



Changle: el hongo del bosque que enriquece la gastronomía local y fortalece la identidad territorial en Biobío

María Paz Rivera
prensa@latribuna.cl

Desde los frondosos bosques nativos de la provincia de Biobío emerge, en la temporada otoño-invierno, una joya de la naturaleza que por siglos ha cautivado a comunidades locales y pueblos originarios: el changle, conocido científicamente como *Ramaria flava*.

Este hongo comestible, de singular apariencia coralina y vibrante color amarillo anaranjado, es más que un ingrediente tradicional: es parte de la identidad culinaria y cultural del sur de Chile.

En cuanto a los orígenes de este alimento, el Dr. Guillermo Pereira Cancino, académico del Departamento de Ciencias y Tecnología Vegetal de la Universidad de Concepción Campus Los Ángeles, explicó a La Tribuna que se trata de un hongo comestible que crece en el piso de los bosques nativos entre las regiones del Maule y Los Lagos.

"Este es un producto forestal no maderero que crece bajo condiciones especiales de humedad, temperatura y luminosidad, propias de los ecosistemas nativos entre la región de Maule y Los Lagos", comentó, indicando que su recolección debe hacerse de forma sostenible, ya que este hongo mantiene una relación simbiótica con especies arbóreas locales, en especial el guaje.

El académico detalló que la *Ramaria flava* mide aproximadamente entre 6 y 20 centímetros de alto y de 10 a 15 centímetros de ancho. Su cuerpo fructífero presenta ramificaciones hacia las puntas, con un color amarillo anaranjado muy llamativo.

NUTRICIONAL Y MEDICINAL

El changle no solo deleita al paladar, sino que también es fuente de beneficios para la salud. Rico en fibra, minerales como hierro, zinc, potasio, calcio y magnesio, además de vitaminas del complejo B, ha sido objeto de estudios que destacan su potencial antioxidante y antimicrobiano.

"Este hongo comestible, con propiedades nutricionales y medicinales, posee alto contenido de fibra, minerales como hierro, zinc, potasio, calcio y magnesio, vitaminas como B1 y B2, y compuestos antioxidantes. Algunos estudios lo destacan como fuente natural de antibacterianos para la salud humana. Hay estudios que incluso lo posicionan como una fuente natural de compuestos con propiedades antibióticas", sostuvo el Dr. Pereira.

DE LOS BOSQUES A LA MESA

El consumo del changle es muy popular en la cocina del sur



de Chile, en platos que van desde tortillas, empanadas, salsas y preparaciones con mantequilla y pimienta, hasta productos en escabeche.

Para el chef e instructor de Inacap y Santo Tomás, Sebastián Figueroa Raquelich, quien es además fundador del colectivo gastronómico "Entre Biobío y Nuble", el changle representa un insumo versátil y de alto valor cultural, muy cotizado durante la temporada por las familias de la provincia de Biobío.

"Quizás la preparación más representativa de acá, Los Ángeles, es la empanada de changle. Hay otras preparaciones como guisos y estofados, y en algunas zonas un poquito más precordilleranas también lo hacen en comidas. También se puede hacer mermelada, y acompañarlos con huevitos revueltos. Otras personas lo blanquean y después lo hacen en conserva", señaló.

PREPARACIONES SOFISTICADAS

Más allá de las recetas tradicionales, el changle comienza a abrirse paso en la alta cocina como producto de temporada. "Algunos restaurantes ya lo integran como plato estrella durante su breve período de cosecha. Aporta sabor, textura y un relato de territorio que cada vez se valora más en la gastronomía de autor", explica el chef.

Las formas de prepararlo en la alta cocina son variadas: desde tortillas y guisos, hasta versiones más sofisticadas como riso-

tos, estofados de conejo o cerdo, e incluso mezclado con zapallo en sopas cremosas.

"Como hongo neutro, combina muy bien con otros ingredientes. Lo he usado en papas rellenas, salteado como guarnición, en empanadas con liebre, y también lo hemos deshidratado o conservado en escabeche para extender su vida útil", detalló Figueroa.

PRODUCTO EMBLEMÁTICO

El changle, como producto endémico y parte del patrimonio natural y cultural de Chile, encierra un potencial que trasciende lo culinario. Su estudio, valoración y uso sostenible no solo contribuyen al rescate de

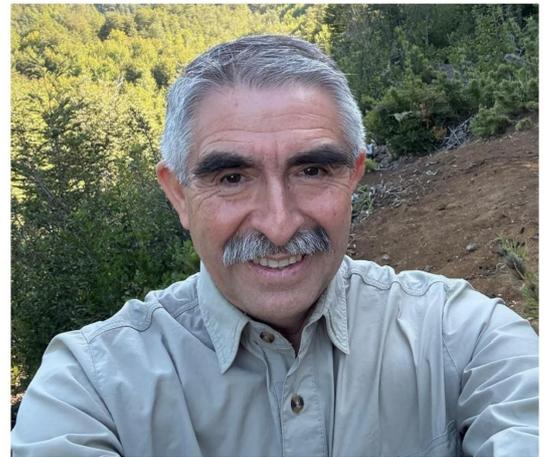
tradiciones, sino que también abren puertas a la innovación gastronómica, la seguridad alimentaria y la medicina natural.

Pese a su popularidad, la disponibilidad del changle es limitada. "La temporada es corta y depende exclusivamente de la recolección silvestre. Por eso es clave aprovecharlo bien y buscar formas de conservarlo para todo el año", subrayó Figueroa.

Ensayos de conservación mediante congelamiento o secado ya están siendo probados por chefs y entusiastas culinarios de la zona. Así, desde el bosque al plato, el changle sigue creciendo como un verdadero tesoro de nuestra tierra, que nos invita a disfrutar y saborear los regalos de la naturaleza.



SEBASTIÁN FIGUEROA RAQUELICH, chef e instructor de Inacap y Santo Tomás.



DR. GUILLERMO PEREIRA CANCINO, académico del Departamento de Ciencias y Tecnología Vegetal de la Universidad de Concepción, Campus Los Ángeles.