





*Política para el conocimiento, la  
salvaguardia y el fomento de la  
alimentación y las cocinas tradicionales  
de Colombia*

Ministerio de Cultura  
Dirección de Patrimonio

## Ministerio de Cultura

Mariana Garcés Córdoba  
MINISTRA

María Claudia López Sorzano  
VICEMINISTRA

Enzo Rafael Ariza Ayala  
SECRETARIO GENERAL

Juan Luis Isaza Londoño  
DIRECTOR DE PATRIMONIO

### GRUPO DE PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL

Adriana Molano Arenas  
COORDINADORA

Enrique Sánchez Gutiérrez  
Coordinador para la formulación de la política de conocimiento, salvaguardia  
y fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales colombianas

*Proyecto Biblioteca Básica de Cocinas Tradicionales de Colombia*

Viviana Cortés Angarita

Isabel Cristina Restrepo

Daniela Rodríguez Uribe

*Comité asesor para la política de conocimiento, salvaguardia  
y fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales colombianas*

Germán Patiño Ossa

Soffy Arboleda de Vega

Juana Camacho Segura

Ramiro Delgado Salazar

Julián Estrada Ochoa

Ximena Hernández Sánchez

Carlos Humberto Illera Montoya

Lácydes Moreno Blanco

Esther Sánchez Botero

María Josefina Yances



**MinCultura**  
Ministerio de Cultura

**PROSPERIDAD  
PARA TODOS**

Carrera 8 8-43  
Línea gratuita 01 8000 913079  
(571) 342 4100  
Bogotá, Colombia  
[www.mincultura.gov.co](http://www.mincultura.gov.co)

## Contenido

<i>Introducción</i>	9
<b>PARTE I</b>	
<b>Contexto</b>	13
1. Antecedentes	13
2. El universo cultural de las cocinas tradicionales	21
3. Regiones y cultura culinaria	37
<b>PARTE II</b>	
<b>Principios, objetivos, estrategias y líneas de acción de la política para el conocimiento, la salvaguardia y el fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia</b>	63
4. Elementos de diagnóstico	65
5. Ámbito de la Política	69
6. Bases legales	70
7. Instituciones relacionadas con la Política	71
8. Principios generales de la Política	73
9. Visión de la Política	76
10. Objetivo general	77
11. Estrategias y directrices	78
<i>Anexo al documento de Política</i>	83
<i>Referencias bibliográficas</i>	91



*Política para el conocimiento, la salvaguardia y el fomento de la  
alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia*





## Introducción

LOS CONOCIMIENTOS Y TRADICIONES populares asociados a la producción, preparación y el consumo cotidiano de alimentos constituyen uno de los pilares del patrimonio cultural inmaterial de la nación. Las cocinas tradicionales, como manifestación del patrimonio cultural inmaterial (en adelante PCI), comprenden complejos conjuntos de conocimientos y prácticas culinarias que tienen raíces indígenas, ibéricas, africanas y notables influencias, muy visibles en la región caribe, de la culinaria árabe y de los países vecinos.

Las cocinas tradicionales, como patrimonio cultural, tienen como principales características y efectos, los siguientes:

1. Son el resultado de un largo proceso histórico y colectivo que resulta en un saber transmitido principalmente en el seno de la familia, de generación en generación. Cada cocina tiene su historia y su propia narrativa, así como un acervo de conocimientos y prácticas que se transmiten de manera viva y directa. La cocina se aprende haciendo.

2. Expresan la relación con el contexto ecológico y productivo del cual se obtienen los productos que se llevan a la mesa; es decir, dependen de la oferta ambiental regional y están asociadas de manera profunda con la producción tradicional de alimentos.

3. Cumplen además una función cohesionadora, ya que generan, por excelencia, sentimientos de identidad, pertenencia y continuidad histórica. Alrededor de ellas se reúnen las familias, se fomentan la asociatividad y valores como la generosidad y la solidaridad entre las personas.

4. Son un ámbito por excelencia –aunque no exclusivo– del saber femenino.

5. Cada sistema culinario, con sus recetas, platos y formas de consumo, remite a una tradición y a un universo simbólico particular, así como a un “orden culinario”

que contiene reglas de comportamiento, prescripciones y prohibiciones culinarias, rituales y estéticas particulares.

Para el Ministerio de Cultura es muy importante la salvaguardia y el fomento de esta modalidad de patrimonio cultural, y por ello desde el año 2007 viene promoviendo, en su Programa Nacional de Estímulos, un Concurso Nacional de Cocina Tradicional enfocado en la recuperación, recreación y divulgación de la riqueza culinaria del país. El Ministerio también impulsó la creación y ha venido apoyando el Programa Nacional Escuelas Taller de Colombia: Herramientas de Paz, que, entre otras acciones, desarrolla actividades de formación profesional en gastronomía tradicional, contribuyendo de esta manera a la recuperación de técnicas propias de la cultura culinaria del país.

El Ministerio de Cultura adoptó en el año 2009 la Política de Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial. En el marco de esta política, la cultura culinaria tradicional se presenta como un campo ideal para comprender cómo los conocimientos y prácticas de la cocina generan en las personas y colectivos sociales vínculos de cohesión e identidad con su región y su comunidad. Las cocinas tradicionales también fortalecen los procesos colectivos de la memoria y contribuyen al bienestar cultural de las familias y las personas.

A partir de estas consideraciones, y atendiendo la solicitud de numerosos congresos y foros sobre la alimentación y las cocinas de Colombia, el Ministerio de Cultura, por intermedio de la Dirección de Patrimonio, se planteó la formulación de una política de conocimiento, salvaguardia y fomento del patrimonio cultural inmaterial asociado a la alimentación y las cocinas tradicionales del país.

Al interés del Ministerio de Cultura se aúna la iniciativa del Ministerio de Comercio, Industria y Turismo, que está preparando un plan de acción para el sector de la gastronomía, teniendo en cuenta que la cocina tradicional ha venido adquiriendo una gran importancia en este sector productivo –asociado también al turismo cultural–, como generadora de ingresos y empleo en beneficio, especialmente, de sectores de medianos y bajos ingresos.

Con estos antecedentes, y atendiendo a la creciente demanda de directrices y orientaciones de política pública sobre el patrimonio cultural de la alimentación y la cocina, el Ministerio de Cultura presenta las siguientes Directrices de Política Pública para el Conocimiento, Salvaguardia y Fomento de la Alimentación y las Cocinas Tradicionales, elaboradas a partir de los trabajos y conclusiones de los diferentes congresos y eventos de gastronomía que se realizan en el país; de la experiencia de instituciones como el Viceministerio de Turismo, del aporte de

muchos estudiosos de la cocina colombiana entrevistados o cuyos trabajos fueron consultados y, en especial, del taller realizado en Santa Marta, departamento del Magdalena, durante los días 27 y 29 de septiembre de 2011, en el marco del II Encuentro Nacional de Patrimonio Cultural y Día Mundial del Turismo, en donde se conformó un grupo de trabajo ad hoc para la presente Política.

El presente documento de Política fue presentado al Consejo Nacional de Patrimonio y adoptado por el Ministerio de Cultura en febrero del 2012, para su expedición y divulgación.



# PARTE I

## *Contexto*

### 1. Antecedentes

#### 1.1. Las raíces históricas

El patrimonio cultural alimentario de Colombia tiene raíces profundas en la producción y el consumo de alimentos de los pueblos amerindios que habitaron el territorio nacional antes de la llegada de los europeos. Muchas de esas tradiciones, asociadas a productos como el maíz, la yuca y otros tubérculos, o al consumo de animales “de monte” y domésticos, como el cuy, se han mantenido hasta el presente. Arepas, tamales, chichas y amasijos que se consumen en la actualidad tienen su origen en el mundo indígena. De raíz amerindia son el maíz, la papa, la yuca, la oca, el ulluco, la arracacha, el achiote, el zapallo, el cacao, el aguacate, la uchuva, la curuba, el chontaduro, la piña y frutos de palmas, entre muchos otros alimentos cultivados o silvestres que en la actualidad se utilizan en nuestras cocinas tradicionales.

Los ibéricos, junto con los africanos llegados al continente americano, introdujeron su propia matriz culinaria, que se adaptó a las nuevas circunstancias del neotrópico. Los europeos trajeron, por ejemplo, el trigo, cuya harina sustenta una compleja y diversa panadería que tiene innumerables expresiones regionales y locales. Los afrodescendientes, ocupantes de tierras bajas, desarrollaron una amplia diversidad de alimentos alrededor del consumo del arroz, plátano, coco y productos del mar.

La fuente principal que se tiene sobre las cocinas indígenas se debe a los cronistas,<sup>1</sup>

---

1. Entre los cronistas merecen mención, por su importancia, fray Pedro Simón con sus *Noticias históricas de la conquista de Tierra Firme en las Indias Occidentales*; Bernal Díaz del Castillo, autor de la *Conquista de Nueva España*, y Gonzalo Fernández de Oviedo con su

quienes, pese a sus limitaciones culturales y lingüísticas frente al continente americano, dieron cuenta y describieron en sus relatos algunas manifestaciones culinarias. Otra fuente importante son los relatos de viajeros que pasaron o estuvieron en el territorio nacional, principalmente durante los siglos XVIII y XIX.

Estudios sobre las raíces históricas de la alimentación y las cocinas colombianas pueden verse en los aportes de las investigaciones arqueológicas sobre la alimentación y el desarrollo de la agricultura.<sup>1</sup>

El maíz ha tenido un interés especial en los estudios sobre la alimentación, realizados desde diferentes disciplinas, por el papel que tuvo en la conformación de las sociedades prehispánicas y por ser un elemento estructurante de las cocinas tradicionales colombianas. En esta dirección, J. J. Montes y María Luisa Rodríguez de Montes publicaron su trabajo *El maíz en el habla y la cultura popular de Colombia* (1975). Sobre la chicha, una bebida de maíz, y también marca de identidad indígena, cuyo consumo fue combatido a mediados del siglo xx invocándose como argumento “razones de salud pública”, Clara Restrepo y Marcela Campuzano publicaron en 1994 su trabajo *La chicha, una bebida fermentada a través de la historia*.

El interés histórico por las cocinas y las comidas tradicionales puede verse en autores como Eugenio Barney Cabrera, quien escribió el libro *Notas y apostillas al margen de un libro de cocina* (1979), comentando el texto de María Antonia Garcés *Con cagiinga y con callana: rescatando la cocina perdida del Valle del Cauca*. También se destaca el artículo de Orián Jiménez Meneses (1998), “La conquista del estómago: viandas, vituallas y ración negra. Siglos XVII-XVIII”. Otros importantes estudios históricos sobre la alimentación y las cocinas se produjeron en la Universidad del Rosario de Bogotá, con trabajos como los de Cecilia Restrepo, disponibles en la web, y el texto de Gregorio Saldarriaga (2010), *Alimentación e identidades en el Nuevo Reino de Granada, siglos XVI y XVII*.

---

*Sumario de la natural historia de las Indias*. El científico vallecaucano, Víctor Manuel Patiño, hizo en sus obras numerosas referencias a estos y otros cronistas y viajeros, como Joseph de Acosta (*Historia natural y moral de las Indias, 1590*) que estuvieron en el neotrópico americano.

1. Un especial interés tiene la obra de Felipe Cárdenas Arroyo, *Datos sobre la alimentación prehispánica en la sabana de Bogotá* (2002). Véase también los trabajos de Domínguez (1981); Langebaek (1985, 1986); Cardale de Schripff (1988, 1989); Correal Urrego (1990); Cárdenas Arroyo (1993, 1995, 1996); Cavalier y Mora (1995); Herrera y Urrego (1996); Rodríguez (1998); Morcote y Cavalier (1999), y Ardila (1989), entre otros.

### 1.2. La biodiversidad alimentaria

Hay una tradición notable en los estudios sobre plantas útiles y alimenticias que tiene como antecedente la obra del botánico Enrique Pérez Arbeláez, *Plantas útiles de Colombia* (1947). Un antecedente importante se encuentra también en la obra del científico vallecaucano Víctor Manuel Patiño, quien escribió algunos textos pioneros sobre los alimentos, siendo la más conocida *Plantas cultivadas y animales domésticos en América Equinoccial*, cuyo segundo tomo, sobre las plantas alimentarias, fue publicado en 1964; otros libros de este autor, como *La alimentación en Colombia y los países vecinos* (1984) e *Historia de la cultura material en América Latina*, cuyo primer volumen está dedicado a la alimentación y los alimentos (1990), son obras que exponen interesantes hallazgos y consideraciones históricas y biológicas.

Un tema relativo a las cocinas colombianas que llama la atención es el uso de las hojas para envolver, las formas de empacar y los recipientes. En esta dirección, Santiago Díaz Piedrahita produjo el texto *Las hojas de las plantas como envoltura de alimentos* (1994), y Cristo Hoyos publicó un trabajo que se refiere a los implementos de la cocina, titulado *Tambucos, ceretas y cafongos: recipientes, soportes y empaques del antiguo departamento de Bolívar* (2002).

También existen notables inventarios, como el realizado sobre frutales silvestres por el citado Víctor Manuel Patiño, *Historia y dispersión de los frutales nativos del neotrópico* (2002); el que publicó Rafael Romero Castañeda en 1969; el de L. E. Acero Durán, de 1979, titulado *Plantas útiles de la Amazonia*; y la inmensa obra de H. Y. Bernal y J. E. Correa, *Especies vegetales promisorias de los países del Convenio Andrés Bello*.<sup>1</sup> En las últimas décadas, con la creación de institutos de investigación como el Humboldt, el Sinchi, Invemar y el del Pacífico, y el aporte de algunas instituciones académicas, se han realizado considerables investigaciones sobre recursos usados en la alimentación, o con potencial alimentario.

Hay que resaltar de manera especial el ingente trabajo investigativo del Instituto Caro y Cuervo que con su *Atlas lingüístico etnográfico de Colombia* (ALEC), publicado en 5 tomos entre los años 1982 y 1983, donde se descubre a través de los modos de hablar propios de las distintas regiones del país (se encuestaron más de 260 poblaciones y sitios), y entre muchos otros temas, aspectos sobre la agricultura, cultivos, vegetales, ganadería, pesca y alimentación.

---

1. Otras referencias alimentarias, en inventarios de plantas útiles, pueden verse en los trabajos de investigaciones biológicas de los institutos Humboldt y Sinchi.

### 1.3. Los estudios culturales sobre la alimentación y la cocina

En nuestro país, los estudios culturales sobre la alimentación estuvieron dedicados, inicialmente, a mostrar las comidas “típicas” de las regiones de Colombia y numerosas expresiones costumbristas asociadas a los hábitos alimentarios. A partir de la creación del Instituto Colombiano de Etnografía y de su publicación institucional, la *Revista Colombiana de Folklore*, se presentaron los primeros trabajos sobre el valor simbólico de algunos “alimentos líderes”, de consumo tradicional, como el maíz, y algunos trabajos sobre el papel de algunas prácticas agropecuarias y de consumo de alimentos en la adaptación cultural a ciertos espacios ecológicos.

Especial mención merece el estudio de Alicia Dussan de Reichel “Prácticas culinarias en una población mestiza de Colombia”, publicado en 1953 en la *Revista Colombiana de Folklore*, en el que se enfoca en las prácticas culinarias del corregimiento de Atánquez, municipio de Valledupar, en la Sierra Nevada de Santa Marta.<sup>1</sup>

En la *Revista Colombiana de Antropología* aparecieron los trabajos de Yolanda Mora de Jaramillo “Economía y alimentación en un caserío de la costa atlántica colombiana” (1963) y “Notas para el estudio de la alimentación en Ráquira” (1974). En 1986 esta autora publicó su trabajo *Alimentación y cultura en el Amazonas*, en el que relaciona el ciclo anual productivo y la disponibilidad de alimentos, lo mismo que la “conducta alimentaria” y los valores y creencias asociados, de acuerdo con una topología de unidades domésticas.

El célebre folclorista colombiano Guillermo Abadía Morales, en su *Compendio general de folklore colombiano* (1970), incluyó un aparte sobre la “Culinaria típica regional”, en el que entendía como tal “los platos o preparaciones populares de las comidas en las diversas regiones del país, pero destacando únicamente las que son más características y tradicionales” (Abadía Morales, 1970: 450). En esta obra, Abadía Morales distingue la culinaria indígena y la mestiza, y le dedica un extenso capítulo a las chichas.

---

1. La autora estudia allí las siguientes fases de la cocina: a) alimentos disponibles, entre los que distingue los cultivados y manufacturados localmente de los “importados” o de fuera; b) la cocina, termino referido de manera especial al tipo de fogón u hornilla, los utensilios, la mesa y el ambiente culinario; c) la preparación, que divide en sopas; secos (incluyen alimentos cocidos, fritos y asados); dulces; amasijos de harina o azúcar; y bebidas; d) formas de consumo, tema en que se diferencian los alimentos normativos de los opcionales y festivos; y e) las recetas culinarias (Dussán, 1953).



Algunos trabajos interesados en el tema de la pobreza se enfocaron en la capacidad, los hábitos de consumo y el valor nutricional de los alimentos.<sup>1</sup>

En los años setenta y ochenta del siglo pasado, algunos enfoques antropológicos estudiaron la cocina y la alimentación como actividades mediadoras o de articulación entre la naturaleza y la cultura. Otros estudios las abordaron como mecanismos de relación social, haciendo énfasis en el acto social de la comida. Un trabajo pionero que aborda los sistemas de conocimiento asociados a la cocina es el de Esther Sánchez Botero “Aproximaciones al sistema cognoscitivo de la alimentación Páez” (1989).

#### 1.4. Las cocinas regionales

Colombia es un país de regiones, y cada una de ellas tiene sus propias expresiones culinarias. También, cada vez se toma más conciencia de la necesidad e importancia del estudio y difusión de las cocinas regionales. En este orden de ideas, Antonio Montaña produjo el libro *El sabor de Colombia* (1994), y Germán Patiño Ossa se adentró en la historia y los hábitos alimentarios del suroccidente del país con su obra *Fogón de negros*, editada en 2007 por el Convenio Andrés Bello. En este último trabajo, Patiño muestra –además de la matriz africana y los aspectos históricos y regionales de la alimentación–, la cocina en la novela *María*, de Jorge Isaacs, como fuente de información. De igual manera, Enrique Morales Bedoya escribió *Fogón caribe* (2010), donde aborda la historia de la gastronomía regional del Caribe, desde la prehistoria indígena, pasando por la ocupación española y la llegada de los africanos, hasta los aportes judíos y árabes; además presenta una colección de recetas de la costa caribeña.

#### 1.5. Los recetarios

Desde la Colonia, y hasta comienzos del siglo xx, era frecuente que en las familias con acceso a la educación se llevaran recetarios manuscritos que circulaban entre miembros y amigos de la familia. Durante la República se editaron numerosos textos con consejos culinarios dirigidos a la formación de las mujeres como amas de casa en la llamada “economía doméstica”, y recetarios, especialmente de platos

---

1. Un ejemplo de este enfoque es el trabajo de Darna L. Durfour, “Flujo de energía a través de los hogares Tatuyo” (1981), que estudia el consumo de energéticos, frente a la ingesta de proteínas, a partir de una tipología de unidades domésticas de este pueblo indígena amazónico.

Europeos. Especial mención merece la colección titulada *El estuche: conocimientos útiles aplicados a la vida práctica: o sea, 8.000 recetas y hechos diversos*, publicada en 1884.<sup>1</sup> A este texto le siguieron otros valiosos recetarios, entre los cuales se destacan el de Elisa Hernández, de 1907, y el de Maraya Vélez de Sánchez, de 1915.

En el siglo pasado se popularizó el libro de Sofía Ospina de Navarro (1892-1974) *La buena mesa: sencillo y práctico libro de cocina*, publicado en 1933, que rivalizó con textos extranjeros, también muy difundidos, como *El libro de doña Petrona*.

Una importante obra de rescate y difusión de la cocina colombiana fue el *Gran libro de la cocina colombiana*, dirigida por Carlos Ordóñez Caicedo y publicada por el Círculo de Lectores y Colcultura (1984).<sup>2</sup> La casa editorial El Tiempo produjo en 2008 la colección *Así sabe Colombia: una obra para degustar*, compuesta por siete revistas (Caribe, Antioquia y Eje Cafetero, Región Cundiboyacense, Pacífico, Huila y Tolima, Santanderes y Llanos Orientales, Amazonia y Orinoquia) y un estuche para el coleccionador. Esta edición estuvo a cargo de Estrella de los Ríos, María Josefina Yances y Simón Karl Bühler. Otro hito de la cocina en Colombia lo constituye la obra de Lácydes Moreno Blanco, *Sabores del pasado: recetas de El Estuche*, que rescata el ya mencionado recetario publicado en Bogotá en 1878, así como su *Diccionario de voces culinarias* (2008).

La ciudad de Cartagena se ha caracterizado por las particularidades de su cocina. Una obra que rescata estos sabores es *Cartagena de Indias en la olla*, de Teresita Román de Zurek, Amparo Román de Vélez y Olga Román de Vélez, cuya primera edición es de 1963. En el Valle del Cauca, merece un reconocimiento especial el ya mencionado recetario de María Antonia Garcés, *Con cagüinga y con callana: rescatando la cocina perdida del Valle del Cauca*, publicado en Cali. Otros importantes libros de cocina, publicados recientemente, son el de Esther Sánchez Botero, *Recetas de la abundancia* (2001), *La cocinanza comedida. Gastronomía santandereana* (2002) de Estrella de los Ríos y el de María Dikanka (María Eugenia Romero), *De viandas, sancochos y amasijos* (2003).

Hoy en día circulan numerosos recetarios de cocina colombiana, algunos difundidos por empresas de alimentos, lo cual contribuye a la salvaguardia de este

---

1. Sobre este texto, Jorge Orlando Melo dice que la edición de 1884, publicada en Bogotá, puede ser el tomo primero o segundo de una primera edición de 1878 o 1882, con la autoría de John Truth, seudónimo de Jerónimo Argáez.

2. Carlos Ordóñez además produjo un recetario, *Cocina básica colombiana*, que puso en circulación Editorial Norma en el 2005.

patrimonio. Dichos recetarios van desde ediciones de lujo hasta publicaciones de bajo costo que se venden en los semáforos; muchos otros también se consiguen en Internet, pero un número considerable de ellos no brindan un contexto histórico y cultural que enriquezca la visión y el sentido de las diferentes preparaciones regionales.

### 1.6. Tendencias recientes

En la actualidad, en ciudades como Bogotá, Cali, Medellín y Barranquilla, al igual que en Popayán, se han venido gestando valiosas iniciativas de recuperación y recreación de la cocina colombiana.<sup>1</sup>

En 2003 la Biblioteca Luis Ángel Arango realizó la exposición “Libros de cocina”, organizada por Alberto de Brigard, en la que se exhibieron cerca de seiscientos textos. Sobre esta base, el historiador Jorge Orlando Melo elaboró y editó en 2011 una extensa bibliografía titulada *Alimentación y cocina: bibliografía básica*, publicada por el Colegio de Estudios Socioculturales de la Alimentación y la Cocina Colombiana (Cesacc), obra en la que se consignan numerosas referencias sobre las cocinas colombianas.

La creciente industria del turismo y la demanda global de “platos” o preparaciones exóticas han puesto en escena las comidas tradicionales y étnicas, favoreciendo a partir de ellas la innovación culinaria. Así, se observa en la actualidad un auge de publicaciones, eventos, recetarios, restaurantes y grupos de interés en torno a estas expresiones culinarias. Frente a las llamadas “comidas rápidas” de la industria gastronómica, –que busca responder a los ritmos y economía del tiempo de la vida urbana contemporánea–, han surgido contratendencias que reivindican las comidas e identidades culinarias tradicionales.

Entre los eventos vale la pena destacar el Congreso Nacional Gastronómico que se celebra en Popayán desde 2003. Gracias a su tercera edición, realizada en

---

1. Investigadores como los antropólogos Julián Estrada, quien dirigió la iniciativa presidencial “De sal y dulce”, orientada a la investigación del patrimonio culinario; Carlos Alberto Illera, Ramiro Delgado, Esther Sánchez Botero y María Eugenia Romero; los cocineros Lácydes Moreno Blanco, Carlos Ordóñez Caicedo, Laura Ospina, Sonia Serna, Leonor Espinosa, María José Yances, Estrella de los Ríos, Luz Marina Vélez, Alex Quessep y el desaparecido cocinero escocés Kendon McDonald; restauradores como Andrés Jaramillo y Eduardo Martínez; historiadores como Cecilia Restrepo Manrique; periodistas como Fernando Quiroz, entre muchos otros, han venido realizando una labor encomiable por la revaloración y el rescate de las tradiciones culinarias del país.

2005, la Unesco reconoció a Popayán como “ciudad de la gastronomía”, distinción que se enmarca dentro de la Red de Ciudades Creativas de la Alianza Global. Se destacan igualmente los congresos de Cocinas Andinas, organizados por Acodres, la Academia de Cocina Verde Oliva y el Colegio de Estudios Socioculturales de la Alimentación y la Cocina Colombiana, cuyas deliberaciones y conclusiones sirvieron para la elaboración de esta Política. Además, existen numerosos eventos locales, como “Sabor Barranquilla”, que realzan los valores de las cocinas tradicionales.

Otro evento importante lo constituyen los Encuentros para la Promoción y Difusión del Patrimonio Cultural Inmaterial de los Países Andinos, que van por su octava edición, y en los cuales se realiza un encuentro teórico y práctico sobre las cocinas tradicionales.

Esta reseña no estaría completa si no se hiciera mención a las cocineras y los cocineros populares, quienes en pequeños negocios, puestos de las plazas de mercado, ventas callejeras y las cocinas familiares mantienen y recrean las manifestaciones culinarias del país. Ellos son los principales protagonistas de la Política de conocimiento, salvaguardia y fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia.<sup>1</sup>

---

1. Hay cocineras y cocineros destacados en el campo, en los pequeños poblados, en los barrios populares, pero en especial en las plazas y lugares de mercado.

## 2. El universo cultural de las cocinas tradicionales

### 2.1. Cocinas tradicionales e identidad

La identidad de un grupo humano está estrechamente ligada a sus hábitos alimenticios. La cocina y el consumo de los alimentos es quizá el principal generador de espacios de socialización de las personas.

Las tradiciones culinarias y alimenticias, como patrimonio cultural, son colectivas, es decir, pertenecen o identifican a un grupo social particular (colectividad/comunidad) y se transmiten de generación en generación como un legado, tradición cultural o parte de la memoria colectiva.

Las “colonias regionales o municipales”, conformadas por inmigrantes internos del país, en ciudades como Bogotá, Cali, Medellín, Barranquilla o Cartagena, por mencionar algunas, se reúnen en lugares o restaurantes que llevan muchas veces el nombre de su región o localidad de origen, así como en eventos familiares y festivos en los que preparan y consumen sus platos tradicionales. Lo mismo sucede con los colombianos en el exterior, razón por la cual la importancia del legado cultural culinario puede estudiarse en las comunidades migrantes que valoran, recuerdan y recrean las tradiciones culinarias como un elemento de su identidad y unidad simbólica a una nación, región o localidad. En otras palabras, la comida es una marca indeleble de identidad cultural.

La cocina tradicional es un hecho cultural, una tradición viva que se transmite entre generaciones. Son conocimientos, prácticas y tradiciones cotidianas que se recrean constantemente, de manera presencial, por la experiencia y mediante la comunicación oral. La cultura culinaria está imbricada en la memoria colectiva y, no obstante estar nutrida de saberes y prácticas que vienen del pasado, la cocina

siempre está resignificando este legado, actualizándose con la adopción de nuevos ingredientes, técnicas y sabores.

La relación entre tradiciones culinarias y su práctica le imprime una dinámica particular a las cocinas tradicionales, y se constituye en un medio de expresión de la creatividad y del ingenio de las comunidades y las personas.

Las tradiciones culinarias no están cristalizadas o fijas en el pasado. No obstante estar la cultura culinaria cimentada en la tradición de los pueblos, las prácticas culinarias cambian con el tiempo, viajan de un lugar a otro con las familias que migran, se adaptan a nuevos contextos productivos y adquieren particularidades regionales y locales.

El carácter colectivo de las tradiciones culinarias pone en escena a la comunidad como sujeto colectivo (creador colectivo), de tal manera que nadie puede arrogarse la autoría o propiedad intelectual del ajiaco, del mute santandereano o la lechona tolimense. Esto, sin embargo, no niega el papel y los derechos de los cocineros que recrean las recetas en sus casas, puestos de comida o restaurantes, e innovan a partir de lo tradicional.

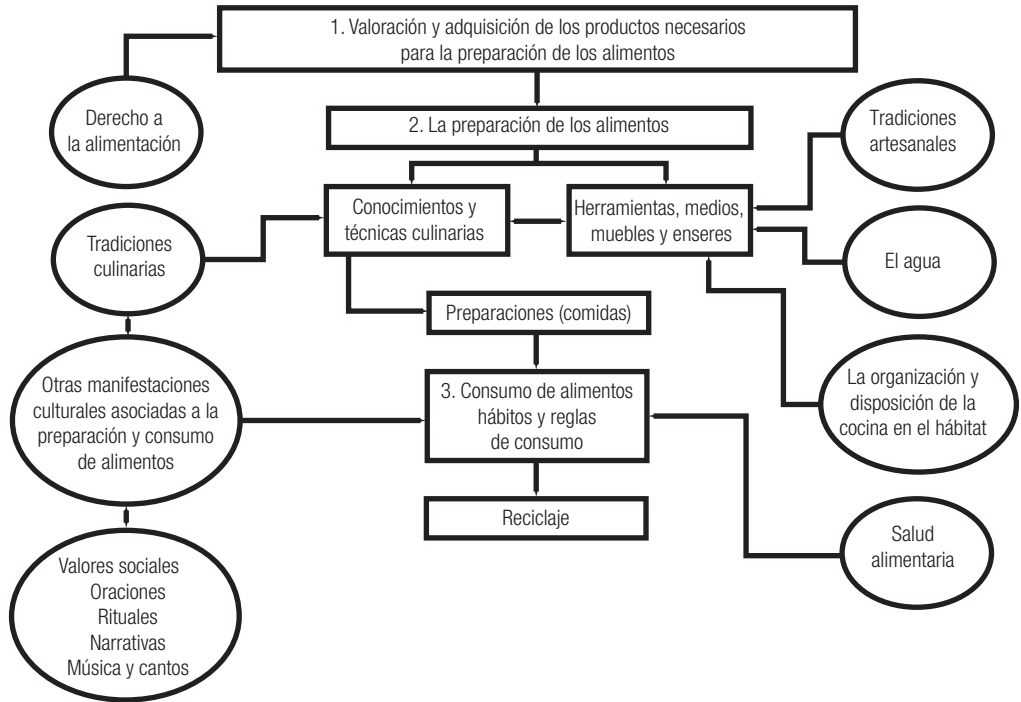
Las cocinas tradicionales están llenas de historia, sentido y símbolos que, de acuerdo a cada región, comunidad o grupo étnico, generan un profundo efecto cultural de identidad y pertenencia. Esta valoración de las cocinas como referentes culturales hace que las tradiciones culinarias sean consideradas como un patrimonio que debe ser reconocido, transmitido y salvaguardado en beneficio de las generaciones del presente y del futuro.

## **2.2. El sistema culinario**

La cocina tradicional, como se señaló anteriormente, comprende un complejo sistema que incluye historia, valores, narrativas, técnicas, creatividad y, en especial, referentes de identidad y pertenencia de las personas a un lugar y una comunidad. En la tabla 1, de manera descriptiva, se mencionan cuatro campos que de manera directa tienen que ver con el producto –los alimentos– y con el final inmediato del proceso alimentario: su consumo. Con letras se indican otros ocho campos en la gráfica, y se refieren a temas que, con excepción de las tradiciones culinarias, tienen o remiten a campos que pueden tratarse de manera independiente, como el derecho, las tradiciones artesanales, la arquitectura popular, la salud, los valores sociales e incluso el folclor.

Lo importante es entender que el sistema culinario es complejo y diverso, y que su comprensión debe hacerse de manera integral, lo que significa, para la Política,

Tabla 1. El sistema culinario



la necesidad de atender esta integralidad y, en consecuencia, el carácter intersectorial de las medidas que deben adoptarse.

### **2.3 Procesos y elementos de la cocina tradicional**

Las cocinas tradicionales son un complejo de conocimientos, usos y técnicas de transformación de los alimentos, pero ante todo son un entramado de relaciones sociales. Sin olvidar este principio se describen a continuación algunos elementos relevantes de los sistemas tradicionales de la cocina.

#### *2.3.1. Los conocimientos para la valoración y adquisición de los productos necesarios para el consumo y la preparación de los alimentos*

Se refiere a los criterios de valoración de los productos que sirven a la alimentación; los saberes e indicadores sobre el estado de los alimentos y los sistemas de medida.

El conocimiento sobre el estado de un producto en el mercado implica práctica y un saber especializado sobre las calidades de los productos, los procesos de maduración, los indicadores de enfermedad o maltrato y la procedencia. Tener un “buen ojo” para comprar los alimentos significa saber distinguir una fruta cosechada a destiempo, saber cuándo un producto está demasiado maduro, cuándo está maltratado, cuándo tiene enfermedades y si es o no fresco. Es común que las cocineras del Pacífico que trabajan en Bogotá busquen plátano de su región para sus platos, pues consideran que el plátano de otros lugares no tiene el sabor que su receta necesita.

Los términos que distinguen a los alimentos cambian de un lugar a otro. Los cortes de carne, por ejemplo, tienen nombres diferentes según la región, y existen variaciones en los modos de medir y contar los productos en el mercado.

Un aspecto complejo relacionado con la adquisición de alimentos es el de los roles de género y generación en la organización familiar. En las sociedades indígenas de la selva, las mujeres se encargan de las parcelas agrícolas (la chagra) y de la transformación y preparación de los alimentos, mientras los hombres cazan, pescan y fabrican los objetos de cestería. En el Pacífico, la cestería es labor femenina. En los Llanos Orientales y la Amazonia la fabricación de un budare (hornilla para preparar el casabe) es una actividad femenina e implica, para quien lo hace, la observancia de estrictas reglas de comportamiento y alimentación. En Antioquia y Santander hay una división estricta del trabajo, en la cual las tareas del hogar, y obviamente la cocina, son actividades estrictamente femeninas. En muchas comunidades, cuando



no se tiene agua en el domicilio, los niños se encargan de traerla de los arroyos o jagüeyes, y es común que los ancianos cumplan tareas especializadas, como traer leña y desgranar las vainas de fríjol o las mazorcas de maíz. En la sociedad urbana las mujeres suelen dirigir las compras en el mercado.

### 2.3.2. *La transformación y preparación de los alimentos*

Este es el núcleo del complejo social y cultural de la cocina. Se refiere a la transformación de los productos en alimentos, lo cual comprende la puesta en práctica de los sistemas de conocimiento y las técnicas culinarias. Estos conocimientos tienen raíces profundas en tradiciones culinarias y alimenticias cuyo origen y temporalidad son difíciles de establecer. Se trata de la cocina como una práctica, como un “arte” que se transmite de manera tradicional, es decir, en el seno de la familia, de padres a hijos, de mayores a menores, a veces como un estilo (“la sazón”, “el sabor”) que identifica una familia, e incluso en ocasiones como secretos de familia en torno a un plato o una vianda que le da identidad a una localidad o región.

El ámbito principal de las cocinas tradicionales es el hogar, la vida doméstica. Esto indica la orientación principal de la producción culinaria; sin embargo, la producción de comidas en ocasiones también se dirige al mercado de alimentos, en pequeña escala y para el consumo inmediato. Existen especialidades y especialistas culinarios que en su casa, por encargo, o en pequeños puestos de comida, preparan algunos platos, como morcillas, tamales o empanadas, entre otras comidas, tenidas en alta estima por las personas. De igual manera, existen familias que tradicionalmente han fabricado bebidas como el masato, guarruz, horchata, chicha de maíz, “vinos” de corozo y otras frutas, y licores artesanales elaborados a partir de la miel de caña de azúcar.<sup>1</sup>

Otro ámbito importante lo constituyen los pequeños restaurantes familiares, las ventas de comida en los espacios públicos y en las plazas de mercado, que son parte fundamental del universo de la cocina tradicional. Por su escala, sus técnicas y particularidades se les ha llamado *cocinas artesanales*, un concepto ambiguo pero que denota la importancia del “hacer” y entiende la comida como una elaboración personal y como una organización particular que integra a parientes y a cocineras con aprendices. La panadería y bizcochería, por su laboriosidad, es un campo al

---

1. Los licores artesanales de caña de azúcar tienen una diversidad de nombres regionales: ñeque, chirrinche, viche, arrechón, tomaseca, vinete, tapetusa, entre muchos otros.

que se dedican pequeñas empresas, muchas de ellas de carácter informal. Algunas familias perpetúan tradiciones panaderas o de bizcochería –como ha sucedido con el roscón resobado de La Vega, Cundinamarca, los diabólicos de Sucre, las almojábanas de Paipa, las achiras y galletas de nata de Altamira (Huila), mientras que otras se especializan en amasijos y envueltos, entre muchos otros ejemplos– que complementan sus ingresos con productos comestibles.

La comida tiene sus tiempos. Hay una comida cotidiana, habitual, que mantiene elementos permanentes y algunas variaciones de acuerdo a un “menú” semanal o a la disposición de alimentos. Hay una comida de época, muy acentuada, por ejemplo, entre los indígenas, cuya alimentación y economía dependen de manera directa de la oferta ambiental. Hay una comida festiva, es decir, la que se consume en tiempo de fiestas y celebraciones, como el cerdo y el pavo en Navidad.

Otras comidas son propias del tiempo lúdico, como los “paseos de olla”, en los que generalmente se preparan sancochos; para los viajes se acostumbran algunas preparaciones de fácil consumo, llamadas “fiambres”, “avíos”, “gatos” y “porsiacasos”, entre otros nombres, y hay comidas propias para los convites y trabajos comunales, e incluso para las movilizaciones y emergencias sociales (las “ollas populares”).

Hay alimentos que se consumen según los diversos estados de salud y ánimo de las personas. Se preparan comidas especiales para los enfermos, algunas que incorporan oraciones y bendiciones –como la “sopa de enfermos” o “caldo de sustancia” del altiplano cundiboyacense–; existen comidas para el periodo menstrual, para el parto y para la dieta del posparto; hay comidas especiales para los velorios y otros ritos funerarios; las hay tenidas como afrodisíacas y también para el malestar después de la borrachera, como el “caldo de pajarilla”.

Hay una circulación e intercambio de comidas en las redes de familiares y amigos, que contribuyen a mantener y perpetuar las tradiciones culinarias y a reforzar relaciones de parentesco, afinidad y amistad. En épocas festivas, como la Navidad, las familias intercambian, como un gesto de amistad, natillas, buñuelos, tortas y dulces. Los indígenas amazónicos, cuando obtienen excedentes agrícolas, invitan a las comunidades vecinas a un *dabucurí* en el que se consumen alimentos de manera abundante y se intercambian comidas.

*Las recetas.* Son la expresión sintética, oral o escrita, de los saberes, ingredientes, cantidades y formas de preparación de los alimentos.<sup>1</sup> Las recetas a veces se

---

1. Las expresiones culinarias populares suelen agruparse en el país en numerosas categorías, dependiendo de la región. Son usuales la distinción entre caldos, sancochos y sopas; sudados

conservan como un patrimonio y un “secreto” de familia. Algunas se escriben y conservan celosamente. El conocimiento de recetas también es un factor de prestigio, y existe un intercambio de recetas que refuerza alianzas entre personas y familias, y que favorece la pervivencia de los saberes tradicionales. Las recetas son una valiosa fuente documental de las cocinas tradicionales.

#### **Preparación de “marinillos”<sup>1</sup>**

Media libra de harina de maíz, una libra de queso fresco, cuatro yemas de huevo y una copita de anís o unos granos de anís verdes; se amasa muy bien la pasta; se hacen los buñuelos; se echan en manteca fría y se les va aumentando el fuego a medida que vayan creciendo; no se deben tocar sino al momento de sacarlos. Cuando se están haciendo, es bueno mojarse las manos para impedir que se rajen.

Un aspecto del saber culinario asociado a las recetas es el de la medida y proporción de los alimentos. Se mide según libras, litros, trozos, tallos, dedos, mazos, ramas, tazas, pocillos, cucharadas, papeletas y pizcas (menos de una cucharadita), entre muchas otras maneras y denominaciones regionales.

*Técnicas culinarias.* Un campo amplísimo lo constituyen las técnicas culinarias populares, es decir, el conjunto de actividades prácticas que los cocineros ejecutan para seleccionar, medir, adecuar, secar, humedecer, cocinar, envolver, guardar, presentar, conservar, revolver y servir los alimentos. Comprende actividades tales como el manejo del fuego y el calor, las formas de cortar, moler, pulverizar, cernir y aliñar los ingredientes; los sistemas de fermentación y maduración; los modos de cocción y asado y las formas de amasado, entre muchas otras actividades. Es importante señalar que estas técnicas tradicionales se aprenden de manera viva, directa y en la práctica.

*Las técnicas culinarias definen en cierta medida los modos regionales de la cocina.* Las técnicas de amasado y preparación de la masa para las arepas, empanadas

---

y cocidos; arroces, incluyendo los llamados atollados; carnes asadas, fritas, desmechadas; embutidos; tamales y pasteles; arepas, empanadas, buñuelos, bollos y otros amasijos; ensaladas de verduras y frutas; salsas; quesos; bebidas lácteas; aceites; picantes; chichas, masatos, champuses y otras bebidas fermentadas; bebidas de café y chocolate; té y otras tisanas; jugos, zumos y sorbetes; dulces de frutas y de leche; panes, tortas y bizcochos, entre muchas otras categorías.

1. Receta tomada de un libro de recetas de cocina de Elisa Hernández, edición de 1915.

y tamales, algunas de las comidas presentes en todo el territorio nacional, son muy diferentes, y por ende su gusto y sabores son distintos. Estas técnicas demandan en ocasiones el aprendizaje de destrezas especiales para cortar la carne, “darles punto” a los dulces, mezclar los ingredientes, entre muchos otros ejemplos.

*Las herramientas y muebles o enseres y medios de cocina.* En relación con las técnicas, se encuentra un rico y variado instrumental que expresa la creatividad y el ingenio de la cocina popular.

Son numerosos los muebles o enseres, las herramientas y los medios de cocina. Herramientas como los molinos, molinillos, mecedores o “meniadores”, morteros y pilones, piedras de moler, coladores, achoteras, pataconeras, cucharas, cucharones, cuchillos, platos, pailas, espumadores, bandejas, ollas, moyos de barro, tinajeras, peroles, rodillos, raspadores o rayadores, exprimidoras, entre muchas otras, encuentran su sitio en la cocina popular, al igual que enseres como mesas, sillas, graneros, escurridores, y medios como la leña y otros combustibles.

Las herramientas, los muebles y enseres tienen una estrecha relación con las tradiciones artesanales, entre las cuales se destacan las de elaborar vajillas y ajuares, manteles o “vestidos” de la mesa. Son famosas en el país las vajillas del Carmen de Viboral, en Antioquia, las de la Chamba, en el Tolima; las de Ráquira, Boyacá, y las de los indígenas de bajo río Caquetá. En cuanto a tejidos para la mesa, son famosos los de Cartago, Valle del Cauca. La cestería que se usa en la cocina –guapas, balayes, cebucanes, canastos– tiene numerosas expresiones artesanales, en especial en el Pacífico (con fibras como la matamba, el chocolatillo y werregue); en la Amazonia y la Orinoquia, donde se utiliza de manera principal el cumare; en el Caribe, donde se utiliza la caña-flecha, y en los Andes, con su cestería de bejucos tripa-de-perro; en Antioquia son comunes los cestos de alambre para guardar las “arepas redondas”.

Hay objetos utilitarios que se adoran o cuyos diseños tienen un alto valor estético. Este es el caso de los rayadores de yuca del Vaupés, la cestería de hojas de plátano de Córdoba, o la de Guacamayas en Boyacá, los cedazos de cola de caballo, las bateas y bandejas de madera, entre muchos otros ejemplos.

Las mesas y sillas tienen expresiones regionales, pero en numerosas comunidades indígenas no se consumen los alimentos en una mesa. En el Amazonas es común que los alimentos se dispongan en balayes y ollas colocadas en trípodes junto a la cocina, junto a los cuales se sientan las personas en pequeños bancos para tomar lo que quieren consumir; hay quienes comen sentados en el suelo, y en las comunidades ribereñas es común que se haga en la parte anterior de la casa, en el corredor, frente al río. Las vajillas pueden ser muy elaboradas

o ser simples recipientes (*cuyas*) de totumo con cucharas del mismo material. A veces se disponen los alimentos en el piso sobre hojas de plátano. En muchas comunidades indígenas no se usan cubiertos occidentales y se toman los alimentos con las manos. En fin, hay numerosas maneras de comer, pero todas tienen sus reglas, bien sea que se acostumbre lavarse las manos antes o después del consumo de los alimentos, que se ore, que se respete un orden en la mesa (el jefe de hogar en la cabecera, por ejemplo) o en la distribución de los alimentos.

*El agua es fundamental en las cocinas*, tiene numerosas funciones como medio de cocción o hidratante, pero es parte constitutiva de casi todos los alimentos. Es la base misma de sopas y bebidas, y sola es una bebida que se consume para calmar la sed y acompañar numerosas comidas. Hay diferentes maneras de recoger, hacer potable y conservar el agua con fines alimentarios. Llama la atención, en el caso de Colombia, que siendo uno de los países más ricos en fuentes de agua, no se tenga una tradición en la valoración de la calidad del agua como bebida y alimento.

Una mención especial merece entre estas tecnologías *la construcción y el manejo de fogones*, hornillas, anafes y budares para el asado y cocción de los alimentos. Está el fogón sencillo de tres piedras, los hay de barro cocido, otros utilizan lajas de piedra –como el utilizado en el municipio de La Calera para asar las arepas emblemáticas del lugar–, otros incorporan adobe y muchas láminas de hierro. En algunos pueblos indígenas el fogón es un referente importante de tradiciones míticas.

El conocimiento de los árboles productores de leña y carbón vegetal, y la calidad de los mismos, es todo un campo del saber culinario, lo mismo que el conocimiento y uso del humo como saborizante (ahumado) y de diferentes cenizas para las lejías y algunas preparaciones especiales.

La organización y disposición de la cocina en el hábitat cambia de una región a otra. En algunos lugares, como en los Llanos Orientales, la cocina está fuera de la vivienda, en una construcción independiente. En el Pacífico la cocina ocupa la parte posterior de la vivienda, junto a una plataforma descubierta. En el Caribe ocupa la parte posterior, junto a un patio con árboles que sirve de lugar de reunión. En Nariño la cocina tiene, además de la función de calentar la casa, la de generar un medio abrigado para los cuyes, que son uno de los alimentos emblemáticos de la región.

### 2.3.3. *Los productos agropecuarios necesarios para las cocinas tradicionales*

La cocina es un sistema en el que participan diversos productos y hay un proceso de transformación y agregación de valor que resulta en productos

elaborados, o comidas. Hay productos que provienen de la industria de alimentos, pero en su mayoría, los productos de la cocina tradicional proceden de la producción agropecuaria, y en particular de la economía campesina. Esta relación entre las cocinas tradicionales y la producción tradicional de alimentos es uno de los ejes que aborda la *Política de salvaguardia del patrimonio cultural culinario del país*. Basta un ejemplo para ver la dimensión del problema. La harina de maíz es un ingrediente utilizado y necesario para todo en todas las regiones del país: para la preparación de envueltos, tamales, empanadas y chichas, entre muchos otros productos. Una queja generalizada entre las cocineras y cocineros es la creciente dificultad para conseguir harina hecha de variedades tradicionales de maíz, dado que la calidad de la harina importada, o proveniente de variedades mejoradas, que se expende en las tiendas y supermercados, no reúne las cualidades necesarias para sus recetas. Si se va al fondo del problema, se encuentra la desaparición de variedades de maíz tradicional de las parcelas campesinas. Estos son algunos de los efectos negativos de la sustitución de alimentos producidos en el país por productos importados y la introducción de variedades genéticamente modificadas con procedimientos biotecnológicos, de gran productividad, pero que no reúnen las cualidades alimentarias que la población demanda y que pueden poner en riesgo la producción tradicional. Muchas comidas populares han dejado de hacerse porque ya no encuentran variedades de frijón, cebada, arroz, plátano y frutos, entre muchos otros bienes agrícolas. Lo mismo sucede con algunos productos pecuarios.

La Constitución Política establece una protección especial a la producción de alimentos, en la que juegan un papel trascendental el conocimiento y prácticas tradicionales de los campesinos e indígenas asociadas a la conservación, el manejo e intercambio de semillas nativas y criollas. Estos conocimientos hacen parte del patrimonio cultural de la nación y de las comunidades, y por lo tanto es un deber del Estado y de las instituciones garantizar el derecho que estas comunidades tienen a disponer y disfrutar de este patrimonio, a conservarlo y transmitirlo a las generaciones futuras.

Cada región tiene una base o matriz básica alimentaria que depende de la oferta ambiental y la oferta agropecuaria, y que debe ser objeto de una especial atención por las instituciones del sector agropecuario y ambiental.

En la Amazonia, la base alimentaria está compuesta principalmente por yuca, pescado, carne de tortuga charapa y de monte, ají, piña y chontaduro. En la Orinoquia la base la constituyen la yuca, el arroz y el plátano, carne de vacunos

y de animales de la sabana, especialmente de chigüiro, y frutos como el mango, la piña, algunos cítricos y el marañón.<sup>1</sup>

En los Andes la base agrícola está constituida por maíz, papa, arroz, yuca, arracacha y panela. En las partes más altas se consumen habias, cubios, ullucos, ahuyama, habas y arveja. Los cárnicos que se consumen provienen de manera principal de vacunos, cerdos, aves, caprinos y productos de la pesca fluvial. Y hace parte de la alimentación la leche y el queso. Entre las frutas se destacan los cítricos, bananos, papaya, mango, durazno, curubo, guanábana, maracuyá y el lulo.

En el Caribe la alimentación incluye, además del maíz, yuca, arroz, ñame, plátano, coco, batata, malanga y aguacate, los productos de la pesca, carne de res, aves y cerdo, el queso y la leche. El consumo de frutas es muy variado, e incluye papaya, patilla, melón, mango, banano, corozo, piña, níspero, zapote costeño, guanábana y mamey, entre muchos otros.

En el Pacífico la base alimentaria se soporta en el plátano, el arroz, la papachina, el coco, el chontaduro, los productos de la pesca y la recolección de conchas, así como el consumo de carnes de cerdo y “animales del monte”.

Existen algunas particularidades regionales, como el consumo de carne de cuy, en Nariño; las hormigas culonas, en Santander; el queso costeño, en el Chocó –región que no es ganadera–; el consumo de tortuga marina, en La Guajira, y de larvas de insecto en la Amazonia, y el de ratón espino, en el Pacífico, entre muchos otros ejemplos. Las frutas constituyen el universo más variado y más especializado.

Una consideración especial merecen los condimentos o aliños y los colorantes de las cocinas tradicionales, en cuyo cultivo y cuidado tienen un papel importante las mujeres. Algunos condimentos se cultivan comercialmente, como el tomate, las cebollas y el ajo. Otros se cultivan en el entorno doméstico en macetas, azoteas y barbacoas.

---

1. Los grupos indígenas del área amazónica y los Llanos Orientales tienen como fuente principal para la alimentación una horticultura que utiliza la roza, tala y quema, y la siembra de numerosas variedades de yuca como cultivo principal. Este sistema de cultivo, denominado de chagras o conucos, responde a un proceso agrícola y de manejo del bosque en el que cada producto se siembra de acuerdo a un patrón predefinido en un modelo de referencia. Además de su función alimentaria, la chagra ocupa un lugar primordial dentro del sistema de representaciones de los grupos indígenas: las plantas son consideradas como personas o como partes del cuerpo humano, condición que establece relaciones de afinidad entre las personas y sus cultivos (Van der Hammen, 1992).

#### *2.3.4. Consumo de los alimentos*

Los hábitos y reglas de consumo tienen que ver con las maneras y normas de consumo. El consumo de alimentos suele tener una normativa, unas reglas que incluyen prescripciones y prohibiciones alimentarias. Por ejemplo, durante la Semana Santa generalmente se consume pescado y se prohíbe el consumo de carnes rojas; en el Amazonas, los jóvenes que se disponen para la cacería o para algunos bailes tradicionales solo pueden comer hormigas molidas y palmitos, alimentos considerados puros; algunos credos religiosos prohíben el consumo de carne de cerdo, y existen numerosas reglas de consumo y prohibiciones para la preparación de alimentos por mujeres en periodo de menstruación.

Entre estas reglas se destaca la combinación y asociación entre alimentos. La combinación para el almuerzo, compuesta por una sopa, un plato “seco”, una bebida y un dulce, en ese orden, es un rasgo común en el país. El orden en el consumo y la asociación entre alimentos obedece a reglas del gusto, consideraciones de salud y tradiciones. Hay reglas de higiene, normas y jerarquías de orden en la recepción de los alimentos, y protocolos de “buen comportamiento” a la hora de compartirlos. No en todas partes se toman los alimentos en la mesa, y los horarios y turnos de comida varían según las regiones.

En general, en el país predominan tres comidas: desayuno, almuerzo y cena, o comida, denominados también como los “tres golpes”, aunque hay regiones donde se hacen solo dos de estas. Además, hay diferentes momentos intermedios llamados “refrigerios”, “mediasnueves”, “onces”, “algnos” y “meriendas”, entre muchas otras denominaciones.

#### *2.3.5. Los modos de enseñanza de la cocina*

La apropiación social y el aprendizaje de la cocina tradicional están asociados a los juegos infantiles y roles de género. La cocina se aprende jugando, y también en actividades de colaboración con abuelas y madres. Es importante señalar que se trata de una transmisión viva, que se da en la práctica y en la vida cotidiana. La cocina se aprende haciendo.

En las cocinas artesanales se perpetúa la tradición de la enseñanza de la cocina de maestro a aprendiz.

En la actualidad, con la profesionalización de las cocinas, se ha venido enseñando la cocina colombiana, de manera excepcional, en las escuelas de gastronomía.



### 2.3.6. *El universo simbólico asociado a la preparación y el consumo de alimentos*

Existe un universo simbólico que atraviesa todo el quehacer de la cocina y el consumo de alimentos. Se trata de construcciones sociales, imaginarios, narrativas y prácticas culturales que se transmiten de generación en generación por tradición oral y prácticas domésticas. La cocina es representación y tiene consigo estéticas y una carga simbólica que puede verse fácilmente en las culturas indígenas supervivientes en el territorio nacional, pero que existe en toda cocina tradicional. Se describen a continuación algunos elementos relevantes, entre muchos, de este universo y sus expresiones culturales:

*Uso ceremonial de los alimentos.* Este uso está presente en casi todos los rituales y eventos religiosos, desde los “pagamentos” u ofrendas indígenas a la Madre Tierra, hasta tradiciones cristianas de ofrenda de alimentos a los muertos el Día de Todos los Santos, los alimentos de la Cuaresma, las ofrendas a los santos y a la cruz en el rezo de “los mil Jesuses”, entre otras manifestaciones religiosas.

*Las oraciones y los rituales cotidianos.* Existen oraciones previas, como la bendición de los alimentos,<sup>1</sup> o posteriores a su consumo, como la acción de gracias, u oraciones o prácticas preventivas para evitar enfermedades por su consumo. Igualmente se pueden encontrar prácticas como bendecir la olla de la leche para que esta no se derrame, o marcar una cruz sobre el arroz para que no se quemé en la olla.

*Las tradiciones narrativas asociadas a la cocina y el consumo de alimentos.* La cocina tradicional tiene asociado un acervo narrativo muy valioso. Desde las historias de origen de los pueblos indígenas sobre el origen y preparación de los alimentos, hasta las narraciones familiares sobre cómo llegó esa tradición culinaria.

#### **Narración sikuani sobre el origen de los productos cultivados en la región natural de la Orinoquia<sup>2</sup> (fragmento)**

Antiguamente no había comida. Todos comían frutas, solo frutas de las que se encontraban en la selva. Los antiguos no tenían nada que comer y comían los hongos que salen de los árboles caídos. Comían frutas silvestres también.

---

1. Son comunes estas fórmulas rituales: “Señor, bendice estos alimentos que recibimos de tu generosidad. Te lo pedimos por Cristo nuestro señor. Amén”. “Bendícenos, Señor, y bendice estos alimentos que por tu bondad vamos a tomar. Amén”.

2. Tomado de Queixaló y Jiménez (1991).

Mono de Noche comía sin compartir con los demás. Conocía el árbol de la comida que estaba al otro lado del Gran Río. Mono de Noche se iba todos los atardeceres al arroyo donde la gente acostumbraba a ir a sacar agua. No se detenía ahí, sino que seguía hacia donde estaba el árbol de la comida. Se iba a comer piña del árbol kaliawiri.

Mono de Noche regresaba saciado y satisfecho de haber comido allá. Como iba todas las noches a comer, se la pasaba los días durmiendo. Llegaba con olor a piña madura. Entre ellos se preguntaban:

– ¿Qué será lo que come? ¡Parece que come comida!

Traía olor a comida, y ellos comentaban sin que él se diera cuenta. Dormía con la boca abierta y le quedaban fragmentos de comida entre los dientes. Se acercó uno de ellos y le sacó un pedacito de comida. Se lo pasaron de mano en mano y olía a bueno, olía a comida.

En la mesa, cuando se comparten los alimentos, se recrean historias, y en eventos festivos son comunes las coplas<sup>1</sup> y las adivinanzas, muchas de ellas relacionadas con la cocina. Una adivinanza del Caribe muestra muy bien el sentido de la alimentación y la cocina: “Lino sobre lino, / y sobre lino, flores, / y alrededor, amores”. La respuesta es: “La mesa servida y la gente comiendo” (Bascom, 1951). Sobre los productos alimenticios hay numerosas adivinanzas<sup>2</sup> y son infinitos los refranes y

- 
1. El coplero colombiano tiene infinitas expresiones, muchas de ellas picarescas, relacionadas con la cocina. Dicen en el Chocó:

*El bocado que me diste,  
sin comerlo se quedó.  
Pensaba que era de pollo,  
gallo viejo resultó.*  
Velásquez, 1960

Y en Santander:

*Mi marido se murió  
y lo enterré en la cocina,  
y del pesar que me dio,  
me puse a bailar encima.*  
Ortiz, 1960

2. Como esta, recogida en el Valle del Cauca:

modismos del habla colombiana relacionados con la alimentación y la cocina.<sup>1</sup> Y en la literatura popular sobresalen las décimas dedicadas a la comida.<sup>2</sup>

*Las tradiciones musicales asociadas a la cocina y al consumo de alimentos.* Cuando se preparan los alimentos se suele cantar, tararear o silbar, y hay numerosas canciones asociadas a las actividades de la cocina y al origen de los alimentos.

*No soy nieve y en blancura  
casi le excedo a la nieve  
no soy monje y en clausura doble  
vivo eternamente admirando reverente  
desde la altura en que estoy  
que obra admirable soy  
de la mano omnipotente.*

[La respuesta es el coco].

Yepes, 1951

1. *Después de un ayuno, un buen desayuno.  
El hambre es la mejor salsa.  
En el juego y en la mesa se conoce la decencia.  
No hay como el hotel Mamá.  
Yo no sé hacer empanadas, pero sí sé dónde las hacen buenas.  
Tras almorzar, cien paso dar.*

García, 1951

2. Como estas décimas que provienen del Chocó, dedicadas a la defensa del chocolate frente a otros alimentos:

*El chocolate es buen santo  
que de rodillas se muele  
en la olleta se cocina  
y alzando santo se bebe. [...]  
Quiero la leche al momento  
y a favor del chocolate  
entrar en el argumento  
con gran fuerza de combate:  
a mí me cae muy bien  
y creo que el café también  
del chocolate el encanto  
pues siempre muy grato huele  
y cómo será de santo  
que de rodillas se muele.*

Fragmento tomado de Caicedo, 1992

Existen también, en algunos lugares, cantos de mesa.

En el mercado de alimentos se presentan pregones que los ofrecen y que desafortunadamente están desapareciendo sin que quede un registro de los mismos.

### 3. Regiones y cultura culinaria

COLOMBIA ES UN PAÍS de regiones que tienen sus propias particularidades históricas y culturales. La riqueza de manifestaciones de patrimonio cultural inmaterial asociadas a la cocina colombiana se gesta en medio de la diversidad, no solo de sus pueblos, sino también de sus climas, ecosistemas, sistemas productivos y tradiciones alimentarias.

Las comidas regionales y locales tienen una profunda significación como evento social de afirmación de identidades y de refuerzo de lazos sociales. Según nos cuenta Manuel Cortés Ortiz, en Nariño decir “Te invito a comer cuy”, “es rendir un homenaje muy especial: es una forma de inaugurar amores, afianzar amistades, agradecer favores, cerrar negocios, rematar fiestas” (Ortiz, 1995).

La cultura culinaria es un factor identitario regional. En las regiones colombianas, como se señaló anteriormente, las comidas muestran la influencia de la matriz cultural africana, indígena, hispánica y también acusan la influencia de comunidades de otras naciones que han migrado al país, especialmente sirio-libaneses a la región Caribe. *Kibbes*, butifarras, preparaciones de berenjena y garbanzo, así como la pastelería, hacen parte del patrimonio culinario de esta región. La Política reconoce estas contribuciones y vela por su respeto y fomento.

En medio de este universo diverso hay expresiones culinarias que sirven como marcas de identidad de grupos humanos y regiones. El ajiaco de Cundinamarca y Boyacá, la lechona tolimense, el friche de La Guajira, la mamona llanera, el cuy nariñense, el arroz con camarones del Caribe, el sancocho de gallina del Valle del Cauca, el tamal de pipián del Cauca, la sopa de mute de Santander, el pastel de arroz del Chocó, el rundown (rondón) de San Andrés y Providencia, los frijoles con arroz de la región paisa (llamada también frijolada antioqueña, plato montañero o bandeja paisa); el cocido boyacense; el tucupí amazónico, los chorizos de Santa

Rosa (Caldas); las longanizas de Sutamarchán; las gelatinas de Andalucía (Valle); la arepa de huevo de Luruaco y las butifarras de Soledad (Atlántico); las arepas de maíz de Hato Nuevo y la malangada de Urumita (La Guajira); los tamales de Piedecuesta (Santander); los dulces de azúcar de la vereda Tuatés, en Belén (Boyacá), son unos cuantos ejemplos, entre una infinidad de manifestaciones culinarias, de la pertenencia de un plato o una receta a una región, a una localidad o a una comunidad de personas. Por esta razón es inadecuado hablar de un plato nacional colombiano. Como lo expresa el antropólogo Julián Estrada: “En cocina, la recomendación no es hablar de lo nacional; lo correcto es hablar de lo regional, y lo regional se apoya necesariamente en lo popular” (Estrada, 2005). Habría que agregar que hay manifestaciones culinarias que en su forma son comunes a casi todo el país, pero que al examinarlas en detalle muestran particularidades regionales y locales, bien sea en los ingredientes, los aliños o en las técnicas de preparación; este es el caso de los sancochos, tamales, arepas y empanadas.

La cocina tradicional, a pesar de que mantiene cierto cuerpo substancial respecto a sus ingredientes, técnicas de preparación y presentación, que permanece en el tiempo como una tradición, sufre cambios e influencias de otras tradiciones culinarias. El ajjaco del altiplano cundiboyacense, que es una sopa de papas con pollo y guascas, que se sirve con arroz y aguacate, incorporó la crema de leche y las alcaparras, sin que esto significara un cambio substancial del plato. Pero se presenta también una constante influencia entre las diferentes cocinas, intercambios e hibridaciones fruto de la movilidad interna de la población colombiana que crea o adapta comidas.

El medio rural es la cantera de la cocina tradicional, pero hay expresiones –como el chocolate santafereño– que identifican la vida urbana. La comida de la calle da vida a un considerable sector informal de la economía dedicado a la preparación y venta de alimentos. La pelanga y el trifásico son platos de bajo costo de los sectores más pobres de Bogotá; la fritanga y la venta de arepas y mazorcas de maíz acompañan los eventos deportivos y festivos de las ciudades y pueblos del país, y el llamado “corrientazo”, no obstante su economía en ingredientes, es un campo permanente de innovación de la culinaria urbana. Los “cholados” y los puestos de comidas de la Galería Alameda, en Cali, las carretas de fritos de las ciudades del Caribe, la bicicleta del vendedor de aromáticas y las chicherías de la calle del Embudo, en Bogotá, las ventas callejeras de algodón dulce, obleas, empanadas, gelatinas de pata, chicharrón, merengones exhibidos en los baúles de los automóviles, son ejemplos, entre otros muchos, de expresiones de la cocina popular de las ciudades.

Las plazas de mercado son verdaderos centros de riqueza culinaria. Los restaurantes cercanos a las grandes ciudades (la Vuelta a Oriente, en Medellín; la Vuelta a la Sabana, en Bogotá, por ejemplo) conforman circuitos culinarios que recrean comidas tradicionales.

La persistencia de tradiciones culinarias, y también su mezcla, configuran arquetipos de cocinas regionales en los que predomina la utilización de recursos alimentarios propios del medio.

A nivel regional existen numerosos textos de cocina, en especial de la región antioqueña (cocina paisa), la costa caribe y el Valle del Cauca; y se encuentran textos de recetas de cocina sobre la mayoría de los departamentos y muchos de sus municipios.<sup>1</sup>

Una regionalización de las cocinas colombianas es un reto para la investigación social y cultural sobre las cocinas. La Política insta a las instituciones de investigación a avanzar en este campo para contribuir a la formulación de estrategias particulares, de carácter regional, de fomento y salvaguardia de las cocinas tradicionales. Se recomienda tener en cuenta ejercicios de regionalización social y cultural ya realizados, como el sugerido por el historiador Jaime Jaramillo Uribe (1997), que combina factores etnodemográficos, sociales y económicos, y en el que distingue las siguientes regiones culturales: 1) costa atlántica, 2) costa pacífica, 3) Antioquia y antiguo Caldas, 4) región andina meridional, 5) Santanderes, 6) Cundinamarca y Boyacá, 7) Tolima y Huila, 8) Llanos Orientales, y 9) Amazonia. Desde el punto de vista de la cultura culinaria, estas son macroregiones, áreas muy extensas en las cuales es necesario hacer un trabajo más detallado. Por ejemplo, en el Caribe se separa fácilmente la comida tradicional wayuu, que obedece a particularidades ecológicas y culturales especiales. Para algunos, Cartagena de Indias tiene sus propias tradiciones y particularidades culinarias. Las tradiciones culinarias de los afrocolombianos del Pacífico, no obstante compartir muchos elementos, tienen diferencias significativas entre el norte y el sur de la región. Ejercicios similares deben hacerse para caracterizar mejor el patrimonio culinario del país y de sus

---

1. La compilación de J. O. Melo registra textos de Córdoba, Sucre, Antioquia, Caldas, Cundinamarca, Boyacá, Nariño, Tolima, Arauca, Valle del Cauca, Atlántico, Huila, San Andrés y Providencia, Santander y Quindío. A nivel municipal, Cartagena, Bogotá, Popayán, Medellín, Pasto, Montería, Santa Rosa de Osos, Guapi, Tierradentro y Atánquez. Respecto a los grupos étnicos hay estudios sobre los pueblos embera, Palenque de San Basilio y nasa (páez). Estos recetarios y estudios, ya publicados, pero dispersos, deben ser acopiados, evaluados y sistematizados para conformar una base de información pública de fácil acceso.

regiones y localidades, para poder diseñar estrategias adecuadas de conocimiento, salvaguardia y fomento.

A manera de ejemplo, y para mostrar la complejidad y riqueza de las tradiciones culinarias del país, se incluye a continuación una tabla de comidas propias de cada macroregión.



### Base alimentaria y manifestaciones culinarias más populares

(En cursiva las más conocidas o emblemáticas de la región)

Macroregión / Departamento	Algunas manifestaciones culinarias populares
<b>AMAZONIA<sup>1</sup></b>	
Base alimentaria: yuca, pescado, carne de monte, ají, piña, chontaduro.	<i>Casabe; fariña; pescado moqueado</i> o en caldo; caldos, carnes y zarapaté de charapa y otras tortugas; <i>carne de animales de monte</i> , como danta, armadillo, cerrillo, monos, caimanes y babillas; mojojoy asado; hormigas, muñica; <i>tucupí</i> ; preparaciones de ají y hojas de yuca; chichas de yuca, chontaduro, piña y otros frutos; <i>caguanas o bebidas de piña</i> , copoazú, umarí, camu-camu y otros frutos amazónicos.
<b>ANDES</b>	
· Santanderes Base alimentaria: maíz, arroz, carne de vacuno y de caprino.	<i>Carne oreada; mite santandereano</i> ; caldo de papa; caldo teñido; sancocho; <i>sopa de pichón</i> , de frijól negro, de avena y de ruyas; hormiga culona; <i>arepa santandereana</i> ; arepa ocañera; arepas fritas; hallacas; carne desmechada; <i>cabrito asado o al horno; pipitoria de cabrito</i> ; sobrebarriga; lengua en salsa; copón relleno; cazuela de conejo y de callos con garbanzos; pastel de garbanzos; tortilla de barbutusca; yuca frita; regañonas de mazorca; hayacas de carne, de pollo o dulce; cebollitas; habas secas; chicha de maíz, chicha de corozo, guarapo, masato de arroz; fresco de ciruela cocota; chocolate; <i>carisecas</i> ; cortado y panelitas de leche de cabra; <i>bocadillos y dulces de guayaba</i> ; dulce de grosellas.
· Tolima - Huila Base alimentaria: maíz, arroz, yuca, carne de vacuno y de cerdo.	<i>Lechona; asado huilense; viudo de capaz y de bocachico</i> ; bagre sudado; sancocho; chivo; chicha de maíz, guarapo; insulso; tamal tolimense; patacones; enmochilados; achiras y bizcochitos; vino de palma; quesito en hoja.

Macroregión / Departamento	Algunas manifestaciones culinarias populares
<p>· Valle del Cauca Base alimentaria: papa, maíz, plátano, carnes de vacuno, cerdo y gallina.</p>	<p><i>Sancocho valluno</i> de res, de gallina, de guineo; empanadas vallunas; <i>tamales y empanadas de pipián</i>, tamal valluno; sopa de <i>carantanta</i>; sopa de tortillas; <i>arroz atollado</i>; tripazo; ullucos guizados; marranitas de plátano, <i>patacones, ají de maní</i>; aborrajados; buñuelos de yuca; caspiroletas; gelatinas; <i>pandebono</i>; torta de pastores, <i>lulada, champús</i>, cholado, manjar blanco.</p>
<p>· Nariño Base alimentaria: papa, maíz, cuy.</p>	<p><i>Locro</i>; sopa de arrancadas; sopa de cebada perlada; <i>empanadas de añejo</i>, de harina; <i>lapingachos; cuy asado</i>; puerco horneado; mazorca de maíz con queso; poleada; hervidos de aguardiente; helados de paila, café colado.</p>
<p>· Región cundiboyacense Base alimentaria: maíz, papa, habias, cubios, ahuyama, habas, arveja, fríjol, arracacha, batata, yuca dulce, carne de vacuno, gallina y cerdo.</p>	<p><i>Ajiaco; caldo de papa, changua</i>; sopa de pan, de arroz; <i>cuchucos</i> de maíz, de trigo, de cebada; <i>mazamorra chiquita</i>; sancocho de carnes, de cola de res, de pezuña de cerdo; chanfaina; mute de mazorca, de maíz pelado; gallina cocida con yuca, papa y plátano; <i>cocido boyacense; puchero</i>; tamales; torta de menudo; pelanga; peto, mazamorra dulce; <i>papas chorreadas</i>; calentilla; longaniza, morcillas; <i>chicharrón totiao</i>, costillas de cerdo; fritanga; envueltos de mazorca, de harina de maíz; zarapas de mazorca; habas secas; mantecadas; jutes; angú; dulces de breva, mora, uchuva, pera, icaco, manzana y durazno; jayacos de maíz pelado; buñuelos boyacenses; rosquetes; panelitas, merengues, jalea, bocadillos, espejuelos y túmez de guayaba; dulce “mielmesabe”; arroz de leche; arequipe; <i>postre de natas</i>; guacamole, ají en salsa; arepuelas y arepas de maíz y de harina de trigo; <i>chichas</i> (de flor, mitaca o de ojo) y guarapo.</p>

Macroregión / Departamento	Algunas manifestaciones culinarias populares
<p>· Antioquia y el viejo Caldas Base alimentaria: maíz, frijól, papa, yuca, arroz, panela, carne de vacuno, carne de cerdo y aves.</p>	<p><i>Sopa de mondongo</i>, sancocho de gallina, de res, de cerdo; sopas de guineo, de fideos y de arroz; <i>fríjoles con arroz, con garra</i>; <i>bandeja paisa</i>; calentado; migas; albóndigas; carne en polvo; carne asada en tiesto; tamales; chorizo; arepas de maíz; arroz atollado; muchacho relleno, albondigón, cañón de cerdo; lengua en salsa; <i>hogao</i>; empanadas de papa y carne; <i>quesito</i>; dulce desamargado; tortas de choclo, tajadas de plátano maduro, y de papas fritas; natilla, buñuelos de queso; dulce de vitoria (“cabello de ángel”), brevas, papayuela y uchuva; <i>pandequeso</i>; marialuisas; cucas; tostadas, bizcochos y calados de harina de trigo; café, chocolate, <i>mazamorra</i>, agua de panela; aguardiente, entre muchas otras manifestaciones culinarias.</p>

1. En la Amazonia indígena se observa el consumo más diverso de alimentos del país. Un inventario realizado por el Instituto Sinchi en el departamento del Amazonas da cuenta de doscientas especies usadas con fines alimenticios.

Macroregión / Departamento	Algunas manifestaciones culinarias populares
<p><b>CARIBE</b> Base alimentaria: arroz, yuca, ñame, maíz plátano, malanga, batata, ahuyama, coco, pescado, carne de vacuno y de cabra, queso. Aguacate, mango, corozo, piña, papaya, níspero.</p>	<p><i>Friche de cabra y chivo asado y guisado de La Guajira, guisado de iguana; arroz con camarones; malangada, salpicón de bonito, de chucho, de tortuga marina; mojarra frita, sábaló guisado con coco, pargo rojo relleno, mojarra frita, torta o molde de bagre seco, bagre frito, en salsa; rungo de cabeza de bagre, mojarra frita, bocachico con zumo de coco, relleno, ahumado; viudo de bocachico; sancocho de carnes, de rabo y de gallina; posta de carne; carne mechada; butifarra; sopa de camarones, mote de ñame, de queso, de fríjol; viudo de carne salada, hígado frito, hicotea guisada; arroz con liza, camarón, mariscos, cangrejo, cerdo, fríjol, fideos, arroz subido; pastel de arroz, coquillas de jaiba; hallacas o tamales; cayeye o rabo de mico (amasijo de banano verde con cebolla y tomate); “cabeza de gato” (amasijo de plátano con chicharrones); boronúa (amasijo de plátano con berenjena); mazamorra de plátano; cafongos, plátano mongo-mongo; plátano asado con queso y suero; carimañolas (de carne y queso); bollos de plátano, de yuca, de mazorca, de batata, de maíz biche, de queso, harinado y dulce; arepa de maíz, arepa de huevo; buñuelo de fríjol; berenjenas rellenas; guiso de calabaza, aguacate; queso costeño y suero salado; enyucado; torta de banano, rosquitas de queso; jugos de níspero, guayaba, zapote, tamarindo, corozo y ahuyama; dulce de piña con coco, de ñame, de mango, limón, mamey, papaya, guayaba e icaco; arroz con leche y coco; flan de leche; dulce de mongo-mongo, bananos calados en canela; rosquitas de queso; torta de banano, de queso; dulces de corozo, tamarindo, batata y guandul; guarapo de piña.</i></p>

Macroregión / Departamento	Algunas manifestaciones culinarias populares
<p><b>SAN ANDRÉS Y PROVIDENCIA</b> Base alimentaria: arroz, pescado, mariscos.</p>	<p><i>Rundown</i> (rondón), pescado encocado; <i>cerdo horneado</i>, sopa de frijol con cola de cerdo; crab backs, mince fish (pescado desmenuzado), bami, <i>sopa de cangrejo</i>, caracol guisado; fruto del árbol del pan; fletas de harina, pan de coco, pie de limón, dulces.</p>
<p><b>ORINOQUIA</b> Base alimentaria: yuca, plátano, batata, mapuey, cucurita, seje, chontaduro, moriche, piña, merey, mango, ají, carne de monte, carne de vacunos.</p>	<p>Ternera a la llanera o <i>mamona</i>, entreverao, pisillo de carne de monte, de pescado; caldo de pescado, caldo de res, hervido de gumarra (gallina); cachama a la brasa, coporos; <i>casabe</i>, fariña; majule de plátano, chicha de moriche, guarrús; <i>hallaca criolla</i>, roscas de arroz; café cerrero.</p>

Macroregión / Departamento	Algunas manifestaciones culinarias populares
<p><b>PACÍFICO</b> Base alimentaria: plátano, arroz, coco, papachina, chontaduro, pescado, mariscos.*</p> <p>* Véase la publicación de Centro de Pastoral Afrocolombiana (CEPAC), <i>Sazón del Pacífico: un homenaje a nuestras raíces africanas</i>, s. f.</p>	<p><i>Sancocho de pescado</i> (dentón, bocachico, lisa, ñato, bagre, entre otros), pescado encocado, tapao de pescado; patacón de plátano verde; birimbí; <i>pastel de arroz</i>, arroz clavado, arrecho, con coco; longaniza chocoana; guarrús; <i>guisado de piangua</i>; <i>encocado de jaiba</i>; <i>sopa de queso</i>, de queso con plátano frito, con huevo; sopas de guandul, de pepa de pan, de almejas; panelones, viche, vinete, y <i>jugo de borjój</i>; sudado de toyo; arroz atollado, a la marinera, de coco, con almejas, con chorgas, arroz de maíz con camarones, arroz negrito, bacalao, camarones en salsa, filete de corvina, encocado de cangrejo, encocado de caracol (cambute) de munchiya; ensalada con guandul; guiso de fríjol, de guandul; papillón de pescado, <i>pusandao</i> de carne serrana, sancocho de bagre, <i>de las tres carnes</i>; torta de pescado, torta de plátano maduro; hojuelas de harinas; jugo de chontaduro, de milpesos; chicha de maíz; dulce de mote, dulce de fríjol con coco, cocadas, dulce de chontaduro, dulce de borjój, dulce de árbol de pan, arroz con leche, primitivo verde con queso, masa frita, juju, chucula de maduro, envuelto, de maíz (cachín), cucas de harina; tamal de plátano; ceviche de camarón, de concha; sopa de camarón, entre otros.</p>

Fuente: Mincultura. Grupo de PCI, 2011

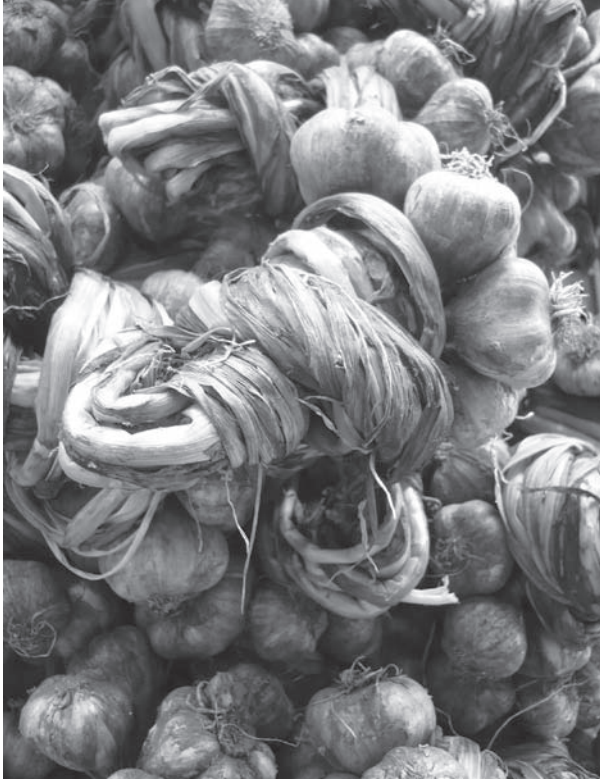
En conclusión, no existe en Colombia un plato, una comida nacional, y no debe promoverse de manera artificial la proclamación como tal de una preparación o comida específica. Lo que caracteriza a la comida colombiana es su diversidad. Cada región tiene marcadas diferencias y tradiciones culinarias respecto de las otras, e incluso en el interior de las mismas. La Política reconoce, valora y busca fortalecer esta identidad regional y local con sus comidas.



PREPARACIÓN Y ASADO DE AREPAS



Fotografías: Carlos Enrique Sánchez



AJOS



AJÍES





VENTA DE GRANOS



VAJILLA DE TOTUMO



CHUCULA



CUBIOS



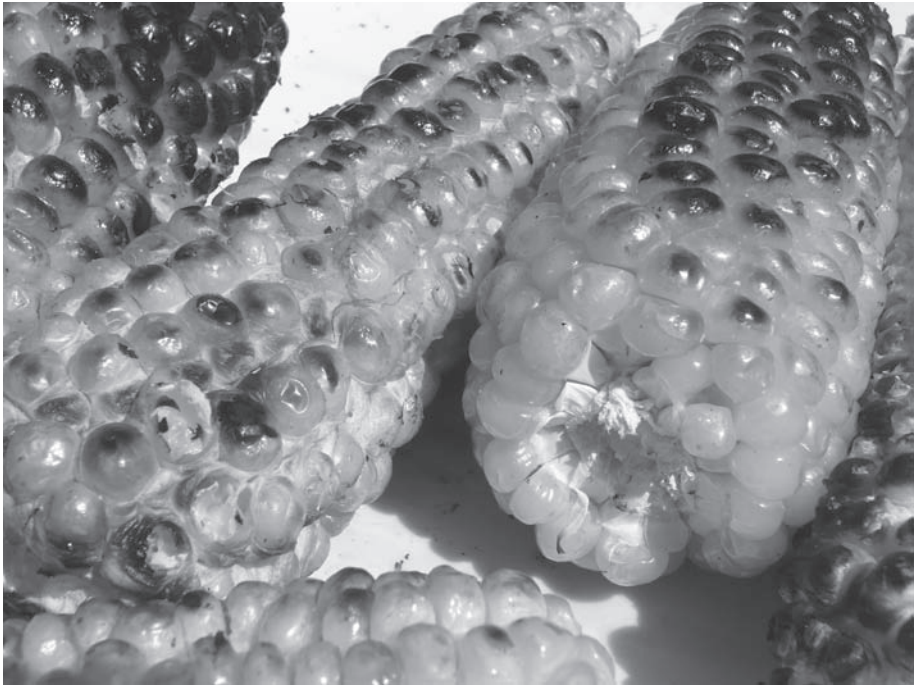


CEBOLLA JUNCA







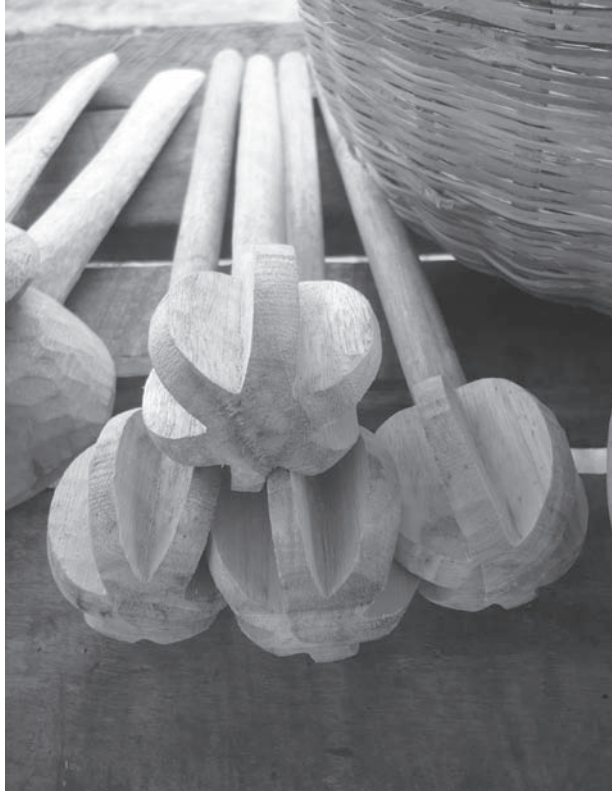


MAZORCA ASADA

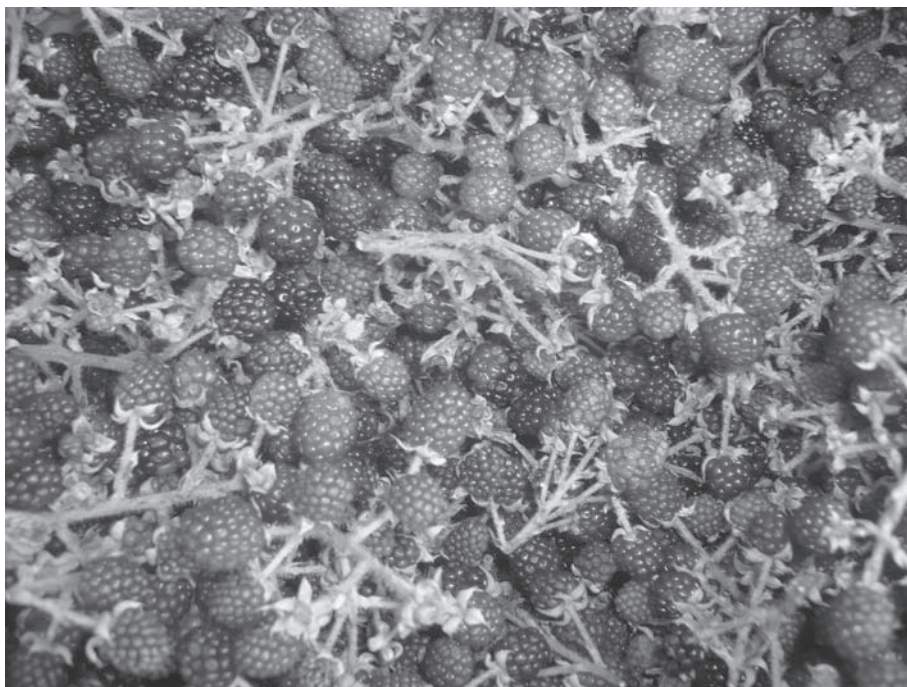


PREPARANDO LAS ACELGAS





MOLINILLOS



MORAS SILVESTRES



PAN DE QUESO



HABAS





ALMOJÁBANAS, GARULLAS, COTUDOS









REMOLACHAS



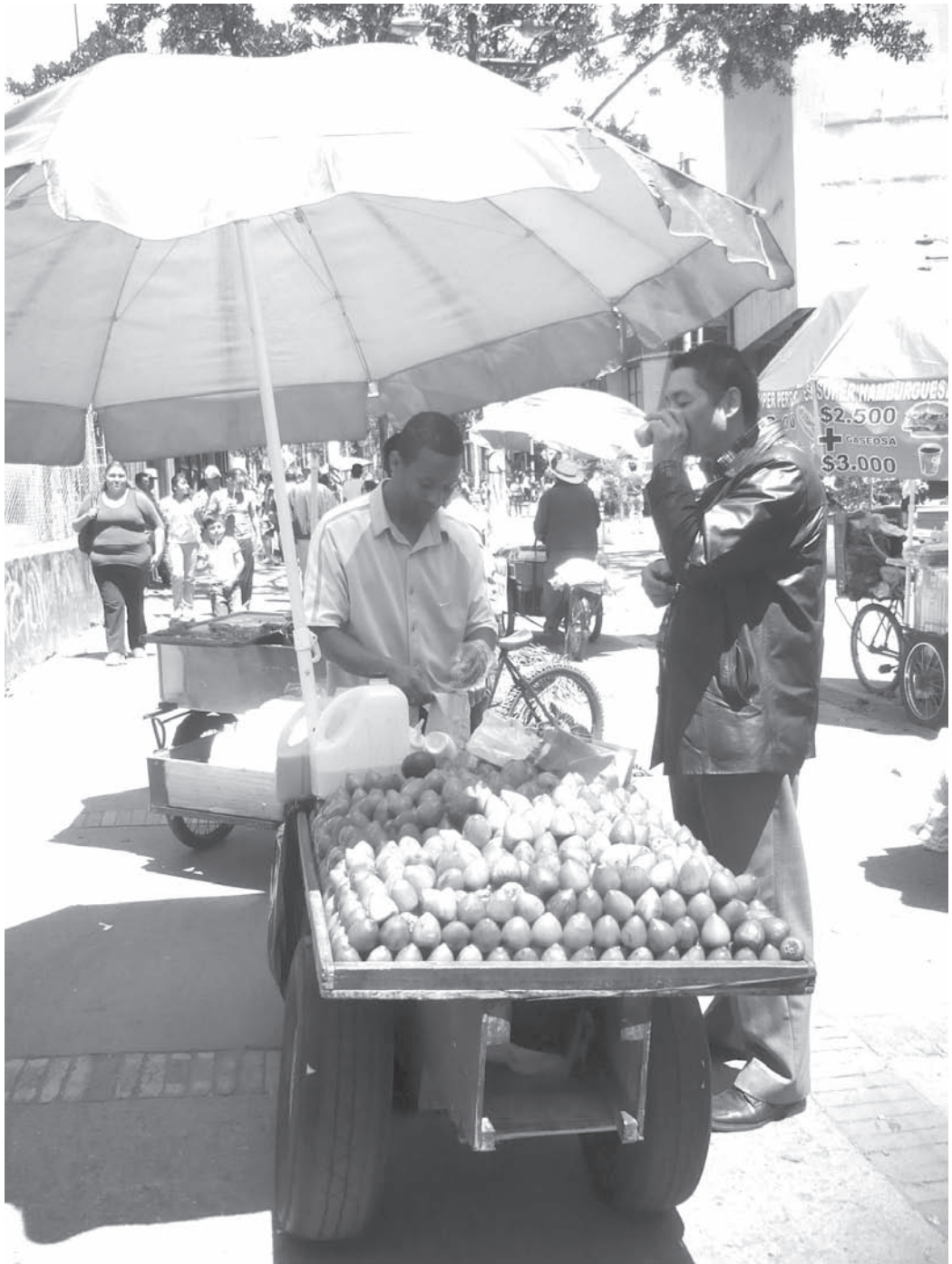
TOMATES DE ÁRBOL



UCHUVAS



DULCES TÍPICOS SANTANDEREANOS



VENDEDOR DE CHONTADURO



## PARTE II

### *Principios, objetivos, estrategias y líneas de acción de la política para el conocimiento, la salvaguardia y el fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia*

CON LOS ANTECEDENTES MENCIONADOS, y atendiendo la creciente demanda de directrices y orientaciones de política pública sobre el patrimonio cultural culinario, el Ministerio de Cultura presenta la política indicativa para el conocimiento, salvaguardia y fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales, elaborada a partir de los trabajos y conclusiones de los diferentes congresos y eventos de gastronomía que se realizan en el país, en especial los congresos de Popayán y los de Cocinas Andinas, el aporte de muchos estudiosos de la cocina colombiana cuyos trabajos han sido consultados y el apoyo de trabajo ad hoc conformado por importantes personalidades de la cocina colombiana.<sup>1</sup>

---

1. De este grupo ad hoc hicieron parte las siguientes personas: Esther Sánchez Botero, Julián Estrada, Sofy Arboleda, Germán Patiño Ossa, Ximena Hernández, Ramiro Delgado, Juana Camacho, Carlos Humberto Illera y Láclydes Moreno Blanco. Se contó con la colaboración de Carlos Pavón, Juanita Pavón, Juliana Duque, Cecilia Restrepo, Sonia Serna, José Antonio Carbonell y Carlos Franco. Por parte del Ministerio de Cultura participaron Enrique Sánchez, Daniela Rodríguez, Ruth Flores y Maday Romero.





## 4. Elementos de diagnóstico

NO EXISTE UN DIAGNÓSTICO cultural sobre los sistemas culinarios tradicionales de Colombia. Hay información dispersa muy valiosa. A partir del examen cuidadoso de las memorias de los congresos de gastronomía realizados, en especial los de Popayán y el Congreso de Cocinas Andinas, se identificaron los siguientes temas críticos de los sistemas culinarios tradicionales, algunos generalizables y otros que tienen un peso relativo según las particularidades regionales:

### 4.1. El desconocimiento de nuestro patrimonio culinario tradicional

Cuando se observa la diversidad regional y cultural del país, una de las mayores sorpresas es la diversidad y riqueza de las tradiciones culinarias. Este universo es en realidad poco conocido. Los estudios antropológicos sobre las cocinas, realizados en las universidades, son recientes, no hay un inventario analítico que dé cuenta de estos sistemas y la divulgación cultural sobre el patrimonio culinario es escasa. No es frecuente encontrar en los restaurantes una oferta de comidas tradicionales del país, y en los recetarios se advierte una pérdida de los referentes culturales de los “platos” y de las tradiciones asociadas a su preparación y consumo.

### 4.2. La poca valoración de las tradiciones culinarias del país y sus regiones

La poca valoración social de las cocinas tradicionales del país está asociada al punto anterior: es muy difícil valorar lo que no se conoce o se conoce mal. Pero uno de los mayores problemas está relacionado con la desvalorización de la propia cultura alimentaria. Hasta épocas recientes –y aún persiste en muchos sectores sociales– no se valoraba la comida tradicional y se tenía por “rudimentaria”, “poco elaborada” o “comida de pobres”, contraponiéndola a platos de otros países considerados como “comidas de prestigio”, o a comidas industrializadas consideradas

“modernas”. Esta desvalorización de las propias tradiciones culinarias ha tenido un efecto negativo en el patrimonio cultural culinario.

Es indudable que el creciente e inevitable fenómeno de urbanización y globalización cultural<sup>1</sup> ha generado cambios profundos en la vida social, muchos de los cuales son positivos, mientras que otros han obrado en detrimento del patrimonio cultural inmaterial; existen fenómenos como la violencia, el desplazamiento forzado y la exclusión social que afectan este patrimonio. La cocina no es ajena a estos procesos y a los cambios en los patrones de consumo.

Por otra parte, los tiempos y ritmos de la vida moderna urbana impiden que se dedique mayor tiempo a la preparación tradicional de los alimentos, y se opta por comidas ya elaboradas, la cocción en microondas y, en general, la preparación rápida. Lo que preocupa es la imposición sutil, mediática, de modelos de consumo alimentario que favorecen la comida industrializada, artificial, en detrimento de la comida tradicional y, en ocasiones, de la calidad nutricional de los alimentos. Las gaseosas y jugos industriales sustituyen a los jugos naturales en un país que se destaca en el concierto mundial por la diversidad y abundancia de sus frutas. En las loncheras escolares abundan los productos artificiales, algunos de los cuales ofrecen riesgos para la salud de las personas, y hay críticas al valor nutricional de las minutas de los hogares comunitarios, la asistencia humanitaria con alimentos y los comedores populares.

#### **4.3. La no enseñanza de las tradiciones culinarias y la interrupción de la cadena intergeneracional que permite su transmisión**

Uno de los mayores problemas que pueden afectar el patrimonio cultural inmaterial es el de su transmisión. La cocina es muy sensible a la transmisión intergeneracional y hay tradiciones que se han interrumpido por la desaparición de eslabones claves que conocían la receta, los ingredientes y las técnicas de transformación. Hay tecnologías para la fabricación de hornos y hornillas que han desaparecido sin que se hayan transmitido o documentado estos conocimientos.

---

1. Los procesos culturales y las manifestaciones de patrimonio cultural inmaterial, como la cocina tradicional, son dinámicos, cambiantes y vulnerables a los cambios sociales. La Convención de 2003 de la Unesco, sobre Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial, reconoce “que los procesos de mundialización y de transformación social, por un lado crean las condiciones propicias para un diálogo renovado entre las comunidades, pero por el otro también traen consigo, al igual que los fenómenos de intolerancia, graves riesgos de deterioro, desaparición y destrucción del patrimonio cultural inmaterial”.

Un tema de discusión es la enseñanza de la cocina tradicional en la escuela. En el pasado los planes de estudio escolares –en ese entonces para los colegios femeninos–, incluían la enseñanza de la cocina. Ya no se hace, aunque existen algunos programas escolares rurales que han retomado este campo y lo han incorporado en la educación. Un ejemplo de mucho interés para la Política es la experiencia del Grupo de Investigaciones sobre Patrimonio Culinario del Departamento del Cauca, que ha trabajado sobre la enseñanza de la cocina tradicional en las escuelas agropecuarias del departamento.

Hay numerosas quejas sobre los planes de estudio y la formación en los oficios de la cocina en las escuelas de gastronomía, algunas de carácter público, por el poco interés que muestran sobre las tradiciones de la cocina y la alimentación del país.

#### **4.4. El patrimonio culinario en riesgo**

En relación con los numerales anteriores hay un patrimonio culinario en riesgo que debe ser documentado para su rescate y fomento.

#### **4.5. Deterioro y crisis de las economías campesinas**

Esta crisis, como lo acreditan muchos estudios, ha llevado a que se pierdan importantes especies y variedades alimenticias de sus huertas. De veintisiete variedades de maíz reportadas por la región caribe, para 2002 ocho habían desaparecido y catorce se consideraban escasas.<sup>1</sup> Igual fenómeno reportaba el Proyecto Biopacífico del Ministerio del Medio Ambiente para los arroces de la región. Este deterioro ha obedecido a la puesta en marcha de políticas agropecuarias que han favorecido la homogeneización productiva, y la introducción y el fomento de tecnologías agropecuarias que van en detrimento de la producción tradicional. A esto se suma la concentración de la propiedad rural y el desplazamiento forzado. De igual manera, inciden en esta problemática las dificultades de los campesinos para mercadear sus productos y la ausencia de políticas y medidas que contribuyan a la conservación del patrimonio genético alimentario de la nación<sup>2</sup> que pervive en la parcelas de los campesinos. Hay una honda preocupación por los efectos

---

1. Inventario realizado por la Asociación de Productores Indígenas y Campesinas de la Región Caribe (Asproal) y otras organizaciones campesinas durante los años 2001 y 2002.

2. Con excepción de algunas especies incluidas en la lista de la FAO, la conservación y el fomento del patrimonio genético alimentario de la nación parece estar en detrimento.

negativos que pueda tener la expedición de normas agrarias restrictivas, del derecho que tienen los campesinos e indígenas al uso e intercambio de sus semillas nativas y criollas.

#### **4.6. El deterioro ambiental y el poco uso de la biodiversidad alimentaria**

El deterioro ambiental de algunas áreas ha llevado también a la pérdida de alimentos importantes en los sistemas culinarios del país. Numerosas especies de peces han desaparecido de los ríos por el impacto de la contaminación; algunas especies de fauna silvestre asociadas a la alimentación han sido objeto de una caza excesiva; la transformación de los bosques en praderas para la ganadería ha privado a la cocina tradicional de frutales y condimentos de origen silvestre.

No obstante ser Colombia un país megabiodiverso,<sup>1</sup> existe –con excepción de algunas comunidades indígenas– un gran desconocimiento de esta biodiversidad y de su potencial alimentario.

Es importante señalar que existe una relación entre la cocina tradicional y la diversidad biológica. Un mayor uso de la diversidad biológica en la alimentación posibilita una mayor valoración de la biodiversidad, lo que puede contribuir a su conservación. Por otro lado, una mayor biodiversidad usada en la cocina enriquece la cultura culinaria.

#### **4.7. No hay un sistema ni mecanismos que incentiven y fomenten las cocinas tradicionales<sup>2</sup>**

No existen incentivos, monetarios y no monetarios, ni políticas de fomento que contribuyan a la salvaguardia de las cocinas tradicionales.

#### **4.8. Las medidas de higienización y formalización de las cocinas artesanales, que son necesarias, en ocasiones obran en detrimento de las tradiciones culinarias**

Las normas y políticas de higiene son necesarias e importantes para garantizar la salud de los consumidores de alimentos, pero a veces estas medidas son excesivas y no consultan las particularidades culturales de las cocinas tradicionales.

---

1. Colombia es un país diverso biológica y culturalmente, y es considerado uno de los países del planeta con mayor biodiversidad. Con menos del 1% de la superficie terrestre, se estima que alberga el 10% del total de las especies de fauna y flora vivientes (Mittermeier et ál, 1997).

2. Una excepción es el Concurso Nacional de Cocina Tradicional convocado por el programa de Estímulos del Ministerio de Cultura, pero su dimensión y alcance son limitados.

## 5. **Ámbito de la Política**

LA POLÍTICA TIENE COMO ámbito el complejo cultural alimentario y culinario tradicional de las diferentes regiones, es decir, el conjunto de tradiciones, conocimientos y prácticas, así como los procesos sociales que hacen viable la pervivencia, transmisión y proyección de las manifestaciones alimentarias y culinarias del país, de sus regiones y localidades.

Está dirigida de manera general a la ciudadanía, y de manera especial a los portadores tradicionales de la cocina y alimentación (cocineras y cocineros), a los gestores culturales y funcionarios públicos con competencia en este campo; a los investigadores de los sistemas culinarios tradicionales y a las organizaciones sociales interesadas.

## 6. Bases legales

EL FOMENTO Y LA salvaguardia de las cocinas tradicionales de Colombia se inscribe en el marco general de la Carta Política de 1991, en la cual se eleva a nivel constitucional la salvaguardia del patrimonio cultural; se establece como una obligación del Estado y de los particulares proteger las riquezas culturales y naturales de la nación: se reconoce como un fundamento de la nación el respeto y reconocimiento de su diversidad étnica y cultural, y se garantiza el derecho de los colombianos a acceder y disfrutar de su patrimonio cultural. Por otro lado, la Constitución, en su artículo 65, establece que la producción de alimentos gozará de la especial protección del Estado.

Por otra parte, en desarrollo de la ley de cultura, el Decreto 2941 de 2009, sobre salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial (PCI), en su artículo 8 establece de manera expresa que la Lista representativa de patrimonio cultural inmaterial se podrá integrar con manifestaciones incluidas en doce ámbitos temáticos, entre los cuales se incluye, con el número 11, la cultura culinaria, entendiendo como tal las prácticas tradicionales de transformación, conservación, manejo y consumo de alimentos.

De acuerdo con la norma (artículo 8 de la Ley 1185 del 2008 y el Decreto 2941 de 2009), se entiende por manifestaciones del patrimonio cultural inmaterial todas las prácticas, usos, representaciones, expresiones, conocimientos, técnicas y espacios culturales que las comunidades y los grupos reconocen como parte integrante de su identidad y memoria colectiva. Se trata, en consecuencia, de un conjunto dinámico y complejo de procesos sociales, prácticas, valores y bienes, que la sociedad recrea, enriquece y transmite como parte de su identidad. La cultura culinaria, por excelencia, reúne todos estos atributos, como se muestra a continuación.

## 7. Instituciones relacionadas con la Política

### MINISTERIO DE CULTURA

Establece directrices para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial, incluido el patrimonio culinario; coordina el Sistema Nacional de Cultura y Patrimonio; administra la Lista representativa de PCI del ámbito nacional; en su Programa de Estímulos desarrolla el Concurso Nacional de Cocina Tradicional; apoya algunas iniciativas por medio del Programa Nacional de Concertación; apoya el programa Escuelas Taller.

### MINISTERIO DE COMERCIO INDUSTRIA Y TURISMO

Viceministerio de Turismo: dicta directrices; elabora en la actualidad un plan de acción para la industria y el turismo gastronómico.

### MINISTERIO DE AGRICULTURA Y DESARROLLO RURAL

Dicta directrices de seguridad alimentaria; tiene bajo su responsabilidad el fomento y la regulación de la producción de alimentos.

### MINISTERIO DEL MEDIO AMBIENTE Y DESARROLLO SOSTENIBLE

### MINISTERIO DE SALUD Y PROTECCIÓN SOCIAL

Plantea directrices para la regulación en salud alimentaria.

### MINISTERIO DE EDUCACIÓN

### GOBIERNOS DEPARTAMENTALES

administran recursos para la salvaguardia y promoción de la cultura, provenientes del IVA, la estampilla procultura y otras fuentes.

#### GOBIERNOS MUNICIPALES

#### INSTITUTO NACIONAL DE VIGILANCIA DE MEDICAMENTOS Y ALIMENTOS (INVIMA)

Ejecuta las políticas de vigilancia sanitaria y control de calidad de los alimentos. Es la autoridad competente para expedir registros sanitarios.

#### ICA

#### ICBF

#### INSTITUTO NACIONAL DE APRENDIZAJE (SENA)

#### ARTESANÍAS DE COLOMBIA

#### ESCUELAS TALLER

Desarrollan actividades en Cartagena, Mompox, Popayán, Bogotá, Barichara, Tunja, Salamina y Buenaventura.

#### UNIVERSIDADES PÚBLICAS

La Universidad del Cauca tiene un grupo de investigaciones sobre patrimonio culinario del departamento del Cauca (GPC) y tiene líneas de investigación en culinaria, patrimonio cultural y etnografía.

#### UNIVERSIDADES PRIVADAS Y CENTROS DE FORMACIÓN



## 8. Principios generales de la Política

LAS SIGUIENTES CONSIDERACIONES GUÍAN la política de fomento y salvaguardia de la alimentación y las cocinas tradicionales:

8.1. La alimentación es un derecho fundamental. Se ocupa de un tema trascendental del bienestar e identidad de los colombianos: su base y seguridad alimentaria.

8.2. Las tradiciones culinarias son un bien colectivo y nadie se puede arrogar su propiedad. La ley reconoce y protege el patrimonio cultural colectivo. Esto no niega la creatividad y la innovación individual que se inspira en las tradiciones culinarias y los derechos que puedan tener los innovadores culinarios.

8.3. La Política valora y reconoce la importancia de la matriz regional, sus diferencias y particularidades, y considera además que la cocina tradicional, como expresión de las regiones, se ha formado a lo largo del proceso histórico de conformación de la nación. Cada periodo histórico, con sus tensiones y conflictos, ha dejado su huella en la alimentación y las cocinas.

8.4. Reconoce que las tradiciones de la cocina y la alimentación son factores constitutivos de la identidad, la pertenencia y continuidad histórica de la nación, las regiones y sus localidades.

8.5. Reconoce que la cocina tradicional expresa la riqueza y la interrelación existente entre la diversidad biológica y la diversidad cultural.

8.6. Reconoce que las cocinas y el consumo tradicional de alimentos hacen parte de eventos de la vida cotidiana de las personas, familias y comunidades, que contribuyen de manera significativa a la cohesión social, al fomento de la creatividad y a la formación de valores.

8.7. Salvaguardar las cocinas tradicionales significa también salvaguardar las raíces

de una nación. Es de interés de la Política, tanto investigar, rescatar y fomentar la cocina tradicional, como estimular en los portadores su capacidad creativa e innovadora.

8.8. Considera que la salvaguardia del patrimonio cultural culinario precisa un enfoque diferencial que reconozca, valore y respete la diversidad cultural. En esa dirección, la Política busca la recuperación y el fortalecimiento del orgullo de la nación, sus regiones y localidades por sus tradiciones culinarias.

8.9. La Política da prioridad a los procesos de investigación propia y a aquellos que tengan un claro enfoque participativo.

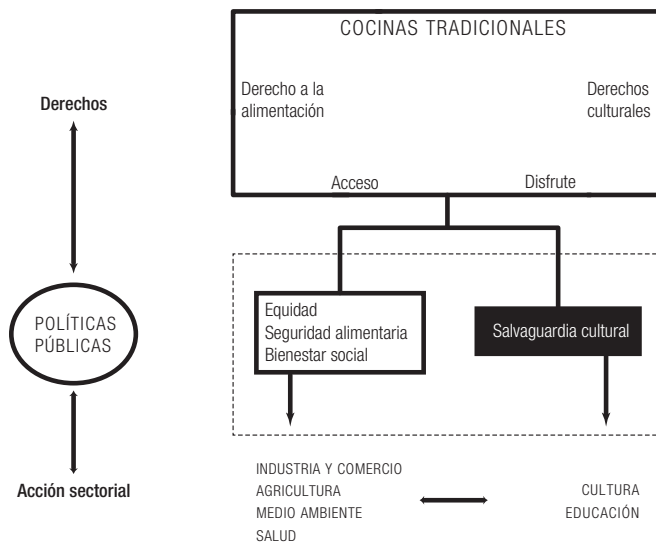
8.10. La Política está orientada al reconocimiento y valoración de la dignidad de quienes se dedican, por tradición, oficio o vocación a las actividades culinarias.

8.11. La Política contribuirá a la protección de los conocimientos tradicionales de carácter colectivo, relacionados con la alimentación y la cocina, para evitar el uso indebido por parte de terceros y para garantizar, en el evento de que se consienta su uso, su justa retribución.

8.12. La formación profesional de cocineros y cocineras debe promover en las personas el espíritu de investigación y además despertar el interés por las técnicas culinarias, el conocimiento sobre los contextos históricos, culturales y naturales en los que se originaron los diversos ingredientes, técnicas y preparaciones culinarias.

8.13. Los emprendimientos productivos comunitarios y familiares de producción y venta de comidas tradicionales, en el marco del turismo comunitario y culturalmente responsable, pueden ser una alternativa complementaria a la generación de ingresos y al bienestar de las comunidades. En este sentido, la Política debe favorecer las empresas familiares y comunitarias de comidas en el marco de iniciativas de turismo, favorecer el mercado justo de productos alimenticios tradicionales y llamar la atención sobre la eliminación de barreras cultural o socialmente inconvenientes para la producción y venta popular de alimentos tradicionales.

Tabla 2. Política de fomento y salvaguardia de la alimentación y las cocinas tradicionales



## 9. Visión de la Política

LA POLÍTICA TIENE COMO visión de futuro un proceso cultural, continuo y socialmente apropiado de reconocimiento, investigación, valoración, recreación, creatividad y transmisión de los conocimientos y prácticas culinarias tradicionales, afincado en las regiones y localidades. Este proceso tiene en cuenta los contextos socioculturales y naturales en los que se desenvuelve la producción y el consumo de alimentos; un sistema educativo que enseña y valora la diversidad culinaria de la nación; una institucionalidad que respeta, valora, salvaguarda, apoya y retribuye de manera justa la producción campesina y artesanal de productos y alimentos, y una ciudadanía que disfruta y valora las comidas tradicionales y su diversidad como parte de su identidad y pertenencia a la nación colombiana.

## 10. Objetivo general

EL OBJETIVO GENERAL DE la Política es valorar y salvaguardar la diversidad y riqueza cultural de los conocimientos, prácticas y productos alimenticios de las cocinas tradicionales de Colombia, como factores fundamentales de la identidad, pertenencia y bienestar de su población.

## 11. Estrategias y directrices

PARA LA CONSECUCIÓN DEL objetivo de la Política se pondrán en marcha cinco estrategias:

### *Estrategia 1*

Reconocer, valorar y enseñar el patrimonio de las cocinas y la alimentación tradicional.

### *Objetivos*

1. Contribuir desde el ámbito de la cultura a la valoración y el reconocimiento de la diversidad de las culturas culinarias del país y de la producción tradicional de alimentos.
2. Fomentar el conocimiento, la documentación y divulgación de los valores y tradiciones de la cocina y la alimentación, y fomentar su enseñanza y aprendizaje.

### *Directrices*

El conocimiento, valorización y fomento de las cocinas tradicionales debe ser un propósito del Sistema Nacional de Patrimonio Cultural.

Como señala el Decreto 2941 de 2009, las entidades que integran el Sistema Nacional de Patrimonio Cultural tienen la responsabilidad de fomentar la salvaguardia, sostenibilidad y divulgación del patrimonio cultural inmaterial, con el propósito de que sirva como testimonio de la identidad cultural nacional en el presente y en el futuro. Para tal efecto las entidades estatales, de conformidad con sus facultades legales, podrán destinar los recursos necesarios para este fin (art. 4).

El fomento debe llevar aparejado el desarrollo de un esquema de alianzas entre el sector público, el sector privado y los grupos interesados en el fomento y la salvaguardia de la alimentación y las cocinas tradicionales.

Las tradiciones culinarias se aprenden “haciendo” y de manera viva. La Política debe promover estrategias que garanticen la transmisión y el intercambio de saberes culinarios.

La salvaguardia, el fomento y apropiación social del patrimonio cultural de la alimentación y las cocinas tradicionales necesitan de una estrategia de comunicaciones que permita el intercambio y flujo de estos aspectos, así como la valoración y divulgación de sus manifestaciones.

La formación profesional y la capacitación para el trabajo de las personas que laboran en el sector hotelero y de los restaurantes, y en las cocinas artesanales es una garantía para la salvaguardia de las cocinas tradicionales.

El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) y los entes territoriales que tienen programas de alimentación pueden jugar un papel importante en la salvaguardia del patrimonio cultural culinario.

•

## *Estrategia 2*

Salvaguardar el patrimonio cultural en riesgo de las cocinas y la alimentación tradicional.

### *Objetivo*

Poner en marcha procesos efectivos de salvaguardia del patrimonio cultural culinario, en especial el que está en riesgo, y adoptar medidas para su documentación, rescate, revitalización, fomento y divulgación.

### *Directriz*

Existen numerosas expresiones y tradiciones culinarias en riesgo de desaparecer, o que han desaparecido, y que deben ser documentadas y recuperadas como parte fundamental del patrimonio culinario de la nación y sus regiones.

De acuerdo con las normas nacionales, la salvaguardia efectiva comprende un complejo de acciones relacionadas entre sí, de identificación, documentación, valoración cultural, rescate, fomento, divulgación y protección del patrimonio. La salvaguardia promueve la adopción de acuerdos entre los actores sociales y estrategias y planes de acción para la gestión del patrimonio.

•

### *Estrategia 3*

Fortalecer la organización y la capacidad de gestión cultural de los portadores de las tradiciones de la alimentación y la cocina.

#### *Objetivos*

1. Reconocer la labor y función social de los portadores de las tradiciones culinarias, y estimular su capacidad creativa e innovadora.
2. Apoyar y fortalecer la conformación de redes y organizaciones sociales y su articulación con los productores del campo.
3. Contribuir, en el marco de procesos de turismo comunitario y desde el ámbito de la cultura, al desarrollo de emprendimientos productivos que involucren de manera respetuosa y responsable las tradiciones culinarias y el mercado justo de productos alimenticios.

#### *Directrices*

La Política debe servir al reconocimiento de la labor y función social que cumplen los cocineros y cocineras tradicionales.

La pervivencia y salvaguardia de las tradiciones culinarias dependen en gran medida del estado, diversidad y capacidad de oferta de las economías campesinas. En otras palabras, están relacionadas de manera muy estrecha con las políticas de seguridad y soberanía alimentaria y el desarrollo rural campesino.

La Política considera que las cocinas tradicionales tienen un enorme potencial, no solo como un factor de identidad y pertenencia, sino también como una alternativa productiva y de generación de empleo e ingresos. En el turismo cultural, la cocina remite a la vivencia del turista de una experiencia nueva, fundamentada en la cultura de un pueblo o de una comunidad. Interesan a la Política aquellos procesos de turismo comunitario que a su vez fortalezcan los procesos de producción cultural, entre ellos, la cocina tradicional. En el campo del turismo cultural se debe dar prioridad al turismo nacional, y en segundo lugar al turismo internacional.

La Política promoverá la protección de los saberes tradicionales asociados a la *alimentación y la cocina*.



### ***Estrategia 4***

Fomentar el conocimiento y uso de la biodiversidad con fines alimentarios.

#### *Objetivo*

Fortalecer y apoyar, desde el ámbito de la cultura, el conocimiento, uso y recuperación de los recursos de la biodiversidad silvestre y cultivada para la alimentación.

#### *Directriz*

La Política considera que es necesario crear conciencia pública sobre la relación que existe entre la alimentación y la cultura culinaria y la oferta natural para velar por la protección del medio ambiente y ampliar la base alimentaria a partir del uso sostenible de la biodiversidad.

•

### ***Estrategia 5***

Adecuación institucional.

#### *Objetivo*

Establecer los mecanismos administrativos, técnicos, financieros y de coordinación intersectorial y con las administraciones departamentales y locales, para la implementación de la política.

#### *Directriz*

La cocina debe ser entendida como un sistema complejo que involucra el compromiso, con una visión a largo plazo, de diversos sectores del Estado en los distintos niveles de la gestión pública, la vinculación del sector privado y, lo más importante, la participación activa de las comunidades locales.

El fomento y salvaguardia integral de las cocinas tradicionales es una tarea que compromete a numerosas instituciones públicas y privadas de diferentes sectores de la vida social y económica de la nación. Es función del Ministerio de Cultura orientar y liderar esta política, que se cruza con el sector agropecuario, ambiental, educativo, la salud nutricional, la industria, el comercio y el turismo.

Desde la acción misional del Ministerio de Cultura, la Política tiene dos ejes principales: la salvaguardia y el fomento del patrimonio cultural culinario. En relación con el Ministerio de Comercio, Industria y Turismo, interesa el tema de los emprendimientos culinarios como fuentes de generación de empleo e

ingresos, y desde los Ministerios de Agricultura y Desarrollo Rural, y Ambiente y Desarrollo Sostenible importa la seguridad alimentaria, tema relacionado con el fortalecimiento de las economías rurales y la salud de los ecosistemas.

•

## Anexo al documento de Política

### **Acciones recomendadas por cada estrategia**

El Ministerio de Cultura recomienda una serie de acciones para cada una de las estrategias expuestas en la Política para el conocimiento, salvaguardia y fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia. Estas acciones velarán por una implementación adecuada y eficaz de la Política.

### ***Estrategia 1***

Reconocer, valorar y enseñar el patrimonio de las cocinas y la alimentación tradicional.

### **Acciones recomendadas**

1. Elaborar directrices ministeriales y guías para la inclusión de la cultura culinaria en los planes e iniciativas departamentales y municipales de cultura y patrimonio. El Ministerio de Cultura realizará el seguimiento pertinente a estas acciones.
2. Fomentar la investigación sobre la alimentación y las cocinas tradicionales. Se recomienda crear y apoyar líneas de investigación, en concertación con el Departamento Administrativo de Ciencia, Tecnología e Innovación (Colciencias), el Ministerio de Comercio, Industria y Turismo, y las instituciones académicas interesadas.
3. Dar especial atención en el Programa Nacional de Estímulos y en el Programa Nacional de Concertación del Ministerio de Cultura a los estudios de la cultura culinaria y de las manifestaciones de las regiones cuyo patrimonio cultural culinario es menos conocido.

4. Promover el interés y la investigación propia sobre las tradiciones culinarias de las comunidades locales por medio de los vigías del patrimonio, las Escuelas Taller: Herramientas de Paz, y los centros de memoria locales.

5. Fomentar la enseñanza de la cocina tradicional en el hogar. Se recomienda al Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), con el apoyo de los ministerios de Cultura y Agricultura y Desarrollo Rural, poner en marcha una estrategia para fomentar la enseñanza en el hogar de las tradiciones alimentarias y culinarias del país, sus regiones y localidades.

6. Se recomienda al Ministerio de Educación Nacional, con el apoyo del Ministerio de Cultura, diseñar una estrategia, así como los medios pedagógicos y didácticos, para el fomento de la investigación y la enseñanza de la cocina tradicional colombiana en el ámbito escolar.

7. Se recomienda a los ministerios de Cultura; Agricultura y Desarrollo Rural; y Comercio, Industria y Turismo, diseñar y poner en marcha una estrategia de comunicaciones sobre la alimentación y las tradiciones culinarias colombianas.

8. Diseñar e implementar un programa de producción de materiales de divulgación sobre las cocinas tradicionales de Colombia. El Ministerio de Cultura producirá en una colección bibliográfica básica sobre las cocinas y tradiciones culinarias del país, que se distribuirá por medio de la Red de Bibliotecas del país que coordina la Biblioteca Nacional.

9. El Grupo de Investigación y Documentación de la Dirección de Patrimonio del Ministerio de Cultura, en alianza con el sector académico y grupos de investigación, promoverá la recuperación de recetarios antiguos, familiares o publicados, para su inventario, registro, reproducción y divulgación.

10. El Ministerio de Cultura, de manera conjunta con el Ministerio de Comercio, Industria y Turismo, creará un micrositio para la consulta en línea de las investigaciones y publicaciones realizadas sobre las cocinas tradicionales.

11. Favorecer el diálogo intercultural y el mutuo aprendizaje entre portadores populares de las tradiciones culinarias, así como entre estos y los cocineros y cocineras con formación profesional, mediante el fortalecimiento de los procesos en marcha de encuentro e intercambio de experiencias y saberes sobre las cocinas tradicionales colombianas.

12. Bajo la orientación del Grupo de Patrimonio Mueble de la Dirección de Patrimonio del Ministerio de Cultura, y del Museo Nacional de Colombia, promover en la Red de Museos la creación de colecciones y muestras de tradiciones, tecnologías, instrumentos y medios de las cocinas tradicionales del país. Se recomienda a corto plazo poner en marcha un proyecto piloto en una región o localidad interesada.

13. Apoyar la realización de exposiciones, muestras y festivales que hagan visible el patrimonio culinario del país y sus regiones, así como el saber y trabajo de los cocineros y cocineras, actividades que han venido tomando fuerza en algunas regiones y ciudades. Lo importante es incorporar en estos eventos las expresiones de la cocina colombiana, favorecer los intercambios regionales y definir una estrategia entre los principales eventos que permita, además de su fortalecimiento, la promoción de un calendario gastronómico del país, y fijar metas y objetivos comunes. Se recomienda, de igual manera, fortalecer los congresos y eventos de cocinas tradicionales del país como espacios de expresión y promoción de las cocinas tradicionales colombianas.

14. Apoyar el fortalecimiento de las escuelas de cocina para que incluyan en su pensum las manifestaciones culinarias colombianas, desarrollen programas de investigación y documentación y contribuyan a generar una conciencia sobre el valor e importancia de las tradiciones culinarias del país.

15. Poner en marcha, por medio de las diferentes Escuelas Taller del país, proyectos piloto de formación de cocineros en la cocina tradicional colombiana.

16. Se recomienda al Instituto Colombiano de Bienestar Familiar y a los entes territoriales que tienen programas de alimentación, dar prioridad a los alimentos tradicionales y contribuir a la recuperación de cultivos tradicionales de alto valor nutricional, de manera concertada con los productores rurales. En esta dirección se recomienda también elaborar tablas nutricionales de los alimentos utilizados en la cocina tradicional y elaborar, a partir de las mismas, minutas alimenticias.

•

## ***Estrategia 2***

Salvaguardar el patrimonio cultural en riesgo de las cocinas y la alimentación tradicional.

### **Acciones recomendadas**

1. Determinar, por medio de consultas a las regiones y localidades, el estado del patrimonio cultural culinario, elaborar un inventario y una estrategia para la

investigación, el rescate y fomento de las manifestaciones de las cocinas tradicionales en riesgo, estrategia en la que deben jugar un papel determinante las Escuelas Taller. Es muy importante que en esos inventarios las comunidades locales y los portadores de las tradiciones culinarias tengan un papel protagónico.

2. Implementar programas de recuperación de las cocinas tradicionales en el marco del proyecto de Fortalecimiento de Centros de Memoria del Ministerio de Cultura. Inicialmente se desarrollarán los programas en cinco municipios: Fuentedeoro (Meta), Charalá (Santander), Tadó (Chocó), Becerril (Cesar) y Sevilla (Valle del Cauca).

3. El Ministerio de Cultura, por intermedio de la Dirección de Patrimonio, y con el apoyo de las instituciones académicas y el ICANH, diseñará y pondrá a disposición del público guías para la documentación y el rescate de tradiciones alimentarias y culinarias en riesgo.

•

### *Estrategia 3*

Fortalecer la organización y la capacidad de gestión cultural de los portadores de las tradiciones de la alimentación y la cocina.

#### **Acciones recomendadas**

1. La cocina, además de su función alimentaria y social, es una forma de expresión cultural, un “arte”. El Ministerio de Cultura, por intermedio de su Dirección de Patrimonio, creará directrices, incentivos y medios para reconocer la labor de las cocineras y cocineros destacados en sus regiones y localidades como cultores relevantes del patrimonio cultural culinario del país.

2. Uno de los principales ejes de la Política debe ser el apoyo y fortalecimiento de las redes sociales de los cocineros y cocineras tradicionales. A partir de iniciativas regionales y locales, y de procesos sociales en marcha, se recomienda a los ministerios de Comercio, Industria y Turismo, y de Agricultura y Desarrollo Rural, apoyar la conformación de dichas redes.

3. Se recomienda promover y diseñar manera concertada con los ministerios de Agricultura y Desarrollo Rural, y de Ambiente y Desarrollo Sostenible, así como con las organizaciones rurales, planes estratégicos y proyectos piloto

para la recuperación y salvaguardia de tradiciones rurales relacionadas con el uso de la biodiversidad, la conservación de semillas nativas y criollas y sus variedades, los mercados campesinos y de trueque, y las tradiciones culinarias.

4. De igual manera, se recomienda revisar, desde una perspectiva cultural, las implicaciones de los artículos de la Ley de que protegen la propiedad industrial y los derechos de obtentores de variedades vegetales, así como la resolución de del ica. Esto, para proponer y promover de manera fundamentada las modificaciones a la norma que sean convenientes, de tal manera que se prevengan y eviten las restricciones al derecho que tienen los campesinos al uso, manejo e intercambio de sus semillas nativas y criollas, y se apoyen y promuevan las redes campesinas de conservación de este patrimonio natural y cultural.

5. Por su parte, el Ministerio de Cultura apoyará, mediante una experiencia piloto, el componente de conocimientos tradicionales sobre la alimentación y las cocinas tradicionales del proyecto del Ministerio del Ambiente y Desarrollo Sostenible-GEF-PNUD sobre agrobiodiversidad.

6. Se recomienda al Ministerio de Comercio, Industria y Turismo fortalecer las empresas familiares y comunitarias de alimentos en el marco del turismo cultural y comunitario. Esto implica el apoyo a las empresas familiares y comunitarias para mejorar el manejo de alimentos y presentación de sus productos, la información y el etiquetado, sin alterar los elementos fundamentales de las comidas, su preparación y la estética de su presentación.<sup>1</sup>

7. Se recomienda al Ministerio de Salud y de la Protección Social crear alternativas culturalmente adecuadas para que las comunidades puedan desarrollar sus emprendimientos de cocinas artesanales aplicando buenas prácticas de manejo en la fabricación, el procesamiento, envase y almacenamiento de los alimentos.

8. Se recomienda la promoción de planes y programas de investigación e innovación apropiados para facilitar alternativas adecuadas de higiene y manejo para las cocinas artesanales y la venta de alimentos tradicionales.

9. En el marco del Plan de Acción del Ministerio de Comercio, Industria y Turismo, se recomienda diseñar e implementar una estrategia y un programa de rutas

---

1. La introducción de buenas prácticas de manejo en las cocinas artesanales o populares (puestos de comida, comidas de la calle, pequeños restaurantes) es importante y necesaria, pero estas prácticas no deben obrar en contra de las tradiciones culinarias. Hay normas de higiene que deben y pueden adoptarse, pero hay exigencias que no pueden cumplirse y que reflejan prejuicios etnocéntricos o excluyentes.

culinarias. En estas rutas se debe promover la investigación, la recuperación de la memoria culinaria y brindar apoyo a la conformación de redes de restaurantes y cocineros tradicionales. El Ministerio de Cultura, por su parte, apoyará como una primera experiencia una ruta culinaria vinculada al Paisaje Cultural Cafetero.

10. Poner en marcha un programa de apoyo a las asociaciones de cocineros y cocineras de las plazas de mercado, así como mecanismos de protección y recuperación de comedores y cocinas en edificaciones de mercado de alto valor patrimonial, con el concurso del Grupo de Patrimonio Mueble de la Dirección de Patrimonio del Ministerio de Cultura. Los Ministerios de Cultura y de Comercio, Industria y Turismo desarrollarán cuatro experiencias piloto. Se recomiendan como localidades las plazas de Santa Marta, Cali, Pasto y Honda. De igual manera se recomienda al Instituto Distrital de Patrimonio de Bogotá (IDPC) poner en marcha otra experiencia piloto en la plaza de La Concordia, en el barrio La Candelaria.

11. Diseñar y poner en práctica una campaña e introducir incentivos para que la cocina colombiana tenga lugar en los hoteles y restaurantes, al igual que certificaciones y distintivos que acrediten la calidad y autenticidad de los platos de comida tradicional que allí se sirven.

12. Se recomienda, en el marco del Plan de Acción del Ministerio de Comercio, Industria y Turismo, con el concurso del Ministerio del Ambiente y Desarrollo Sostenible, desarrollar un concurso periódico sobre el valor, gusto y las calidades de las fuentes de agua.

13. En el marco del Plan de Acción del Ministerio de Comercio, Industria y Turismo, promover el uso de derechos de propiedad intelectual, como las denominaciones de origen, indicaciones geográficas y marcas colectivas, entre otras alternativas, así como el uso del marco legal protector que otorga el Decreto de sobre salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial. Se recomienda desarrollar en una primera fase cinco denominaciones de origen: queso Paipa, achira huilense, manjar blanco del Valle, bocadillo veleño y hormiga culona de Santander.

14. Contribuir a la definición de la política de protección del conocimiento tradicional asociada a los recursos biológicos de uso alimentario liderada por el Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible, y a la posición de país en las negociaciones en el seno de la OMPI para la adopción de un régimen *sui generis* para la protección del conocimiento tradicional y las manifestaciones culturales de carácter colectivo.



### *Estrategia 4*

Fomentar el conocimiento y uso de la biodiversidad con fines alimentarios.

#### **Acciones recomendadas**

1. Se recomienda a los ministerios de Ambiente y Desarrollo Sostenible, y Agricultura y Desarrollo Rural, en el marco de esta Política, promover y concertar con los institutos de investigación biológica, con la Academia y con los entes territoriales, la identificación, el estudio, adaptación y fomento de especies promisorias para la alimentación. Una primera actividad en esta materia es la compilación y sistematización de la copiosa información existente. Se recomienda explorar, con este fin, la plataforma informática del Instituto Humboldt sobre usos tradicionales de la biodiversidad.

2. Se recomienda a los ministerios del Ambiente y Desarrollo Sostenible, y de Agricultura y Desarrollo Rural, promover eventos, concursos y mecanismos de incentivos para fomentar el uso de especies promisorias con fines alimenticios en el marco de sistemas ecológicamente sostenibles.

### *Estrategia 5*

Adecuación institucional.

#### **Acciones recomendadas**

1. Conformar una mesa intersectorial con la participación de las siguientes entidades públicas: Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural; Ministerio de Comercio, Industria y Turismo; Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible; Ministerio de Educación; Ministerio de Salud y de la Protección Social; Ministerio de Cultura; Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF); Departamento Administrativo de Ciencia, Tecnología e Innovación (Colciencias) y Departamento Nacional de Planeación (DNP).

2. A partir de esta Política, y con la coordinación del DNP, elaborar y gestionar un documento Conpes para el conocimiento, salvaguardia y fomento de las cocinas tradicionales en Colombia.

3. Elaborar un plan de acción para el fomento y la salvaguardia de la alimentación y las cocinas tradicionales, que integre los esfuerzos sectoriales y regionales.

## Referencias bibliográficas

- Abadía Morales, Guillermo (1970). *Compendio general de folklore colombiano*. Bogotá: Imprenta Nacional.
- Asproal y otras organizaciones rurales (s. f.). *Los maíces criollos: historia y diversidad en la región caribe colombiana*.
- Barney Cabrera, Eugenio (1983). *Notas y apostillas al margen de un libro de cocina: asentamientos humanos en el Valle del Cauca y sus posibles influencias en los hábitos alimentarios*. Colombia: Gobernación del Valle.
- Barreto, Guillermo A. (s. f.). *Patrimonio inmaterial: Gastronomía del departamento del Magdalena*. Santa Marta: Gobernación del Magdalena.
- Bascom, William (1951). “Adivinanzas: una de las formas del folklore cubano”. *Revista de Folklore*, Bogotá.
- Cardale de Schrimppff, Marianne (1991). “La agricultura y el manejo de la tierra en tiempos prehispánicos”. *Cuadernos Verdes de Villa de Leiva*, n° 3, Bogotá.
- Cárdenas Arroyo, Felipe (2002). *Datos sobre la alimentación prehispánica en la sabana de Bogotá*. Bogotá: ICANH.
- Castellanos, Gonzalo (2010). *Patrimonio cultural y desarrollo en América Latina*. Bogotá: Fondo de Cultura Económica.
- Cavallier, Inés y Mora, Santiago (comp.) (1995). *Ámbito y ocupaciones tempranas de la América tropical*. Bogotá: ICANH - Fundación Erigaie.
- Centro Pastoral Afrocolombiana (CEPAC) (s. f.). *Sazón del Pacífico: un homenaje a nuestras raíces africanas*.
- Corporación Gastronómica de Popayán. *Memorias del Congreso Nacional Gastronómico de Popayán*.

- Cortés Ortiz, Manuel (1995). “Cuy con papas: secretos de la comida tradicional”. *Nueva Revista Colombiana de Folclor*, vol. 3, n° 15, Bogotá.
- Cortés Ortiz, Manuel y Pantoja, Gonzalo Revelo (1995). “Mito de San Francisco y la comida”. *Nueva Revista Colombiana de Folclor*, vol. 3, n° 15, Bogotá.
- De los Ríos, Estrella (2002). *La cocinaza comedida. Gastronomía santandereana*. Bucaramanga: Editorial Unab.
- (2003). *Saber cocinar sin saber: recetas para ignorantes*. Bogotá: Ediciones Niná Niná.
- Díaz Piedrahita, Santiago (1981). *Las hojas de las plantas como envoltura de alimentos*. Bogotá: CIEC.
- Dikanka, María (2003). *De viandas, sancochos y amasijos*, Bogotá: SP Creativos.
- Dufour L., Darna (1984-1985). “Flujo de energía a través de los hogares tatuyo”. *Revista Colombiana de Antropología*, vol. XXV, Bogotá.
- Dussán de Reichel, Alicia (1953). “Prácticas culinarias en una población mestiza de Colombia”. *Revista Colombiana de Folklore*.
- Espinosa, Leonor (2007). “La expansión de una cultura gastronómica en Colombia”. *Memorias del Congreso Nacional Gastronómico de Popayán*.
- Espitia, Pedro (2004). *Cocina colombiana*. Bogotá: Bestsellers S.A.S.
- Estrada, Julián (2005). “Buscando un plato nacional”. *Semana*, n° 1208, Bogotá.
- Gaviria, Carlos (s. f.). “Nuestra cocina colombiana”. Disponible en <http://www.revistalabarra.com.co/edicion24/>
- Goody Jack (1995). *Cocina, cuisine y clase*. Barcelona: Gedisa.
- Grupo de Investigaciones sobre Patrimonio Culinario del Departamento del Cauca (GPC) (2007). Varias cartillas. Popayán: Universidad del Cauca.
- Hoyos, Cristo (2002). *Tambucos, ceretas y cafongos: recipientes, soportes y empaques del antiguo departamento de Bolívar*. Bogotá: Gamma.
- Illera Montoya, Carlos Humberto (2007). *Seguridad alimentaria: fortalecimiento de los proyectos pedagógicos productivos en 10 colegios agropecuarios del departamento del Cauca*. Popayán: Grupo de Investigaciones sobre Patrimonio Gastronómico del Departamento del Cauca, GPG.

- Instituto Amazónico de Investigaciones Científicas (SINCHI) (2000). *Plantas útiles de la Amazonia colombiana*. Bogotá.
- Jácome, Andrés (s. f.). “Cocina colombiana: Infinidad de sabores en plena expansión”. Disponible en <http://extroversia.universia.net.co/>
- Jaramillo Uribe, Jaime (1997). “Ideas para una caracterización sociocultural de las regiones colombianas”. *Travesías por la Historia*. Bogotá: Biblioteca Familiar Presidencia de la República.
- Jiménez Meneses, Orián (1998). “La conquista del estómago: viandas, vituallas y ración negra. Siglos XVII-XVIII”. En *Geografía Humana de Colombia*, t. 1. Bogotá: Instituto Colombiano de Cultura Hispánica.
- Melo, Jorge Orlando (2011). *Alimentación y cocina*. Bogotá: CESACC.
- Ministerio de Comercio, Industria y Turismo, Fondo de Promoción Turística (2010). “Evaluación de la gastronomía colombiana como factor potencial de turismo” [documento institucional]. Bogotá.
- Ministerio de Cultura de Colombia (2009). *Compendio de políticas culturales*. Bogotá.
- (2009). *Premio Nacional de Gastronomía 2007/2008/2009*. Bogotá.
- (2011). “Política de fomento y salvaguardia de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia” [borrador de trabajo]. II Encuentro Nacional de Patrimonio Cultural y Día Mundial del Turismo, mimeo, Santa Marta.
- Mintz, Sidney W. y Christine M. Du Bois (2002). “The Anthropology of Food and Eating”. *Annual Review of Anthropology*, vol. 31.
- Montaña, Antonio y Doping, Hans (2009). *El sabor de Colombia*. Bogotá: Villegas Editores.
- Montes, J. J. y Rodríguez de Montes M. L. (1975). *El maíz en el habla y la cultura popular de Colombia*. Bogotá: Instituto Caro y Cuervo.
- Montes, Miguel (2011, junio 11). “Cocineras de la plazoleta Olímpica no quieren plata sino reubicación”. *El Universal*, Cartagena.
- Mora de Jaramillo, Yolanda (1963). “Economía y alimentación en un caserío rural de la costa atlántica colombiana”. *Revista Colombiana de Antropología*, vol. XII, Bogotá.
- (1974). “Notas para el estudio de la alimentación en Ráquira”. *Revista Colombiana de Antropología*, vol. XVII, n° 8, Bogotá.

- (1986). *Alimentación y cultura en el Amazonas*. Bogotá: Fondo Cultural Cafetero.
- Moreno Blanco, Lácydes (1990). “Divagaciones sobre tamales y envueltos”. *Nueva Revista Colombiana de Folclor*, vol. 2, n° 7, Bogotá.
- (2010). *Sabores del pasado: recetas de El Estuche*. Bogotá: Panamericana.
- Ordóñez, Caicedo Carlos (2005). *Cocina básica colombiana*. Bogotá: Norma.
- Patiño Ossa, Germán (2007). *Fogón de negros: cocina y cultura en una región latinoamericana*. Bogotá: Convenio Andrés Bello.
- Patiño, Víctor Manuel (1984). *Historia de la cultura material en la América equinoccial: la alimentación en Colombia y los países vecinos*. Bogotá: Biblioteca Científica de la Presidencia de la República.
- (2002). *Historia y dispersión de los frutales nativos del neotrópico*. ciat.
- Pedraza, Ortega César (2010). “Comida boyacense”. *Folclor colombiano*. Bogotá.
- Queixalos, Francisco y Jiménez, Rosalba (1991). *Entre cantos y llantos: tradición oral sikuani*. Bogotá: Publicaciones de Etnollano.
- Quintero Restrepo, Mónica (2009, 25 de octubre). “La comida colombiana, ¿en vía de extinción?”. *El Colombiano*, Medellín.
- Restrepo Manrique, Cecilia. “Historia de la cocina”. Disponible en <http://www.historiacocina.com>
- Rodríguez, José Vicente (1998). “Apuntes sobre la alimentación de la población prehispánica de la cordillera Oriental de Colombia”. *Magüare*, n° 13. Universidad Nacional de Colombia, Bogotá.
- Romero Castañeda, Rafael (1969). *Frutas silvestres de Colombia*. Bogotá: Ediciones Andes.
- Saldarriaga, Gregorio (2010). *Alimentación e identidades en el Nuevo Reino de Granada, siglos XVI y XVII*. Bogotá: Universidad del Rosario.
- Sánchez Botero, Esther (1989). “Aproximaciones al sistema cognoscitivo de la alimentación páez”. *Curanderismo. Memorias del Simposio de Medicina Tradicional: curanderismo y cultura popular en la Colombia de hoy*. Congreso Nacional de Antropología. Bogotá: Icfes.
- (2001). *Recetas de la abundancia*. Bogotá: Convenio Andrés Bello.
- Sánchez et ál. (2000). *Protección del conocimiento tradicional: elementos*

- conceptuales para una propuesta de reglamentación. El caso de Colombia.*  
Bogotá: Instituto Humboldt.
- Van der Hammen, María Clara (1992). *El manejo del mundo*. Bogotá:  
Tropenbos.
- Vélez, Luz Marina (2007). “Empanada: santa caridad divina”. En *Memorias del Congreso Nacional Gastronómico de Popayán*. Popayán.
- Zapata Olivella, Manuel (s. f.). *Tradición oral y conducta en Córdoba*. Bogotá:  
Incora.

**Biblioteca Básica de Cocina Colombiana**

DIRECCIÓN ACADÉMICA

Germán Patiño Ossa

DIRECCIÓN EDITORIAL

José Antonio Carbonell Blanco

ASESORÍA EDITORIAL

Viviana Gamboa

ASESORÍA TEMÁTICA

Juliana Duque

ASESORÍA JURÍDICA

Guillermo Zea Fernández

ADMINISTRACIÓN

Fundación Tridha

FOTOGRAFÍA DE CUBIERTAS

Joyce Rivas

MAQUETA

Camilo Umaña

IMPRESIÓN

Imprenta Nacional de Colombia

Primera edición, noviembre de 2012

© 2012, Ministerio de Cultura

Reservados todos los derechos. Prohibida su reproducción total o parcial por cualquier medio, o tecnología, sin autorización previa y expresa del editor o titular.

ISBN 978-958-753-077-3

(obra completa) ISBN 978-958-753-058-2



**la colección biblioteca básica de cocinas**

*fue realizada por la dirección de  
e impresa en bogotá el mes*

*de noviembre de 2012 en la imprenta nacional*

**tradicional de colombia**

**Ministerio de Cultura. Dirección de Patrimonio**

*Política para el conocimiento, la salvaguardia y el fomento de la alimentación  
y las cocinas tradicionales de Colombia.*

Bogotá: Ministerio de Cultura, 2012

100 p.

ISBN 978-958-753-077-3 - ISBN 978-958-753-058-2 (obra completa)

1. COCINA. 2. COCINA COLOMBIANA. 3. COCINA POPULAR. 4. COCINAS  
REGIONALES. 5. ALIMENTACIÓN. 6. PREPARACIÓN DE ALIMENTOS.  
7. COSTUMBRES ALIMENTICIAS. 8. ANTROPOLOGÍA CULTURAL Y SOCIAL.  
9. POLÍTICAS PÚBLICAS. 10. HISTORIA DE LA COCINA COLOMBIANA.

CDD 394

















