

elegantes restaurantes franceses y se pueden tomar sólidas comidas quebequesas en ambientes históricos. Por ejemplo, Aux Anciens Canadiens es una casita de piedra del Siglo — XVII que sirve alimentos tradicionales tales como liebre cocida en jarra, cocido de patas de cerdo y corvejones de puerco. En las montañas Laurentinas, viejas posadas y balnearios se enorgullecen de su magnífica cocina francesa y platos hogareños. La Sapinière de Val Davis es el único — miembro de la cadena exclusiva de establecimientos “Le Relais de Campagne” que se encuentra en Europa.

Si se desea probar la diversidad étnica de la cocina de Montreal se puede visitar el Main del boulevard St. Laurent. En el mercado de — carne St. Laurent se pueden ver las cabras colgando de los garfios e hileras de carniceros independientes que compiten entre sí. En Enkins, a su lado, se pueden comprar pasteles de carne picantes del Caribe. Subiendo por St. Laurent y la calle Roy se encuentra Waldman, cuyos depósitos de agua contienen langostas y hay cestos de cangrejos azules de la Bahía de Cheseapeake, y latas de pulpo y calamar. Las pequeñas tiendras de Roy — venden gallinas, pollos, patos y conejos vivos, y se puede comprar pan caliente y pastas griegas. Schwartz es famoso por servir uno de los mejores — sandwiches de carne ahumada del mundo y está situado en el Main.

Mundialmente famoso cheddar

El queso cheddar de Ontario es mundialmente famoso. Balderson and Forfar son dos pequeños pueblos en el área de los

lagos Rideau, entre Ottawa y Kingston que producen Cheddars especiales que llevan los — nombres de sus localidades. Se puede comprar queso en el lugar y, en Forfar, observar a través de las ventanas de la fábrica la fabricación de los quesos. En Ingersoll, Ontario, se puede visitar el Museo de Queserías y ver los — instrumentos y maquinarias antiguas de fabricación de queso. Para los que desean ver los estilos tradicionales de fabricación de queso, se puede acudir al poblado del Alto Canadá en Morrisburg (abierto diariamente de mayo a octubre) o la vieja fábrica de quesos en Warkworth (los sábados de mediados de mayo al día de Acción de Gracias).

En el distrito Kitchener-Waterloo del sudoeste de Ontario, se mantienen fuertes las tradiciones germano-mennonitas. Cada sábado por la mañana y también los miércoles en verano, en el mercado de Agricultores Mennonitas de Kitchener se puede encontrar pan casero, salchichas, conservas y verduras y platos menonitas tales como pastel de molaza, Kochkase (requesón) y Kimmel Hitsche (bayas adobadas). Durante octubre, en el área de Kitchener se celebra el Oktoberfest-nueve días de festividades alimenticias y de bebida alemanas.

En las tierras cenegosas y de lentos arroyos de Ontario, Manitoba y Saskatchewan crece el arroz silvestre que los indios nativos cosechan a finales de agosto y septiembre doblando los tallos de arroz en sus canoas y machacando las espigas con una paleta. También se puede comprar arroz silvestre en las secciones de alimentos finos de los supermercados y en almacenes especiales, e incluso saborear su gusto a nuez en restaurantes especializados.

En los Llanos, la gran influencia de ucranianos, menonitas y judíos emigrantes es evidente. En el Museo del Poblado Mennonita de Steinbach, Manitoba, (abierto de mediados de mayo a mediados de septiembre) se puede comer en un restaurant habilitado en un viejo establo “borscht” (sopa de remolacha) menonita, es decir hecho — sin remolacha, aunque sí con verduras y crema agria; una sopa fría de frutas (pluma moos) servida con crema vareneki, la versión menonita de los perogies; se puede tomar salchichas ahumadas y pan de harina molida en el molino de piedra de la localidad. La comida — ucraniana es tan popular en Manitoba, Saskatchewan y Alberta que se puede encontrar no solamente en restau-



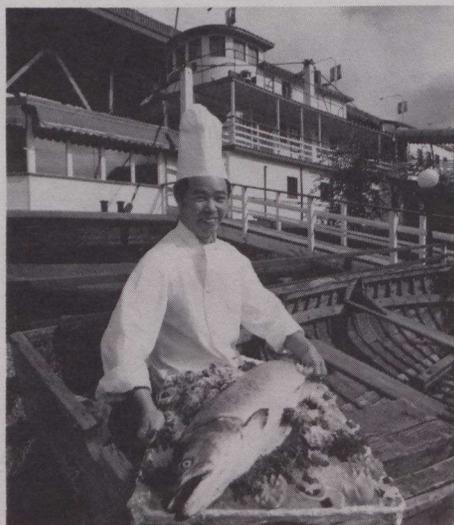
El Restaurant L'Atre cerca de la ciudad de Quebec.

rantes, sino también en comestibles finos y supermercados. Trate el holupchi (carne enrollada en hojas de col) y perogies (pastelitos de masa con papa o queso). En el distrito Interlake, entre el Lago Winnipeg y el — Lago Winnipegosis, y especialmente en Gimli, hay panaderías islandesas que venden pan y pastas especiales islandesas.

En el centro de Winnipeg, en la vieja plaza del mercado (abierto los sábados y domingos en verano) se puede comprar verdura fresca, productos de artesanía y antigüedades en puestos de mercado, mientras se escucha a los músicos e ilusionistas. En muchos restaurantes se puede tomar el ojodorado de Winnipeg, un pescado ahumado sobre brasa de roble hasta que alcanza un color coral oscuro.

Alberta es famosa y con razón, por su carne de res. En los restaurantes especiales de carne se sirven gruesos bistecs tiernos y gruesos de carne de res. En la zona del Peace River, los granjeros se enorgullecen de producir la mejor miel del mundo. Algo más al norte, en los Territorios del Noroeste, se — encuentra la trucha asalmonada del Artico, manjar delicioso que no es trucha ni salmón. En Yellowknife, se sirven hamburguesas pan ácido o tortas de maíz en el Café Wildcar. (El bannock es un pan primitivo, cocido por los indios y frito por los Inuits). Para un cambio de paso, se puede acudir al Centro de la Amistad del Arbol de la Paz de los Métis, donde se sirve un magnífico cocido de caribú. En el Yukon, se puede tomar trucha, salmón de lago y cangrejo rey de Alaska.

(Cont. p. 8)



El Restaurant Wharf de Vancouver se especializa en salmón de la Colombia Británica.