ESPECIAL

Fem PATAGONIA

Edición N°88 / viernes 2 de septiembre de 2016
GRATIS con La Prensa Austral

Sabores MÁGICOS DE LA PATAGONIA

Entre

Ollas & Sartenes

Cocina · Sushi

...Disfruta la Experiencia.

WWW.ENTREOLLASYSARTENES.CL

GENERAL DEL CANTO ESQUINA ZENTENO, BARRIO PRAT.

HORARIO DE ATENCIÓN LUNES A SÁBADO DE 18:00 A 23:30 HRS.

061 2 32 15 66

Fem Patagonia
Año 4 Edición 88
Viernes 2 de septiembre de 2016 Punta Arenas
Contacto: revista@fempatagonia.cl
www.fempatagonia.cl

EQUIPO

Editora: Elia Simeone
Periodistas: Constanza Poblete
Colaboradores: Dr. Mauricio Vargas y Dra. Fernanda Deichler V.
Corrección: Paulina León.
Fotografía: Constanza Poblete, Franklin Pardon y Rodolfo Soto
Diseño: Marlene Zamora T.
Agente comercial: Claudia Barría, Juan Carlos González, Jorge Millán, Jorge Peutat y Julio Aurolo
Ventas: cbarria@laprensaaustral.cl
Teléfono: 569-50018869
Impreso en talleres de La Prensa Austral
Circulación: Quincenalmente los días viernes con La Prensa Austral y en los recorridos de Buses Fernández y Buses El Pingüino

EDITORIAL

GASTRONOMÍA
MAGALLÁNICA

Septiembre es un mes primaveral por excelencia y los días más largos y soleados son un aliciente para nuestra vida social y para propiciar más de alguna salida a restaurantes y bares de la ciudad.
También es el mes en que ya empieza a observarse el creciente flujo de turistas que buscan disfrutar de nuestros atractivos naturales y patrimoniales y, ¿por qué no?, de la carta culinaria de nuestra región.
Para todos nosotros, los restaurantes y locales magallánicos han ido diversificando y sofisticando su carta de platos y cócteles, haciendo más atractiva la oferta gastronómica.
Fem Patagonia entrega en esta edición algunas recetas que generosamente han compartido con nuestros lectores y lectoras algunos chefs de la plaza, así como platos innovadores de jóvenes estudiantes de gastronomía. No faltan las preparaciones tradicionales, como cazuelas y pasteles de papas, que provienen de quienes trabajan el campo.
Los agradecimientos a aquellos restaurantes e instituciones que colaboraron en este recetario regional que, esperamos, sea el primero de muchos.

Elia Simeone R.

PÁGINAS 4-5
"LA GASTRONOMÍA MAGALLÁNICA PUEDE SER LLEVADA A CUALQUIER RESTAURANTE DEL MUNDO"

PÁGINA 23
INJERTOS ÓSEOS AMPLIANDO LA POSIBILIDAD TERAPÉUTICA DE LOS IMPLANTES ÓSEOINTEGRADOS

Chef Pablo Concha Yutronic

"LA GASTRONOMÍA MAGALLÁNICA PUEDE SER LLEVADA A CUALQUIER RESTAURANTE DEL MUNDO"

Uno de los propietarios de Sur Austral Banquetería Gourmet está ahora enfrascado en un nuevo proyecto: Pesto y Pasta, que ofrecerá comida al estilo italiano para llevar.

"EN MAGALLANES, ya no sólo se come carne y papá". Así sentenció el momento culinario de nuestra región el chef Pablo Concha Yutronic, de Sur Austral Banquetería Gourmet, quien planteó que existe una camada de jóvenes que partió a estudiar y a recorrer el mundo que hoy está de vuelta y que busca que los restaurantes ofrezcan mayor variedad y que innoven.

"La oferta suele ser la misma y eso aburre", indicó, por lo cual celebró que también haya una generación de chefs y cocineros que han comenzado a aportar con sus conocimientos a la diversificación y sofisticación de los platos, como es su propio caso. Concha se marchó a Santiago a estudiar Derecho, pero estuvo cursando dicha carrera sólo tres años, pues sintió que no quería que su futuro fuera estar encerrado en un escritorio de una oficina y defender causas en las que no creía. Por ello, optó por inscribirse en la afamada escuela francesa de cocina, la Ecole Culinaire. Luego, vivió otros dos años en Europa, sirviendo

en el restaurante Tetedoie, en Lyon, Francia.

En 2010, regresó a radicarse en forma definitiva a Punta Arenas y estuvo varios años cocinando en diversos locales y centros turísticos. Si bien en todos aprendió más y perfeccionó técnicas, destacó su paso por Damiana Elena. "Es que soy demasiado apasionado y allí sentí que mis jefes me exigían más", comentó.

VOLVER A VALORAR LA COCINA DE LOS ABUELOS

Como todo proceso de cambio, Concha cree que fue importante que llegaran a Magallanes otros sabores y preparaciones, pero observó que en algún momento la introducción de nuevos estilos y tendencias gastronómicas, como la cocina thai, el sushi y otros, hizo que se dejara de lado lo que era típico de la región, cuya gente estaba acostumbrada a comer rico y a disfrutar de la simpleza de la cocina de sus abuelos.

"Es muy importante rescatar nuestros productos y las recetas de nuestros abuelos, que nos deleitaban con sus preparaciones que no eran sofisticadas, pero sí ricas. Ellos no cocinaban para paladares gourmet, pero lo hacían buscando entregar calor y cariño, a través de platos simples, pero bien preparados", comentó.

Por esto, rechaza de plano a aquellos restaurantes y chefs que sólo cocinan por dinero, sin importar con qué productos y sin mayor dedicación.

Rescató que en Chile exista la tendencia de volver a lo autóctono y, en particular, que este movimiento gastronómico esté ahora presente en Magallanes.

"Es importante que volvamos a lo nuestro, a nuestros productos, a nuestras recetas, pero que las entreguemos de una manera más elegante. Hemos aprendido que la cocina de vanguardia también puede estar presente en Magallanes y que, a la vez, nuestra oferta culinaria también puede ser llevada a cualquier restaurante del mundo", hizo hincapié.

Ante la reactivación de la horticultura regional, el joven chef aplaudió los esfuerzos que se realizan en tal sentido. Comentó: "Lo encuentro espectacular porque siempre va a ser importante el origen de los productos".

Concha indicó que la cocina magallánica tiene un enorme potencial y que, así como Puerto Natales se ha ganado con creces el ser hoy la capital culinaria de la región, observó que Punta Arenas tiene aún mucho que entregar en estos términos.

SUR AUSTRAL Y PESTO Y PASTA

Sur Austral es una empresa de Catering & Design, localizada en Punta Arenas, que ofrece cocina internacional y nacional usando productos locales frescos y de calidad.

Cocina de autor, creadores de momentos únicos son parte de los acentos de este equipo culinario, que trabaja eventos y celebraciones de distinta índole, tanto para grandes como pequeñas ocasiones o, simplemente, para cocinar en casa.

"Una vida entera en esta región, sumado a la experiencia en el extranjero, nos da un producto de mucha dedicación, perfección y cariño", planteó Concha.

Ahora, este chef está embarcado en otra empresa y está pronto a inaugurar su local Pesto y Pasta, en Sarmiento 780-C. Al estilo de un negocio boutique, se ofrecerán recetas italianas adaptadas al paladar magallánico en el formato de comidas para llevar. "Habrá una variada gama de pastas, salsas y quesos, que permitirán a cualquiera disfrutar del auténtico sabor de Italia en una mesa magallánica", prometió.

"**Una vida** entera en esta región, sumado a la experiencia en el extranjero, nos da un producto de mucha dedicación, perfección y cariño", planteó Concha.

HOTELES AUSTRALIS
PATAGONIA

Hotel CostAustralis | Puerto Natales
Hotel Cabo de Hornos | Punta Arenas

Entrada

OSTIONES Ahumados

(5 personas)

INGREDIENTES:

1/2 kilo de ostiones
1/2 kilo de papas nativas
Cilantro
1 Cebolla morada
Cerveza
Limón
Brotes de hojas

PREPARACIÓN:

- Marinar los ostiones en cerveza y zeste de limón por 5 horas, colar y ahumar por 25 minutos.
- Sacarlos y dejarlos en aceite.
- Cocinar las papas nativas, una vez que estén listas, sazonarlas, cortarlas y grillarlas. Luego montar el plato.
- Hacer un dressing con limón, aceite, cilantro y cebolla morada en brunoise, poner encima de los ostiones. Decorar con los brotes de hojas

John Watson

Ubicado en el centro neurálgico de Punta Arenas, en la Plaza de Armas Benjamín Muñoz Gamero, el restaurante del Hotel Cabo de Hornos invita a descubrir la excelente gastronomía magallánica. Allí encontrará los mejores productos regionales preparados de la manera más delicada.

También podrá disfrutar de una gastronomía internacional del más alto nivel, que se prepara cada día para dar vida a una carta variada y de alta calidad para satisfacer a los paladares más exigentes que llegan hasta el estrecho de Magallanes.

Plaza de Armas Benjamín Muñoz Gamero 1039,
Punta Arenas
Fono: 61-2715000- 2715001

Plato de fondo

CORDERO Patagónico

(5 personas)

INGREDIENTES:

1 kilo de 250 grs de cordero
1/2 kilo de espárragos
1 kilo de papas
400 grs de frambuesas
250 grs de azúcar
250 cc de vinagre
Merkén
50 grs queso parmesano
300 grs cebolla

PREPARACIÓN:

- Disponer de 5 trozos del cordero, sazonarlos y cocinarlos a punto junto a los espárragos.
- Preparar un puré con la papas, agregar queso parmesano, merken y la cebolla picada en brunoise y sofrita.
- Con las frambuesas, el azúcar y el vinagre, prepara la salsa reduciendo hasta lograr el punto deseado.
- Montar el plato.

Postre

PARFAIT DE calafate y amapolas

(5 personas)

INGREDIENTES:

4 huevos
6 cds de azúcar
1 taza de leche
50 grs de amapola
20 grs de gelatina sin sabor
1/2 litro de crema para batir
1/2 taza de sirup de calafate
(Secreto de la Patagonia)
1 cdta. de esencia de vainilla
100 grs de calafate para decorar
Salsa de zarzaparrilla para decorar
Hojas de menta para decorar

PREPARACIÓN:

- Batir los huevos con el azúcar y la vainilla, hasta que quede bien espeso y espumoso, disolver la gelatina en leche caliente, agregar la amapola y el sirup de calafate. Dejar enfriar y añadir la crema batida con mucho cuidado. Disponer en un molde y congelar.
- Cortar trozos y montar sobre galletas o masa de hojas molidas. Ocupar el calafate para decorar, la salsa de zarzaparrilla y las hojas de menta.

Claudio Durán Brown

Nacido en Ancud, Chiloé, ciudad en la que comenzó su profesión específicamente en la pastelería de su abuela materna, realiza un largo recorrido en su preparación como chef, adquiriendo conocimientos y experiencia de distintos puntos de la geografía nacional y patagónica.

El año 1999 a la edad de 19 años se traslada a la ciudad de Curicó ciudad natal de su padre, a estudiar gastronomía, el año 2002 vuelve al sur, específicamente a la ciudad de Puerto Montt para terminar sus estudios.

Durante ese mismo año es becado a una pasantía a la escuela de hotelería de Bariloche, Argentina y al volver al país comienza a trabajar profesionalmente en ciudades de la región De los Ríos y Los Lagos. El año 2007 se radica en Punta Arenas, en agosto de este mismo año comienza a trabajar en el Hotel Rey Don Felipe donde en la actualidad es el chef y jefe de AABB del restaurante Nao Victoria, en donde a un importante y bien motivado equipo de trabajo se realizan buscando que cada uno de sus platos se distingan no sólo por su presentación, si no que por las reacciones que produzcan las combinaciones de sus ingredientes en el paladar de quienes las prueban.

HOTEL REYDONFELIPE
PUNTA ARENAS · CHILE

EL HOTEL REY DON FELIPE, se ubica a tan solo dos cuadras de la Plaza de Armas y con un diseño arquitectónico inspirado en la historia de Magallanes, ofrece espacios interiores acogedores y confortables, en donde el huésped encontrará, además de encanto, variados servicios, tecnología y pequeños detalles que lo convierten en un hotel ideal para ejecutivos y familias que visitan la ciudad por negocios o turismo.

Entre sus servicios se encuentra el Restaurante Nao Victoria, que lleva el nombre en memoria de la nave que constituyó la flota con la que el navegante portugués Hernando de Magallanes al servicio del Reino de Castilla, descubrió en 1520, el estrecho que hoy lleva su nombre.

Nuestro restaurante, abierto de lunes a domingo entre 12 y 14:30 horas en horario de almuerzo y entre 19:30 y 22:30 en horario de cena, ofrece una variada carta con productos típicos de la Patagonia chilena, vinos nacionales de pequeñas viñas emergentes y atención personalizada. Por lo

CANELÓN Centolla Austral

INGREDIENTES:

Carne de centolla
Cebolla
Morrón rojo
Ajo
Crema
Camarones ecuatorianos
Cilantro
Queso rallado

PREPARACIÓN:

Cortar la cebolla, morrón y ajo en brunoise, sofreír sin quemar agregar la centolla desmenuzada y cocinar por 5 minutos, agregar vino blanco y crema y taza aproximadamente y dejar espesar la salsa y reservar.

PARA LA PASTA:

En un wol agregar 1/2 de harina, 5 huevos y 50 cc de aceite de oliva, juntar los ingredientes hasta formar una masa dura pero suave estirar con uslero aproximadamente de 5x10cm y cocinar en agua hirviendo por 4 minutos, retirar del agua escurrir el exceso de agua y rellenar con la mezcla anterior.

PARA LA SALSA:

Cortar cebolla y ajo muy fino sofreír sin quemar y agregar los camarones y vino blanco para finalmente agregar crema y reducir es importante salpimentar a gusto y si le gusta puede incorporar merken y cilantro picado.

general nuestros principales comensales son huéspedes del hotel, pero también atendemos con todo gusto al público local.

En nuestros platos buscamos resaltar los sabores regionales, en una combinación de ingredientes de origen local y del resto de nuestro país, dándole un toque personalizado a cada uno de ellos. Nuestras pastas son preparadas en casa y se ofrecen con una variedad de salsas que invitan a gozar de una fusión de sabores y texturas que deleitan el paladar.

En postres, especialidad de nuestro chef, ofrecemos un abanico de posibilidades, en donde buscamos nuevamente por medio de una fusión de sabores, aromas y texturas, que el paladar de nadie quede indiferente.

GARRÓN de CORDERO de la pampa

INGREDIENTES:

Garrón de cordero
Mirepoix de verduras (pimientos, zanahoria, cebolla en cortes irregulares
Vino carmenere
Salsa de calafate
Romero
Sal, pimienta, merken

PREPARACIÓN:

Sellar el garrón de cordero por todos sus extremos y disponer en una budinera. En la misma sartén donde sellaron el garrón dorar las verduras y agregar a la budinera donde se mantienen los garrones, salpimentar y agregar un ramito de romero, tapar con papel aluminio y cocinar a horno suave a 160ºc aprox. Por 3 horas.

INGREDIENTES PARA LA GUARNICIÓN:

Trigo mote, verduras a elección cortadas en bruniose, ajo, caldo de carne, crema, queso rallado, cilantro.

PREPARACIÓN:

Saltear las verduras sin quemar, agregar ajo y el trigo mote agregando el caldo de verduras y revolviendo de vez en cuando hasta que esté cocinado el mote, salpimentar y agregar la crema y el queso rallado para finalmente incorporar el cilantro.

MOUSSE de PAPAYA en salsa de mango

INGREDIENTES:

Crema
Papayas al jugo
Azúcar
Pulpa de mango
Colapez
Claras de huevo

PREPARACIÓN:

- Semi Batir la crema con el azúcar agregar las papayas cortadas en trozos pequeños con las hojas de colapez disueltas y claras batidas a nieve incorporar con movimientos envolventes con el fin de no perder aire.
- El montaje queda a libre elección.

DOÑA Inés

CLÁSICO asado de tira

INGREDIENTES:

Asado de tira, 500 gramos
Papas, 200 gramos
Vino tinto , 50 gramos
Perejil, 20 gramos
Cebollín, 30 gramos
Sal a gusto
Pimienta a gusto
Champiñones, 50 gramos
Callampas secas, 30 gramos
Queso parmesano, 30 gramos
Aceite de oliva, 200 cc
Crema de leche, 100 cc
Aceite vegetal, 350 cc
Fondo de verduras, 200 cc
Coulis de perejil, 30 gramos
Ajo, 20 gramos

PREPARACIÓN:

- Cortar las papas en dientes y hornear
- En un sartén saltear los champiñones y callampas apagar con vino e incorporar crema, agregar papas previamente horneadas
- Confitar (cocinar en aceite ondo sin permitir que hierba) , cebollines y tomates
- Decorar con cebollines salsa de carne y perejil

Orlando Morales y Fernando Córdova

Con una privilegiada vista al estrecho de Magallanes, Restaurante Doña Inés es parte del complejo Hotel Casino Dreams de Punta Arenas, ubicado en Avenida O'Higgins 1235.

Allí se puede disfrutar de los mejores cortes de carnes grilladas y productos regionales, junto a los tradicionales platos de la cocina internacional. Tiene una extensa carta de vinos y también ofrece aperitivos típicos de la zona, como el calafate sour.

TIMBAL DE CENTOLLA Magallánica

y Espuma de Limón, Acompañado de cremoso a Las Finas Hierbas

INGREDIENTES:

Palta, 80 Gramos
Centolla, 150 Gramos
Queso Crema, 50 Gramos
Ciboulette, 15 Gramos
Aceite De Oliva 12 Cc
Pimienta a Gusto
Sal a Gusto
Limón 50 Gramos
Perejil 30 Gramos
Pimientos, 40 Gramos
Clara de huevos 1 Unidad
Vino Blanco, 5 Cc

PREPARACIÓN:

- Desmenuzar y limpiar centolla.
- Montar la centolla sobre láminas de palta.
- Hacer quenelle de queso crema y hierbas.
- Para la espuma de limón, batir la clara zeste de limón y vino blanco.
- Decorar con salsa de perejil y mini ensalada.

CREMOSO de ruibarbo,

mini ensalada de menta , merengue acompañado con compota de calafate

INGREDIENTES:

Galletas
Crema de leche
Azúcar blanca
Huevo
Mermelada de ruibarbo
Calafate fruta
Azúcar flor
Cogñac
Menta fresca
Mantequilla
Nueces
Queso crema

PREPARACIÓN:

- Moler galletas
- Hacer merengues con las claras , dejar secar , luego moler el merengue manualmente.
- Hacer salsa inglesa (mezcla de huevo , vainilla , fécula de maíz , cocinar a fuego lento) Batir crema y reservar.
- Cremar queso crema junto con la mermelada de ruibarbo. Juntar todos los ingredientes desde el mas pesado al más liviano.
- Saltear los calafates apagar con cogñac y espesar con mantequilla. Prepara decoracion con masa dulce y galletas. Montar en capas y decorar con merengue galletas y menta.

POLLO al Gancia

INGREDIENTES:

Pollo
Jamon crudo
Acelga
Queso gouda
Queso Parmesano
Zanahoria
Gancia
Sal y Pimienta

PREPARACIÓN:

- Deshuesar el pollo tratando de no romper la piel. Se coloca el pollo con la piel hacia abajo, salpimentar a gusto, cubrir con las hojas de acelga. Seguido colocar el resto de los ingredientes esparcidos por toda la superficie.
- Comenzar a enrollar lentamente evitando que el relleno salga por las puntas.
- Finalizando esto atar con hilo de algodón la totalidad del arrollado . Colocar la pieza en una fuente de horno alta y bañarlo con el gancia.
- Llevar a horno a 180°C por 40 minutos, bañar con su jugo reiteradas veces durante la cocción.
- Cortar en rodajas y servir.

Mirta Cárdenas

El Bodegón Resto Pub, busca la escencia de la comida realizada con productos de elaboración propia.

Servicios: Cafetería, menú ejecutivo, tapeo, barra, cervezas artesanales, música, en vivo.

Horarios: lunes a jueves – 08:00 a 22:00 hs
Viernes – 08:00 a 01:00 hs
Sábados – 10:00 a 01:00 hs
Consultas : elbodegon670@gmail.com
Cel: 74194357
Dirección : Waldo Seguel # 670
Punta Arenas

Magallania
Seafood & Drinks

PAELLA MARINA
Contiene varios de los mariscos que existen en la Patagonia. Es un mix de centolla, ostiones, entre otros productos.

TÁRTARO DE SALMÓN
Una ingeniosa manera de presentar el tradicional salmón. Está condimentado con eneldo, mostaza, limón y queso crema.

Información del Restaurante:
Local N° 2 • Segundo Piso • Mercado Municipal • Horario atención: Continuado de Martes a Domingo de 11:00 -18:00 hrs. • Contacto: 9-71296554

CHUPE de centolla

INGREDIENTES:

Centolla, 500 grs.
Queso Mantecoso, 200 grs.
Pan rallado, 50 grs.
Aceite de Oliva, 30 cc.
Albahaca, 20 grs.
Merkén, 10 grs.
Pimienta sagrada, 10 grs.
Sal de mar, 10 grs.

PREPARACIÓN:

En su trono de ocho patas las centollas desfilan por el fondo marino recorriendo largas distancias. Bajo las aguas estos crustáceos se mueven con agilidad y espantan a los depredadores con sus amenazantes tenazas. La reina de los mares australes pierde su corona tan pronto una trampa la lleva hasta la superficie. Su caparazón es sensible a los rayos solares y en su desesperación se come por dentro. Para evitar esta descomposición interna, los pescadores hierven rápidamente las centollas una vez capturadas. Las centollas viajan por las corrientes antárticas y se pueden encontrar a lo largo de las costas patagónicas. Sus carnes son tan dulces como delicadas y en cada bocado se disfruta la pureza marina.

Preparadas como chupe, preparación original de estas latitudes, su sabor se intensifica con el aporte del queso mantecoso. Como complemento se sugiere un vino fresco.

El plato más apetecido por los turistas

INDAP
Ministerio de Agricultura

El Instituto Nacional de Desarrollo Agropecuario (Indap) tiene en Magallanes su unidad más austral, la cual ha concentrado sus esfuerzos en apoyar la horticultura familiar campesina. Este plan se condice con el desafío planteado de lograr, a largo plazo, el autoabastecimiento de la zona.

La dirección regional está encabezada por Víctor Vargas, quien ha apuntado que "las difíciles condiciones climáticas condicionan la agricultura regional a períodos estacionales y se hace necesario el uso de invernaderos, cortinas corta viento y sistemas fotovoltaicos de riego para cubrir enormes distancias. Hay una brecha silenciosa donde los campesinos de Magallanes tienen diez veces menos oportunidades de producción que en otras zonas del país y, por lo mismo, requieren diez veces más atención".

Como una forma de promover los productos regionales, Indap realizó con algunos usuarios un trabajo de selección de recetas tradicionales, en cuya preparación se utilizan hortalizas y frutas frescas que provienen de suelo magallánico. Así, "Recetas campesinas para consentir y mimar el paladar" se lanzó en el marco de la ExpoMundoRural 2015.

Las recetas fueron aporte de Graciela Soto Reyes y Jose Miguel Amarales González.

CAZUELA de la Sra. Chely

INGREDIENTES:

4 presas de pollo.
1/4 kg zapallo(s).
Zapallo italiano a gusto.
1 zanahoria(s).
1/2 cebolla(s).
3 cucharada(s) arroz.
4 papa(s) grandes.
4 trozo(s) choclo.
Perejil, cilantro, orégano, ajo y sal a gusto.

PREPARACIÓN:

En el plato de la Sra. Chely, sorprende el naufragio de una cebolla robusta y transparente en un caldo, donde las papas asemejan peñascos sabrosos que se deshacen en la boca y las cabezas de ajo son pequeñas pepitas de diamante blanco que recoge la cuchara ávida del comensal. Quizás el único secreto: poner cariño en la preparación, lo demás es técnica y saber elegir bien los productos, dice la Chely.

Cómo preparar la cazuela: Lavar bien la presas de pollo, luego sacarle el cuero, y freírlas con la zanahoria, cebolla picada, ajo, orégano, perejil, cilantro y sal a gusto.

Luego agregue el choclo, las papas, el zapallo cortado en trozos grandes, y agua fría hasta tapar la preparación. Cocinar unos 40 minutos en total y 15 minutos antes de apagar el fuego añada el arroz. Deje reposar por cinco minutos y sirva caliente. Algunos consejos: El zapallo es más blando, así que se debe poner un poco más tarde en la cocción.

QUEQUE de zanahoria

INGREDIENTES:

2 Tazas de Harina cernida
1 1/2Cucharadita de Bicarbonato
1/2 Cucharadita de Sal
2 cucharaditas de Canela molida
2 cucharaditas de esencia de vainilla
2 tazas de azúcar
1 1/2 taza de aceite vegetal
4 Huevos
2 tazas de zanahorias finamente ralladas
1 taza de coco rallado
1/2 taza de pasas rubias
1/2 taza de nueces picadas finas, no molidas
Ralladura de 1 naranja

PREPARACIÓN:

En un bolo grande batir azúcar, aceite, huevos y vainilla hasta que estén unidas, bajar la velocidad de la batidora y gradualmente agregar la harina, el bicarbonato, la canela y la sal. Incorporar la zanahoria el coco rallado, las pasas y las nueces. Vaciar a un molde enmantequillado y hornear en horno moderado por 60 minutos o hasta que esté cocido con la prueba de un palillo. Desmoldar y dejar enfriar.

SANTO TOMÁS

VEGAN Green

Es un sándwich con varios ingredientes verdes en pan baguette, pensado y basado en aprovechar las verduras que nos brinda la tierra, sin hacer daño a ningún ser vivo.

INGREDIENTES:

Pan baguette
1 palta
1 tomate
1/2 ají verde
1/2 cebolla morada
1 morrón rojo
3 hojas de lechuga regional
1 milanesa de soya

PREPARACIÓN:

- Se corta en juliana la cebolla morada junto con el morrón rojo y se saltea, se le agrega una pizca de sal. Una vez listo, se pica el tomate junto con el ají verde, se aliña con sal y aceite, después se incorpora una palta machacada.
- Todo esto se agrega al pan baguette tostado anteriormente y se le añade la milanesa de soya y lechuga.

Muestra gastronómica realizada por los alumnos de II semestre de la carrera de hotelería y turismo en el taller de Gastronomía, donde tuvieron que realizar, como elaboración, un sándwich temático en base a productos regionales, debiendo fusionar los sabores, en una muestra que fue parte de una de las evoluciones de los ramos en donde se medían los siguientes aprendizajes:

- Mise a Place.
- Realización y Aplicación de técnicas.
- Organización de montaje.
- Degustación y presentación de Producto.

El objetivo era medir competencias y el poder de innovación en el contexto de un aprendizaje específico, donde nuestros alumnos utilizaron y respetaron cuidadosamente los productos regionales. Además, se crearon contenidos a través de un producto tan tradicional como un sándwich.

Tanto en esta, como en otras asignaturas de la carrera, como por ejemplo, en técnicas de Solemmeleria, Coctelería y Banquetería (todas relacionadas al Área de alimentos y bebidas), los alumnos desarrollan aprendizajes prácticos en donde cobra vital importancia el modelo constructivista donde los alumnos en este transcurso de tiempo, van experimentando y adquiriendo destrezas nuevas, que cobran gran importancia, tanto para su futuro profesional, como para entregar valor a la industria del servicio y el turismo.

Profesor de la asignatura "Servicios de Banquetería": Chef Instructor Juan Doris Galarze.

SÁNDWICH DE morcilla patagónica

INGREDIENTES:

Pan de molde
Morcilla
Tomate
Queso
Lechuga regional
Mayonesa

PREPARACIÓN:

Morcilla Patagónica es un sándwich elaborado con ingredientes producidos en la región. Verduras cosechadas de huertos regionales y morcillas elaboradas en forma artesanal utilizando materias primas extraídas de cordero magallánico.

Todos los ingredientes se disponen en un pan, rematando con un toque de mayonesa.

Alumnos de la carrera de Técnico de Hotelería y Turismo

UBERLINDO lindo

(En honor al abuelo de la alumna Paola Barrientos)

INGREDIENTES:

Pan
Mayonesa
Chorizo "Don Lucho"
Pimiento rojo
Queso Gauda
Tomates
Cebolla
Orégano
Sal a gusto

PREPARACIÓN:

Sofreír el chorizo con la cebolla y el pimiento. Agregar sal a gusto. Tostar el pan, agregar mayonesa y luego el salteado, los tomates y queso. Gratinar.

CENTOLLA pitagonia

La Centolla pitagonia se creó para promocionar una nueva preparación de este crustáceo delicioso, por la poca variedad de platos con este producto tan rico en proteínas, yodo. Además, contiene colesterol. Este sándwich se acompaña de lechuga regional. La otra razón para crearlo es promocionar una alimentación saludable.

INGREDIENTES:

Panes de Pita
1/4 kg. de centolla
1 paquete de lechuga regional
1 pote de mayonesa
1 cebolla
2 cucharadas de aceite de oliva
1 limón
1 paquete de cilantro o perejil
1/4 kg. de queso laminado
Sal y pimienta

PREPARACIÓN:

Se mezcla el cilantro con la mayonesa para usar como aderezo. Después se pone al horno el pan de Pita por unos 15 minutos. Mientras tanto, se saltea la cebolla y se agrega un poco de sal y pimienta. Se vierte la centolla desmenusada. Se rellena el pan con la mezcla de centolla, el aderezo, lechuga y el queso. Se vuelve a colocar al horno hasta que se derrita el queso.

CANCATO DE SALMÓN con puré de papas michuñe

(1 porción)

INGREDIENTES:

0,25 kg salmón
0,1 kg cebolla
0,1 kg chorizo
0,05 kg queso laminado
0,1 kg tomate
1 pizca orégano
Aceite maravilla
0,3 kg papas nativas de tipo michuñe
0,02 kg mantequilla
0,05 lt leche
Sal y pimienta a gusto
Aderezo: aceite de albahaca (aceite maravilla y hojas de albahaca)

PREPARACIÓN:

Porcionar el salmón en medallones y cortar horizontalmente a la mitad. Sofreír cebolla y reservar. Laminar y saltear chorizo y reservar. Cortar tomate en láminas y reservar. Colocar salmón sobre bandeja aceitada, salpimentar por ambos lados y colocar sobre el salmón una capa de cebolla, una de tomate, chorizo y queso. Cubrir con la otra mitad de salmón. Hornear por 10 minutos a 180°C.

Para el puré: asar papa michuñe por 40 minutos a 180°C. Retirar, pelar y moler. Incorporar mantequilla y leche tibia.

La Asociación de Salmonicultores de Magallanes e INACAP en el marco de su convenio de colaboración les entrega una sana y accesible receta para cocinar en todas las casas magallánicas, en base a un rico salmón producido en las aguas milenarias del sur de la Patagonia y reconocido por su calidad en los principales mercados mundiales.

Chef Instructor INACAP: Enrique Núñez Pérez.

Imagen referencial

BRAZO de reina

GRANJAS DE LA SIERRA

INGREDIENTES:

3/4 de taza de Harina 0000 **Granjas de la Sierra.**
1/2 cucharadita de polvos de hornear.
1/2 taza de Azúcar **Granjas de la Sierra.**
4 huevos.
1 tarro de manjar hervido u otro.

PREPARACIÓN:

Calentar el horno a 200 grados aprox.

Batir los huevos con el azúcar **Granjas de la Sierra** hasta que se blanqueen.

Agregar a mano y en forma envolvente la harina **Granjas de la Sierra** previamente cernida con los polvos de hornear.

Poner el batido en una lata para horno cubierta con papel mantequilla y llevar a horno fuerte por 10-12 min. aproximadamente.

Al sacarlo, voltearlo sobre un papel espolvoreado con un poco de azúcar flor, o sobre un paño húmedo.

Quitar el papel mantequilla que ha quedado encima con mucho cuidado, y enrollar por el lado más largo, ayudándose siempre con el papel.

Dejarlo por un momento enrollado y luego rellenarlo con el manjar ligeramente batido.

Espolvorear con azúcar flor.

VOLVER A LO NUESTRO: COCHAYUYO RELOADED

Estas recetas van al rescate de lo nuestro y pertenecen a Ricardo Cornejo, chef del restaurante Silabario.

CEVICHE de cochayuyo

(4 personas)

Tiempo de elaboración: 35 minutos

INGREDIENTES:

400 grs. de cochayuyo
3 cebollas moradas cortadas en pluma
1 bandeja de champiñones cortados en láminas
50 grs. de cilantro picado
30 grs. de pasta de jenjibre
1 pimiento rojo cortado en juliana
1 pimiento verde cortado en juliana
2 kgs. de limón
Sal de mar
Pimienta
Aceite de oliva

PREPARACIÓN:

- Lavar y cocinar el cochayuyo durante 25 minutos en olla a presión. Luego, cortar en cubos.
- Incorporar todos los ingredientes y macerar con pimienta, sal de mar y aceite de oliva. Al momento de servir, adicionar limón y mezclar.
- Servir acompañado de mini sopaipillas o pan recién tostado.

PASTEL de papas

(4 personas)

Tiempo de elaboración: 30 minutos

INGREDIENTES:

1 kg. de papa
100 grs. de berenjenas
3 cebollas
1 pimiento rojo
1 pimiento verde
100 grs. de cochayuyo cocido
Comino
Ají de color
Sal de mar

PREPARACIÓN:

1. Cocinar las papas peladas, hacerlas puré y aliñar con sal y pimienta.
2. Saltear y caramelizar la cebolla. Sumar las berenjenas, pimientos, cochayuyo y ají de color, saltear hasta cocinar. Sazonar con sal, pimienta y comino.
3. En la base de un plato de greda, disponer el pino y luego una capa de puré. Hornear por 20 minutos o hasta dorar.

9 situaciones EN LAS QUE DICES "NO" CUANDO QUIERES DECIR "SÍ" o algo más...

¿TE HA PASADO que quieres decir "No" y terminas diciendo "Sí"? No digas que no, pues parece que ese es el mal de muchas mujeres. Acá se presentan nueve situaciones en que ello suele suceder:

1. Cuando nuestra mejor amiga o hermana nos pregunta si creemos que ha engordado y decimos: "No", sólo por no hacerle sentir mal.

2. Cuando estamos en una cita y nos preguntan si tenemos hambre. Aunque nos gustaría seguir disfrutando de la comida, preferimos hacernos las 'light'.

3. Cuando nos preguntan si estamos enojadas. En serio, no nos pregunten, es obvio que diremos: "No".

4. O, peor, cuando nos preguntan si estamos celosas. ¡Nunca lo admitiremos, aunque estemos muertas de celos!

5. Cuando nuestros novios nos preguntan si nos molesta que salgan con sus amigos de fiesta.

6. Cuando él está con sus amigos jugando videojuegos y nos pregunta si estamos aburridas... Nuestra expresión es obvia.

7. Cuando él nos pregunta si nos gusta su último corte de cabello.

8. Cuando nuestra hermana, con cara de sospecha, nos interpela si hemos usado su blusa favorita.

9. Cuando la nutricionista, luego de bajarnos de la pesa, nos consulta si hemos cumplido el plan dietético que nos había asignado.

Spartina USA
Passionatta FRANCIA
Canat FRANCIA
Teccia FRANCIA
El Potro ESPAÑA
Zsiska HOLANDA
ElementsSwarovski REPUBLICA CHECA
Midas ESPAÑA
Lauer USA
jolly
especial Novias
corset
ligas
baby doll
cristales
Chantelle
PARIS
Desde 1876
jollyregalos
/ Local 254, Zona Franca - Punta Arenas / info@jollyregalos.cl - www.jollyregalos.cl

Injertos Óseos

AMPLIANDO LA POSIBILIDAD TERAPÉUTICA DE LOS IMPLANTES ÓSEOINTEGRADOS

DR. MAURICIO VARGAS ZEC
CIRUJANO MÁXILO FACIAL
MVARGAS@DRMVARGASZ.CL

EL INJERTO DE HUESO es un procedimiento quirúrgico que se utiliza en **Cirugía Máxilo Facial** para reemplazar el hueso faltante en las estructuras de la boca y de la cara, con el fin de reconstituir los defectos que provocan las pérdidas de piezas dentarias, principalmente, pero también para reparar zonas con quistes y tumores, fracturas óseas complejas y otras lesiones.

En el caso de las pérdidas de hueso provocado por extracciones dentarias antiguas o recientes, con los injertos podremos efectuar rehabilitaciones protésicas mucho mejores, tanto desde el punto de vista estético como funcional, esto es siempre combinados con los **implantes óseointegrados.**

Cuando existe una insuficiente cantidad de hueso en los maxilares se dificulta la colocación de los implantes. En esos casos, los **injertos óseos** constituyen una de las técnicas más utilizadas en la cirugía reconstructiva pre- implantes. El material de elección para el reemplazo del hueso perdido por la atrofia que sigue a las pérdidas de dientes, a los traumatismos, o procesos patológicos, son los injertos óseos autógenos o autólogos, es decir, hueso del propio paciente, aunque en la actualidad poseemos una amplia gama de sustitutos óseos que presentan el mismo porcentaje de éxito que el hueso propio.

Además, el actual conocimiento científico, nos permite efectuar técnicas quirúrgicas biológicas, precisas y modernas, que mejorarán la respuesta y calidad de estos injertos óseos, como por ejemplo, utilizándolos en combinación con preparados obtenidos de la propia sangre del paciente, como son el **plasma enriquecido en fibrina y plasma enriquecido en plaquetas.**

Todas estas técnicas permitirán una mejor calidad en los tratamientos y en la rehabilitación y reconstrucción de los tejidos perdidos.

Dr. Mauricio Vargas Zec
CIRUJANO MAXILO FACIAL

Cirugía y Traumatología Bucal y Máxilo Facial
Plástica y Estética Facial - Implantes Óseointegrados

- Cirugía Bucal e implantes
- Botox®, Dysport® estético y terapéutico
- Ácido Hialurónico y bioplastía
- Plasma Rico en Plaquetas
- Hilos tensores revitalizantes faciales

mvargas@drmvargasz.cl

Consulta
Rómulo Correa 665
Teléfono (61) 2214010
Punta Arenas

Clínica Algarrobal Chicureo
Santa Emilia 201-203
Teléfonos (2) 28431941 (2) 28430476
Chicureo Santiago

El sobreuso de la articulación es la causa más común

TENDINITIS: LA ENFERMEDAD DE LA MODERNIDAD

Doctor Ricardo León, médico traumatólogo del Centro de Diagnóstico Avanzado Clínica Magallanes.

EL USO FRECUENTE y rutinario de tecnologías integradas a la cotidianeidad de la vida moderna, tales como el celular, tablets, videojuegos o computadores portátiles someten a nuestros tendones a un mismo y repetido movimiento. El sobreuso de la articulación es la causa más frecuente de las tendinitis.

Aunque la tendinitis no implica un riesgo para la vida, resulta muy dolorosa e incapacitante para quien la sufre, y figura entre las principales causas de ausentismo laboral en nuestro país.

El médico traumatólogo del Centro de Diagnóstico Avanzado Clínica Magallanes, doctor Ricardo León, explica que "esta enfermedad consiste en la inflamación de los tendones, los que pueden tener o no una membrana o vaina (sinovial) que los envuelve y en cuyo interior existe una mínima cantidad de líquido. La mayoría de las tendinitis ocurre en tendones con vaina".

TIPOS DE TENDINITIS

Dependiendo de la causa, las tendinitis se clasifican en 3 tipos:

La Tendinitis por Sobreuso es la más común y se produce por un exceso de uso del tendón. "Los tendones más afectados son los extensores del antebrazo y los de la mano. Es un mal típico de las digitadoras que trabajan 10 o más horas diarias frente a un teclado", señala el especialista.

Este mal se produce mayoritariamente en la edad productiva de las personas en especial entre los 40 y 60 años, y no discrimina a hombres o mujeres.

La Tendinitis Post- Traumática se produce por un golpe o fractura causada por accidente o por una actividad deportiva de alto riesgo.

La Tendinitis de Quervain afecta a los tendones ubicados en la muñeca. Surge sin causa aparente, genera dolor en la muñeca, y es uno de los pocos tipos de tendinitis que se pueden operar.

SÍNTOMAS Y TRATAMIENTO

El doctor Ricardo León explica que toda tendinitis, sin importar su ubicación ni tipo, "se manifiesta primero como un pequeño dolor en la zona del tendón afectado, que con el tiempo se extiende y aumenta en intensidad. En los casos más graves, el proceso inflamatorio compromete a toda la vaina y al tendón. Aunque no parece estar inflamado, al tocar el tendón, éste puede crujir".

El tratamiento consiste en la ingestión de antiinflamatorios y en sesiones de fisioterapia, ultratermia y ultrasonido. También se puede poner una valva de yeso o férula, con el fin de inmovilizar el tendón por 3 o 4 semanas.

Un caso aparte es la Tendinitis de Quervain, la cual al tratamiento mencionado se puede agregar una infiltración de esteroides o corticoides, ya que los tendones afectados son pequeños y están en una zona muy definida. "Si con estos tratamientos la afección no cede, el paciente puede ser operado, con excelentes resultados. La cirugía que es ambulatoria consiste en hacer una incisión de un centímetro en la muñeca y liberar el tendón. Esto no se puede hacer en otros tipos de Tendinitis", aclara el doctor León.

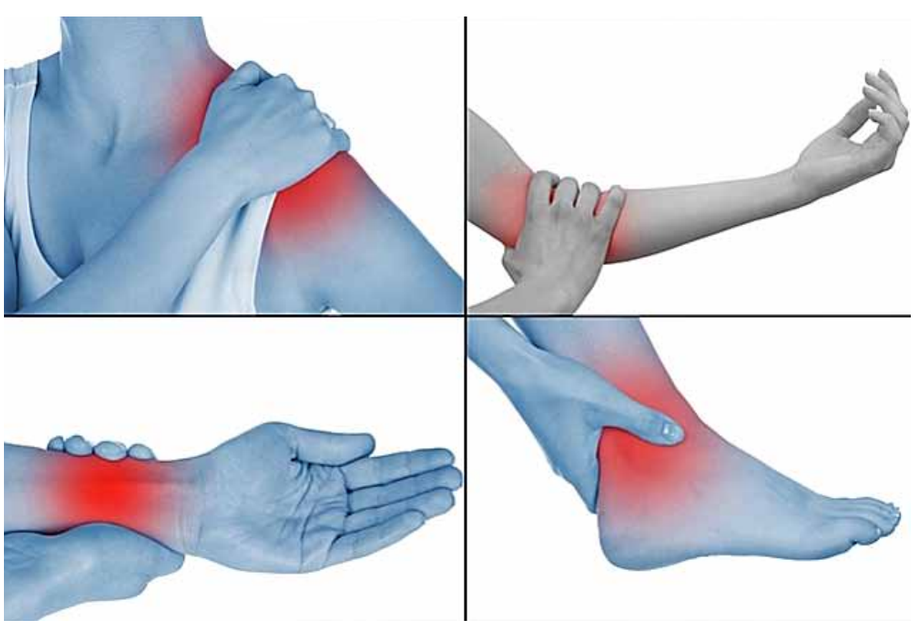
CAMBIO DE HÁBITOS

De estos 3 tipos de tendinitis, sin duda el más difícil de superar es el causado por sobreuso. El doctor León indica que "hay que tener paciencia, ya que la mejoría demora en llegar".

"Es común que después de un exitoso tratamiento, el tendón afectado vuelva a verse expuesto a un ritmo de trabajo para el que no fue diseñado. Por eso, el paciente debe tomar conciencia de que tiene que cambiar la conducta que genera la tendinitis para no recaer", señala el especialista.

Para quienes trabajan durante muchas horas con teclado de computador, se recomienda digitar durante 30 a 40 minutos, y cambiar de actividad durante otros 10 minutos, para dar descanso a los tendones.

Además, es importante mantener una buena postura y usar apoyadores para las muñecas. Si hay dolor, no esperar que la tendinitis empeore. El médico identificará los tendones afectados, buscará las causas, aplicará un tratamiento y recomendará un cambio de hábito.



CLINICA MAGALLANES
SU SALUD EN BUENAS MANOS

CLÍNICA MAGALLANES ESPECIALIDADES MÉDICAS Y NO MÉDICAS
informaciones@clinicamagallanes.cl

Broncopulmonar – Cardiología – Cirugía estética - Cirugía Bariátrica - Cirugía Cardiovascular - Cirugía General – Cirugía Oncológica – Cirugía y Ortopedia Infantil -- Cirugía Vascular – Coloproctología – Endocrinología – Gastroenterología – Ginecología y Obstetricia – Hematología – Medicina Interna – Medicina General – Neurocirugía – Nutrióloga – Otorrinolaringología – Pediatría – Psiquiatría - Reumatología – Traumatología – Urología – Fonoaudiología – TM Otorrinolaringología – Matronería – Nutrición
Terapia Ocupacional – Psicología – Psicología Infantil.

Mitos y verdades DE LAS PRÓTESIS MAMARIAS

DRA. MARÍA FERNANDA DEICHLER V.
CIRUJANO PLÁSTICO
PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE
MIEMBRO DE LA SOCIEDAD CHILENA DE CIRUGÍA PLÁSTICA

1. LAS PERSONAS PUEDEN SER ALÉRGICAS A LAS PRÓTESIS.

Mito; ya que los implantes son de silicona la cual es un material muy bien tolerado y al poner un implante de silicona en el cuerpo, el organismo lo rodea, aislándolo y así lo tolera durante mucho tiempo.

2. ES RECOMENDABLE PONER IMPLANTES DESPUÉS DE LOS 18 AÑOS.

Verdad; es importante que se haya completado el desarrollo de la glándula mamaria, lo cual se logra en promedio 5 años posterior a la menarquia (primera regla). Por otro lado, la paciente tiene la madurez psicológica adecuada para juzgar el cambio.

3. DESPUÉS DE 10 AÑOS SE DEBEN CAMBIAR LOS IMPLANTES.

Mito. Si el implante no ha dado problemas no tiene para qué cambiarse. Sólo se cambia cuando hay evidencia de alguna complicación.

4. LOS CONTROLES MÉDICOS DEBEN SER FRECUENTES.

Verdadero; luego de la cirugía se realizan controles frecuentes (Mensual los primeros 6 meses) y luego del primer año una vez al año.

5. LOS IMPLANTES PUEDEN CAUSAR COMPLICACIONES EN LA LACTANCIA.

Mito. El implante mamario es muy bien tolerado durante el embarazo y no interfiere con la lactancia.

6. EL IMPLANTE PUEDE ROMPERSE DENTRO DE LA PERSONA.

Verdadero. Puede pasar y en ese caso la indicación médica es retirarlo. Si la rotura no lleva mucho tiempo y no es muy complicada, el cirujano puede sacar el implante roto y poner otro sin problema. Hoy en día las siliconas no tienden a moverse y se rompen menos, además el producto no migra.

7. NO SE PUEDE REALIZAR DEPORTE AL MENOS POR UN MES DESPUÉS DE LA INTERVENCIÓN.

Verdadero. Al menos hay que tener reposo por un mes.

8. CUANDO UNO SE PONE UN TAMAÑO DE SILICONA DESPUÉS NO SE PUEDE ACHICAR.

Mito. Es posible, pero debe asociarse a una mastopexia o levantamiento de las mamas, ya que con el pasar de los años la mama ha cambiado, se ha caído y atrofiado, por lo tanto para poner un implante más chico hay que levantarla.

9. CON UNA CIRUGÍA DE AUMENTO MAMARIO SE PIERDE LA SENSIBILIDAD DE LA ZONA.

Mito. El implante mamario en general no afecta la sensibilidad, sin embargo en algunos casos, cuando la prótesis es muy grande y estira mucho la piel, puede estirar también los nervios sensitivos y alterar la sensibilidad de la mama, pero en la gran mayoría de los casos esto no ocurre.

10. LA PRÓTESIS CONOCIDA COMO "MEDIA GOTA" SÓLO SE PONE EN CASOS DE RECONSTRUCCIÓN.

Mito. Este implante se llama anatómico y permite cambiar la forma. Hay distintos modelos de implantes, por lo que también se usa para modificar la forma de la mama original y a la vez aumentarla.

DRA. FERNANDA DEICHLER
CIRUGÍA PLÁSTICA, ESTÉTICA & RECONSTRUCTIVA
PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE

BÓTOX • ÁCIDO HIALURÓNICO BLEFAROPLASTÍA
LIFTING CERVICOFACIAL MAMOPLASTÍA DE AUMENTO REDUCCIÓN
MAMARIA • MASTOPEXIA • LIPOSUCCIÓN ABDOMINOPLASTÍA
OTOPLASTÍA • CICATRICES RECONSTRUCCIÓN MAMARIA
POST CÁNCER O ALTERACIONES DEL DESARROLLO
RECONSTRUCCIÓN TRONCO Y EXTREMIDADES
QUEMADOS ADULTOS Y NIÑOS

MIEMBRO DE LA SOCIEDAD CHILENA DE CIRUGÍA PLÁSTICA

Clínica Magallanes
Av. Bulnes 01448
Punta Arenas
Cel.: +569 4285 6123

Web: www.doctorad.cl
www.drad.cl
Mail: contacto@doctorad.cl
contacto@drad.cl

EVA CARRERA

HACE 27 AÑOS se convirtió en artesana, iniciándose primero en decoración y técnicas en madera. Luego, hace unos 8 años, evolucionó a los tejidos y, actualmente, está dedicada a la confección de prendas de vestir y accesorios en fieltro.

Siempre ha usado materiales nobles y materia prima natural, siendo pionera en el uso de lanas teñidas con plantas y frutos de la Patagonia, uso de colores más vivos y desarrollo de diseños más modernos y atractivos.

Su desarrollo como artesana y los cambios de técnicas han estado de la mano de proyectos realizados gracias a Sercotec. En tal marco, tuvo la oportunidad de viajar a Buenos Aires y tener allí una visión más amplia en el tema de la lana y los tejidos, siendo una de las pioneras en el uso e introducción del fieltro en Magallanes.

Para conocer sus productos y formular eventuales confecciones, se puede visitar la tienda La Cabaña o contactar a Eva Carrera Cárcamo llamando al teléfono celular 99394318.

La Cabaña
Artesanías / Souvenirs

AV. BULNES ESQ. MANANTIALES
INTERIOR DEL RECINTO ASOGAMA • HORARIO DE LUNES A SÁBADO DE 12:30 A 17:00 HRS.
www.creadoresdelaustro.cl

creadores del austro
agrupación de artesanos

La Escuela de Danza dirigida por su Directora y profesora Mela Miranda realiza su **Velada de Gala correspondiente al primer semestre del año 2016 el día viernes 02 de Septiembre** en el centro cultural ubicado en 21 de Mayo N° 2421.

Cabe señalar que en esta ocasión, la Velada consta de dos funciones distintas; la primera a las 18:00 hrs., y presenta una Selección de danzas clásicas, Danza teatralizada denominada valor a la vida entre amor y juego, el 3er acto una selección de bailes Flamenco.

La danza teatralizada denominada valor a la vida entre amor y juego, muestra las etapas que todo ser humano debe atravesar en su evolución irreversible y de permanentes cambios.

La segunda función se inicia a las 20:30 hrs. denominada "La noche flamenca", para esta función se tiene invitado al conocido guitarrista de flamenco ANDRÉS PARODI.

La escuela se enfoca principalmente en la formación integral de sus alumnas en diferentes niveles: Infantil, Pre-juvenil y juvenil, considerando las disciplinas de la Técnica académica en danza clásica que incorpora la danza lúdica, Español y flamenco, destacando estos últimos años la participación de grupos adultos en la enseñanza del flamenco, lo que han tenido una excelente acogida.

Además, la creatividad, adaptación musical, obra teatralizada, coreografías, diseño de vestuario y dirección general de las presentaciones son de exclusiva pertenencia de la Directora y profesora de la Escuela de Danza Mela Miranda.

Mela Miranda M.
Directora y Profesora de la Escuela
Pellomenco 01971 Villa El Golf
Fono: 2211192 - 79873141
Email dánzamela@yahoo.es

BUSES RUIZ ONAS BUSES PACHECO

Colección PRIMAVERA 2016

EQUISELE

SEGURO HAY ALGO PARA TI...

VISÍTANOS EN
ERRÁZURIZ 873
Fono 2240984

Horario atención:
Lunes a Viernes de 9:30 a 13:00 y de 15:00 a 19:30
Sábado de 10:30 a 13:30

Búscanos en Facebook y síguenos: **Equis ELE**