

Una mirada a

La Cocina Canadiense

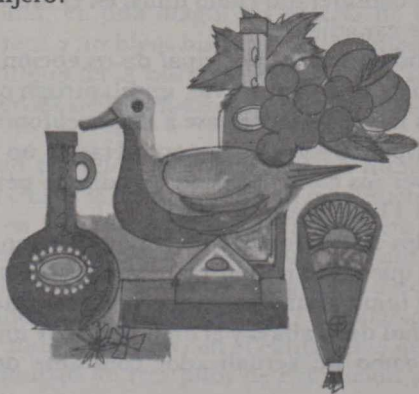
La cocina canadiense moderna es producto de años de desarrollo y adaptación de los métodos de cocina traídos desde los hogares de los colonizadores europeos, cuyos descendientes forman ahora la nación.

En este país nuevo y extraño, los primeros europeos encontraron alimentos que nunca antes habían visto y descubrieron también que los indios nativos de Canadá tomaban alimentos y utilizaban técnicas completamente nuevas para ellos. De los indios aprendieron a utilizar la carne de venado, el búfalo, el arroz silvestre, bayas, un guillemo de fruto morado llamado saskatoon y varios tipos de té.

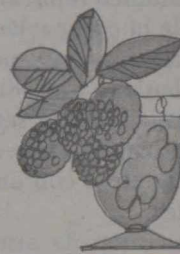
Con dos de los más grandes océanos del mundo a ambos lados de Canadá, resulta poco sorprendente que la pesca en el Atlántico y Pacífico dé mariscos en gran cantidad y variedad, y gracias a las frías aguas del norte, de excelente calidad. Por lo tanto, las provincias del Atlántico son famosas por su pescado y por las recetas adaptadas de los franceses, escoceses e irlandeses que se establecieron allá. En Terranova, donde hay poca tierra donde criar animales y sembrar vegetales, se ha utilizado el pescado de muchas maneras originales y fascinantes.



Quebec tienen todo un tesoro de recetas basadas en la cocina francesa y adaptadas a los productos canadienses. Numerosas recetas francocanadienses de más de tres siglos siguen utilizándose, por lo que la sopa de chícharos (guisantes o arvejas) de Quebec, la sopa de cebolla y la tourtière (un original pastel de carne de cerdo) son bien conocidos en todo Canadá y en el extranjero.

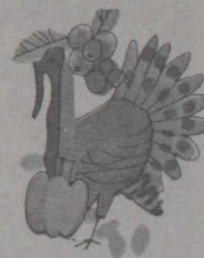


Ontario, como Quebec, produce esa gloriosa miel y azúcar de arce (maple) que puede utilizarse de tantas maneras. También hay mucho pescado de agua dulce. De hecho, podría decirse que el pescado de agua dulce es una de las especialidades de Canadá, ya que el país cuenta con un tercio de toda el agua dulce del mundo. Ontario tiene también magníficos viñedos y produce el 90 por ciento de todo el vino hecho en Canadá. Muchos de estos vinos se comparan actualmente con vinos importados para añadir un agradable complemento a las comidas canadienses.



Las provincias de las praderas, a veces también llamadas "la panera del mundo" producen numerosos granos, entre ellos el famoso trigo duro desarrollado en el Campo Experimental de Cultivo del Canadá. La res del oeste es considerada generalmente como la mejor del mundo, ya que las crías se alimentan con leche más tiempo de lo normal. Un becerro cocido a la barbacoa en un foso da por resultado una de las comidas más suculentas del mundo.

Columbia Británica se especializa en pescado, frutas y vegetales. Dos que difícilmente se encuentran fuera de la provincia son las "loganberries", una especie de mora parecida a la zarzamora, desarrolladas en la Isla de Vancouver, y los melones "Zucca" gigantes.



Muchos visitantes a Canada disfrutan de la caza y la pesca, por lo que hay recetas para preparar las presas. Por supuesto, algunos alimentos sólo pueden obtenerse frescos durante ciertas estaciones, y otros, desgraciadamente, no se consiguen fuera de la provincia que los produce. Pero podemos hacer como lo hicieron los ancestros: improvisar y sustituir. El pastel de búfalo a la cerveza queda muy bien con carne de res, y muchos otros pescados, además de la trucha del Artico, resultan excelentes después de marinar y preparar a las brasas.