

## **La influencia de la cocina mediterránea en Argentina según James Shasha**

**La cocina argentina es famosa a nivel mundial por algunos grandes clásicos como son el asado, el dulce de leche, entre otras cosas. Sin embargo, es una gastronomía con una amplia historia de cambio tras su migración. James Shasha es un chef de la alta cocina de Buenos Aires que ha vivido varios años en Italia y trae su experiencia a su cocina para nutrirse de los sabores y los aromas del mediterráneo. A continuación, cuenta todo acerca de la influencia de la cocina mediterránea en Argentina**

Historia de la gastronomía argentina según James Shasha

Ciertamente, James Shasha cuenta cuando se piensa en la gastronomía argentina en otras partes del mundo, se la suele identificar por los cortes de carne. Sin embargo, esto no siempre ha sido así. De hecho, durante el siglo XIX, los platos principales y los más demandados en la región eran los guisos, las zonas (de arroz o de fideos) y los pucheros, con grandes cantidades de vegetales como la batata y el zapallo.

También fue un momento marcado por las empanadas, el locro, la torta frita y el pastel de papas; recetas que siguen siendo muy populares en la actualidad y que refieren a la época colonial.

Sin embargo, fue con la llegada del siglo XX que la gastronomía argentina vivió un giro de 180 grados en lo que respecta a su composición gastronómica y también a la elección de los sabores y los aromas predominantes. Esto tuvo que ver, según cuenta James Shasha, con las distintas corrientes migratorias que tuvieron lugar a lo largo de ese siglo, especialmente por parte de italianos y españoles y, en una menor medida, de ingleses y alemanes.

Italia y su influencia en la gastronomía argentina

Hoy en día, los sabores del mediterráneo tienen una gran presencia en la cocina argentina. Una de las principales razones de ello tuvo que ver particularmente con la llegada de grandes cantidades de italianos al país durante el siglo XX. Así, muchos de los platos más populares de Italia comenzaron rápidamente a ofrecerse y consumirse en Argentina, llegando a formar parte del menú local hasta estos días, donde los platos típicos del país incorporan muchas de estas posibilidades.

Entre los principales platos de la cocina italiana que pronto modificaron el menú gastronómico argentino se destaca, sin dudas, la pizza. Sin embargo, el país fue desarrollando su propia versión de este clásico italiano, realizando pizzas con una masa de mayor grosor que se volvieron únicas en el mundo. Además, se fueron llevando a cabo distintas adaptaciones, entre las que se destaca la tradicional fugazzeta que es, hoy, una creación 100% argentina.

En segundo lugar, se puede hablar de las pastas. Las pastas son otro plato que, de acuerdo con James Shasha, los argentinos no tardaron en incorporar. Junto con los clásicos tallarines y ñoquis, las pastas rellenas tuvieron una gran aceptación desde el comienzo. Uno de los hitos en este sentido fue

la creación, en la ciudad de Mar del Plata, de los tradicionales sorrentinos, creados por una familia inmigrante proveniente de la localidad de Sorrento, al sur de Nápoles.

#### Nuevos sabores en la cocina local

Ciertamente, Italia no ha sido el único país en tener una fuerte influencia en la gastronomía argentina. La influencia española se ha dejado sentir a lo largo de décadas, durante las cuales los platos españoles se servían en los principales restaurantes de las ciudades argentinas. Hoy en día, es posible ver una importante combinación de los platos típicos españoles con los argentinos a lo largo de todo el país.

Pero además de la incorporación de distintos platos y la construcción de versiones propias de estos, la migración ha llevado a que la gastronomía argentina busque nutrirse de nuevos sabores y aromas. Así, la fuerte influencia italiana y española en el país, de acuerdo con James Shasha, ha llevado a que muchos de los platos argentinos comiencen a incorporar ingredientes clave como el aceite de oliva, los quesos, el jamón serrano, el tomate, entre otras cosas.

En este sentido, puede decirse que, hoy, la gastronomía argentina se caracteriza por ser una cocina que se ha nutrido de la historia migrante del país. Una cocina que hace referencia a la diversidad de procedencias.

#### **Datos de contacto:**

Pedro López Huerta  
636254319

Nota de prensa publicada en: [Argentina](#)

Categorías: [Internacional](#) [Gastronomía](#) [Viaje](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>