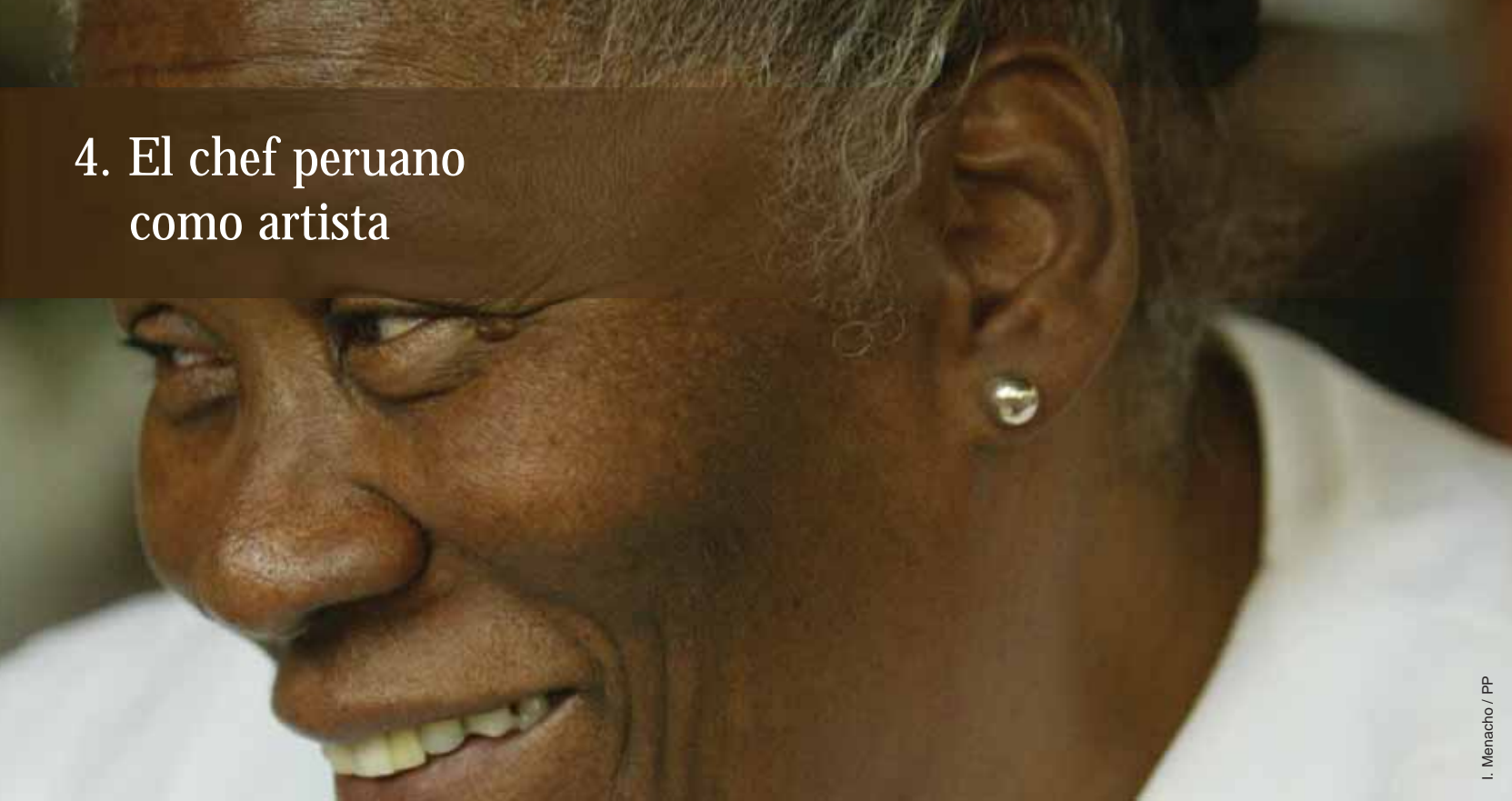
Se trata de un destilado de puro jugo de uva, entre 6 y 7 kilos para obtener un litro, que no incluye otro ingrediente más que el mosto recién fermentado de distintas variedades de uvas de nuestras costas.

El resultado: pisco puro. Puro pisco peruano para deleite del paladar y el corazón del mundo. ¡Salud!

Dentro de la variedad de licores fabricados en Perú, el pisco es considerado como bebida nacional. Proviene de uvas locales, destiladas para obtenerlo y producir con éste el mundialmente célebre pisco sour.



4. El chef peruano como artista



I. Menacho / PP

En los últimos años, en Lima se han inaugurado veintidós escuelas de cocina.

Esta cantidad, sin contar las ya existentes, la ha convertido en una de las ciudades con más centros de enseñanza gastronómica en el mundo.

La nueva generación de chefs peruanos se encuentra orientada a innovar e investigar, para continuar obteniendo las mayores distinciones internacionales.

Muchos ya triunfan en sus propios restaurantes de Latinoamérica y Estados Unidos, y trabajan de modo infatigable para llevar el sabor del Perú a todos los rincones del planeta.



Manchamanteles / PP



Manchamanteles / PP



Manchamanteles / PP



H. Stoll / PP



Manchamanteles / PP



H. Stoll / PP