

La Provincia de Darién y su cultura

VESTIMENTA DE LA MUJER

La usan para sus fiestas folclóricas, la falda es corte de zaraza o de percal, blusa blanca muy parecida a las de las



chorreranas y algunas mujeres de la costa atlántica. La empollerada darienita lleva en la cabeza, flores naturales y usan zapatos de pana de color negro o simplemente puede ir descalza.

La mujer adorna su cuello con varios collares de cuentas de colores.



Es normal el uso de vestidos cosidos completamente a mano en la mujer mientras que el hombre se viste igual al hombre de la ciudad. El hombre usualmente utiliza pantalón jeans remangado en la vasta una camisa blanca amarrada por un lazo en la cintura o en algunos casos se puede ver al hombre darienita sin camisa.

Baile Bullarengue



COMIDA

Es común la preparación de comidas como el guacho de mariscos, pescado y arroz con coco; también el serendengue entre otras. Es tradicional una especie de bebida hecha con plátano cocido, que aquí se llama "choca'o".

Chocao

**Ingredientes:**

- 6 plátanos bien maduros
- 1 bizcocho
- 1 coco rallado (2 tazas de leche de coco)
- 1 trozo de jengibre
- 1 cda. de sal
- Miel o azúcar al gusto.

Procedimiento:

Pele los plátanos, pártalos a la mitad longitudinalmente y quite el corazón. Póngalos a cocer en la leche del coco. Májelos y agregue el jengibre en rebanadas, la sal y el dulce. Déjelo cocer hasta que seque. Sírvalo caliente en platos de postre con crema de coco por encima.

Manera de sacar la leche de coco:

Al coco rallado agregue 1/2 taza de agua caliente. Amase bien, exprima y cuele.



Pescado Tulemasa

Ingredientes:

2 galones de agua de coco
6 presas de pescado
1 libra de yuca
1 libra de otoe
1 1/2 libra de ñame
Sal al gusto

Preparación:

Ponga el agua de coco, con la yuca, otoe. Agregue el ñame cuando el otoe y la yuca estén blandos para que no se desbarate.

Agregue el pescado y cocine por 20 minutos aproximadamente. Sirva acompañado con limón y picante.

Guacho de Mariscos

**Ingredientes:**

- 1 1/2 taza de arroz
- 1/2 libra de longorón
- 1 libra de almeja
- 1/2 libra de almejas negras peladas (conchuelas)
- 1 libra de camarones pelados
- 1 libra de almeja de piedra
- 1 lb de cambombia (cambute)
- 1 cebolla mediana picada
- 2 tomates picados
- 3 hojas de culantro
- 1/4 cucharadita de orégano
- 3 dientes de ajo machacado
- sal y pimienta al gusto
- 1/4 libra de yuca picadita
- 1 plátano verde ya hecho patacones
- 1 cucharadita de achiote

Procedimiento:

poner en una paila el arroz ya lavado, los mariscos y el culantro y el agua. Déjalo cocer hasta que el arroz reviente, aparte en una sartén haremos un sofrito con una cucharada de aceite con la cebolla el ajo el tomate y el orégano y el achiote, cuando se acitronen la cebolla y el ajo agrégalo al arroz que ya debe estar aguachado salpimentar al gusto y cocinalo por 20 minutos más. Antes de apagar el fuego agrégale la yuca picada y los patacones, revuelve y procede a bajarlo del fuego, puedes servirlo caliente o fresco.

Podemos mencionar que los principales cultivos que se producen en la provincia son: maíz, arroz, plátano, banano, yuca, ñame y frijoles.

