

SABORES LOCALES

MÓNICA ANDREA ACOSTA LÓPEZ

**TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE COMUNICADORA
SOCIAL Y PERIODISTA**

DIRECTORA: VIVIANA ANDREA AGUILAR CÓRDOBA

PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA

FACULTAD DE COMUNICACIÓN Y LENGUAJE

CARRERA DE COMUNICACIÓN SOCIAL

BOGOTÁ

2018

ARTÍCULO 23

“La Universidad no se hace responsable por los conceptos emitidos por los alumnos en sus trabajos de grado, solo velará porque no se publique nada contrario al dogma y la moral católicos y porque el trabajo no contenga ataques y polémicas puramente personales, antes bien, se vean en ellas el anhelo de buscar la verdad y la justicia”.

Bogotá D.C., mayo 21 de 2018

Señora:

Decana Marisol Cano Busquets Facultad de Comunicación y Lenguaje Pontificia
Universidad Javeriana Ciudad

Respetada Decana:

Por medio de la presente, expongo cordialmente a usted mi Trabajo de Grado Sabores Locales: Historias de la comida criolla cundiboyacense, para optar por el título de Comunicadora social y periodista. Esta tesis es el resultado de una investigación que pretende contar las historias y mutaciones de algunos de los platos típicos del altiplano cundiboyacense que se comen en Bogotá.

Desde pequeña me enseñaron que la mejor forma de expresar gratitud o amor es con comida, sirviendo a los demás con un plato que satisfaga al estómago y al corazón. A medida que crecía me di cuenta que la gastronomía es un elemento comunicativo tan disiente como lo puede ser la kinésica. Más adelante, durante el estudio de mi carrera se despertó en mí una curiosidad constante, propia del periodista, por la historia detrás de las cosas pequeñas, de esas que damos por sentado, tales como el origen del pescadito que comía entre clases o el por qué del nombre del combinado.

Durante mucho tiempo analicé cómo plasmar en mi tesis de grado mi pasión por la comida y las microhistorias sin caer en los lugares comunes. Así surgió nació Sabores Locales, la primera temporada de una serie de podcast que cuentan desde relatos populares las grandes y pequeñas historias detrás de los platos típicos del altiplano cundiboyacense.

Sabores Locales pretende lograr en sus oyentes un ejercicio de conciencia sobre lo que hay detrás de algunos de los platos típicos más queridos y populares en Bogotá. De entender el porqué de su nombre, su manera de emplatar, ingredientes, entre muchos otros aspectos que tienen una razón de ser.

Esta tesis se realizó con la asesoría de la profesora Viviana Andrea Aguilar Córdoba, una profesional integra que siempre me acompañó y motivó a realizar Sabores Locales de la mejor manera posible.

Finalmente, agradezco su atención.

Cordialmente,



Mónica Andrea Acosta López C.C: 1014244022 de Bogotá.


Bogota, 21 de mayo de 2018

Decana
Marisol Cano Busquets
Facultad de Comunicación y Lenguaje
Carrera de Comunicación Social

Con el debido respeto me dirijo a usted para presentarle el trabajo "Sabores locales", elaborado por la estudiante Mónica Andrea Acosta. La investigación se compone de una monografía en la que se evidencia un diálogo entre los autores que guiaron la reflexión teórica detrás del proceso de elaboración de una serie de podcast sobre gastronomía típica. Este producto se encuentra disponible en una página web en la que se priorizó el consumo del audio y se complementó a través de fotografías y videos cada uno de los capítulos.

Agradezco la atención prestada

Cordialmente,



Andrea Aguilar Córdoba
CC 1019031420

FORMATO **PROYECTO** TRABAJO DE GRADO CARRERA DE COMUNICACIÓN SOCIAL

IDENTIFICACIÓN

Título del Trabajo de Grado: Sabores locales: Historias de la comida criolla cundiboyacense

Aprobado por: James León Parra

Firma: _____

Nota: 4.8

Profesor Proyecto II:

Asesor:

Campo Profesional en el que inscribe el proyecto: Periodismo

(Puede inscribir el trabajo en uno o dos campos profesionales o no asociarlo a ninguno)

Doble Programa: No:

Si: Cual: Nombre programa.

Modalidad de Trabajo:

Monografía Teórica		Análisis
Sistematización Experiencias	X	Producto
Práctica por proyecto		Asistencia Investigación

Palabras Clave: Podcast, periodismo cultural, gastronomía popular

Fecha Inscripción:

Estudiantes

Mónica Andrea Acosta López CC: 1014244022 de Bogotá

Nombres y apellidos completos D.I. número.

Nombres y apellidos completos D.I. número.

Asesor Propuesto: Viviana Andrea Aguilar Córdoba

Departamento al que está adscrito el asesor: Comunicación

II. INFORMACIÓN BÁSICA

A. PROBLEMA

1. ¿Cuál es el problema?

El ajiaco, la chicha y el chocolate santafereño son algunos de los platillos que están en la memoria de los cachacos y hacen parte de la identidad de Bogotá, una metrópolis rápida que vive en una constante transformación, pero no olvida sus raíces, su comida popular.

“La cocina hace parte de una construcción de imaginarios colectivos que envuelven el consumo de alimentos; de normas y reglas de un comportamiento”. (Usme, 2010, p.52). De acuerdo a lo anterior, rescatar la memoria de la gastronomía popular y de lo que específicamente se come en Bogotá permite dar a conocer los verdaderos orígenes de la comida típica de la capital del país.

Para entender la importancia de la gastronomía en la construcción cultural, KroeBer, et al. (1952) nos hace volcar la mirada al año 500.000 a.C. en un hecho que marcó el rumbo de la historia de la humanidad, el *homo erectus* descubrió el fuego y también aprendió a producirlo (Price, 1995). Con el dominio del fuego, este antepasado logró ahuyentar a sus depredadores, independizarse de la luz solar y también empezó a cocinar. El fuego y su manejo obligó al *homo erectus* a desarrollar nuevas habilidades vitales para la convivencia tales como la atención, prudencia, comunicación y organización social.

KroeBer, et al. (1952) sostienen que durante miles de años el asado fue la única forma de cocción hasta el año 7.000 a.C. cuando la cocina primitiva sufrió su primera gran transformación con el invento de las vasijas. Esto permitió la cocción de alimentos, calentar agua, preparar sopas y empezar a agregar a la dieta cereales y legumbres. Para ese entonces, la cocina ya era un testigo mudo de la evolución de la raza humana y su construcción como sociedad.

“*Somos lo que comemos*”, la famosa frase del filósofo y antropólogo alemán Ludwig Feuerbach resume hábilmente la importancia de la gastronomía en la construcción de sociedad, pues todo lo que comemos tiene una historia, y reconocer la historia de los platos típicos de dónde venimos, permite vislumbrar cómo se conformó y evolucionó en este caso la ciudad de Bogotá.

El periodista norteamericano Bill Kovach definió la década de los años 80 al periodismo, como la primera forma de hacer historia; puesto a que el reportero al igual que el historiador debe interpretar los hechos y reconstruir una historia, de la forma más fiel posible a la realidad. Si bien el periodismo colombiano se ha caracterizado por cumplir su labor con la sociedad, ser fiscal de la verdad y construir la historia de un país marcado por la violencia, también hay que admitir que se ha quedado corto a la hora de hablar de la construcción de la sociedad desde uno de sus núcleos: la cocina.

Jiménez (2016) sostiene en su blog que Colombia está apenas despertando de un sueño letárgico tipo “*La Nouvelle Cuisine*”. Recién se está formalizando y respetando el oficio del cocinero, apenas están volviendo a las cocinas de los altos restaurantes productos tales como la panela, las vísceras y los tubérculos; alimentos asociados a la comida popular.

Jiménez (2016, párr.11) afirma: “Artículos de gastronomía en general hay muchos en Colombia, ya se sea en medios impresos como medios electrónicos. Pero de gastronomía colombiana, son muy pocos”. La razón de esta premisa radica en la falta de idiosincrasia culinaria. La Chef Leo Espinosa, recientemente galardonada con el Latin America’s Best Female Chef 2017; sostuvo

en una entrevista para el programa Dos y Punto (Caracol Radio, 2017), que el grave problema de la gastronomía en el país es el sentido de pertenencia:

Nosotros hemos dado un gran paso, pero para que los turistas que vengan a Colombia se vayan con una buena experiencia, necesitamos reforzar nuestro patrimonio cultural. No hay otra manera... Tristemente las personas se interesan por aprender de cocina mexicana, italiana, francesa y hasta japonesa, pero no colombiana... Nos hace falta reconciliarnos con la cocina colombiana, que se respire cocina colombiana por donde vayamos, como pasa en las grandes ciudades gastronómicas del mundo.

Por eso vale la pena preguntarse ¿Cómo narrar desde el periodismo gastronómico la historia de la comida criolla que se come en Bogotá? Sabores locales, busca responder a esta interrogación.

2. ¿Por qué es importante investigar ese problema?

Al hablar de comer, debemos ser conscientes que este es un acto que va mucho más allá de comprar algo en el supermercado, cocinar o pedir algo en un restaurante. El galardonado Chef norteamericano Dan Barber, célebre por su concepto de comida sostenible tiene como premisa en su restaurante Blue Hill Farm at Stone Barns “dar un mensaje a través de la comida”. El neoyorkino sostiene que absolutamente todo lo que comemos tiene una historia y el saberla enriquece el acto de comer:

Este tomate que tengo en mi mano demoró tres meses en crecer y estar listo para estar en mi cocina. Por esto lo trato con respeto, porque sé tuvo un precio geológico. Cada tomate, cada zanahoria, cada queso tiene un precio, un precio en el suelo. Cada vez que comemos algo le quitamos vida a la tierra y por lo general los humanos no somos conscientes porque tenemos todo a la mano. Es por eso que en mi restaurante no hay menú, damos a los comensales lista de lo que cosechamos en la semana y les explicamos por qué nuestros tomates o zanahorias son importantes. La gente que viene a Blue Hill Farm at Stone Barns no sólo lo hace para comer, lo hace para hacer un ejercicio de conciencia. (McGinn, 2015).

El ejercicio de conciencia de Barber lo posicionó como el mejor Chef de Estados Unidos según la revista Food and Wine en el año 2002 y abrió la ventana para un modo de comer ahora conocido como orgánico, el cual es consciente de que toda la cadena de producción de un alimento converge en la cocina.

Y precisamente la premisa de “dar un mensaje a través de la comida” es la razón de ser de este proyecto de grado. Una reconstrucción de la memoria gastronómica de los platos típicos del altiplano cundiboyacense a través de Podcast. En este sentido, los oyentes podrán hacer un ejercicio de conciencia al momento de comerse una morcilla al salir de estadio, tomarse un vaso de chicha en el Chorro de Quevedo o desayunar un domingo con caldo de costilla.

Usme (2010) sostiene que la cocina es una construcción social y que nuestra civilización tiene su núcleo ahí, en la cocina. Pues es desde el descubrimiento del fuego, que el hombre primitivo se concentró con sus pares para calentarse, alimentarse y comunicarse. En este orden de ideas, es pertinente entender que comer no es la mera acción de suministrar energía al cuerpo, sino es un acto de comunicación que permitió la creación de sociedades. Al respecto, el chef y periodista Anthony Bourdain dice que para conocer una cultura hay que meterse a su cocina, husmear en sus ingredientes y entender sus técnicas de preparación. Desde el podcast “Sabores locales” analiza dicha construcción social para convertirla en un relato agradable de escuchar que visibilice la idiosincrasia bogotana desde uno de sus núcleos, el cucharón.

Si bien el periodismo gastronómico es comúnmente asociado a la crítica porque de ahí proviene, este ha ampliado su espectro a casi todos los géneros: crónica, reportaje, noticia y entrevista. Sigue siendo predominante la columna de opinión cuando de hablar de comida se trata, “Sabores locales” son crónicas que narran las historias detrás de los platos.

3. ¿Qué se va investigar específicamente?

Para entender nuestra historia como colombianos los libros de historia son nuestros grandes aliados, pero también podemos recurrir a caminar; analizar las calles, edificios más representativos, museos, visitar las plazas de mercado, hablar con quienes están allí, comer lo que por lo general no comemos y más que nada, cuestionarnos y preguntarnos la historia de lo que hay detrás de cada cosa que nos llama la atención.

Es precisamente eso, la curiosidad por lo que comemos, por lo que hay detrás de cada bocado, la motivación para la realización de esta tesis. Sabores locales se inmiscuirá y husmeará en los platos típicos del altiplano cundiboyacense y las historias que hay detrás de ellos. Haciendo un recuento por los platos más conocidos y favoritos por muchos; tales como el ajiaco santafereño, la chicha, la changua, el chocolate santafereño, la mazamorra chiquita, la cuajada con melao, el tradicional puchero boyacense y la almojábana con masato. Platos que están en la memoria de los bogotanos y de quienes habitan la capital del país.

Sabores locales está ideado para que al escuchar cada uno de los podcast, los oyentes conmemoren los platos, sus olores y sabores. Al tiempo que aprenden los orígenes de cada platillo, la importancia de cada uno en las dinámicas sociales, sus transformaciones, anécdotas y por supuesto, recetas.

Para la realización de un programa que contenga lo anteriormente mencionado, se realizarán entrevistas con antropólogos, chefs, historiadores, cocineros y comensales de a pie. De tal manera que el producto a escuchar sea un relato construido por quienes hacen y viven de estos platos, y sea respaldado por expertos y texto históricos.

Usme (2010) sostiene que las plazas de mercado son el núcleo de la gastronomía popular. Es por ello que uno de los primeros lugares a visitar son las plazas más representativas de la ciudad: Paloquemao, Las Nieves, Corabastos y 12 de Octubre. También, iré a los restaurantes y sectores más populares según el plato: El chorro de Quevedo, barrio la Perseverancia, el restaurante Casa Vieja, el museo de la Chicha, la casa de la almojábana en Soacha y entre otros sitios de interés para cada plato.

Para contar las historias de cada uno de los platillos, sabores locales se documentará de diversas maneras; la primera es con la realización de entrevistas al Instituto Distrital de patrimonio cultural, coordinación de plazas de mercado de Bogotá, antropólogos, historiadores, periodistas gastronómicos. El producto también revisará series de televisión tales como: los puros criollos, chef's table, la nueva cocina colombiana y cuentos de cocina.

B. Objetivos

1. Objetivo General

Retratar por medio de podcasts la historia de los platos populares típicos de la región cundiboyacense que se consumen en Bogotá.

2. Objetivos Específicos

1. Identificar el origen de los platillos anteriormente mencionados.
2. Retratar las dinámicas de consumo y tradiciones que rodean cada plato.
3. Mostrar los personajes y lugares que caracterizan cada plato en la ciudad.

III. FUNDAMENTACIÓN Y METODOLOGÍA

A. *Fundamentación Teórica*

1. ¿Qué se ha investigado sobre el tema?

Usme (2010) explora los conceptos semióticos que se desprenden de la gastronomía, teniendo en cuenta las prácticas socioculturales y universos simbólicos presentes en la cotidianidad de comer. Usme hace un recorrido por la historia de la cocina desde su nacimiento, el descubrimiento del fuego. Desde ese hito la autora narra las transformaciones físicas y sociales que tuvo el hombre neardental hasta el hombre moderno.

El decrecimiento de la estructura maxilofacial, el caminar erguido, la evolución de los músculos vocales, la creación de herramientas y construcción de fogones son algunas de las consecuencias del descubrimiento y posterior dominio del fuego por parte del hombre. Evento que según Usme (2010), transforma al hombre neardental de un animal a un ser social:

Una de las figuras más importantes que narra la autora durante todo el libro es la del *Magerio*, una especie de sacerdote dedicado únicamente al sacrificio de animales para ofrendar a los dioses y posteriormente a los comensales. La figura debía ser masculina, pues sólo un hombre era apto para ofrecer comida a los dioses; por su parte las mujeres, podían hacer y ofrecer alimentos, pero sólo a los mortales, nunca a sus deidades.

Doña Gula (2017) conmemora la vida y obra del periodista francés Alexandre Balthazar Laurent Grimod de La Reynière, considerado el primer periodista gastronómico de la historia y a quien se le atribuyen los pilares de las normas en la comida francesa, una de las más sofisticadas del mundo. A manera de perfil, la nota cuenta brevemente la infancia de este parisino que corría las calles de su ciudad a mediados del siglo XVI mientras retrataba en su libreta los olores y sabores de París, para retratarlos en sus escritos.

Grimod de La Reynière, un hombre que padecía un defecto congénito en sus manos, malformación que lo hizo blanco de múltiples burlas en su niñez y despertó en él un despotismo y humor negro, evidente en todos sus actos. Doña Gula (2017) sostiene que, De La Reynière no tenía miedo a burlarse de la gente y llamarla como le pareciera. Una vez, incluso, sentó a un cerdo vestido como su padre en la cabecera de la mesa, e hizo que todos sus comensales se burlaran de él; esto a manera de dar a conocer la mala relación que tenía con su progenitor, quien posteriormente lo desearía.

Al perder sus títulos inmobiliarios el marqués se exilió en un convento francés durante dos años, allí se interesó por aprender sobre la comida popular preparada por las novicias, las técnicas de preparación y la tradición en sus platillos. La investigación sobre este tipo de comida terminó para Grimod de La Reynière con el fallecimiento de su padre, de quien heredó todos sus bienes por ser hijo único.

De nuevo en París, el aristócrata reabrió su festín de los miércoles, de los cuales ahora no sólo se daría comida, sino también saldrían los insumos para sus obras: “Almanaque de gourmands” y “Manual de anfitriones y golosos”, ambos pilares de la crítica gastronómica.

El Tiempo (2010) es una oda a la trayectoria del antropólogo Julián Estrada quien lleva más de 30 años estudiando la comida colombiana, divulgando la importancia de reivindicar los saberes de la cocina popular.

Estrada sin pelos en la lengua estudió y bajó del altar a la bandeja paisa, uno de los platillos más representativos de la región antioqueña en Colombia y en el exterior. Ganándose el amor y odio de muchos, afirmando:

El mayor revuelo mediático en torno a sus observaciones provino de una ponencia que leyó en un pasado Congreso de Popayán, titulada 'La bandeja paisa: una exageración que salió ganando'. En ella, explicó los orígenes histórico, sociológico, antropológico y cultural de la cocina antioqueña, que concluyó oponiéndose a que la bandeja paisa fuera su plato representativo. "Invité a los presentes a preparar las pompas fúnebres de la bandeja paisa y a reflexionar sobre un plato que sí representará la cocina colombiana -dice- y El TIEMPO tituló algo como 'Antropólogo antioqueño propone pena de muerte a la bandeja paisa'. Fue tal el revuelo que viví de eso casi dos años. (El Tiempo, 2010, párr.5)

Estrada lleva casi toda su carrera intentando dar a conocer el poco por no decir nulo conocimiento de la comida autóctona colombiana, dice que sabemos mucho más de la peruana, mexicana o italiana. Para él la razón de este vacío es la vergüenza que siente el colombiano en general ante el campesino y sus saberes.

Cívico (2016) Habla sobre el Chef Argentino-Japonés Iwao Komiyama, reconocido por sus programas de cocina de autor en el canal El Gourmet. Él combina las técnicas orientales con los sabores latinos. En una de sus tantas visitas a Bogotá y tras 28 horas de vuelo, Komiyama probó el ajiaco santafereño con un amigo e ideó su receta de este clásico bogotano, para presentar en la escuela Mariano Moreno, donde tenía una charla.

La interpretación del Chef sobre el clásico bogotano, fue una deconstrucción en forma de maki. Que si bien no luce para nada como la sopa que todos conocemos, sí sabe a ella y contiene todos y cada uno de los ingredientes del ajiaco. Iwao Komiyama expresa en el texto que el éxito de este tipo de platos es respetar los sabores, no agregar ningún ingrediente nuevo. Pero sí, idear nuevas formas de usar y presentar los que se tienen.

Caracol Radio (2017) Entrevista al creador del museo de la chicha Alfredo Ortiz "El Kacha". Durante el relato Ortiz narra brevemente la historia de la bebida, las dinámicas sociales que abarcaba la preparación de la chicha en la época de la pre conquista.

Narra brevemente cómo Leo Kopp cambiaría la forma en la que toman los colombianos con la inauguración de la cervecería Bavaria y la campaña de desprestigio para que en el país se dejara de tomar la bebida ancestral. Patrimonio cultural y materia, no es una bebida alcohólica, es una bebida artesanal y ancestral, y espirituosa. El museo de la chicha está ubicado en la plaza del Chorro de Quevedo, Calle 12 Bis carrera 1ra esquina, y tiene como finalidad rescatar la cultura indígena en Bogotá.

El condimentario de Margarita (2012) La periodista gastronómica hace una oda al ajiaco santafereño, cuenta la importancia de la sopa para la cultura bogotana y cómo se convirtió en un referente para los hogares capitalinos.

También, habla de las diferentes recetas en torno a la sopa y da tips a los colombianos que viven en el extranjero para hacer un buen ajiaco sin tener que sacrificar su sabor por la falta de ingredientes autóctonos tales como la guasca y la papa criolla. Hacia el final de su columna,

Margarita narra brevemente la historia del plato y sugiere un link que cuenta de forma más detallada la historia de su majestad, el ajiaco santafereño.

ABC de España (2017) Este artículo cuenta la historia de la llegada de la papa al viejo continente y cómo pasó de ser aborrecida y llamada por la misma Iglesia Católica “el alimento del diablo”, esto por obligar a escarbar bajo la tierra a quien la cosecha.

La papa arribó a Europa por su flor, considerada una curiosidad botánica, pero no se comía, debido a su fama de comida del pecado. Uno de los artífices de que la papa haga parte de la dieta de los europeos fue Federico II el grande, Rey de Prusia, quien entendió que el tubérculo era idóneo para combatir las hambrunas. Tras varios intentos fallidos de convencer a los campesinos de cultivar papas, el Rey optó por plantarla en huertos y jardines de palacio, generando curiosidad a los agricultores de la zona. Posteriormente, el monarca publicó una serie de proclamas donde enseñaba a cultivar el tubérculo y cocinarlo, para así terminar con el prejuicio de comida del diablo.

Durante la guerra de los siete años, Antoine Augustin de Parmentier un farmacéutico militar y agrónomo francés descubrió la papa al caer prisionero en Westfalia, Prusia. Tras su liberación y regreso a Francia, intentó convencer a Luis XIV de que el tubérculo era la solución a la hambruna que asediaba por ese tiempo a su país.

Diez años después, en 1772 Parmentier fue reconocido por la Academia de Besancon, por descubrir una verdura capaz de complementar la alimentación humana en épocas de hambruna. Siendo este nutritivo, fácil de cultivar y resistente a las inclemencias meteorológicas. Popularizando el consumo del tubérculo en Francia y también en toda Europa.

La acogida de la papa fue tan grande en el viejo continente, que en la mayoría de platos típicos de estos países la incluyen en sus preparaciones. Incluso Rusia basa su bebida alcohólica oficial en una planta no nativa: la papa.

La Montagne (2017) El artículo del diario La Montagne anuncia la temporada de un performance tipo restaurante con cocina abierta y música en vivo. En el que todas las noches chefs y actores prepararán algunas de las recetas descritas por Alexandre Dumas en su libro “Gran diccionario de cocina” escrito en 1873 y Alexandre Balthazar Laurent Grimod de La Reynière con su obra “El almanaque gourmet” publicado en el año 1803, dos obras que posicionaron a la cocina francesa como la más exquisita a nivel mundial.

Reynière es un nombre que retumba constantemente en el artículo, pues es reconocido como el primer periodista, crítico gastronómico del mundo y también darle el lugar que al día de hoy sigue teniendo la cocina francesa. El chef Louis-François Ribeton sostiene en el texto que es un gran reto para su equipo de trabajo, pues se tienen considerados platos que ni él ni sus cocineros jamás han preparado. Platos un tanto exóticos para los comensales de la Francia del siglo XVI tales como: sopa de piedra, sopa de tortuga, patas de oso y patas de elefante.

Jiménez (2016) El texto de Francisco Jiménez es una reflexión interesante sobre la labor del periodista gastronómico y el valor que como colombianos le tenemos a la comida popular.

Para hablar de la primera idea, el autor habla sobre fuerte precepto sobre el comunicador gastronómico, quien habla desde la crítica del plato. Cayendo así en el cliché del hombre gordo y snob que se pavonea por los mejores restaurantes haciendo mala cara. Eso pasa, según el autor, por la poca explotación de otros géneros periodísticos cuando hablar de comida se trata.

Pues el periodista, no es aquella persona que vive en una burbuja y ve todo desde arriba, no. Es a quien se le agujerean los zapatos de tanto caminar y de conocer el campo del que va a hablar, el reportero de a pie.

Jiménez (2016) sostiene que la gastronomía, si bien abarca el buen comer y beber, la buena mesa y el buen vivir. Va más allá de eso, pues también incluye a personas humildes del campo, estudiantes universitarios que con comida pagan sus estudios, personas que solo se alimentan para poder sobrevivir un día más, amas de casa, entre otros. Todas historias que merecen ser contadas por periodistas gastronómicos, no por críticos.

A medida que avanza el texto, el autor plantea la idea del letargo del que apenas se está despertando la cocina colombiana. Es decir, que recién los cocineros y las personas en general están apreciando los platos e ingredientes locales, esto tras años de mirar hacia afuera, a gastronomías internacionales. Es ahí cuando explota la reflexión más importante del texto: “Artículos de gastronomía en general hay muchos en Colombia, ya se sea en medios impresos como medios electrónicos. Pero de gastronomía colombiana, son muy pocos”

Caracol Radio 2 (2017) En la entrevista hecha en el marco del programa Dos Y Punto de Caracol Radio, se felicita a la Chef colombiana Leo Espinosa por su premiación en un concurso que buscaba exaltar a la gastronomía colombiana desde el apoyo hacia las comunidades y a sus raíces culinarias.

“Es un premio internacional muy importante, no solo por el reconocimiento mundial sino por lo que significa para Colombia. Gané por la riqueza gastronómica del país y también por lo difícil que es desarrollar una labor social aquí”. Con el concurso, Espinosa ganó 100.000 euros, dineros invertidos en una fundación que liderada por la Chef desde hace 12 años, y que trabaja con comunidades afrocolombianas, indígenas, raizales, entre otras. en la inversión en las mismas a través del desarrollo de ideas empresariales para visualizarlas, todo desde la comida.

Leonor asegura que los cocineros tienen una responsabilidad social importante, pues en la cocina se puede generar conciencia y resiliencia, todo convergiendo en los restaurantes. "Lo más lindo de la gastronomía es que está puede ser un agente transformador, se puede convertir en una fuerza transformadora, de innovación, educación, medio ambiente, desarrollo social y económico".

2. ¿Cuáles son las bases conceptuales con las que trabajará?

Gastronomía popular

Es necesario remontarse a la prehistoria para hablar de la gastronomía popular del Altiplano cundiboyacense. Las razones abundan, al igual que los elementos probatorios, para sostener que desde el hombre de Neandertal ya existía la concepción por el placer culinario en la alimentación.

En la prehistoria, el hombre de aquel entonces se alimentaba con lo que recogía, cortaba y cazaba con las precarias armas que fabricaba, sin otra opción que la buena suerte y el azar. Su dieta además de la carne de mamut, incluía vegetales, caracoles, cochinillas, lagartijas, roedores, pescados, crustáceos, pero todo crudo, en vista de que el fuego no había sido descubierto en aquel entonces (Price, 1995, 310).

Además, muchas hojas y plantas que ahora se consideran como “hierbas malas”, eran consumibles para ellos. Weyrich y Soubrier (2017) refiere también comían col silvestre, trébol,

salsifias y otras, usadas como analgésicos. Lo cierto es que es muy fácil a este punto imaginarse a aquel hombre primitivo escogiendo sus alimentos, y que no lo hizo de una manera seleccionada o según su preferencia. Resulta entonces que este proveedor de alimentos para su familia se convertía así en un gastrónomo. Todo cambió con el descubrimiento del fuego, Usme (2010) afirma:

Alrededor del fuego, mientras se transforman los alimentos, el grupo cuenta y narra, relata las hazañas de la cacería. Creación del espacio de intercambio en la horda primitiva que adoba la palabra, caldero de lo simbólico-discursivo, caldo primigenio de las representaciones a partir del cual ebulió el lenguaje: lengua y paladar. Y así logra distinguir la necesidad del goce. Ya no será sólo mitigar el hambre, ya no será sólo suplir el reclamo del cuerpo, ahora será la danza de la satisfacción, el carnaval de las papilas. El hombre encuentra lo lúdico alejándose del animal, en el ritual del placer gastronómico. (p.24)

Los primeros hombres empezaron a frotar dos pedazos de madera dura y de ahí salió el fuego; nació la cocina (Fernández, 1988). Este descubrimiento sería clave para la construcción de sociedad como la conocemos, ya que gracias al descubrimiento del fuego en el año 500.000 a.C. KroeBer, (1952) ilustran que el hombre dejará de ser nómada. Empezará a criar animales para su consumo, cultivará y nacerá una figura inmutable hasta ahora, el *Magerios*, hoy llamado cocinero (Usme, 2010). La capacidad de cocinar, única en el hombre, sería la responsable de una serie de cambios evolutivos: cambios en la forma en la que funciona el lóbulo temporal, los dientes, la mordida y el largo de la lengua.

La forma en la que el hombre conforma comunidad está directamente relacionada con el lóbulo temporal. Esta parte del cerebro es la responsable del lenguaje, los recuerdos y la memoria. “El ser humano no sólo come para vivir, sino también para concretar una de las maneras de relacionarse entre su ser y el mundo y perfilar una configuración de su ser a partir de un espacio-tiempo” (De Certau, 1999, p.189). Las dinámicas sociales también cambiarían: mientras que el hombre cazaba, la mujer se quedaba en la cueva y era responsable de mantener vivo el fuego y preparar los alimentos. Las primeras cocinas, por así llamarlas, consistían en agujeros bajo la tierra que posteriormente se llenaban con agua y piedras calientes para lograr una ebullición.

Cabe aclarar que durante el Neolítico la agricultura y la ganadería cobraron fuerza, haciendo que el hombre cambiara su rutina de caza y se asentara. Como consecuencia sus gustos culinarios se empezaron a refinar (Luján, 1997). La figura del *magerio* se transformó. Ahora será la de un hombre fuerte y bien alimentado que cocina en los eventos especiales a sus pares. Su papel en la sociedad va más allá del de un cocinero: también es quien le ofrecerá a los dioses las carnes que se sacrifican para el festín; de ahí a que sea un hombre. Usme (2010) refiere que después de ofrecer los alimentos, el *magerio* repartirá la comida según la importancia de sus comensales, empezando por el alfa hasta terminar con los omegas (menos favorecidos).

Los cambios siguieron y se introdujeron más elementos que mudaron la forma en que el hombre se alimentaba y comunicaba a través de la mesa. Desde el arado que incitó a los hombres a preocuparse por la tierra, hasta los cubiertos, que lo llevaron a dejar de usar las manos para comer y posteriormente crear códigos de etiqueta en el Renacimiento (Lobera de Ávila, 1996).

Ahora bien, tal como en la mayoría de cocinas y culturas de América Latina tienen influencias europeas que se remontan a la época de la conquista. Entre los siglos XVI y XVII la gastronomía colombiana tuvo un híbrido interesante con la cocina indígena que ya habitaba el territorio, también la española y la africana traída por los europeos (Fernández, 1988). También,

hay que nombrar a los franceses e ingleses que arribaron al país a mediados del siglo XVII, enseñando su cultura a través de la gastronomía.

Las variantes de los platos colombianos y su influencia en la mesa dependen de la zona de donde provengan, los recursos naturales que disponga, el clima y los desarrollos sociales que repercuten en el crecimiento de una cocina. Cada región en Colombia cuenta con sus características y por consiguiente sus costumbres culinarias. Sin embargo, hay platos “transversales”, es decir, que están presentes en todas las regiones, pero preparados a su manera en cada provincia, como las bebidas hechas con maíz, las arepas, los caldos, las empanadas, los tamales, arroces, envueltos y entre otros.

La región cundiboyacense, compuesta por los departamentos de Cundinamarca y Boyacá, ofrece una variedad horizontal de platillos que se ven a lo largo de todo el territorio. Una cultura culinaria marcada por el uso de tubérculos, maíz y hortalizas en la mayoría de sus preparaciones, resultado del mestizaje culinario entre indígenas muiscas, españoles, criollos, franceses e ingleses, donde reinan las sopas.

Usme (2010) Refiere que la gastronomía popular son todos aquellos platillos consumidos por la clase trabajadora. Estas preparaciones nacen de la austeridad, de la necesidad de suplir una alta ingesta calórica para realizar trabajos pesados. De ahí, que sean populares las vísceras en las preparaciones, el método de cocción más usado sea la fritura y las verduras destaquen por su ausencia.

Periodismo Cultural

Para contar adecuadamente la historia de los platos más famosos de Bogotá y el altiplano cundiboyacense es necesario hablar de Periodismo Cultural; una rama del oficio dirigida a cubrir todas las manifestaciones del hombre que se entienden como cultura, concepto “que se ajustó a lo largo de su desarrollo histórico a dos concepciones básicas de la cultura: la primera que se restringía a las “bellas artes” y “bellas letras”; y una mucho más amplia acorde a la expansión de las perspectivas antropológicas”. (Rivera, 1995, p.15).

Rivera (1995) también detalla al periodismo cultural como un ejercicio que busca describir la cultura como un agente creador de capital. Entendiendo a la cultura como el conjunto de modos de vida y costumbres, conocimientos y grado de desarrollo artístico, científico, industrial, de una época determinada o grupo social.

Pero no fue hasta inicios del siglo XVIII que empezó a aparecer la sección de cultura en los periódicos. The Tatler, The Spectator, The Review y The Examiner fueron los pioneros en establecer de manera permanente la sección cultural en sus publicaciones (Rivera, 1995, p.41). En donde en un primer momento se escribió acerca de obras literarias y teatro, a manera de reseña o crítica; textos dirigidos a una élite cultural.

A medida que la academia ampliaba el concepto de cultura, también lo hacían los medios con esa sección (Almandoz, 2009), así fue como apareció el periodismo gastronómico. Un subgénero que hace parte del llamado periodismo especializado que Meneses (2007) describe como “el que se ocupa de proponer modelos comunicativos que hagan de las especialidades del saber o actividades profesionales materia periodística, susceptible de codificación en mensajes universales” (p.138). De acuerdo a lo anterior, es posible definir al periodismo gastronómico como aquel que estudia las prácticas y conocimientos del comer y el beber de manera constante; esto con el fin de dar a conocer estos saberes a un público bien sea o no especializado en la gastronomía.

Los orígenes a lo que hoy en día conocemos como periodismo gastronómico tienen su origen en la crítica, al París del siglo XVI y a la vida de Alexandre Balthazar Grimond de la Reynière; un periodista, abogado y escritor aristócrata dedicado al hedonismo. Symons (2004) refiere en su libro “Una historia de cocineros y cocina” que Reynière se hizo famoso desde muy joven al ser llamado “el mejor anfitrión de Francia”, por los banquetes que ofrecía en su casa cada miércoles. Comidas de las que escribió “El almanaque de los gourmets” en 1803, una serie de publicaciones con recetas y primer registro de crítica gastronómica.

El aristócrata también fue el primero en sentar las bases de una nueva forma de ver la comida, pues estableció el término “gastrónomo”. Un sustantivo referente a una persona amante del buen comer. La palabra proviene del prefijo “gastro” del griego “γαστρο” y del sufijo “nomo” compuesto de “nomía” o “νομος” (nomos) que indica norma, ley o ciencia (Clark, 1987). En el año 1808 Grimond de la Reynière publicó “Manual de anfitriones”, una guía que indica cómo comportarse en la mesa, y da un conjunto de normas concretas que se deben respetar durante las comidas. Vademecum vigente hoy en día y comúnmente llamado “modales en la mesa”.

Y como si se tratase de una oruga en un capullo, esta especialidad periodística evolucionó en todos los géneros y formatos. Programas tales como “Sin reservas” “Comidas exóticas” “Comiendome el mundo” “Comidas y fiestas” inclusive “Vuelta al mundo con Hector Mora” han ampliado el espectro del periodismo gastronómico, la mayoría a través de crónicas.

Microhistoria

Reconocer la historia de los platos típicos del altiplano cundiboyacense permite vislumbrar sus dinámicas de consumo y las historias que hay detrás de esto, las prácticas culturales ligadas a la preparación de un plato en específico en la región y la proveniencia de los platillos. De ahí, surge la necesidad de adentrarse en lo que hay detrás de cada comida que se sirve en las mesas de la región.

Por esta razón, para poder contar las historias de estos platillos se optó por el concepto de la microhistoria, que se remonta a Carlo Ginzburg y su obra “*El queso y los gusanos*”, escrito en 1976, el cual narra la cosmovisión a partir de la reconstrucción de la historia de un molinero del siglo XVI. Según Justo Serna y Anaclét Pons (2000), la microhistoria tiene dos rasgos que son personales y al mismo tiempo genéricos. En donde da cuenta del proceso de investigación, en el que un particular puede desmenuzar la realidad de un grupo de personas. Por lo que el observador aparece dotado de instrumentos para contar fielmente lo que es externo a él.

La microhistoria se encarga además de cosas pequeñas que ubica en un tiempo y un espacio correspondiente y esto se debe a su contexto que resulta importante para su definición como género (Serna, 2000). La investigación nominal según Ginzburg, es la reconstrucción de las varias esferas de la vida y acciones humanas. Como conclusión para estos autores, no hay una única vía para la historia social. No obstante, lo más importante es seguir la observación para hablar de lo concreto. Esto hace que quien utilice este género, no se enmarque en largas trayectorias y procesos explicativos, sino que se utilicen minuciosidades, detalles y particularidades para revelar las formas culturales que actúan en lo que se quiere contar.

Para Almandoz (2009) la microhistoria es un planteamiento conceptual y metodológico referente al alcance de estudio, que suele ser asociado con una pequeña localidad o región, en lugar de un contexto global. La atención en este caso pasa a las personas del común, cuando se hable de los platillos típicos de la región cundiboyacense tales como la fritanga, el cocido boyacense, el caldo de pajarilla o el puchero boyacense, también se mirará a las personas que los consumen; esto sin dejar de lado el contexto histórico que rodea a cada plato y los lugares donde se pueden adquirir.

El interés por las cosas cotidianas, según Almandoz (2009), “vincula a la microhistoria con la preocupación por las formas culturales tradicionales de los grupos sociales no elitistas”. Para él, la producción de imágenes y discursos es relevante a la hora de estudiar la transformación de cualquier orden simbólico. El discurso también se convierte en generador de imaginarios y productor de significados en la microhistoria, donde según Almandoz (2009), la ciudad es un campo de estudio.

La microhistoria cumple la función de contar sobre las comunidades, familias e individuos. La historia cultural entonces no rechaza nada de lo que se le presente, usa las expresiones culturales tanto de las élites como las más populares; a estas últimas les tiene un mayor aprecio por su carácter informal, espontáneo y popular.

Por medio de la microhistoria, este proyecto intenta acercarse a las manifestaciones sociales y culturales que rodean los platos escogidos del altiplano cundiboyacense. Este género de la narrativa es una forma igualmente válida de hacer historia. Los conceptos que se mencionaron anteriormente pueden ser mejor desarrollados bajo el estilo de la microhistoria.

Por su parte, González (1997) en “*Otra invitación a la microhistoria*” postula que el término deriva de la expresión francesa *petite histoire*, que significa historia menuda o pequeña. Este género es un subproducto de la biografía hecho para divertir a un público frívolo. Estas microhistorias recaudan una cantidad infinita de hechos insignificantes y que por eso se convierten en historias anecdóticas; pero un buen compilado de anécdotas puede ser un relato con hilo y cola y no un compilado de anécdotas inservibles.

Aquellos que se dedican a la microhistoria se caracterizan por pertenecer al presente; son del villorrio, es decir de la villa o la ciudad, que son el objeto de sus estudios, por lo que la actitud romántica es el motor de la microhistoria. La persona que se dedique a producir una microhistoria, para González, debe tener un perfil culto, cultivado en el oficio y conocer bien de qué va a hablar.

Otro aspecto para el autor es que la microhistoria puede prescindir en mayor o menor grado del ambiente físico; la crónica local, no (González 1997). En el caso de este proyecto no será así, se tendrá que hacer énfasis en los espacios y contextos, dada la mirada que se quiere hacer en las dinámicas de consumo de los platos escogidos. Los actores para este trabajo serán de la vida cotidiana y por ello buscará recuperar las voces de todos para tener una mayor pluralidad.

Podcast

Presentar de una manera llamativa a 'Sabores Locales' ha sido uno de los tantos retos de esta tesis. El formato que buscaba era uno en el cual la audiencia se pudiera enganchar con el tema, pero al mismo tiempo pueda hacer un ejercicio al imaginarse cada relato. Por eso, el formato que escogí para este producto es el podcast, descrito por Erlandsen (2011) como una publicación digital periódica en serie que se puede oír en línea o descargar por medio de una sindicación web.

Pero primero, para hablar del podcast, es necesario hablar de la radio y su historia. En 1901, Guillermo Marconi logró conectar por primera vez a Europa y América por medio de una frecuencia radiotelegráfica; un gran avance en materia de tecnología. Gonzáles (2010) considera que esa es la “magia de la radio”, pues se apropió de este avance y lo convirtió en un medio de comunicación; en el que al principio no se sabía qué comunicar, ni cómo hacerlo. La televisión

y la prensa, por su parte, sí fueron ideadas con el fin de comunicar, por lo que se inventaron con una serie de manuales.

La radio, por su parte, se construyó sobre la marcha. Por eso tiene la capacidad de reinventarse cada día según los formatos que requiera la sociedad. “La radio podría ser el más maravilloso aparato de la comunicación pública si supiera, no sólo cómo distribuir, sino también cómo recibir, hacer escuchar y hablar a la gente. Lo ideal es no aislarlos, sino por el contrario, relacionarlos entre sí”. (Citado por González 2010, párra. 7).

A medida que avanza la tecnología, también lo hace la sociedad y los modelos radiofónicos (González 2010). Desde su creación, la radio ha estado en una constante evolución. Una de esas mutaciones, cita González (2010), es la ciberradio. Esta permite que la tradicional suba sus programas a internet con un texto e imagen de apoyo. A pesar de que hay tres tipologías diferentes combinadas, el audio no pierde su protagonismo, pues enriquece el relato en términos argumentativos. Aunque esta modalidad permite visibilizar más el trabajo de la radio y obliga al oyente a ser más activo, no hay una retroalimentación.

La ciberradio es la mezcla de dos modelos radiofónicos, el convencional y el especializado. Lo cual hace que se genere una nueva fórmula de programación de contenidos aislados que se expresan en avances en la expresión sonora y multimedia. Estos le dan gran importancia a la interactividad y a los enlaces (González 2010).

Por otro lado, el podcast más que ser un formato de visualización, es un medio de comunicación de alcance global, y tiene múltiples beneficios a diferencia de otros medios tradicionales tales como: el bajo precio de producción, su fácil distribución, se consume bajo demanda —lo que permite a la audiencia decidir cuándo, dónde y cómo escucharlo—, tener una comunicación directa con el oyente y retroalimentación en tiempo real (Neuberger, 2012).

Entre ciberradio y podcast, la principal diferencia consiste en que la primera está sujeta a una conexión a internet, mientras que el otro formato sólo necesita de esta conexión al momento de hacer la descarga de audio (González 2010). Gray (2014) considera que el *podcasting*, además de ser una radio portátil, también es autónoma, lo que significa que el usuario puede descargar el contenido y escucharlo desde su dispositivo móvil en cualquier lugar. Otra característica del podcast, es que hay periodicidad en el producto, por lo que el oyente puede suscribirse a él y le llegarán notificaciones cada vez que se suba un nuevo contenido.

El término ‘podcast’ es la combinación de los términos ‘Pod’ (*portable on demand*) y ‘cast’ (difusión), (Ramos, 2015). La palabra fue empleada por primera vez el 13 de agosto de 2004 por el *videojockey* de MTV Adam Curry, al usar un formato RSS para adjuntar archivos de audio. Curry lo llamó ‘*Ipodder*’, ya que podía escuchar los audios en su iPod. Posteriormente, el periódico británico The Guardian marcaría un hito al acuñar por primera vez esta palabra en ‘La revolución de lo audible’, un artículo que describe lo económico que son las herramientas digitales para producir audios y emitir una radio en línea que además se puede descargar (Hammersley, 2004).

La Universidad de Texas, por su parte, propuso una definición aceptada por diferentes concedores del tema: “un podcast es un audio digital o un archivo de video que es episódico, descargable, que corre en algún programa, principalmente con un conductor o tema, y normalmente vía un alimentador automático con un software computacional”, (citado por Erlandsen, 2011, párra. 2).

El éxito del podcast radica en su sencillez, así lo afirma Gray (2014). Sin embargo, su estructura es similar al de un programa radial en su estructura, presentación, cabezote y cortinillas de entrada y salida. También es único y particular, pues no hay un modelo narrativo establecido y su creador tiene completa libertad de experimentar en temas, estructura, hilo narrativo y musicalización.

Sin embargo, la llegada del podcast y los avances tecnológicos han producido un estancamiento en la radio, pues esta última sigue hablando de los mismos temas y no satisface las necesidades de los nuevos oyentes, Bolea (2013).

“Tal como YouTube cambió la forma de consumir contenidos audiovisuales, el podcast está cambiando la manera en la que las personas consumen radio. Para el periodista este formato ofrece libertad, pues puede crear un producto tan único como desee sin pensar en la viabilidad comercial. Debido a que el podcast tiene la característica de apuntarle a nichos; rompiendo barreras geográficas gracias a internet. Al día de hoy, hay más de 10 millones de podcast de todos temas imaginables: ajedrez, economía, historias de vida, poesía, música, historia, entre otros. Todos con una audiencia que justifica su existencia” (Rojas, 2017, párr.5).

Por estas razones, ‘Sabores Locales’ le apuesta a un nicho curioso por la gastronomía, uno que busque algo más que recetas, uno que desee aprender sobre las grandes y pequeñas historias detrás de los platos más populares de la comida criolla cundiboyacense.

B. *Fundamentación metodológica*

1. **¿Cómo va a realizar la investigación?**

Sabores locales cuenta la etimología, historias y dinámicas sociales de los platos típicos más populares que se comen en el altiplano cundiboyacense y en Bogotá a través de sus protagonistas, privilegiando a la crónica como formato de abordaje. En cada capítulo, se contarán las grandes y pequeñas historias detrás de los platos que se identifican como tradicionales en la ciudad.

Así las cosas, se plantea que el alcance de este trabajo de grado sea descriptivo en todos y cada uno de los objetos de estudio, puesto a que según Vasallo de Lopes (1999) este tipo de investigación envuelve operaciones analíticas de la formación de evidencias empíricas, en lo que se denomina un proceso de reconstrucción de la realidad de un objeto ya estudiado, en este caso, plato. Valiéndose de la etnografía, la documentación historiográfica y el análisis de contenido para realizar esta investigación.

La observación participativa en las cocinas y servicios de restaurantes, el registro fotográfico de las entrevistas y rituales al comer y cocinar; así como también la revisión documental y el

registro de notas, harán parte de la metodología para investigar en Sabores Locales.

Sin embargo, la entrevista será el método más usado en el desarrollo de Sabores Locales, pues al tratarse de una serie de crónicas radiales, los relatos reconstruirán la historia de los platos a tratar en cada capítulo. Las entrevistas se dividirán principalmente en dos tipos de fuentes: la primaria hace referencia a las personas que están envueltas en las dinámicas de los platos tales como: consumidores del producto, cocineros, vendedores, entre otros; la fuente secundaria, incluirá a filólogos, antropólogos, historiadores y todo tipo de expertos sobre los temas a tratar en cada capítulo. Las entrevistas serán de formato no estructurado, puesto a que se busca que en cada una de ellas el entrevistado haga un relato vivencial sobre el plato. Razón por la cual las entrevistas se dividirán en tres ejes temáticos: historia del plato, lugares y personas e ingredientes y variaciones la receta.

Otra de las técnicas de investigación a trabajar es la observación directa y participante, definida por Díaz (2010) como la contemplación de un grupo social en el que el investigador interfiere en la cotidianidad, con el propósito de conseguir información. El método a aplicar no es estructurado, por lo que como herramienta de observación no habrá más que un cuaderno de apuntes y la grabadora periodística. Con el fin de relatar en los episodios de la forma más fiel posible las dinámicas sociales en las que los objetos de estudio están expuestos, la observación se hará en campo, es decir, en la ciudad.

Por su parte, la investigación previa al trabajo de campo se refiere a toda la documentación seleccionada hasta la fecha, que incluye diversos estudios, libros, revistas, programas de radio, televisión, entrevistas y artículos. Todos plasmados en este anteproyecto.

Sobre la producción “Sabores Locales”, las herramientas a usar en la creación de este podcast son: grabadora periodística, estudio de grabación, micrófono, audífonos y un ordenador con el programa de edición de audio Audition.

2. ¿Qué actividades desarrollará y en qué secuencia?

Actividad/Semana	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Investigación de platos	X	X	X	X	X													
Trabajo de campo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X								
Realización de libretos		X	X	X	X	X	X	X	X									
Revisión y de material	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X					
Locución									X	X	X	X	X	X	X			
Edición											X	X	X	X	X	X	X	X
Musicalización	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X							
Creación de Cabezote											X	X						
Creación de plataforma web		X	X	X	X	X	X		X			X	X	X	X	X	X	X
Ajuste Anteproyecto					X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Monografía					X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Bibliografía básica:

1. A vivir que son dos días. (26 de julio de 2017). “La bendita”, el museo de la chicha. Caracol Radio, Recuperado de: http://caracol.com.co/programa/2017/06/26/a_vivir_que_son_dos_dias/1498487117_615713.html
2. ABC de España. (2017), *La patata, el «invento del diablo» que acabó con las hambrunas en Prusia y Francia*. Recuperado de: http://www.abc.es/ciencia/abci-patata-invento-diablo-acabo-hambrunas-prusia-y-francia-201704211331_noticia.html
3. Almandoz, A. (2009). *Modernización, urbanización y desarrollo en América Latina*. Nueva York, Estados Unidos, Routledge.
4. Bolea, A. (2013). Oportunidades y desafíos de la radio en la era digital. *adComunica. Revista de Estrategias, Tendencias e Innovación en Comunicación*. Volúmen (5), p. 19-22.
5. Caracol Radio. (19 de septiembre de 2017), *Leonor Espinosa gana premio internacional por trabajo a favor de los indígenas. El premio “Basque Culinary World Prize” se entrega a chefs de todo el mundo que tengan iniciativas transformadoras que construyan un mundo mejor*. Recuperado de: http://caracol.com.co/programa/2017/07/18/dos_y_punto/1500414176_889620.html
6. Clark, R. (1987), *A Palate in Revolution: Grimod de la Reynière and the Almanach Des Gourmands*, Londres, Inglaterra, Illustrated Edition.
7. De certau, M. Et ai. (1999) *La invención de lo cotidiano 2: Habitar, cocinar*. Recuperado de:
8. Díaz Sanjuan, L. (2010), *La observación como método científico*. México DF, México, Facultad de psicología Universidad Nacional Autónoma de México.
9. Doña Gula. (17 de enero de 2014). *El primer periodista gastronómico*. El Espectador. Recuperado de: <http://www.elespectador.com/opinion/el-primer-periodista-gastronomico-columna-469363>
10. El Espectador. (27 de julio de 2017) *En Bogotá hay un museo dedicado a la chicha*. Recuperado de: <http://www.elespectador.com/noticias/bogota/en-bogota-hay-un-museo-dedicado-la-chicha-articulo-705377>
11. El Tiempo. (2010, septiembre 2). *El antropólogo Julián Estrada, anarquista culinario. Homenaje a su vida y su trayectoria en el Congreso Gastronómico de Popayán*. Recuperado de: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-7890684>
12. Erlandsen, M. (2011). *¿Qué es un podcast y cómo funciona?* Recuperado de: <https://www.guioteca.com/internet/%C2%BFque-es-un-podcast-y-como-funciona/>
13. Fernández Arenas, J. (1988), *Arte efímero y espacio estético*. Barcelona, España, Anthropos.
14. Fried, A., Gelb, D., Nishimura, L., Weaver, M. (productores) McGinn, B. (director). (2015). *Chef's table* [Serie documental]. EU.: Netflix. Recuperado de: <https://www.netflix.com/co/title/80007945>
15. Gonzáles, M. (2010). La ciberradio. La nueva alternativa de futuro para la radio. *Revista Estudios de Juventud*. Volúmen, (88), p. 51-62.
16. González, L. (1997). *Otra invitación a la microhistoria*. México DF, México, Fondo de cultura.
17. Gray, C. (2014). *How to podcast: a beginners guide to podcasting*. Recuperado de: <https://www.thepodcasthost.com/podcraft-podcast/beginners-podcasting/0-welcome-to-podschoo/>

18. Guzmán, D. (1 de mayo de 2016). *El chef Iwao Komiyama convirtió el ajiaco en un rollo de sushi*. Cívico. Recuperado de: <http://www.civico.com/bogota/noticias/el-chef-iwao-komiyama-convirtio-el-ajiaco-en-un-rollo-de-sushi>
19. Hammersley, B. (2004). *Audible Revolution*. The Guardian. Recuperado de: <https://www.theguardian.com/media/2004/feb/12/broadcasting.digitalmedia>
https://monoskop.org/images/1/1c/De_Certeau_Giard_Mayol_La_invencion_de_lo_cotidiano_2_Habitar_cocinar.pdf
20. Jiménez, F. (27 de enero de 2016). *Cultura Alimentaria. Comenzando a ser comunicador gastronómico en Colombia*. Gastro culinary. Recuperado de: <http://www.gastroculinary.com/comenzando-a-ser-comunicador-gastronomico-en-colombia/>
21. KroeBer. A; KlucKhoh, C. (1952). *A critical review of concepts and definitions: the most generic sense of the word "culture"*, New York, United States of America.
22. La Montagne. (4 de agosto de 2017), *Les Contes à manger ont regalé le public à Arches et à Mauriac*. Recuperado de: http://www.lamontagne.fr/mauriac/loisirs/art-litterature/2017/08/04/les-contes-a-manger-ont-regale-le-public-a-arches-et-a-mauriac_12506484.html
23. Lobera de Ávila, L. (1996), *El Banquete de los Nobles Caballeros*. Tomo XI. Avila, R&B.
24. Luján, N. (1997), *Historia de la Gastronomía*. Madrid, España, Folio.
25. Meneses, M. (2007), *En torno al Periodismo especializado. Consensos y disensos conceptuales*. Recuperado de: <https://ddd.uab.cat/pub/analisi/02112175n35/02112175n35p137.pdf>
26. Neuberger, R. (2012), *O rádio na era da convergência das mídias*, Cruz das Almas, Brasil.
27. Price, D. (1995) "Energy and human evolution", en *El Diario de Estudios Interdisciplinarios*, Cornell University, EE.UU.
28. Rafaeli, S. (1988). *Interactivity: From new media to communication*. Recuperado de: http://www.academia.edu/533664/Interactivity_From_new_media_to_communication
29. Ramos, J. (2015) *Marketing con podcast*. Recuperado de: <https://play.google.com/books/reader?id=XHeZCwAAQBAJ&printsec=frontcover&output=reader&hl=es&pg=GBS.PT7>
30. Rivera, J. (1995), *El periodismo cultural*. Bogotá, Colombia, Paidós.
31. Rojas, A. (2017). Hay un nuevo podcast en el vecindario. El Espectador. Recuperado de: <https://www.elespectador.com/tecnologia/hay-un-nuevo-podcast-en-el-vecindario-articulo-685928>
32. Serna, J. & Anaclet, P. (2000), *Cómo se escribe la microhistoria. Ensayo sobre Carlo Ginzburg*. Madrid, España, Cátedra.
33. Symons, M. (2004), *A History of Cooks and Cooking*. University of Illinois Press, United States Of America.
34. Usme, Z. (2010). *Comida, texto y cultura. Recetario para una semiótica culinaria*. Bogotá, Colombia.
35. Vasallo de Lopes, M. (1999). La investigación de la comunicación: cuestiones epistemológicas, teóricas y metodológicas. *Diálogos de la comunicación*, (56), 12-27.
36. Weyrich, L. S; Soubrier, J; Arriola, L. (2017) *Neanderthal Behaviour, diet and disease Inferred from ancient DNA in dental calculus*. New York, United States of America, Nature.

Presupuesto (Sólo para trabajos con producción).

Rubros	Especificaciones	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total
--------	------------------	----------	----------------	-------------

Equipos				
Disco duro	Capacidad: 1TB Marca: Toshiba	1	\$270.900	\$270.900
Grabadora	Grabadora de audio Zoom H5 Alquiler en Centro Ático (Turno de 8 horas)	5	\$80.000	\$400.000
Memoria micro SD	Capacidad: 16GB Marca: Kingston	1	\$44.900	\$44.900
Pilas	Paquete de Pilas Alkalina AAA x4	5	\$16.250	\$81.250
Estudio de producción de audio	Alquiler en Centro Ático (Turno de 8 horas)	3	\$836.000	\$2'508.000
Cámara fotográfica	Nikon D3400	1	\$2'299.000	\$2'299.000
Personal				
Servicio de limpieza de audios	Alquiler en Centro Ático (Turno de 8 horas)	1	\$798.200	\$798.200
Musicalización	Contratación del Trio Juventud para la interpretación de 10 canciones	1	\$1'400.000	\$1'400.000
Página web	Diseño y programación de plataforma web en Wix	1	\$1'700.000	\$1'700.000
Total				\$9'502.250



FORMATO **RESUMEN** DEL TRABAJO DE GRADO CARRERA DE COMUNICACIÓN SOCIAL

Este formato tiene por objeto recoger la información pertinente sobre los Trabajos de Grado que se presentan para sustentación, con el fin de contar con un material de consulta para profesores y estudiantes. Es indispensable que el resumen contemple el mayor número de datos posibles en forma clara y concisa.

I. FICHA TÉCNICA DEL TRABAJO

Título del Trabajo: Sabores Locales

Autor (es): Nombres y Apellidos completos en orden alfabético)

Mónica Andrea Acosta López D.I. 1014244022 de Bogotá.

1. **Campo profesional:** Periodismo.

Asesor del Trabajo: Viviana Andrea Aguilar Córdoba.

Tema central: Gastronomía popular

Palabras Claves: Podcast, periodismo cultural, gastronomía popular.

Fecha de presentación: 21 de mayo de 2018.

No. Páginas: 28 páginas.

II. RESEÑA DEL TRABAJO DE GRADO

1. Objetivos del trabajo (Transcriba los objetivo general y específicos del trabajo)

Objetivo General

Retratar por medio de una serie de podcast la historia de los platos populares típicos de la región cundiboyacense que se consumen en Bogotá.

Objetivos Específicos

- Identificar el origen de: el ajíaco, el chocolate santafereño, la mazamorra chiquita, la chicha, la almojábana, el cocido boyacense y la changua.
- Retratar las dinámicas de consumo y tradiciones que rodean cada plato.

- Mostrar los personajes y lugares que caracterizan cada plato en la ciudad.

2. Contenido (Transcriba el título de cada uno de los capítulos del trabajo)

1. Planteamiento del problema.
2. Pregunta problema.
3. Justificación.
4. Introducción.
5. Reflexiones teóricas e investigación detrás de Sabores Locales.
6. Metodología de la investigación.
7. Conclusiones.
8. Bibliografía
9. Anexos.

3. Autores principales (Breve descripción de los principales autores referenciados)

1. Maria Immacolata Vassallo de Lopes, brasileña, profesora de la Escuela de Comunicación y Artes de la Universidad de São Paulo (ECA / USP), coordinadora de la NP Fiction Intercom. La profesora se ha centrado en investigar los métodos de investigación desde la comunicación, la radio como un género asociado a la marginalidad social y la construcción de sociedad desde la narrativa oral.

Vassallo de Lopes aportó a Sabores Locales la metodología investigativa, que ella describe en su obra *La investigación de la comunicación: cuestiones epistemológicas, teóricas y metodológicas. Diálogos de la comunicación*, como una operación analítica que se forma tras evidencias empíricas de un proceso de reconstrucción de una realidad estudiada previamente por el investigador.

2. Michel de Certeau, francés, el religioso jesuita estudió un doctorado en teología en la Universidad Sorbona. El estudioso de la historia se convirtió en profesor de historia y antropología en la Universidad de París. Freud, Lacan y Foucault fueron influencias del doctor francés que dedicó su trabajo su trabajo como historiador a explicar la historiografía, una ciencia dedicada al estudiar de forma crítica textos históricos y bibliográficos.

El investigador francés junto a Luce Giard y Pierre Mayol con su obra *La invención de lo cotidiano: Habitar, cocinar*, aportaron a este trabajo de grado una conexión entre las prácticas culturales, la ciudad y la cocina. Este último un espacio en el que convergen las personas y se crean desde los alimentos una memoria compartida, una memoria que sólo es posible percibir desde el trabajo de historiográfico.

3. Zuly Norbelia Usme López, colombiana, lingüista y semióloga. Profesora e investigadora interesada en comunicación y semiótica de la alimentación y de la cultura. Líder de Geccsal (Grupo de Estudios en Comunicación y Semiótica de la Alimentación).

El aporte de Usme hacia Sabores Locales lo realizó su texto *Comida, texto y cultura. Recetario para una semiótica culinaria*. En su obra la cocina es un catalizador para la construcción de sociedad y el fuego es el núcleo en el que se construyen imaginarios colectivos, reglas y normas que contribuyen a la creación de sociedad.

4. Cecilia Restrepo Manrique, colombiana, arqueóloga y magister en historia de la Universidad Nacional de Colombia. Restrepo enfocó su investigación en evidenciar cómo las dinámicas de alimentación cotidianas son un reflejo de la sociedad colombiana

4. Conceptos Clave

Podcast, periodismo cultural, gastronomía popular

5. Proceso metodológico.

Sabores locales es el resultado de una investigación historiográfica de la gastronomía popular en el altiplano cundiboyacense. Para la realización de esta serie de podcast la observación participativa en las cocinas y servicios de restaurantes, el registro fotográfico de las entrevistas y rituales al comer y cocinar; así como también la revisión documental y el registro de notas, hacen parte de la metodología en la investigación de esta tesis de grado.

La entrevista fue el método predilecto en el desarrollo de Sabores Locales, ya que al tratarse de una serie de podcast, los relatos de fuentes fueron los encargados de reconstruir la historia de los platos en cada capítulo. Las entrevistas se dividieron en dos grandes tipos de fuentes: la primaria hace referencia a las personas que están envueltas en las dinámicas de los platos tales como: consumidores del producto, cocineros, vendedores, entre otros; la fuente secundaria, que incluye a filólogos, antropólogos, historiadores. Este método investigativo se realizó en un formato no estructurado, puesto a que el objetivo de las entrevistas era que cada uno de los entrevistados contaran un relato vivencial sobre el plato. Razón por la cual las entrevistas se dividieron en cinco ejes temáticos: historia del plato, lugares y personas e ingredientes y variaciones la receta.

Otra de las técnicas de investigación que se trabajó fue la observación directa y participante, definida por Díaz (2010) como la contemplación de un grupo social en el que el investigador interfiere en la cotidianidad, con el propósito de conseguir información. Como este método no es estructurado, la recopilación de datos está consignada en un cuaderno de apuntes y la grabadora periodística.

Previo al trabajo de campo anteriormente mencionado, se realizó una documentación seleccionada hasta la fecha, que incluye diversos estudios, libros, revistas, programas de radio, televisión, entrevistas y artículos. Todos plasmados en el anteproyecto.

Sobre la producción “Sabores Locales”, las herramientas a usar en la creación y producción de este podcast fueron: grabadora periodística, estudio de grabación, micrófono, audífonos, cámara fotográfica, pasión y un ordenador con el programa de edición de audio Audition.

6. Resumen del trabajo

El presente trabajo se propuso estudiar y describir “desde una mirada periodística” las historias y mutaciones de algunos de los platos típicos del altiplano cundiboyacense que se comen en Bogotá. Para ello, se realizó un estado del arte en el que se entiende a la alimentación como un eje transversal para la conformación de comunidad y evolución del lenguaje.

Así como el lenguaje, la comida vive un constante desarrollo, propio de la condición evolutiva del ser humano. Este progreso llevó a que sólo los alimentos más aceptados por la población, económicos, sabrosos y fáciles de producir en masa, se convirtieran en los predilectos para hacer parte de nuestras despensas o comida de turno; relegando ingredientes y preparaciones poco aceptadas por la aldea global en la que habitamos. En este proceso de exclusión

gastronómica también se menosprecian las grandes y pequeñas semblanzas que llevaron a determinado plato o ingrediente a estar en boca de las personas, obligándonos a olvidar sin querer nuestra historia.

Para contribuir a la memoria colectiva de la gastronomía típica colombiana nace Sabores Locales, una serie de podcast que pretende hacer que la audiencia sepa lo que hay detrás de algunos de los platos típicos más queridos y populares en Bogotá. De entender el porqué de su nombre, su manera de emplatar, sus ingredientes, dinámicas de consumo e historia; que de una manera u otra termina siendo también una remembranza de la capital colombiana, su gente y por qué no, del mismo oyente.

III. PRODUCCIONES TÉCNICAS O MULTIMEDIALES ANEXAS

Si su trabajo incluye algún tipo de producción, Indique sus características:

1. **Tipo de producto** (Video, material impreso, audio, multimedia, otros):
Serie de podcast desarrollada en una página web
2. **Cantidad y soporte** (por ejemplo: 1 dvd):
3. **Duración en minutos del material audiovisual.** Haga clic o pulse aquí para escribir texto.
4. **Link:** (indique la dirección electrónica en la cual se puede ver el producto, si aplica)
www.saboreslocales.com

Descripción del contenido de material entregado:

El producto multimedia es una la página web de Sabores Locales, una serie de podcast de 7 capítulos principales y 3 más denominados ñapas en las que se cuentan las historias detrás de algunos de los platos típicos más populares del altiplano cundiboyacense.

DEDICATORIA

A Gilberto Acosta mi papá, quien desde su silencio siempre ha creído en mí y ha apoyado todos y cada uno de mis sueños. Ese hombre que despertó la pasión por la cocina y me enseñó que la comida abundante y hecha con amor es la mejor forma de expresarse en un mundo en el que las palabras vuelan pero los recuerdos quedan.

A mi mamá Judith López, quien desde la crítica y el desafío constante me ha enseñado a reinventarme, no rendirme y creer en mí. Quien desde el amor y la firmeza me ha forjado un carácter crítico, necesario para afrontar tan compleja sociedad en la que vivimos.

A los ya no están, por todo el apoyo y amor recibido desde una distancia tan infinita como relativa.

AGRADECIMIENTOS

El científico británico Stephen Hawking decía que “la inteligencia es la capacidad de adaptarse al cambio.” Sin embargo, agregaría que como seres racionales la resiliencia es un buen indicativo para medir la capacidad de los individuos de evolucionar.

Y precisamente en eso se convirtió Sabores Locales en un ejercicio de resiliencia, de redescubrirme como individuo y como profesional. Son muchas las personas que ha acompañado este proceso que fluctuó de académico a personal:

Gracias a Andrea Aguilar mi asesora, la persona que escuchó y ayudó a moldear una idea que llevaba cocinándose por años. Al equipo de producción de Ático que trató con el mismo cuidado que yo cada detalle en la producción de Sabores Locales. Al Trío Juventud, por plasmar en sus acordes mi idea de musicalización. A Catalina Ayala y Alejandra Aguirre, mis diseñadoras de cabecera, quienes entendieron a la perfección la estética que pensaba para la página web de mi producto. A Daniel Jaramillo, quien trasnochó y trabajó incansablemente por terminar cada uno de los audios de este podcast. A Manuela Martínez, mi amiga, quien siempre me escuchó, aconsejó y jamás juzgó; Y por último pero no menos importante, Rafael Niño, la voz cantante masculina y compañero de batalla.

Gracias equipo por su apoyo en este producto que entrego hoy con la satisfacción del deber cumplido.

TABLA DE CONTENIDO

- 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**
- 2. PREGUNTA PROBLEMA.**
- 3. JUSTIFICACIÓN.**
- 4. INTRODUCCIÓN.**
- 5. REFLEXIONES TEÓRICAS E INVESTIGACIÓN DETRÁS DE SABORES LOCALES**
- 6. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.**
- 7. CONCLUSIONES.**
- 8. BIBLIOGRAFÍA**
- 9. ANEXOS.**

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El ajiaco, la chicha y el chocolate santafereño son algunos de los platillos que están en la memoria de los cachacos y hacen parte de la identidad de Bogotá, una metrópolis rápida que vive en una constante transformación, pero no olvida sus raíces, su comida popular.

“La cocina hace parte de una construcción de imaginarios colectivos que envuelven el consumo de alimentos; de normas y reglas de un comportamiento”. (Usme, 2010, p.52). De acuerdo a lo anterior, rescatar la memoria de la gastronomía popular y de lo que específicamente se come en Bogotá permite dar a conocer los verdaderos orígenes de la comida típica de la capital del país.

Para entender la importancia de la gastronomía en la construcción cultural, KroeBer, et al. (1952) nos hace volcar la mirada al año 500.000 a.C. en un hecho que marcó el rumbo de la historia de la humanidad, el *homo erectus* descubrió el fuego y también aprendió a producirlo (Price, 1995). Con el dominio del fuego, este antepasado logró ahuyentar a sus depredadores, independizarse de la luz solar y también empezó a cocinar. El fuego y su manejo obligó al *homo erectus* a desarrollar nuevas habilidades vitales para la convivencia tales como la atención, prudencia, comunicación y organización social.

KroeBer, et al. (1952) sostienen que durante miles de años el asado fue la única forma de cocción hasta el año 7.000 a.C. cuando la cocina primitiva sufrió su primera gran transformación con el invento de las vasijas. Esto permitió la cocción de alimentos, calentar agua, preparar sopas y empezar a agregar a la dieta cereales y legumbres. Para ese entonces, la cocina ya era un testigo mudo de la evolución de la raza humana y su construcción como sociedad.

“*Somos lo que comemos*”, la famosa frase del filósofo y antropólogo alemán Ludwig Feuerbach resume hábilmente la importancia de la gastronomía en la construcción de sociedad, pues todo lo que comemos tiene una historia, y reconocer la historia de los platos típicos de dónde venimos, permite vislumbrar cómo se conformó y evolucionó en este caso la ciudad de Bogotá.

El periodista norteamericano Bill Kovach definió la década de los años 80 al periodismo, como la primera forma de hacer historia; puesto a que el reportero “al igual que el historiador” debe interpretar los hechos y reconstruir una historia, de la forma más fiel posible a la realidad. Si bien el periodismo colombiano se ha caracterizado por cumplir su labor con la sociedad, ser fiscal de la verdad y construir la historia de un país marcado por la violencia, también hay que admitir que se ha quedado corto a la hora de hablar de la construcción de la sociedad desde uno de sus núcleos: la cocina.

Jiménez (2016) sostiene en su blog que Colombia está apenas despertando de un sueño letárgico tipo “*La Nouvelle Cuisine*”. Recién se está formalizando y respetando el oficio del cocinero, apenas están volviendo a las cocinas de los altos restaurantes productos tales como la panela, las vísceras y los tubérculos; alimentos asociados a la comida popular.

Jiménez (2016, párr.11) afirma: “Artículos de gastronomía en general hay muchos en Colombia, ya se sea en medios impresos como medios electrónicos. Pero de gastronomía colombiana, son muy pocos”. La razón de esta premisa radica en la falta de idiosincrasia culinaria. La Chef Leo Espinosa, recientemente galardonada con el Latin America’s Best Female Chef 2017; sostuvo en una entrevista para el programa Dos y Punto (Caracol Radio, 2017), que el grave problema de la gastronomía en el país es el sentido de pertenencia:

Nosotros hemos dado un gran paso, pero para que los turistas que vengan a Colombia se vayan con una buena experiencia, necesitamos reforzar nuestro patrimonio cultural. No hay otra manera... Tristemente las personas se interesan por aprender de cocina mexicana, italiana, francesa y hasta japonesa, pero no colombiana... Nos hace falta reconciliarnos con la cocina colombiana, que se respire cocina colombiana por donde vayamos, como pasa en las grandes ciudades gastronómicas del mundo.

PREGUNTA PROBLEMA

¿Cómo narrar desde el periodismo gastronómico la historia de la comida criolla que se come en Bogotá?

JUSTIFICACIÓN

Al hablar de comer, debemos ser conscientes que este es un acto que va mucho más allá de comprar algo en el supermercado, cocinar o pedir algo en un restaurante. El galardonado chef norteamericano Dan Barber, célebre por su concepto de comida sostenible tiene como premisa en su restaurante Blue Hill Farm at Stone Barns “dar un mensaje a través de la comida”. El neoyorkino sostiene que absolutamente todo lo que comemos tiene una historia y el saberla enriquece el acto de comer:

Este tomate que tengo en mi mano demoró tres meses en crecer y estar listo para estar en mi cocina. Por esto lo trato con respeto, porque sé tuvo un precio geológico. Cada tomate, cada zanahoria, cada queso tiene un precio, un precio en el suelo. Cada vez que comemos algo le quitamos vida a la tierra y por lo general los humanos no somos conscientes porque tenemos todo a la mano. Es por eso que en mi restaurante no hay menú, damos a los comensales lista de lo que cosechamos en la semana y les explicamos por qué nuestros tomates o zanahorias son importantes. La gente que viene a Blue Hill Farm at Stone Barns no sólo lo hace para comer, lo hace para hacer un ejercicio de conciencia. (McGinn, 2015).

El ejercicio de conciencia de Barber lo posicionó como el mejor chef de Estados Unidos según la revista Food and Wine en el año 2002 y abrió la ventana para un modo de comer ahora conocido como orgánico, el cual es consciente de que toda la cadena de producción de un alimento converge en la cocina.

Y precisamente la premisa de “dar un mensaje a través de la comida” es la razón de ser de este proyecto de grado. Una reconstrucción de la memoria gastronómica de los platos típicos del altiplano cundiboyacense a través de podcast.

Usme (2010) sostiene que la cocina es una construcción social y que nuestra civilización tiene su núcleo ahí, en la cocina. Pues es desde el descubrimiento del fuego, que el hombre primitivo se concentró con sus pares para calentarse, alimentarse y comunicarse. En este orden de ideas, es pertinente entender que comer no es la mera acción de suministrar energía al cuerpo, sino es un acto de comunicación que permitió la creación de sociedades. Al respecto, el chef y periodista Anthony Bourdain dice que para conocer una cultura hay que meterse a su cocina, husmear en sus ingredientes y entender sus técnicas de preparación. Desde el podcast “Sabores locales” analiza dicha construcción social para convertirla en un relato agradable de escuchar que visibilice la idiosincrasia bogotana desde uno de sus núcleos, el cucharón.

Si bien el periodismo gastronómico es comúnmente asociado a la crítica, porque de ahí proviene, este ha ampliado su espectro a casi todos los géneros: crónica, reportaje, noticia y entrevista. Sigue siendo predominante la columna de opinión cuando de hablar de comida se trata, “Sabores locales” son crónicas que narran las historias detrás de los platos.

INTRODUCCIÓN

Usme (2010) considera que la relación entre el lenguaje, lengua y paladar convergen en la comida; eso significa que desde el momento en el que el hombre primitivo empezó a manipular los alimentos desde la cocción, su comportamiento cotidiano cambió para trabajar alrededor del fuego en comunidad, provocando así un desarrollo en el lenguaje. A esto se le denomina semiótica culinaria.

A partir de este término Sabores Locales abordó la historia algunos de los platos más populares del altiplano cundiboyacense que se comen en Bogotá. Indagando, desde el fogón, las historias y dinámicas sociales que hay detrás de la gastronomía popular, rechazada por muchas personas a consecuencia del proceso de conquista por el que pasó Latinoamérica; en el que se repudió y relegó a toda expresión cultural, plato o alimento considerado no apto por los españoles del siglo XVI.

Con el fin de reducir este rechazo o falta de memoria colectiva hacia lo autóctono surge esta tesis, que por medio de píldoras sonoras pretende reivindicar la historia popular desde uno sus núcleos, el fogón.

REFLEXIONES TEÓRICAS E INVESTIGACIÓN DETRÁS DE SABORES LOCALES

Son muchos los platos que hacen parte del imaginario popular del altiplano cundiboyacense, una tierra rica en nutrientes capaz de dar toda serie de frutas, verduras, hortalizas y tubérculos. Este suelo fue el hogar de los indígenas Muisca, quienes con respeto a la naturaleza basaron su alimentación en preparaciones líquidas a base de papas y hojas. Tras la colonización la forma en la que indígenas y españoles comían se mezcló, en lo que en palabras de Acosta (2018) se denomina un mestizaje culinario.

La mazamorra chiquita, el cocido boyacense, la changua, el chocolate santafereño, la almojábana, el ajiaco y la chicha; fueron los platillos elegidos para trabajar en esa investigación, porque al contar su historia también se narran las dinámicas sociales que vivió el altiplano cundiboyacense desde la época precolombina hasta la actualidad.

Mazamorra

La mazamorra, un revoltijo de cosas e ideas plasmados en una sopa. Es imposible hablar de este plato sin remontarnos a uno de sus ingredientes principales, el maíz. Si bien Restrepo (2012) considera que es incierto el origen del maíz, diferentes estudios arqueológicos documentan que los primeros cultivos datan de hace más de 4.000 años. La importancia de este cereal radica en que es la base de la cultura agrícola indígena y por ende el pilar de la dieta de quienes habitaban Latinoamérica antes de la conquista, afirma Patiño (1990). Los habitantes prehispánicos preparaban bebidas, amasijos, coladas y potajes con los más de 23 tipos de maíz autóctono que había en el momento.

Cada cultura indígena latinoamericana tiene un mito distinto acerca de la creación del maíz. Los aztecas, por ejemplo, afirman que el dios Quatzalcoati se transformó en una hormiga para adentrarse en la tierra y robarle el cereal a las montañas. Por otro lado, según la leyenda Chibcha, Bochica, el dios del sol en esta mitología, creó el maíz con la condición de arrebatarse a todos los indígenas su barba. (Cardona 2011).

La mazamorra como todos los productos derivados del maíz, tal como la arepa y la chicha, son símbolos de los indígenas latinoamericanos. Cardona (2011) relata que este plato es una sopa ancestral que alimentó a los pueblos Quechuas, Incas, Quimbayas, Chibchas, Emberas, entre muchos otros.

Con el descubrimiento de América, la dieta en el Viejo y Nuevo Mundo cambió drásticamente. El maíz fue uno de los primeros alimentos latinoamericanos que se cultivó en Europa. De hecho, para el año 1550 ya había cultivos de este alimento en España, Portugal e Italia, lo que dio lugar a un primer proceso de mestizaje culinario (Restrepo 2012).

Cocido Boyacense

La historia de lo que conocemos hoy como cocido boyacense es un entramado de diferentes historias y relatos que provienen de fuentes muy variadas, tales como investigaciones, leyendas y hasta relatos religiosos. Por un lado, en la investigación de Esteban (2009) sobre el cocido español se concluye que esta preparación tiene sus orígenes en la Adafina. Un plato hebreo muy popular del siglo XV, compuesto por carne de cordero y garbanzos que se cocinaban durante las noches de los viernes para comer durante el Shabat. Al mismo tiempo, Esteban (2008) relata que la cultura judía cuenta que la preparación la inventó Santa Ana, la mamá de la Virgen María.

En ese mismo siglo, la Adafina llegaría a Segovia, España. Allí las personas la adaptaron a sus productos y llamaron a la preparación 'olla podrida cristiana' (Esteban, 2009). A partir de ese momento, este cocido se popularizó en tierras ibéricas y se comía durante el

invierno. Sin embargo, lo que diferenciaba a las clases sociales en la preparación de este plato era la existencia y calidad de proteínas. Además, cada región tenía su versión que variaba entre las legumbres y verduras que se cultivaban.

Si bien, la palabra ‘podrida’ sugiere algo desagradable, este epíteto hace referencia al término ‘*Poderida*’, que significa “olla de los poderes” (Restrepo, 2010). Restrepo (2010) retrata que hacia 1540 se registra el primer escrito en el que se habla de ella. La receta también sería conocida en Francia, para el año 1564 se registró en ese país la ‘*pala Pot-popurri*’, que significa también “olla podrida”.

Durante la época de la Colonia, el pueblo de Villa de Leyva fue el lugar de receso para los virreyes, quienes por supuesto comían olla podrida. La receta no era fácil de replicar en estas tierras, por lo que la preparación sufrió un proceso de mestizaje. El Altiplano cundiboyacense es una tierra que se caracteriza por el cultivo de toda clase de tubérculos y los indígenas de allí solían cocer en agua cubios, papa, chuguas e hibas y comerlo a manera de sopa. Los españoles añadieron esos productos a la preparación, y eliminaron otros como los garbanzos (Restrepo, 2010).

A su vez, Montaña (1994) relata también que durante la Colonia el palto vivió su propio mestizaje. Lo empezaron entonces a consumir tanto nobles como pobres. La receta era casi siempre la misma: cubios, arracacha, yuca, ahuyama, papa y carne importada de Europa si se tenían los medios para comprarla. Al día de hoy, la receta no ha tenido mayor cambio desde la Colonia hasta la fecha.

Chocolate Santafereño

Los primeros registros de la bebida datan del año 1.900 a.C. sobre el uso del chocolate. Watson (2013) cuenta que la cultura Olmeca en México fue la primera en tomar esta bebida. Los indígenas la preparaban haciendo una especie de brebaje a base de semillas de cacao trituradas, agua y especias como el ají. Esta cultura fue la primera que empezó a cultivar este fruto y lo usó para rituales religiosos y tratamientos curativos. La importancia de la semilla era tal, que incluso era usada como moneda.

Con el tiempo, el cacao se popularizó en las tribus indígenas del Yucatán, en donde cada una le daba un uso diferente. Los Oxacas, por ejemplo, fermentaban el grano y hacían una especie de vino, el cual se ofrecía a los guerreros antes de que partieran a sus batallas (Warson, 2013). Por otra parte, el emperador azteca Moctezuma solía tomar 50 tazas de la bebida al día.

La palabra ‘chocolate’ es una adaptación del vocablo ‘*xocolātl*’ que significa: “agua agria”. Coe (1996) sostiene que esta palabra no había aparecido en ningún texto previo a la Conquista española de América. Por lo que afirma que los españoles crearon la palabra al adaptar el término azteca. Tras el descubrimiento de América, Cristobal Colón volvió a tierras europeas cargado de una amplia variedad de productos únicos jamás vistos, entre

ellos el maíz, el tomate y el cacao. A pesar de la grata sorpresa que estos nuevos elementos causaron en la corte de los reyes católicos, este último grano, antes mencionado, no fue bien recibido, debido a su sabor amargo. En 1528, Fray Antonio de Álvaro realizó toda clase de mezclas en el Monasterio de Piedra de Zaragoza en busca de un chocolate apto para los paladares europeos. Después de muchos experimentos fallidos, azúcar, canela y cacao fue la combinación ganadora para estandarizar la receta (Vergara, 1886).

Tovar (2000) sostiene que a partir de ese momento la bebida se hizo popular en las altas esferas españolas. Sin embargo, la Iglesia se disgustó acerca de su consumo, ya que alegaba que era “incitadora y excitante”. Para 1660, la receta del chocolate en España era la siguiente: se mezclaban 28 gramos de chocolate, 57 gramos de azúcar y un cuarto de litro de agua. Se calienta la combinación y se bate hasta hacer espuma (Vergara, 1886).

Además de la fascinante y larga historia que comprende esta bebida, hay que hablar también de los instrumentos con los que se podía preparar. Hacia finales del siglo XVII se empezaron a fabricar las chocolateras, recipientes de base ancha con las que se podía preparar, mezclar y servir el chocolate. Estas ollas se elaboraban originalmente en cobre. Sobre el molinillo, Cárcer (1995) confirma que su origen es mexicano. Los indígenas recolectaban las raíces de los árboles, las secaban y las usaban para batir la bebida de semillas de cacao. Sin embargo, fueron los españoles quienes diseñaron el molinillo como lo conocemos hoy: en madera tallada.

En Colombia, al igual que en México, se daba el cacao pero de una forma silvestre. Según Tovar (2000), fueron los Jesuitas quienes introdujeron la explotación y comercialización de este producto en el Reino de Nueva Granada. Este proceso se vio favorecido gracias a que otros laicos impulsaron el cultivo de caña de azúcar, elemento importante para la elaboración de la pasta de chocolate.

Según Aristizabal (1988), el chocolate santafereño es una herencia colonial y aristocrática, pero la bebida no era la misma que se tomaba en España, esta última se caracterizaba por ser espesa. Para la segunda mitad del siglo XIX, las personas se reunían en las tardes a saborear el chocolate con bizcochos, calados y otras arandelas, entre las que se encontraba el queso de Ubaté (Citado de Gómez, 2007, párra, 45). Para ese momento, era común que los cachacos se reunieran a tomar las onces en casas o cafeterías. El chocolate, además de amenizar reuniones, Holton (1981) —un viajero y cronista inglés— retrató que en las casas se tomaba con pan al desayuno.

En el siglo XIX, con el crecimiento de la producción de las pastillas de chocolate, incrementó el consumo en todas las esferas de la sociedad bogotana. El cronista Cordovez (1899) contó que, incluso en las cárceles, a los presos se les daba chocolate. Sin embargo, la calidad no era la mejor, pues la pasta era hecha de cáscaras de cacao.

Para ese momento, el chocolate ya se había arraigado en la cultura de los bogotanos. Pero las clases más populares, cuenta Trejos (2006), tenían que rendir el cacao con maíz ya que era muy costoso. Esta mezcla se llamó ‘chocula’. Mientras tanto, las familias aristocráticas tenían en sus casas pastillas de chocolate mezclado con canela aromática y vino. Así las cosas, el chocolate, además de ser una bebida popular, era también un producto que podía sugerir la opulencia en un consumidor.

En 1877 se inauguró en Bogotá la Fábrica de Chocolates Chaves, la primera empresa en industrializar la producción de la pastilla de chocolate en el país. Para 1927, en la capital abrieron más de 5 fábricas; lo que hizo que la producción artesanal decreciera (Gómez, 2007). De ahí en adelante, proliferaron diferentes chocolateras en distintas ciudades colombianas. Todas ellas basaron su éxito en la unificación de una receta de calidad, en la que la pastilla no tuviera residuos y fuese fácil de diluir.

Chicha

La chicha es una bebida ancestral que consumían los indígenas latinoamericanos, los cuales tenían predilección por los líquidos, más que por los alimentos sólidos (Izasa, 2002). A pesar de este gusto, ellos no tomaban agua pura, sino que la utilizaban para preparar todo tipo de brebajes fermentados. Restrepo (2005) sostiene que los Muisca de la Meseta cundiboyacense eran grandes consumidores de chicha, una bebida fermentada a base de maíz.

Restrepo (2005) cuenta que la versatilidad del maíz fue la clave para que se convirtiera en el ingrediente clave de la chicha más común del Altiplano cundiboyacense. El cereal, además de tener la capacidad de adaptarse a diferentes pisos térmicos y dar varias cosechas en un año, sus granos podían guardarse y usarse sin importar que estuvieran frescos, secos o que incluso no hubieran terminado su proceso de maduración.

Según Izasa (2002), en la época prehispánica la chicha era considerada una bebida especial, sólo se bebía para celebrar acontecimientos importantes y ceremonias. No era habitual ver indígenas borrachos, como lo narran los cronistas de indias. Tesis corroborada por Ortíz (2018), quien en su condición de portador de origen de la chicha, afirma que los indígenas pasaban por la “*chuma*” al tomar vino amarillo, estado espiritual que genera felicidad.

Durante la Conquista, los españoles referencian esta bebida como “el vino que hacen los indios de su maíz, que embriaga si beben mucho, como el nío” (Restrepo, 2005, pàg, 12). El cartógrafo y conquistador Martín Fernández de Enciso escribió en una de sus cartas hacia España:

“Comen los indios pan de grano de maíz molido y de ellos hacen buen pan, que es de mucho mantenimiento; de esta misma harina de maíz cocida en calderas y tinajas grandes en mucho agua, hacen vino para beber, y es vino de mucha sustancia y de buen sabor. Los llevaban sin comer otra cosa ninguna y con aquello se van a sus labores; los cristianos que están en aquella tierra usan lo mismo y dicen que es la mejor cosa de las que allá hay” (Citado por Ramírez, 1952. Pág, 69).

Por algunos años indígenas y españoles bebieron chicha. Sin embargo, para la época colonial la bebida fue rechazada principalmente por misioneros, quienes inculcaron a los nativos el rechazo a sus creencias y ceremonias, estas incluían por supuesto la ingesta de la bebida (Izasa, 2002).

Si bien este acto religioso dificultó el expendio de la bebida, también fomentó la venta a escondidas del vino amarillo. Circunstancia que llevó en 1658 al presidente de la Real Audiencia, Dionisio Pérez Manrique de Lara, prohibir por primera vez la chicha:

De la bebida de la chicha y las demás que se confeccionan con miel... que no se usen dichas bebidas en la ciudad de Tunja y Santafé...Respecto de estar introducido el uso de esta bebida entre dente de inferior esfera y poco conocimiento de la gravedad tan superior pena como la censura y que lo que se había convertido entre la gente referida en destrucción de sus almas (Izasa, 2002. Pág, 190).

Este veto se levantó en 1703 cuando Andrés de Cortázar, defendió el consumo de la chicha argumentando que la bebida natural era consumida por los indígenas con fines religiosos y su consumo moderado no causaba embriaguez (Campuzano, 1994). Durante época colonial hubo varios intentos de eliminar la producción de vino amarillo, sin embargo esta prevaleció intacta pues los pueblos indígenas siempre la defendieron alegando que hacía parte de su identidad.

Sin embargo, la receta de la chicha era bien sabida por todos en Santafé. Pérez (2015) afirma que debido a esto la ciudad se llenó de chicherías ilegales las cuales eran frecuentemente visitadas por mestizos y españoles. La expansión de estos lugares fue tal, que había chicherías en cada barrio. Manrique (2018) narra que la producción de esta bebida artesanal se convirtió en la manera de sostenerse de las familias de escaso recurso de la capital. Por lo que su familia como muchas en Santafé adecuaron el portón de sus casas para montar chicherías; práctica replicada por iglesias. Izasa (2002) confirma que tras este veto, el consumo del vino amarillo y chicherías empezaron a asociarse como lugares clandestinos para grupos étnicos, clases sociales subordinadas y hasta delincuentes.

Hacia el siglo XIX la receta de la bebida presentaba algunas modificaciones en materia de higiene, Izasa (2002) escribió:

El maíz es bien lavado y machacado y luego envuelto en hojas que se hierven por diez o doce horas hasta que se ablandan. Esta materia pulposa es luego entregada en un cedazo burdo y el mejor cernido es colocado en barriles de diferentes tamaños a los que se añade melaza en distintas cantidades, cuya porción adecuada es conocida por los que hacen la chicha, esta fermenta y a los pocos días está listada para beberse.

Esta receta también refieren que la bebida es doblemente filtrada en barriles. De ellos era posible diferenciar dos tipos de chicha, una con y otra sin sedimentos; la primera era vendida a los españoles y la segunda considerada de menor calidad era vendida a los indios.

Pérez (2015) refiere que durante toda la colonia y la República el estado y la Iglesia combatieron a la chicha sin mayor resultado. Prohibiciones civiles, eclesiásticas, castigos físicos y espirituales, multas, amenazas e incluso la asociación de la ingesta de vino amarillo con enfermedades; fueron algunas de las medidas aplicadas para vetar su consumo. Estas en vez de desincentivar su consumo, lo impulsaron.

Para el siglo XX la chicha era la reina, en Bogotá las personas tomaban más esta bebida que agua. El 9 de abril de 1948 pasaría algo que cambia el rumbo de esta bebida. Tras el asesinato de Jorge Eliécer Gaitán, una turba enardecida y borracha dejó más de 3.000 personas fallecidas y 150 edificios destruidos en el centro de la capital. El gobierno de Mariano Ospina culpó a la chicha de emborrachar y hacer perder el control de las personas. El vino amarillo fue nuevamente vetado, esta vez por el Ministro de Salud Jorge Bejarano. Quien prohibió la fabricación de chicha que no fuera pasteurizada ni embotellada en un envase de vidrio (El Tiempo, 2002). Este fue un golpe rotundo para la cultura indígena que veía la ingesta de la chicha como un ritual; la medida también disminuyó los ingresos de las familias productoras de la bebida, fomentando también la pérdida de tierras. Cabe recordar, que durante ese tiempo la empresa cervecera Bavaria buscaba hacerse un campo en los colombianos. La prohibición rigió hasta 1991 y dejó como resultado el cierre de ciento de chicherías en Bogotá.

La chicha, una de los pocos alimentos que no han tenido cambios significativos en 2 siglos, ha pasado de ser un problema "de moral y de salud", como afirma Alape (2006), a convertirse en símbolo histórico de identidad de la cultura popular de la capital del país, así como lo son símbolos nacionales, la champaña en Francia, la cerveza en Alemania y el vodka en Rusia. Por su parte, Restrepo (2012) sostiene que la presencia del vino amarillo es un soporte de la identidad indígena, que no se puede perder.

Changua

La changua, el desayuno bogotano por excelencia, es un plato mestizo. Así lo afirma Julio Ríos, dueño del restaurante Las Margaritas. Y es que muchos de los ingredientes de esta sopa para el desayuno son españoles y llegaron a Latinoamérica en el Reinado de Fernando Aragón. “El cilantro lo trajeron ellos, el pan de trigo también, la leche también la trajeron porque aquí no había ganado vacuno, ni tampoco teníamos cebolla”, (citado por Gonzales, 2015, párr. 15).

Gonzales (2015) resalta que si bien muchos de los ingredientes de la changua son españoles, el cilantro por su parte es árabe. Por lo que abre la puerta a un proceso previo de mestizaje entre árabes y españoles, influencias que persistieron en el pueblo ibérico. Si bien esta sopa está casi extinta en Europa, hay una preparación bastante similar a la que se podría llamar el abuelo de la changua. Duque (2017) afirma que se trata del la açorda a alentejana, una sopa típica de Alentejo, una región en el sur de Portugal. La sopa que solo se come en semana santa, trae bacalao, pan, cilantro, ajo y huevos.

Si bien no hay una historia establecida que de a saber cómo llegó a Bogotá la changua, si se sabe que los españoles trajeron el nuevo mundo una sopa de leche, la cual los indígenas bautizaron Changua. Sin embargo, Bogotá no es la única ciudad del país en la que se consigue este platillo, en el departamento de Santander tiene una versión de changua. La preparación es diferente en la medida que tiene papa en vez de calao y no lleva queso.

González (2015) afirma que la lucha por darle un lugar a la changua ha sido larga. No fue hasta el año 2000 que la palabra se agregó al diccionario de la Real Academia Española, tras una lucha del escritor Juan Gustavo Cobo, que según él es de origen Chibcha y que además significa: Persona siniestra o malgeniana.

La changua es un plato de amores y odios, así lo relata el periodista Daniel Samper, quien escribió en defensa de esta sopa: “Yo también pienso que la changua es un símbolo gastronómico del antiguo reino de los chibchas, Pero un espléndido símbolo, un plato delicioso y nutritivo en cuyo fondo ondea la tricolor bandera atraesada por el águila negra de Bogotá y un par de quimbas boyacenses..” (Citado de Samper, 2007, párra. 2).

Almojábana

El popular amasijo que tiene sus orígenes en la cultura árabe, es palabras de Barrera (2018) es una receta tan mestiza como los bogotanos. Romero (1996) dice que el término almojábana es de origen hispanoárabe y proviene de la palabra Mugabbana: torta o buñuelo de queso, derivado del árabe gubn, que significa queso. Sin embargo, Restrepo (2016) sostiene que el vocablo al-mo-gebene, significa quesadilla.

La quesada, se encuentra incluso en libros de cocina española del siglo XVII. La receta española señala que el amasijo debe hacerse con harina de trigo, mientras que la versión colombiana aclara que es con harina de maíz. Domingo (1981) refiere a la almojábana como un pastel redondo y delgado, que trae cuajada, huevo y harina. Olivero (2014) retrata que la realización de la almojábana es un proceso artesanal, la mezcla se hace y se hace a mano. La forma de amasijo por lo general redonda, varía depende el lugar de producción.

Con la llegada de los conquistadores a América arribó a Colombia la preparación. Restrepo (2016) consigna que los españoles trajeron consigo la industria panadera al país. Para esto importaron semillas de trigo, impusieron su cultivo, e instalaron molinos para la producción de harina, para así abastecerse de pan y hostias. También, trajeron vacas al nuevo mundo para la producción de leche, queso, cuajada y mantequilla.

Restrepo (2016) dice que la receta de la almojábana pudo haber sido traída por monjas, quienes preparaban colaciones en sus conventos. La receta se hizo popular y llegó a manos de indígenas, quienes le quitaron de la receta la miel y la canela, y cambiaron la harina de trigo por maíz. Para la época colonial, ya era costumbre en las casas ofrecer a sus visitas panes y almojábanas, o comerlas en el desayuno con chocolate.

Uno de los lugares más representativo por su producción de almojábana en el altiplano cundiboyacense, es en el municipio de Soacha, tierra de indígenas muiscas. El lugar también era corredor obligatorio de los españoles que viajaban a interior del país. Restrepo (2016) comenta que para el año 1558 el municipio era conocido por ser el lugar de descanso de los nobles y virreyes. En medio del intercambio cultural producto de la conquista, llegaría a Soacha la receta de la almojábana, en donde se inauguraron las primeras industrias artesanales de garullas y almojábanas (Restrepo, 2016). Al respecto Barrera (2018) dice que es esta industria artesanal la que levantó y ayudó a progresar a sus habitantes.

Ajiaco

El ajiaco es un plato latinoamericano muy antiguo, este lo cocinan en Chile, Cuba, Argentina, Bolivia, entre otros. Esta preparación es muy similar en todos los países de la región excepto Colombia. En Cuba, por ejemplo, se describe así: “Ajiaco: plato muy estimado y frecuentemente servido en las mesas cubanas. Consiste en carne de puerco o tasajo, esto es: carne salada, de vaca, y lo que vulgarmente se llama “viandas”, yuca, ñame, boniato, plátano, calabaza, maíz tierno, con abundoso y nutritivo caldo”. (citado por Restrepo y Saavedra, 2007, párra. 7).

Según Acosta (2018), el ajiaco es plato mestizo, que tiene sus orígenes en los potajes y sopas de hojas que comían los indígenas muiscas. *“Ellos (los muiscas) parecen frágiles precisados a una exacta abstinencia de carnes, alimentándose de un insubstancial ajiaco (ese es el nombre de la comida) o de una insípida mazamorra compuesta de turmas y harina de maíz o panizo, molido a brazo y hecho de una masa de sémola... Los blancos o cosecheros de comodidad y riqueza acostumbran matar un novillo, toro o vaca, la carne la conservan para mezclar con el ajiaco”*, escribió Joaquín de Finestrada, un monje capuchino que llegó a Santafé de Bogotá en 1789. (Finestrada; González 2000. p.136).

En el año 1790 al médico Antonio Froes en 1790 se le ordenó estudiar “el reglamento de alimentos” que regía en los hospitales de Cuba, con el fin de saber si era adaptable al Hospital San Juan de Dios, ubicado en Santafé:

Froes indica en el plan de dieta de Santafé cómo la cantidad y la calidad de los alimentos suministrados a los enfermos contribuiría a su curación y restablecimiento, pues de poco serviría la presencia de un médico que curara sin un buen alimento. Entre sus instrucciones, Froes recetó dar a los enfermos de cenar ¼ de pollo en ajiaco de arracacha. (Restrepo y Saavedra, 2007).

La receta probada por Froes no sólo curó a los enfermos del Hospital San Juan de Dios, también se hizo popular en la Santafé. Durante el siglo XIX Colombia fue visitada por numerosos extranjeros que dejaron escritas sus impresiones del país. El viajero francés Jean Baptiste Boussingault relató hacia los años veinte.

Los artesanos, no muy numerosos, y los campesinos se alimentaban especialmente de ajiaco, que es una mezcla de carne de res o de oveja, cortada finamente y cocida con papas y sazónada con agua y cebollas. La cocción es rápida debido a los pequeños pedazos de

carne, en menos de un cuarto de hora el ajiaco está listo, es una sopa muy buena. (Espinosa; Huertas, 2014, párra.5).

Por su parte, Duque, (2008) afirma que en Bogotá el plato se había consolidado para ocasiones especiales. Una de ellas es la celebración del Corpus Christi. en la que se vendía ajiaco junto con otros platos alrededor de la iglesia de la tercera, hacia 1840 esta sopa de papa con gallina era casi seguro para las cenas navideñas.

En 1893 se registra una receta del ajiaco, esta es la primera que figura en un recetario. Salió en un libro sobre cocina española y colombiana llamado: “El industrial del coadjutor: tesoro de recetas sobre cocina española, cocina bogotana, confitería y repostería al uso español y americano; licorería, medicina, higiene y economía doméstica” (Duque, 2008, párra 17). La receta se llama ajiaco de uña, y contiene guineos (plátanos verdes) y no menciona ningún tipo de carne.

Para la primera mitad del siglo siguiente la situación no cambió mucho, esto cambió en 1923, cuando una nueva receta indica que el ajiaco se prepara agregándole mucho ají picante y hogao. Para la década del 50, los recetarios decían que el ajiaco se preparaba con arvejas y podía ser con carne de cerdo o con pollo. En esa misma época hay otro recetario, probablemente basado en un manuscrito más antiguo, en el que el ajiaco está con el nombre de sopa de papas. (El Espectador, 2017)

Pero no fue hasta 1937 que esta popular sopa apareció en un libro de cocina y por ende se logró establecer una receta oficial. “La Minuta del Buen Comer”, libro escrito por Fenita de Hollmann, narra así el ajiaco:

Se hacen cuatro litros de buen caldo en el cual se cuece el pollo, cuando el caldo está hirviendo se le ponen cuatro libras de papa paramuna cortada en tajadas gruesas (sin lavarlas) y dos libras de papa criolla, se deja hervir hasta que espese, se le agrega el pollo desflecado, las alcaparras y antes de servirlo tres cucharadas de crema. (Hollmann, 1937, p.54)

En la receta, resulta novedosa la indicación de dos clases de papa y el uso de alcaparras y crema de leche, guarniciones indispensables hoy en día. Sin embargo, en la receta de Hollmann las guascas no aparecen. De hecho, la receta que conocemos hoy se estableció hacia la década de los 70. Sin embargo, entre 1930 a 1970 fueron varios los recetarios que incluyeron al ajiaco con diversas variaciones. (Duque, 2008)

METODOLOGÍA

Sabores locales cuenta la etimología, historias y dinámicas sociales de los platos típicos más populares que se comen en el altiplano cundiboyacense y en Bogotá a través de sus protagonistas, privilegiando a la crónica como formato de abordaje. En cada capítulo, se contarán las grandes y pequeñas historias detrás de los platos que se identifican como tradicionales en la ciudad.

Así las cosas, se plantea que el alcance de este trabajo de grado sea descriptivo en todos y cada uno de los objetos de estudio, puesto a que según Vasallo de Lopes (1999) este tipo de

investigación envuelve operaciones analíticas de la formación de evidencias empíricas, en lo que se denomina un proceso de reconstrucción de la realidad de un objeto ya estudiado, en este caso, plato. Valiéndose de la etnografía, la documentación historiográfica y el análisis de contenido para realizar esta investigación.

La observación participativa en las cocinas y servicios de restaurantes, el registro fotográfico de las entrevistas y rituales al comer y cocinar; así como también la revisión documental y el registro de notas, harán parte de la metodología para investigar en Sabores Locales.

Sin embargo, la entrevista será el método más usado en el desarrollo de Sabores Locales, pues al tratarse de una serie de crónicas radiales, los relatos reconstruirán la historia de los platos a tratar en cada capítulo. Las entrevistas se dividirán principalmente en dos tipos de fuentes: la primaria hace referencia a las personas que están envueltas en las dinámicas de los platos tales como: consumidores del producto, cocineros, vendedores, entre otros; la fuente secundaria, incluirá a filólogos, antropólogos, historiadores y todo tipo de expertos sobre los temas a tratar en cada capítulo. Las entrevistas serán de formato no estructurado, puesto a que se busca que en cada una de ellas el entrevistado haga un relato vivencial sobre el plato. Razón por la cual las entrevistas se dividirán en tres ejes temáticos: historia del plato, lugares y personas e ingredientes y variaciones la receta.

Otra de las técnicas de investigación a trabajar es la observación directa y participante, definida por Díaz (2010) como la contemplación de un grupo social en el que el investigador interfiere en la cotidianidad, con el propósito de conseguir información. El método a aplicar no es estructurado, por lo que como herramienta de observación no habrá más que un cuaderno de apuntes y la grabadora periodística. Con el fin de relatar en los episodios de la forma más fiel posible las dinámicas sociales en las que los objetos de estudio están expuestos, la observación se hará en campo, es decir, en la ciudad.

Por su parte, la investigación previa al trabajo de campo se refiere a toda la documentación seleccionada hasta la fecha, que incluye diversos estudios, libros, revistas, programas de radio, televisión, entrevistas y artículos. Todos plasmados en este anteproyecto.

Sobre la producción “Sabores Locales”, las herramientas a usar en la creación de este podcast son: grabadora periodística, estudio de grabación, micrófono, audífonos y un ordenador con el programa de edición de audio Audition.

CONCLUSIONES

Dicen que investigar y contar la historia es ejercicio de autodescubrimiento, con esa frase puedo decir a grosso modo lo que aprendí al realizar esta tesis de grado. Ya que, con seguridad, puedo afirmar que al menos uno de los platos trabajados en Sabores Locales hace parte de la memoria culinaria de quienes habitan en Bogotá.

Al hacer la búsqueda historiográfica para los podcast comprendí una parte de la historia marginal de la ciudad, de esa que no se habla mucho, pero sí define la historia de un pueblo subyugado que resiste desde la comida.

Y es que quién no se resiste a uno de los placeres más mundanos que es comer. Con esa premisa Sabores Locales se dedicó a hacer un trabajo de memoria desde la gastronomía. Sí quién leyó y escuchó este trabajo de grado aprendió algo sobre su historia desde un plato que lleva comiendo por años, puedo decir que alcancé el objetivo plasmado en el inicio de este documento.

BIBLIOGRAFÍA

1. A vivir que son dos días. (26 de julio de 2017). “*La bendita*”, *el museo de la chicha*. Caracol Radio, Recuperado de: http://caracol.com.co/programa/2017/06/26/a_vivir_que_son_dos_dias/1498487117_615713.html
2. ABC de España. (2017), *La patata, el «invento del diablo» que acabó con las hambrunas en Prusia y Francia*. Recuperado de: http://www.abc.es/ciencia/abcipatata-invento-diablo-acabo-hambrunas-prusia-y-francia-201704211331_noticia.html
3. Acosta, L. (2018, Marzo 13). Entrevista a Luisa Acosta – Comida popular y cultura criolla.
4. *Adafina*. (n.d.). Real Academia Española (2017 Ed.). Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=0gZBEoe>
5. *Ajiaco*. (n.d.). Real Academia Española (2017 Ed.). Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=1NPEqWT>
6. Álape, A. (2006), *La chicha*. Revista Semana. Recuperado de: <http://www.semana.com/especiales/articulo/la-chicha/79556-3>
7. Almandoz, A. (2009). *Modernización, urbanización y desarrollo en América Latina*. Nueva York, Estados Unidos, Routledge.
8. *Almojábana*. (n.d.). Real Academia Española (2017 Ed.). Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=BQuzO10>
9. Aristizabal, H. (1988), *Las tres Tazas “De Santafé a Bogotá, a través del cuadro de costumbres*. Banco de la República. Recuperado de: https://publicaciones.banrepcultural.org/index.php/boletin_cultural/article/view/2794/2874
10. Bolea, A. (2013). Oportunidades y desafíos de la radio en la era digital. *adComunica. Revista de Estrategias, Tendencias e Innovación en Comunicación. Volúmen (5)*, p. 19-22.
11. Campuzano, M. (1994), *La chicha, una bebida fermentada a través de la historia*, Bogotá, Colombia. ICAN Colcultura.
12. Caracol Radio (2014). Almojábanas y garullas, patrimonio cultural de Soacha. Recuperado de: http://caracol.com.co/radio/2014/08/04/bogota/1407148080_352209.html
13. Caracol Radio. (19 de septiembre de 2017), *Leonor Espinosa gana premio internacional por trabajo a favor de los indígenas. El premio “Basque Culinary*

- World Prize*” se entrega a chefs de todo el mundo que tengan iniciativas transformadoras que construyan un mundo mejor. Recuperado de: http://caracol.com.co/programa/2017/07/18/dos_y_punto/1500414176_889620.html
14. Caracol Radio. (2017), *¿Ha tomado chicha?, conozca el verdadero significado de la palabra que bautiza la bebida*. Recuperado de: http://caracol.com.co/programa/2017/08/08/dos_y_punto/1502164901_104779.html
 15. Caracol Radio. (2017), *Sobrebarriga y ajiaco, algunos de los platos que probará el papa en Bogotá*. Recuperado de: http://caracol.com.co/emisora/2017/08/18/bogota/1503069037_558362.html
 16. Caracol Radio. (9 de octubre de 2015), Este fin de semana se realizará Festival de la Chicha. Recuperado de: http://caracol.com.co/emisora/2015/10/09/bogota/1444363956_456486.html
 17. Carbajal, P. (2009). *Digo la mazamorra*. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=HxxBC6ZDv7s>
 18. Cárcer, M. (1995), *Apuntes para la historia de la transculturación Indoespañola*, México DF, México, Universidad Nacional Autónoma de México.
 19. Cardona, A. (2011). La mazamorra: símbolo indoamericano. El Diario. Recuperado de: <http://www.eldiario.com.co/seccion/CULTURA/la-mazamorra-s-mbolo-indoamericano110416.html>
 20. Cartay, R. (1988). *La mesa de la meseta, Historia gastronómica de Mérida*. Caracas, Venezuela, Editorial Venezuela.
 21. *Changua*. (n.d.). Real Academia Española (2017 Ed.). Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=1NPEqWT>
 22. *Chicha*. (n.d.). Real Academia Española (2017 Ed.). Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=8iTLiDO|8iTzLVT|8iUgK59>
 23. *Chocolate*. (n.d.). Real Academia Española (2017 Ed.). Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=8wy33KW>
 24. Clark, R. (1987), *A Palate in Revolution: Grimod de la Reynière and the Almanach Des Gourmands*, Londres, Inglaterra, Illustrated Edition.
 25. *Cocido*. (n.d.). Real Academia Española (2017 Ed.). Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=9akJCJ7>
 26. Coe, M. (1996), *The true history of the chocolate*. Londres, Inglaterra, Thomas & Hudson.
 27. Cordovez, J. (1899), *Reminiscencias de Santafé y Bogotá*. Recuperado de: http://www.ellibrototal.com/ltotal/?t=1&d=6312_6081_1_1_6312
 28. Damrosch, B. (2013), *Galinsoga is ajiaco's secret ingredient*. Washington Post. Recuperado de: https://www.washingtonpost.com/lifestyle/home/galinsoga-is-ajiacos-secret-ingredient/2013/10/08/7be6b4d8-2966-11e3-b141-298f46539716_story.html?utm_term=.c2e4d4426807
 29. De certau, M. Et ai. (1999) *La invención de lo cotidiano 2: Habitar, cocinar*. Recuperado de:
 30. De la Granja, F. (1960). *La cocina árabe andaluza según un manuscrito inédito*, Madrid, España. Facultad de Filosofía y letras.
 31. Decreto festival de la chicha <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Normal.jsp?i=14040>

32. Díaz Sanjuan, L. (2010), *La observación como método científico*. México DF, México, Facultad de psicología Universidad Nacional Autónoma de México.
33. Domingo, X. (1981). La mesa del buscón. En homenaje a Don Francisco de Quevedo y Villegas con ocasión de su centenario. Barcelona, España. Tusquets Editores.
34. Doña Gula. (17 de enero de 2014). *El primer periodista gastronómico*. El Espectador. Recuperado de: <http://www.elespectador.com/opinion/el-primer-periodista-gastronomico-columna-469363>
35. Duque, C. (2017). *açorda a alentejana, la sopa portuguesa de pan, bacalao y cilantro*. Recuperado de: <http://www.mercadocalabajio.com/2017/03/acorda-alentejana-la-sopa-portuguesa-de.html>
36. Duque, J; Van, S. (abril 2008). Los ajiacos colombianos. *Revista de Estudios Sociales. Volumen* (29), p. 158-165. Recuperada de: <http://www.scielo.org.co/pdf/res/n29/n29a11.pdf>
37. El campesino. (2015). Los amasijos: una historia deliciosa. Recuperado de: <https://www.elcampesino.co/los-amasijos-una-historia-deliciosa/>
38. El Espectador. (18 de noviembre de 2017). *¿Qué debe tener un buen ajiaco santafereño?* Recuperado de <https://www.elespectador.com/noticias/bogota/que-debe-tener-un-buen-ajiaco-santafereno-articulo-723765>
39. El Espectador. (27 de julio de 2017) *En Bogotá hay un museo dedicado a la chicha*. Recuperado de: <http://www.elespectador.com/noticias/bogota/en-bogota-hay-un-museo-dedicado-la-chicha-articulo-705377>
40. El Tiempo. (1 de marzo de 2001). *Ajiaco, patrimonio cultural*. Recuperado de: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-601347>
41. El tiempo. (2002), *La agridulce historia de la chicha*. Recuperado de: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-1339336>
42. El Tiempo. (2010, septiembre 2). *El antropólogo Julián Estrada, anarquista culinario. Homenaje a su vida y su trayectoria en el Congreso Gastronómico de Popayán*. Recuperado de: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-7890684>
43. El tiempo. (4 de marzo de 2006), *El ajiaco, delicioso embajador*. Recuperado de: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-1936717>
44. Erlandsen, M. (2011). *¿Qué es un podcast y cómo funciona?* Recuperado de: <https://www.guioteca.com/internet/%C2%BFque-es-un-podcast-y-como-funciona/>
45. Espinosa, J; Huertas, C (23 de febrero 2014). *Tras un plato de ajiaco en Bogotá*. El tiempo. Recuperado de: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-13547795>
46. Esteban, J. (2009), *Breviario del cocido*, Madrid, España, Reino de Cordelia.
47. Fernández Arenas, J. (1988), *Arte efímero y espacio estético*. Barcelona, España, Anthropos.
48. Finestrada, J; Gonzáles, M (2000), *El vasallo instruido en el estado del nuevo reino de Granada y en sus respectivas obligaciones*. Bogotá, Colombia, Universidad Nacional de Colombia.

49. Fried, A., Gelb, D., Nishimura, L., Weaver, M. (productores) McGinn, B. (director). (2015). *Chef's table* [Serie documental]. EU.: Netflix. Recuperado de: <https://www.netflix.com/co/title/80007945>
50. Gómez, P; Porras, M. (2007), *El caso particular de una costumbre Santafereña*, Bogotá, Colombia. Alcaldía Mayor de Bogotá.
51. Gonzáles, M. (2010). La ciberradio. La nueva alternativa de futuro para la radio. *Revista Estudios de Juventud. Volúmen, (88)*, p. 51-62.
52. González, D. (2015). Apología a la changua. Las 2 Orillas. Recuperado de: <https://www.las2orillas.co/apologia-de-la-changua/>
53. González, L. (1997). *Otra invitación a la microhistoria*. México DF, México, Fondo de cultura.
54. Gray, C. (2014). How to podcast: a beginners guide to podcasting. Recuperado de: <https://www.thepodcasthost.com/podcraft-podcast/beginners-podcasting/0-welcome-to-podschool/>
55. Guzmán, D. (1 de mayo de 2016). *El chef Iwao Komiyama convirtió el ajiaco en un rollo de sushi*. Cívico. Recuperado de: <http://www.civico.com/bogota/noticias/el-chef-iwao-komiyama-convirtio-el-ajiaco-en-un-rollo-de-sushi>
56. Hammersley, B. (2004). *Audible Revolution*. The Guardian. Recuperado de: <https://www.theguardian.com/media/2004/feb/12/broadcasting.digitalmedia>
57. Hollmann, F. (1937), *Minuta del buen comer*, Bogotá, Colombia.
58. Holton, I. (1857), *La nueva Granada: Veinte meses en los Andes*, Bogotá, Colombia, Banco de la República.
59. https://monoskop.org/images/1/1c/De_Certeau_Giard_Mayol_La_invenccion_de_lo_cotidiano_2_Habitar_cocinar.pdf
60. Hugoleronrojito. (2016), *Los 5 restaurantes en Bogotá para degustar el mejor ajiaco santafereño*. El tiempo. Recuperado de: <http://blogs.eltiempo.com/para-donde-va/2016/11/26/los-5-restaurantes-en-bogota-para-degustar-el-mejor-ajiaco-santafereno/>
61. Isaza, O; Saade, M (2002), *La ciudad en cuarentena. Chicha, patología social y profilaxis*, Bogotá, Colombia, Ministerio de Cultura.
62. Jiménez, F. (27 de enero de 2016). *Cultura Alimentaria. Comenzando a ser comunicador gastronómico en Colombia*. Gastro culinary. Recuperado de: <http://www.gastroculinary.com/comenzando-a-ser-comunicador-gastronomico-en-colombia/>
63. Kien y Ke. (2017), *Bogotá se prepara para celebrar el día del ajiaco santafereño*. Recuperado de: <https://www.kienyke.com/noticias/bogota-ajiaco-santafereno>
64. KroeBer. A; KlucKhoh, C. (1952). *A critical review of concepts and definitions: the most generic sense of the word "culture"*, New York, United States of America.
65. La Montagne. (4 de agosto de 2017), *Les Contes à manger ont regalé le public à Arches et à Mauriac*. Recuperado de: http://www.lamontagne.fr/mauriac/loisirs/art-litterature/2017/08/04/les-contes-a-manger-ont-regale-le-public-a-arches-et-a-mauriac_12506484.html
66. Lobera de Ávila, L. (1996), *El Banquete de los Nobles Caballeros*. Tomo XI. Avila, R&B.

67. Luján, N. (1997), *Historia de la Gastronomía*. Madrid, España, Folio.
68. Mazamorra. (n.d.). Real Academia Española (2017 Ed.). Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=OgXPYjR>
69. Meneses, M. (2007), *En torno al Periodismo especializado. Consensos y disensos conceptuales*. Recuperado de: <https://ddd.uab.cat/pub/analisi/02112175n35/02112175n35p137.pdf>
70. Montaña, A. (1994), *El sabor de Colombia*, Bogotá. Colombia, Villegas Editores.
71. Moreno, L. (2008). Diccionario de voces culinarias. Bogotá, Colombia, Universidad Externado de Colombia.
72. Neuberger, R. (2012), *O rádio na era da convergência das mídias*, Cruz das Almas, Brasil.
73. Olivero, N. (productor) Oliveros, N; Martín, C. (directores). (2014). Los Puros Criollos: Amasijos (Temporada 3) [Serie]. Colombia.: Producción: Néstor Olivero Machado. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=gmZKXxvBgAc>
74. Patiño, V. (1990), *Historia de la cultura material en la america quinoccial*. Bogotá, Colombia, Instituto Caro y Cuervo
75. Patiño, V. (1990). Historia de la cultura material en la América Equinoccial. Bogotá, Colombia. Instituto Caro y Cuervo.
76. Pérez, L. (2015), *La chicha salió del closet*. Revista Nova et Vetera. Volumen, (1). Bogotá, Colombia. Universidad del Rosario.
77. Price, D. (1995) “Energy and human evolution”, en *El Diario de Estudios Interdisciplinarios*, Cornell University, EE.UU.
78. Rafaeli, S. (1988). *Interactivity: From new media to communication*. Recuperado de: [http://www.academia.edu/533664/Interactivity From new media to communication](http://www.academia.edu/533664/Interactivity_From_new_media_to_communication)
79. Ramírez, P. (1952). *Diccionario Indio del Gran Tolima*. Bogotá, Colombia. Editorial Minerva
80. Ramos, J. (2015) *Marketing con podcast*. Recuperado de: <https://play.google.com/books/reader?id=XHeZCwAAQBAJ&printsec=frontcover&output=reader&hl=es&pg=GBS.PT7>
81. Restrepo, C; Saavedra, H. (2008), Histórico ajiaco. *Revista Agenda Cultural Alma Máter*. Universidad de Antioquia. Volumen (150) Recuperado de <https://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/almamater/article/viewFile/13840/12278>
82. Restrepo, C. (2005), *La alimentación en la vida cotidiana del Colegio Mayor de Nuestra Señora del Rosario*. Bogotá, Colombia, Universidad del Rosario
83. Restrepo, C. (2010), *Historia del cocido boyacense, una receta que perdura*. Recuperado de: <https://www.historiacocina.com/historia/articulos/puchero.htm>
84. Restrepo, C. (2012), *Historia de la chicha, la cerveza andina*. Historia de la cocina y la gastronomía. Recuperado de: <https://www.historiacocina.com/es/historia-de-la-chicha>
85. Restrepo, C. (2012). Historia del maíz y las arepas de choclo en Colombia. Recuperado de: <https://www.historiacocina.com/es/arepa>

86. Restrepo, C. (2016). La famosa almojábana de Soacha y su historia. Historia de la cocina y gastronomía. Recuperado de:
<https://www.historiacocina.com/es/almojabana-de-soacha>
87. Revista Semana. (marzo de 2006), ¡Ajiaco, por favor! Recuperado de:
<http://www.semana.com/por-clasificar/recuadro/ajiaco-favor/128804-3>
88. Rivera, J. (1995), *El periodismo cultural*. Bogotá, Colombia, Paidós.
89. Rojas, A. (2017). Hay un nuevo podcast en el vecindario. El Espectador. Recuperado de: <https://www.elespectador.com/tecnologia/hay-un-nuevo-podcast-en-el-vecindario-articulo-685928>
90. Rojas, L. (1994), *Cocina prehispánica*, Bogotá, Colombia, Voluntad.
91. Romero, P. (1996). Almojábanas de Albarracín en la literatura de García Márquez.
92. Samper, D. (2007). *Defensa de la changua*. Geografía cultural de Boyacá.
Recuperado de:
http://www.boyacacultural.com/index.php?option=com_content&view=article&id=211&Itemid=55
93. Sancho. (2017), *Ay, doña Elvira/ El caldero*. El tiempo. Recuperado de:
<http://www.eltiempo.com/cultura/gastronomia/ay-dona-elvira-el-caldero-154694>
94. Serna, J. & Anacleto, P. (2000), *Cómo se escribe la microhistoria. Ensayo sobre Carlo Ginzburg*. Madrid, España, Cátedra.
95. Symons, M. (2004), *A History of Cooks and Cooking*. University of Illinois Press, United States Of America.
96. Tovar, H. (2000), *El cacao en la sociedad colonial*. Recista Credencial
97. Trejos, L. (2006), *Las fiestas y diversiones de antaño*. Recuperado de:
<http://bitacoradebogota.blogspot.com.co/2006/10/las-fiestas-y-diversiones-de-antao.html>
98. Usme, Z. (2010). *Comida, texto y cultura. Recetario para una semiótica culinaria*. Bogotá, Colombia.
99. Vasallo de Lopes, M. (1999). La investigación de la comunicación: cuestiones epistemológicas, teóricas y metodológicas. *Diálogos de la comunicación*, (56), 12-27.
100. Vergara, M. (1886), *Las tres tazas*, Bogotá, Colombia, Minerva.
101. Washington Post. (1 de marzo de 2006), *Ajiaco Bogotano (Chicken and potato soup)*. Recuperado de: https://www.washingtonpost.com/recipes/ajiaco-bogotano-chicken-and-potato-soup/7309/?utm_term=.706dec64663d
102. Watson, T. (2013), *Earliest evidence of chocolate in North America*. Science Magazine. Recuperado de: <http://www.sciencemag.org/news/2013/01/earliest-evidence-chocolate-north-america>
103. Weyrich, L. S; Soubrier, J; Arriola, L. (2017) *Neanderthal Behaviour, diet and disease Inferred from ancient DNA in dental calculus*. New York, United States of America, Nature.

ANEXOS

Libreto Ajiaco

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla de entrada		
Mónica	<p>Bienvenidos a Sabores Locales.</p> <p>En el programa de hoy nos vamos a almorzar. Entre ollas y fogones husmearemos el pasado de una de las sopas más queridas por los bogotanos.</p> <p>Soy Mónica Acosta y los invito a conocer la historia del ajiaco santafereño. Una sopa de papa y pollo que levanta muertos y tiene cientos de anécdotas por contarnos.</p>		
Efecto	Cortinilla/ Música Criolla		
Rafael	<p>En honor de un gran cachaco El sin par Raimundo Rivas Pretendo con ansias vivas Dar el lunes un ajiaco. Hora nona, puro saco, Concurso santafereño Que elimina todo ceño Feliz fuera yo sin tasa Teniendo a usted en mí casa ¿Podré lograr este empeño?</p>		
Mónica	Con este poema, a mediados del siglo XX, Don José María Restrepo, un ilustre cacacho. Invitó a sus compañeros de trabajo a almorzar ajiaco, una sopa que está en la memoria de todos bogotanos.		
Efecto	Cortinilla para vox populi		
Turista	El ajiaco es divino. Lleva pollo, papa, crema, alcaparra, maíz. Es divino	0.00	148
Transeúnte	Es el plato típico de Bogotá. Que yo recuerde siempre mi mamá me hace ajiaco. Mi abuelita siempre me hace.	0.00	152
Transeúnte	Es como una crema.	0.00	158
Universitarios	Es una comida tradicional. Sé que es lo más rico cuando uno está viajando y echando ríe.	0.00	174
Transeúnte	Es un preparativo, es una sopa que viene de los antepasados y sirve cuando se emborracha y amanece con guayabo.	1.00	147
Transeúnte	El ajiaco es de Bogotá, es santafereño. Es una mezcla de papas con mazorca, alcaparras, una mata que no me acuerdo el nombre y pollo.	0.00	177

Vendedora ambulante	El ajiaco Bogotano lleva el sabor de la guasca. El ajiaco sin guasca no es ajiaco. Un legítimo ajiaco lleva alcaparras, crema de leche, pollo desmenuzado.	1.47	149
Colombiana radicada en USA	Era una cosa que se comía mucho en la casa, con pollo, maíz y guascas. Yo que vivo fuera he intentado hacerla varias veces, pero no queda igual. Creo que es una sopa de la cordillera, que satisface a la gente.	0.35	166
Argentino residente en Bogotá	Me gusta el ajiaco, menos el cilantro	0.12	176
Transeúnte	Hay ajiaco en varias regiones de Latinoamérica.	0.00	172
Mónica	Así es, el ajiaco es un plato latinoamericano muy antiguo. Hay versiones de este plato en Chile, Cuba y Argentina. En todos los países la receta es diferente. En Cuba, por ejemplo, se hace con carne de cerdo, yuca, plátano, auyama y mazorca.		
Transeúnte	Es una comida tradicional de Bogotá. Yo creo que es de aquí de Bogotá y Cundinamarca.	0.00	173
Transeúnte	El ajiaco es de Bogotá, es santafereño.	0.00	177
Mónica	La verdad, es que el ajiaco santafereño es una receta modificada del cubano. Pero ¿cómo nació?		
Carlos Sabogal	Yo creo que el ajiaco nace accidentalmente como todos los buenos inventos. Estaban haciendo un caldo de papa y se les diluyó y apareció mágicamente el ajiaco.	6.50	147
Mónica	Diana Hernández, promotora de cultura del Instituto de recreación y deporte nos cuenta un poco de la historia del ajiaco		
Diana Hernández. IDRD	Este tiene su raíz en los muiscas. Ellos recogían todo lo que daba la tierra en una olla y eso era lo que se consumían. Cuando llegan los españoles y ellos veían con un pésimo aspecto a la sopa, eso era porque no sabían qué traía. Entonces pensaba que era algo feo. En algún momento a ellos se les acaba su ración y prueban la sopa. Ajiaco viene de la procedencia axis, y aco de bellaco. Que era una palabra despectiva. La sopa era muy picante y no tenía carne	0.15- 0.50	00
Diana	El ajiaco en ese entonces no era el ajiaco como el de hoy.	2.25	00

Hernández. IDRD	<p>Era más o menos similar a un sancocho.</p> <p>A medida que los españoles empiezan a comerlo, empiezan a modificarlo. Le agregan la carne de res y la de cerdo.</p> <p>Los elementos más importantes son las tres papas.</p>		
Mónica	<p>La sopa de papa, carne y a veces cerdo se quedó ahí. Y sólo la comían los indígenas.</p>		
Efecto	Música de sopa		
Mónica	<p>A mediados del año 1790 al médico Antonio Froes se le encomendó estudiar el menú de los hospitales cubanos. Algo preparaban ahí que ayudaba a curar rápido a los pacientes. Froes debía descubrir qué era, pues investigaba la importancia de la comida en la recuperación de pacientes internados en centros asistenciales.</p> <p>El médico que trabajaba en el hospital San Juan de Dios repasó atentamente el reglamento alimentario cubano y encontró una receta levantamuertos que no se conocía en Santa Fé. Se trataba del ajiaco, Froes cambió el cerdo por pollo, y también decidió agregarle arracacha. El médico ordenó dar la sopa a los enfermos por la noche, durante una semana.</p> <p>La sopa no sólo curó a quienes la probaron en el Hospital San Juan de Dios, también era sabrosa. Razón por la cual se popularizó en la ciudad.</p> <p>Alejandro Beltrán trabaja en el mejor ajiaco del mundo, un restaurante del centro histórico de Bogotá. En el lugar se venden cerca de 200 ajiacos diarios.</p>		
Efecto	Música de sopa		
Alejandro Beltrán	<p>El ajiaco es una sopa medicinal. Cuando colonizaron Colombia le agregaron muchas cosas, la crema de leche las alcaparras...</p>	0.00	162
Efecto	Música de celebración. <u>Empieza suave y termina fuerte</u>		
Mónica	<p>La sopa ha sufrido varias transformaciones a lo largo de su historia.</p> <p>Dice la leyenda que el ajiaco muisca, por las papas. Pero no, esa preparación indígena vendría a convertirse en lo que hoy llamamos mazamorra chiquita.</p> <p>El ajiaco santafereño es el que importó Froes de Cuba.</p>		

	La sopa la comían todos en Santa Fe. Ricos y pobres a servían en sus mesas sólo en ocasiones especiales: Fiestas, celebración del Corpus Christi, visitas especiales, eran algunos de los motivos para tomarse esta sopita		
Alejandro Beltrán	El ajiaco se toma por algo especial, es como tradicional y especial. Normalmente se toma en navidad, una cena...	0.46	162
Transeúnte	Ese lo hace mi mamita el 24 de diciembre.	0.00	168
Transeúnte	Los antiguos comían ajiaco y uno por tradición lo come. Lo como cuando hay dinero porque es bien caro	0.00	147
Vendedora ambulante	Se hace con el toque del amor. Es de acá de Bogotá. La gente lo toma en todas las ocasiones.	0.00	168
Vendedora Ambulante	Hay mucha gente que lo utiliza un 24 o un 31. Pero hay mucha gente en los restaurantes que lo come todo el día. Pero se usa en tiempo de navidad, los 31, los 24. Para celebrar la buena comida en navidad.	1.47	149
Mónica	El ajiaco sigue siendo el preferido de los bogotanos. Si bien es casi imposible calcular cuántos ajiacos se comen al año los capitalinos, cálculos del periódico El Tiempo, indican que de las 5 mil toneladas diarias de comida que salen de la central de Abastos Corabastos. Más de 1.000 toneladas son de papa común y otras 200 toneladas de papa criolla, 2 toneladas de guascas y 179 de mazorca. Ingredientes infaltables en la preparación de un buen ajiaco. Pero volvamos al a historia...		
Diana Hernández IDRD	Durante la república, este plato se vuelve a transformar. Esto debido a que por la época empiezan a marcarse fuertemente las divisiones socio económicas de los capitalinos. En la semana mayor se empieza a usar el pollo como única carne. Sólo gente de la alta sociedad podía pagar pollo, porque era muy costoso. Entonces se empezó a ver el ajiaco con pollo como algo de élite. Ahí se convertiría en la alta cocina, gourmet de Santafé de Bogotá.	3.54	00
Efecto	Cortina música		
Mónica	Durante el siglo XIX Santa Fe fue visitada por viajeros ingleses y franceses. Quienes, al probar el ajiaco, decidieron agregarle crema de leche y alcaparras en conserva. Ambos ingredientes europeos Si bien había un consenso de qué era un ajiaco, cada quien lo preparaba a su manera. Había lugares donde le cambiaban el pollo por cerdo, le ponían yuca, arracacha,		

	<p>auyama, arvejas y toda clase de verduras.</p> <p>Esto cambió en 1923. Cuando se hizo popular una receta que decía que el ajiaco debía llevar ají. Porque ajiaco venía de ají... Entonces, se le agregó a la sopa un hogao muy picante que se ponía al momento de emplatar.</p> <p>Otro recetario, decía que el ajiaco era una sopa de papas. Por lo que proponía agregar tres tipos de papas: la R12, la pastusa y la criolla. Eso se quedó.</p> <p>La receta del ajiaco como la conocemos se estableció hace muy poco. Fue en 1937 cuando Fenita de Hollmann lanzó su libro “Minuta del buen comer”, allí dice que el ajiaco se hace se hace con cuatro litros de buen caldo en el cual se cuece el pollo. Cuando el caldo está hirviendo se le ponen cuatro libras de papa paramuna cortada en tajadas gruesas y sin lavar, dos libras de papa criolla, se deja hervir hasta que espese, se le agrega el pollo desflecado. Y se sirve con alcaparras, tres cucharadas de crema de leche, arroz y una porción de aguacate.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Vendedora ambulante	Compro la presita de pollo, las guasquitas, unas tres papitas criollas, la arracacha. Lo hago y pues me queda bien	0.00	150
Vendedora ambulante	<p>El ajiaco Bogotano lleva el sabor de la guasca. El ajiaco sin guasca no es ajiaco.</p> <p>Un legítimo ajiaco lleva alcaparras, crema de leche, pollo desmenuzado.</p>	1.09	149
Colombiana radicada en USA	El ajiaco es mi plato preferido. Lo complicado es que allá no tenemos las guascas ni las tres papas.	0.50	165
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>Ay las guascas...</p> <p>Vamos a dedicar un momento a hablar de esta planta que le da el sabor característico al ajiaco.</p> <p>La galinsoga parviflora es una planta que se da de manera espontánea en suelos altos y húmedos. La planta fue bautizada guasca por indígenas muiscas, y era usada en la mayoría de sopas.</p>		

	La guasca es una planta que no tiene color u olor, siempre y cuando esté cruda. Esta además de usarse en sopas, también suele tomarse en infusiones.		
Diana Hernández IDRD	La guasca es una plata rastrera, una planta ortigoza. Esa no se contemplaba para usarse en una preparación. Finalmente, ese es el elemento que no podemos sacar de un ajíaco. Porque es el que le da el toque muisca, es suave, da un picante muy suave. Y fue de los pocos aspectos que quedó.	3.07	00
Efecto	Cortinilla		
Mónica	El ajíaco es un señor plato. Y como todo señor importante, tiene su día. Todos los 22 de noviembre, se celebra en Bogotá el día nacional del ajíaco. Durante esta celebración, se exalta la cultura cachaca, se hacen concursos de ajíacos tradicionales, y se vuelcan las miradas a los no tan tradicionales... Como el sushi ajíaco que prepara el chef japonés Iwao Komiyama o el ajíaco hecho con nitrógeno que se prepara en el hotel NH, en Bogotá.		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Es que el ajíaco santafereño es una sopa de talla internacional. En el 2006 fue el plato elegido por el Museo de Historia Natural de Washington para representar a Colombia en una cena. También, fue uno de los platos elegidos por el papa Francisco durante su visita a Colombia. ¿Y usted, ya hizo las cuentas de cuánto no se toma un buen ajíaco? Gracias por acompañarnos a conocer la historia de esta sopa que de ají tiene sino en nombre. Una embajadora de la cultura bogotana, de esa ciudad que ya no es tan nevera, de sus ruanas y sombreros. Nos vemos en la próxima..		
Efecto	Cortinilla de cierre		

Libreto Almojábana

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla de entrada		
Mónica	<p>Bienvenidos a Sabores Locales.</p> <p>En el programa de hoy hablaremos de uno de los amasijos más populares de Bogotá, la almojábana.</p> <p>Este bollito oriundo del altiplano cundiboyacense realizó toda una travesía para llegar a acompañar a la agua de panela o al café con que se toma. Soy Mónica Acosta y los invito a conocer a conocer la historia de la almojábana, el porqué de su nombre y por qué es una comida obligada para quien visita o habita Bogotá.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>La almojábana ese amasijo suave y saladito que ha conquistado los hogares bogotanos por décadas.</p> <p>¿A quién no han recibido en alguna casa con chocolate, queso y almojábana? ¿O qué abuela no ha consentido a sus nietos en una tarde lluviosa con ese amasijo calentito, listo para tomar con café con leche o agua de panela?</p>		
Efecto	Cortinilla		
Transeúnte	La almojábana es un pasa bocas delicioso, acompañado con una avena es supremamente delicioso. También con agua panela y queso, queda bien combinar sabores.	0:46	183
Transeúnte	La almojábana es rica, deliciosa. Me la como preferiblemente caliente y la tomo con un líquido no tan dulce	0:21	180
Transeúnte	Yo siempre me la tomo con agua de panela o chocolate.	0:35	181
Transeúnte	De la almojábana yo paso. Es dura, pasada, la del campo sí, pero la de Bogotá no, es mala.	0:30	188
Transeúnte	Yo no sé nada de la almojábana, pero sabe rico. Me la como con chocolate	0:29	184
Transeúnte	La almojábana es muy rica y viene de mi departamento del Valle, te toma con avena caleña.	0:51	195
Mónica	No señores, la almojábana no es valluna, ese el es pan de bono. Aclarado esto, entremos en materia		
Transeúnte	La almojábana es de Cundinamarca y Boyacá, Verdad? con chocolate y queso es lo más bogotano.	2:22	206
Transeúnte	Es típica de Boyacá, tiene queso y es muy rica. Me la como con agua panela y queso, avena	0:00	196

Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>El amasijo tiene sus orígenes en la cultura árabe, quienes durante la invasión a la península ibérica, sobre el año 711, dieron a conocer la receta de la Almojábana. Una bollo a base de harina de trigo, huevos y cuajada, que se freía y se servía con miel y canela a manera de postre.</p> <p>Imagínense un buñuelo o churro, salado por fuera y dulce por dentro. Así era y es la almojábana española.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>Tras la conquista, los españoles hicieron toda serie de maniobras para que el nuevo mundo, su hogar, tuviera las comodidades de su natal España. Entre las muchas cosas que trajeron está la semilla de trigo, que obligaron a indígenas a cultivar de manera extensiva; transportaron molinos para procesar el cereal y así abastecerse de pan y hostias. También importaron vacas, pues en el nuevo mundo el único animal productor de leche conocido para ellos era la cabra.</p> <p>(OJO. Si usted es latino e intolerante a la lactosa, puede ser porque su ascendencia es indígena en mayor porcentaje. ¿Cuándo ha visto usted a un europeo con este tipo de problemas?</p> <p>Según un estudio de la Universidad de Cornell, Estados Unidos, los Latinos solemos tener menos lactasa, una enzima que ayuda a digerir la leche. La deficiencia de esta enzima según el estudio, es porque llevamos poco tiempo a comparación de los europeos, tomando leche vacuna).</p> <p>Ahora bien, había harina de trigo en el nuevo mundo, pero era muy costosa, por lo que el pan era un artículo de lujo. Así que los españoles cambiaron en algunas recetas la harina de trigo por harina de maíz, en lo que se llama un proceso de mestizaje culinario.</p> <p>Luisa Acosta, historiadora, nos cuenta más al respecto</p>		
Luisa Acosta	Nuestra cocina está repleta de mestizajes culinarios. Los españoles tomaron ingredientes locales y los	??	??

	agregaron a sus recetas. Pasó con la almojábana que es de harina de maíz y no de trigo, lo hicieron también al agregarle tomate a sus platos, introducir la papa en su menú... Ejemplos hay muchísimos y es un proceso que ha pasado en todo el mundo y con todas las civilizaciones.		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	La receta de la almojábana pudo haber sido traída por monjas, quienes preparaban colaciones en sus conventos. El amasijo se hizo popular y llegó a manos de indígenas, quienes quitaron de la preparación la miel y la canela, reemplazaron la harina de trigo por maíz y cambiaron el método de cocción que desde ese momento sería el horneado. Mariana Cipagauta, conocedora de la receta nos la comparte		
Mariana Cipagauta	La almojábana es un pan típico colombiano. Para tres cuartos de taza de harina de maíz, dos tazas de queso costeño, una cucharadita de polvo de hornear, un huevo. Amasas, haces la bolita y listo, al horno. Generalmente es una cocción rápida	1:26	192
Efecto	Cortinilla		
Mónica	El nombre de este popular amasijo tiene que ver con uno de sus ingredientes principales, el queso. Zaira Barrera trabaja en la Fábrica de almojábanas y garullas la especial, en el municipio de Soacha, Cundinamarca. Lugar que lleva más de 80 años produciendo tan preciado amasijo, ella nos explica el porqué de su nombre		
Zaira Barrera. Fábrica de almojábanas	Sumercé la almojábana significa la quesada, la que está hecha de queso. Aunque antes estaba hecha era de cuajada, pero como por salubridad no es fácil conseguirla, ahora se hace de queso.	5:10	256
Mónica	Según la Real Academia de la Lengua, Almojábana es un vocablo árabe que significa queso o quesadilla.		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Durante la época Colonial el municipio de Soacha era un corredor obligado de quienes viajaban al interior de país, al igual que hoy. En el lugar también llamado 'corregimiento de indios' se establecieron panaderías y fábricas de garullas y		

	almojábanas. Famosas hasta nuestros días y que en el año 2014 fueron declaradas Patrimonio cultural de Soacha por la Asamblea Departamental de Cundinamarca.		
Zaira Barrera. Fábrica de almojábanas	Es un orgullo que seamos representantes de la almojábana. Es si, usted puede comerse muchas almojábanas de otros lados, pero las que hacemos nosotros son únicas. No se endurecen ni son muy saladas, son perfectas.	7:43	256
Mónica	Tal como lo dice Zaira, la almojábana es toda una institución y un orgullo para soachunos. Es que casi en cada cuadra se pueden encontrar panaderías que ofrecen el amasijo.		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Coca Cola, jugo, Pony Malta, avena, tinto, café o chocolate ¿Con qué se come usted una quesada? Ese amasijo multipropósito que en su pasado oscuro fue un buñuelo y que cambió su receta para conquistarnos a lo capitalinos. ¿Se antojo? Si está en Bogotá salga, de seguro en la panadería más cercana encontrará una almojábana.		
Efecto	Cortinilla de cierre		

Libreto changua

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla de entrada		
Mónica	Bienvenidos a Sabores Locales. En el programa nos inmiscuiremos en la comida más importante del día, el desayuno. Y no hablaremos corn flakes con pancakes y jugo de naranja. No señor, hablaremos del único y desayuno típico bogotano, uno que genera amores y odios, pero nunca puntos medios. La changua. Soy Mónica Acosta y los invito a conocer la historia de la sopa de leche o también llamado caldo pintado. Averiguaremos de dónde viene la idea de comer huevos, queso, cilantro y calados en una sopa al desayuno. Y por qué las abuelas insisten en que son buenas para un guayabo.		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Ay la changua, si usted es bogotano o vive acá		

	seguramente sabrá que es. Una sopa que en realidad no es tan blanca, es más bien beige. Con cubos grandes, esos sí de color blanco, unos submarinos o barcazas doradas que flotan a la deriva en la superficie manchada de un polvo verde. Donde se avista un islote blanco de centro amarillo, que más bien puede ser un volcán, y que de explotar puede manchar de amarillo aquel cuadro.		
Efecto	Cortinilla		
Transeúnte	Es lo único que no comería en la vida. Me parece desagradable, prefiero tomarme un vaso de leche y uno de agua, que revolver eso y echarle una tostada y comérmelo.	0:00	180
Transeúnte	Uy el caldo teñido, me encanta. Me gusta con el huevo duro	0:14	185
Transeúnte	La changua es un plato que se utiliza para el desayuno, que es en base de agua y leche, calaitos y huevitos. A mí me gusta que me queden blanditos los huevos. Que yo los pueda romper y se vuelva amarilla la changua	0:26	195
Transeúnte	A mí si me gusta, a veces voy a restaurantes a pedirme una changua. Con el huevo duro.	1:51	206
Transeúnte	Changua no, ni idea, como no soy de acá, no sé. Por lo que he visto eso tiene leche y huevo y tostadas.	0:00	182
Transeúnte	Yo soy de Medellín, mi primo me hizo una con leche cortada y pues sabe rico. Con el huevo blandito. Eso estaba blandito. Eso es como pa' el desayuno, pero no es que sea como muy agradable. Es como un suero todo raro	0:00	193
Transeúnte	No me gusta la changua. Vengo del departamento del Valle y allá no empleamos la changua	0:00	195
Transeúnte	La changua es una sopa que se usa en Bogotá para desayunar. Se hace con leche, agua, cebolla en tramas y calaos. A mí me gusta la changua con el huevo blandito	0:56	192
Transeúntes	A mí si me gusta, a veces voy a restaurantes a pedirme una changua. Con el huevo duro. En la mañana, porque es un desayuno normal o camionero con tamal, chocolate y caldo de pescado	1:51	206
Transeúnte	Yo la odio. Yo creo que las changuas es de la que produce dos cosas diferentes: lo aman o lo odian, como el chontaduro.	1:14	206
Efecto	Cortinilla		

Mónica	<p>Este caldito defendido por el periodista Daniel Samper es una sopa humilde. Un plato según él, bajo en calorías y perfecto para el clima frío que debían soportar los cachacos de antaño.</p> <p>Pero más allá de los gustos ¿De dónde viene este plato tan típico que sólo se encuentra en Bogotá y en algunas partes del departamento de Santander?</p> <p>Julio Ríos, dueño del restaurante Las Margaritas, uno de los más típicos de la capital del país, tiene una teoría sobre el origen de este plato</p>		
Julio Ríos	La changua llegó de España, cuando ellos vinieron trajeron el cilantro, el pan de trigo también, aquí sólo teníamos maíz. La leche también la trajeron, aquí no habían vacas ni tampoco cebolla	1:15	310
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>Al perecer la changua entró a codazos y para quedarse en el imaginario culinario de los colombianos, al tiempo que borraba sus pasos en el viejo mundo.</p> <p>Si bien en España desaparecieron los recetarios que hablaban de esta sopa, en un pequeño pueblo de Alentejo en el sur de Portugal, se prepara una sopa similar.</p> <p>Se trata de <i>la açorda</i> a alentejana. Un caldo de bacalardo, leche, pan, cilantro, ajo y huevos. Apetitoso, no? La preparación antigua y de origen confuso sólo se come en esa región de Portugal durante la semana santa; como acá el sudado de pirarucú o también llamado pescado seco.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>La changua bogotana es una reinterpretación de <i>la açorda</i>. En la que apenas se cambió la proteína del pescado por uno o dos huevos, se eliminó el ajo y agregó el queso.</p> <p>Si bien el plato no es una exquisitez, muchos lo toman por tradición o porque las abuelas le atribuyen poderes curativos. ¿Pero es verdad?</p> <p>Manuel María Valero, botánico formado por los indígenas de la Sierra Nevada de Santa Marta asegura que el platillo es en muchos casos, más efectivo que el acetaminofén.</p>		
Manuel María Valero.	La changua se prepara con cebolla larga, que aparte de ser digestiva, es medicinal. Esa es más para emergencias de mal de estómago o debilidad. Especialmente para los	0:00	191

	guayabos o la resaca. El huevo le da mejor sabor, pero después de una borrachera bien macha, es mejor sin huevo		
Transeúnte	Me obligaban a comerla cuando estaba enferma, porque supuestamente subía las defensas.	0:44	196
Transeúnte	La changua es mi criptonita, es horrible. Mi mama me obligaba a comerla cuando estaba enferma, pero sólo me hacía más daño. No me quitaba ningún dolor y sí me daba agrieras	0:00	302
Efecto	Cortinilla		
Mónica	La popular sopa no sólo brinda una batalla por ser aceptada en los comedores bogotanos. La preparación salió victoriosa de una guerra que libró por años con la Real Academia Española, quien no la reconocía ni le daba su lugar. El escudero de la changüita, fue el poeta y periodista colombiano Juan Gustavo Cobos, quien luchó y luchó hasta que en el año 2000 ganó su contienda al lograr que la sopa figurara en el diccionario de la siguiente manera		
Efecto	Música del profesor Cleóbulo		
Rafael	Caldo preparado con cebolla, cilantro, leche y sal, que se toma antes del desayuno o con él		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Sin embargo, la victoria de Cobos deja en el fondo más preguntas que respuestas. Pues asegura que la changua es un vocablo chibcha, utilizado también para referirse a una persona siniestra o malgeniana. ¿Pero no se suponía que una changüita era también una persona traviesa y que los indígenas del altiplano cundiboyacense no conocían las vacas ni el pan? La sopa que suele dejarnos después de comerla más preguntas que respuestas, es un símbolo gastronómico el cual ya no se encuentra en muchos restaurantes, ¿pero sí plazas de mercado. Una de ellas es la del barrio la perseverancia.		
Lilia Jiménez Cocinera de la plaza de la perseverancia	A la gente muy poco le gusta la changua por la leche. Hay que tocaría primero preguntarle al cliente si la quiere deslactosada o entera. Uno se la toma al desayuno normal.	1:00	204
Ligia Prias.	Pues eso es lo más bueno que hay para el desayuno.	0:00	189

cocinera de la plaza la perseverancia	Una changüita, le echa uno agua, sal, leche, le echa huevo si quiere y calaito. A nosotros nos enseñaron a comerla desde pequeña		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	De amores y odios, así también se puede definir a la changua. Una sopa más bien parecida a los rolos, de contrastes. Y a Bogotá, una ciudad de amores y odios que así sea a regañadientes -como la abuela que obliga a su nieto a tomar la changua-, recibe y enseña quiéralo o no, quien recorre sus calles.		
Efecto	Cortinilla de cierre		

Libreto chicha

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla de entrada		
Mónica	<p>Bienvenidos a Sabores Locales.</p> <p>En el programa de hoy daremos un viaje en el tiempo, caminaremos por las frías calles empedradas del centro de Bogotá, enrunados y por qué no, tomando algo.</p> <p>Soy Mónica Acosta y los invito a conocer la historia de una de las bebidas más típicas de la capital del país, la chicha. Conoceremos sus secretos, sus escándalos y conoceremos porqué desde la pre-conquista hasta el día de hoy, la gente la sigue tomando.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>Los franceses tienen el vino, los alemanes e ingleses la cerveza y nosotros los latinoamericanos tenemos a la chicha. Todas estas bebidas han sufrido transformaciones a través del tiempo. Cambios en la receta y procesos tecnificados, han hecho que el vino y la cerveza sean tan vigentes hoy como lo fueron hace 200 años.</p> <p>¿Pero entonces, qué pasó con la chicha?</p>		
Efecto	Música indígena / Música		
	<p>Para conocer su historia, retrocederemos en el tiempo. Mucho antes de la patria boba y de la conformación de Santafé en el Chorro de Quevedo, mucho antes.</p> <p>Previo a la conquista de los españoles, los indígenas tomaban chicha. Una bebida fermentada hecha a base de maíz y melao, que se tomaba única y exclusivamente en eventos</p>		

	importantes y no tenía como objetivo emborrachar a nadie.		
Bebedores de chicha	La chicha tiene muchísimos años. Sé que esa es una bebida artesanal de los indígenas. Lo de los muiscas y todo ese cuento.	0:36	135
Tatiana Manrique Vendedora	La chicha fue la primera bebida alcohólica que tuvo la gente acá. La chicha era como una cerveza, era una bebida de obreros. Con el pasar del tiempo la chicha empezó a hacerse popular.	0:42	137
Adriano Vendedor	La chicha es una antepasada de la cerveza. Antiguamente en Europa se tomaba eso, no se llamaba chicha porque obviamente no ni habían indígenas, pero la cerveza antes de ser como la conocemos ahora transparente y carbonatada, era más o menos esto.	2:00	65
Tatiana Manrique	La chicha ha resistido tanto tiempo porque es tradicional y casera. Yo siento que es como la receta de la abuela que tiene mucha tradición.	5:38	137
Efecto	Cortinilla música española		
Mónica	Durante la conquista, los españoles conocieron la bebida y la describieron como el vino de los indios. Uno de los portadores de origen de esta bebida, Alfredo Ortiz, nos cuenta cómo los españoles se toparon con esta bebida		
Efecto	Música indígena		
Alfredo Ortiz Museo de la Chicha	Llegan mil y pico de hombres desde el río Magdalena, aquí llegaron 180, el 10%. Ellos llegan en unos animales que no conocíamos, los caballos. Ellos llegan todos montados en esos animales y los indígenas pensaron que eran dioses. Como sue, el dios del sol representa la energía y es mono. Ellos pensaron que eran dioses y les ofrecieron la facua. A la hora, dos horas el baño...	15:40-	143
Alfredo Ortiz Museo de la Chicha	Porque chicha en chibchas significa churrias o diarrea. Entonces, al verlos correr, los indígenas empezaron a gritar "Chicha, Chicha". Los españoles lo escucharon y pensaron que ese era el nombre de la bebida y así se quedó.	15:50	143
Efecto	Efecto descarga de cisterna		
Mónica	Y es que la chicha o la facua, también es un purgante. Por lo que, si le cae mal tomarla, no se preocupe, está limpiando su hígado.		
Bebedor de chicha	La chicha no me cae bien, tengo el colon irritable y me da diarrea tomarla.	1:50	141

Efecto	Música mestiza. Pasillo		
Mónica	<p>Por algunos años, indígenas y españoles compartieron totumas. Sin embargo, durante la colonial la bebida fue rechazada por los misioneros, quienes en su afán de convertir a los indígenas en católicos prohibieron</p> <p>La realización de ceremonias y a consecuencia de esta, la ingesta de chicha.</p> <p>Pero nuestros indígenas resistieron, tomaban a escondidas de los conquistadores el preciado vino amarillo.</p> <p>Los españoles cansados de la desobediencia, vetaron en 1658 por primera vez a la bebida. Quienes tomaran o produjeran chicha, se veían expuestos a multas, castigos e incluso eran excomulgados.</p> <p>Esta prohibición duraría 45 años, hasta que el criollo llamado Andrés Cortázar, defendió el consumo del vino amarillo alegando que hacía parte de la identidad indígena</p>		
Efecto	Música indígena/ ritual		
Alfredo Ortiz	La chicha no está diseñada para emborrachar, sino que es una bebida espiritual. Esta no emborracha sino da un estado de alegría, paz, tranquilidad y despierta la conciencia	1:03	142
Alfredo Ortiz	Otra cosa que hay que decir es que la chicha debe tomarse con un ritual, porque los Muisca no la usaban solo para estar felices. La usaban para: Ofrenda, pago, lavatorio de climbas, siembra, cosecha, mingas, convites y todo el tema espiritual.	2.10	142
Efecto	Música popular, de fiesta		
Mónica	<p>Sin embargo, los días más oscuros de la facua estarían por venir.</p> <p>La bebida se volvió popular entre las clases trabajadoras y las chicherías abundaban en Santafé. La expansión de estos lugares fue tal, que había chicherías en cada barrio. Muchos santafereños arrendaron el portón de sus casas para estos negocios; incluso, muchas iglesias también contaban con ventas de chicha.</p> <p>La gente tomaba más chicha que agua, y no precisamente para celebrar rituales. Para la época en la ciudad se tomaban más de 50 millones de litros de chicha al año.</p>		
Alfredo Ortiz	Las chicherías del centro se fueron a las periferias y la gente empezó a meterle magia negra y feromonas a la chicha. Es llevó a que prohibieran a la chicha del todo. Y fue lo mejor	22:02	143

	que pudo pasar.		
Mónica	Para entonces la receta de la bebida presentaba algunas modificaciones en materia de higiene. Por lo que volvió a ser legal tomarla.		
Efecto	Sonidos de preparación de chicha	10.50 12.27	-143
Tatiana Manrique	<p>Antes la chicha no la hacían como ahora con harina de maíz. Sino que cogían y masticaban el maíz y con eso ponían a fermentar.</p> <p>Yo no sería capaz de tomar chicha masticada.</p> <p>Los tiempos han cambiado mucho y más o menos ha cambiado la forma de hacerla: Para hacer chicha se hace un melao con agua y panela, luego se licua la harina de maíz con agua y se le hecha el melao. Luego se revuelven y se hierven hasta que se espese. Ahí queda como una mazamorra.</p> <p>Cuando se enfría se echa a un recipiente de plástico donde hay cascaras y corazón de piña, ahí se deja fermentar lo que uno quiera.</p>	2:40	137
Alfredo Ortiz	Las indígenas puras y castas, las que no habían menstruado ni tenido relaciones sexuales eran quienes tenían la tarea de mascar el maíz para la chicha. Lo hacían porque la saliva tiene la propiedad de sacar el almidón y convertirlo en azúcar, aunque el mismo maíz se fermenta	9:27	142
Efecto	Música mestiza. Pasillo y cambia a ruido de disturbio		
Mónica	<p>Para el siglo XX la chicha era la reina.</p> <p>Sin embargo, el 9 de abril de 1948 pasaría algo que cambia el rumbo de esta bebida.</p> <p>Tras el asesinato de Jorge Eliécer Gaitán, una turba enardecida y borracha dejó más de 3.000 personas fallecidas y 150 edificios destruidos en el centro de la capital. El gobierno de Mariano Ospina culpó a la chicha de emborrachar y hacer perder el control de las personas.</p> <p>Tiempo después, se comprobó que la mayoría de personas estaban alcoholizadas con whisky, ron, vodka, vino y otros licores que encontraron al saquear las tiendas de la capital.</p> <p>Al tiempo que esto pasaba, Bavaria la empresa cervecera</p>		

	fundada por Leo Koop, buscaba a como diera lugar, abrirse un campo en la despensa de los colombianos.		
Adriano	Aquí hubo una campaña de desprestigio contra la chicha por parte de los alemanes. Tengo entendido que para la época la gente tomaba más chicha que agua, así que no había espacio para un producto como la cerveza que era mucho más caro, además.	0:00	66
Efecto	Propaganda de Bavaria		
Bebedores de chicha	La industria cervecera fue mal catalogada y se decía que era una bebida para brutos. Pero no era así, fue una estrategia de la industria cervecera	0:15	140
Tatiana Manrique	Lo que pasó es que empezaron a decir que la chicha volvía bruta a la gente. Pero eso no era así, era que se emborrachaban	0:24	137
Efecto	Música indígena		
Alfredo Ortiz	La chicha no produce borrachera sino chumas. La chuma es un estado espiritual de felicidad que da un poquito de calor, no se pone uno eufórico como cuando toma cerveza.	24:10	143
Efecto	Música mestiza. Pasillo		
Mónica	Esta prohibición rigió hasta 1991 y dejó como resultado el cierre de ciento de chicherías en Bogotá. Al día de hoy la chicha sigue estando en el ojo de las autoridades, pues al ser una bebida artesanal no hay forma de regular su producción y venta. A pesar de eso, su estatus de bebida embrutecedora no es más que una historia. El vino amarillo es considerado patrimonio cultural e inmaterial.		
Bebedora de chicha	Esta es la segunda vez que tomo chicha y me gusta mucho su sabor	0:34	133
Bebedora de chicha	Esta es la primera vez que la pruebo, me encantó. Es de maracuyá. La verdad mi amiga me dijo que la probara y ya que estábamos aquí en el centro, me invitó una.	0:00	133
Bebedora de chicha	La gente toma chicha por tradición. Yo no tomo chicha porque me la prohibieron	0:00	69
Efecto	Cortinilla de cierre		
Mónica	Resistencia, esa es la palabra que mejor describe a esta bebida que pasó las duras y las maduras. Esa bebida bendita que representa un pueblo aguerrido, y que como a los rusos con el vodka o a los franceses con el champagne, hacen parte de nuestra identidad		
Efecto	Cortinilla de cierre		

Libreto chocolate

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla de entrada		
Mónica	<p>Bienvenidos a Sabores Locales.</p> <p>En el programa de hoy nos iremos de onces. Estaremos de casa en casa y de cafetería en cafetería, recorriendo los pasos de una bebida muy querida por todos.</p> <p>Soy Mónica Acosta y los invito a conocer la historia del chocolate santafereño. Una bebida que nos remonta a las onces, a pan con mantequilla, queso derretido y almojábana.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>El escritor José María Vergara decía que la vida del bogotano gira en torno a tres tazas: Una para el té, otra para el café y otra para el chocolate. Cada una de estas bebidas tienen un propósito y escenario diferente.</p> <p>Sin embargo, ahora con el afán de los días, los tomamos sin percatarnos a qué huele, a qué sabe.</p>		
Cortinilla	Música relajante		
Mónica	<p>Imagínese pequeño, sentado en comedor de la abuela, escuchando la lluvia de una tarde fría por la ventana. Ella trae una bandeja llena de pan de 200 fresco, mantequilla, queso y almojábana. Va a la cocina y regresa con una olleta humeante, dulce, con olor a chocolate y canela. Le pega una última batida con el molinillo y se la sirve.</p> <p>Pruebe el chocolate, llénese los labios de espuma y remoje el pan en aquella bebida reconfortante.</p>		
Efecto	Disco rayado		
Mónica	¿Se lo toma con leche?		
Vendedora ambulante	Sumercé, el chocolate santafereño es un chocolate tradicional que se vende en Bogotá. Es el alimento más rico que puede haber que se toma con queso y leche.	0.00	149
Vendedora ambulante	<p>Hay veces con leche o sin leche. Me gusta más sin leche.</p> <p>No le encuentro el sabor al chocolate con leche.</p>	0.18	164
Transeúnte	Yo sé que el chocolate es muy delicioso, que es de lo máximo y va y se lo toma uno con un tamalito	0.07	145
Transeúnte	El chocolate santafereño es con leche	0.20	145

Colombiana radicada en USA	Siempre cuando vengo a Colombia a visitar con mis abuelos, siempre nos daban chocolate con el queso que se derretía y mi abuela nos leía el chocolate. En estados unidos se encuentra, pero no es igual El chocolate es con leche y se hace con el molinillo	0.00	165
Turista	Yo tomo chocolate, pero no sé si será santafereño. Ese es con leche.	0.34	159
Ex vendedor de ajiaco	El chocolate santafereño es algo demasiado antiguo que tiene Bogotá. Sé que no se hace con leche. Es agua, queso, pan y almojábana.	0.60	162
Mónica	Si señores, es sin leche. El chocolate santafereño tradicional sólo lleva agua, chocula y poco de pastillas de chocolate comercial. Carlos Sabogal hace parte de la sexta generación de dueños de La puerta falsa, uno de los restaurantes más antiguos e icónicos de Bogotá. Por el pequeño lugar personalidades de la talla de Policarpa Salavarrieta o Manuelita Zaens, pasaban a mecatear. Carlos nos cuenta cuál es el verdadero chocolate santafereño		
Carlos Sabogal La puerta falsa.	El chocolate clásico es sin leche, así como el té. Cuando llega la influencia americana, se empezó a tomar el chocolate con leche. Lo que hacían es que vendían el cocoa, que era chocolate deshidratado, y para hidratarlo le agregaron leche y a partir de eso se hizo una costumbre papilar.	2.55	131
Carlos Sabogal La puerta falsa.	Del chocolate Santafereño sé que tiene su nacimiento en un chocolate llamado chucula. Ese obedecía a que el costo del chocolate en sí era muy alto para la capacidad adquisitiva de la gente.	1.04	131
Mónica	Antes de seguir hablando de esta bebida bogotana por excelencia. Debemos hacer un salto en el		

	tiempo y el espacio.		
Efecto	Música precolombina		
Mónica	<p>Vamos a México, hacia el año 1.900 a.C. Cuando Olmecas y Aztecas reinaban en una tierra con sabor a ají y chocolate.</p> <p>Estas civilizaciones descubrieron el cacao, lo sembraron en sus tierras, lo cosecharon y esperaron a que los granos del árbol se secaran, para hacerlo polvo, mezclarlo con ají, agua; Y brindarlo a sus guerreros como ofrenda o tomarlo.</p> <p>El Xocolati, como lo llamaban ellos a la bebida, significaba agua agria. A este líquido le atribuían poderes curativos y energizantes.</p> <p>La bebida se hizo conocida en todas las culturas de México. Cada una de estas civilizaciones usaba el cacao de forma diferente. Los aztecas por ejemplo, hacían una especie de vino. Mientras que los Olmecas preparaban amasijos de cacao y maíz.</p>		
Efecto	Música Española/ De conquista		
Mónica	<p>Tras la colonización. Cristóbal Colón regresó lleno de regalos para los Reyes Católicos. La ofrenda incluía oro, maíz, tomate y cacao; Los tres primeros contaron con el agrado de la realeza. Pero el cacao no gustó, era muy amargo para su paladar.</p> <p>Como si se trata de alquimia, en Fray Antonio Álvaro se dedicó a experimentar con el fruto. Recetas con canela, clavos, azafrán, vino y hasta pimienta pasaron por su cocina antes de que se le ocurriera brillantísima idea de combinar el polvo de cacao con azúcar y un poco de canela.</p> <p>Así nació el chocolate que tomamos hoy en día.</p> <p>La bebida inmediatamente fue un boom, las altas esferas españolas se jactaban de haber creado una bebida caliente y espesa, ideal para los meses de invierno.</p> <p>Para 1660 la receta del chocolate español era un referente en toda Europa.</p>		

Rafael (Entonación Chef de TV)	<p>Para hacerlo de la manera adecuada. Se debían mezclar 28 gramos de cacao, 57 gramos de azúcar y 4 litros de agua.</p> <p>La preparación debía calentarse y batir hasta hacer espuma</p>		
Mónica	<p>Antes de continuar con tan deliciosa bebida, hablemos de dos utensilios necesario para prepararla. La olleta y el molinillo.</p> <p>La olleta es un invento español, y nace de la necesidad de crear una olla que permita batir el chocolate mientras se cocina.</p> <p>Por su parte el molinillo, es un invento Azteca. La civilización usaba raíces secas de árboles para mezclar la bebida. Los españoles modernizaron esta herramienta, al tallar varas de madera con la forma de la raíz.</p>		
Transeúntes	El chocolate santafereño bien no es de aquí, pero es una tradición de los antepasados, los famosos criollos	0.00	147
Colombiana radicada en USA	<p>Es delicioso, mi mamá lo hacía y cuando era chiquita a cualesquiera casas que iba y eran las 5pm, yo decía: Mamita cuando van a servir el chocolate.</p> <p>Sé que los españoles tienen la tradición del chocolate, pero no sé si tienen la olleta y el molinillo, es una tradición española.</p>	0.00	166
Mónica	<p>De los criollos que, al conocer la receta española del chocolate, la modificaron al gusto del Santafereño de élite.</p> <p>La bebida se abrió campo no sólo en las mesas, también se ganó un par de versos del poeta colombiano José María Vergara</p>		
Efecto	Cortinilla música romántica criolla		
Rafael Poema	<p>El refresco tuvo lugar a las ocho de la noche, en el vasto comedor.</p> <p>La mesa, cubierta con un mantel de alemanisco de resplandeciente blancura, soportaba el enorme peso de los platos de colaciones, las botellas de aloja y los botellones de vino español.</p>		

	<p>Sobre las servilletas dobladas reposaban grandes platos: entre éstos había platos pequeños; y entre los pequeños había pozuelos en que hacía visos azules y dorados la espuma de un chocolate que estaba guardado en pastillas hacía ocho años, en grandes arcones de cedro.</p> <p>El cacao había venido desde Cúcuta, y para molerlo se habían observado todas las reglas del arte, tan descuidadas hoy por nuestras cocineras.</p> <p>Se había mezclado a la masa del cacao canela aromática, y se había humedecido con vino.</p> <p>En seguida cada pastilla había sido envuelta en papel, para entrar en el arcón en que iba a reposar ocho años. Para hacer el chocolate no se habían olvidado tampoco las prescripciones de los sabios.</p> <p>El agua había hervido una vez cuando se le echaba la pastilla; y después de esto se le dejaba hervir otras dos, dejando que la pastilla se desbarataba suavemente.</p> <p>El molinillo no servía para desbaratar la respetable pastilla a porrazos como lo hacen hoy innobles cocineras; no, en aquella edad de oro el molinillo no servía sino para batir el chocolate después de un tercer hervor, y combinando científicamente sus generosas partículas, hacerle producir esa espuma que hacía visos de oro y azul, que ya no se ve sino en las casas de una que otra familia que se estima.</p> <p>Preparado así el chocolate, exhala un perfume... ¡un perfume...! ¡Musa de Grecia, la de las ingeniosas ficciones, hazme el favor de decirme cómo diablos se pudiera hacer llegar a las narices de mis actuales conciudadanos el perfume de aquel chocolate colonial!</p> <p>Esto en cuanto al olfato; ¡pero en cuanto al sabor...! Es de advertir que la regla usada entonces por aquellas venerables cocineras, era la de echar dos pastillas por jícara, y ninguna de</p>		
--	---	--	--

	<p>aquellas sabias cocineras, se equivocaba.</p> <p>Si los convidados eran diez, se echaban veinte pastillas.</p> <p>Hoy... ¡llanto cuesta el decirlo! Hoy... hay cocineras que echan a pastilla por barba. ¿Qué digo? ¡Hay casas en que con una pastilla despachan tres víctimas!</p>		
Mónica	<p>Para la segunda mitad del siglo XIX las personas se reunían en las tardes frías de Santafé a saborear el chocolate con bizcochos, calados y otras arandelas entre las que se encontraba el queso de Ubaté.</p> <p>Es que, si bien el chocolate llegó a la capital del país como una bebida de élite, esta se popularizó.</p> <p>Todos querían tomar chocolate, pero el cacao era caro. Así que el ingenio criollo diseñaría a la chucula.</p>		
Carlos Sabogal	<p>El chocolate Santaferense tiene su nacimiento en un chocolate llamado chucula. Ese obedecía a que el costo del chocolate en sí era muy alto para la capacidad adquisitiva de la gente.</p> <p>El chocolate era una bebida elitista, tenía descendencia de dioses y se decía que era curativa. Entonces por esos costos optaron por mezclarlo con la harina de maíz y es donde tuvo el origen el chucula.</p>	1.04	131
Vendedora ambulante	<p>Los abuelos preparaban chucula. Una chucula de maíz tostado que se revuelve con el chocolate. El propio chocolate es el que se tuesta, se muele y se prepara.</p>	0.33	149
Mónica	<p>El chocolate ya se había arraigado en la cultura de los bogotanos.</p> <p>Todos sin importar su clase social lo tomaban. El cacao para el chocolate era molido y amasado en forma de bolas y se le mezclaba maíz en proporción al bolsillo del consumidor.</p> <p>Incluso, había chocolate para los presos de la cárcel de Santafé. Pro supuesto, no eran pastillas añejadas en vino; era más bien una especie de</p>		

	chucula hecha de cáscara cacao. Pero al fin y al cabo chocolate.		
Carlos Sabogal	Se cogía el cacao, se procesaba, se molía y se hacía una pasta que hasta el día de hoy intentamos hacer nosotros. Esto antecedió a la primera fábrica de chocolate en barra, como se conocen hoy en día.	1.56	131
Mónica	Para el año 1877 se inauguraría en Santafé la fábrica de Chocolates Chávez. La primera en industrializar la producción de pastillas de chocolate en el país. A partir de ese momento el consumo de la bebida se volvería masivo		
Efecto	Jingle Chocolate Sol		
Mónica	De 1915 a 1927. Abrieron sólo en Bogotá más de 5 fábricas de chocolate en la ciudad. Eso sin contar las que había en otros lugares del país.		
Transeúnte	Wow, delicioso con queso, almojábana y arepa.	170	0.21
Colombiana radicada en USA	Es delicioso, mi mamá lo hacía y cuando era chiquita a cualesquiera casas que iba y eran las 5pm, yo decía: Mamita cuando van a servir el chocolate.	0.00	166
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Es hora de terminar este viaje de olletas, de molinillo. De chocolate con leche o sin leche, como lo prefiera tomar. De volver a la casa de la abuela, a las onces, de oler ese chocolate calentito y meter el queso a derretir en el pocillo. Y tomar tan rica bebida mientras el día termina.		
Efecto	Cortinilla de cierre		

Libreto cocido boyacense

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>Bienvenidos a Sabores Locales</p> <p>En el programa de hoy hablaremos de un plato de nicho, adorado por pocos y despreciado injustamente por muchos; uno que traduce la riqueza que nuestra tierra y la abundancia. El cocido boyacense.</p> <p>Soy Mónica Acosta y los invito a conocer la historia detrás de uno de los platos más representativos del altiplano cundiboyacense, sus ingredientes, sus transformaciones y algunas de las razones por las que el este plato no es bien visto por muchos.</p>		

	Acompáñenos		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>El cocido boyacense es uno de los del altiplano cundiboyacense que más historia tiene.</p> <p>Imagínese un plato grande de esos que parecen bandeja, rebosado por una montaña de comida: frijoles verdes, cubios, papas de varios tipos, mazorca, arveja, pollo, res y cerdo; se pueden distinguir en este carnaval de comida, que está bañada por guiso, de ese es que es bien rojito. Todo esto, acompañado con una porción de arroz y aguacate. Qué plato tan abundante ¿No? como mínimo uno necesita de buen tiempo y buena muela para acabarlo.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Transeúnte	Eso tiene como tres carnes, es muy grande	1:06	206
Transeúnte	El cocido es con hidios y cubios y es boyacense. Es un plato tradicional porque parece que estos tubérculos son exclusivos de acá, o al menos andinos. Por eso no se puede comer en Estados Unidos o Europa, sólo acá	0:37	206
Mónica	<p>Y sí, aunque es imposible comerse este plato en Europa, la verdad es que tiene algunas de sus raíces en el viejo continente. Pero para entender su historia, debemos saber que el cocido boyacense en resumidas cuentas son un gran número de alimentos cocinados todos en una olla.</p> <p>Dicho esto, empecemos.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Colombia fue una colonia española, por lo que muchas de nuestras preparaciones y tradiciones tienen sus orígenes en tierras ibéricas. A su vez, España vivió múltiples transformaciones culturales antes de convertirse en un imperio y conquistar tierras latinoamericanas. Una de las más importantes fue la conquista árabe a la península ibérica, entre los años 711 y 726. Si bien la invasión duró apenas 15 años, fue suficiente para que los musulmanes echaran raíces en España; palabras, estilos arquitectónicos y gastronomía son apenas algunas de sus influencias en ese país.		
Efecto	Cortinilla (música judía)		
Mónica	Durante este intercambio cultural llegó a España la Adafina, un plato hebreo muy popular que consistía en cocinar garbanzos y carne de cordero durante toda		

	<p>la noche del viernes, para comer en el Shabat. Dentro de la comunidad judía, se dice que la adafina la inventó Santa Ana, la mamá de la Virgen María.</p> <p>El plato llegó a Segovia, España, y en ese lugar las personas adaptaron a la adafina, por cuestiones religiosas también se le cambió el nombre por “la olla podrida cristiana”</p>		
Rafael	<p>Ojo, podrida no significa descompuesto o “picho”. Este vocablo proviene de Poderida, que significa “olla de los poderes”</p>		
Mónica	<p>Exactamente. La olla de los poderes se convirtió en un plato típico de invierno, este no excluía clases sociales. Todos en España comían el platillo con algunas variaciones, cada quién hacía el cocido con los ingredientes que tuviera a la mano; quien tenía dinero para carne la ponía en el plato, quien no, sólo comía legumbres y verduras.</p> <p>La olla podrida traspasó fronteras y llegó a Francia, país en donde se le denominó “pot-popurri”, lo mismo, pero en francés.</p> <p>La historiadora gastronómica Luisa Acosta, nos ayuda a seguir hilando esta historia</p>		
Efecto	Cortinilla		
Luisa Acosta	<p>Durante la conquista los Españoles trajeron muchos platos a América. Entre esos la olla podrida.</p> <p>Villa de Leyva fue tierra de Virreyes en época colonial, allá hubo procesos de mestizaje gastronómicos muy interesantes. La olla podrida es uno...</p> <p>Ese plato español se hacía con garbanzos, que acá no había. El altiplano cundiboyacense es una tierra rica en tubérculos. El problema es que para la época y para la iglesia, todo lo que viniera de la tierra era malo, era del diablo, y los indígenas comían en su mayoría sopas y potajes de tubérculos y hojas...</p> <p>Aquí tuvo que pasar algo para que los españoles empezaran a comer tubérculos, no sabemos qué fue, porque no hay ningún registro de eso, pero así pudo</p>	16:20 - 17:10	67 (de grabadora)

	<p>haber nacido el cocido boyacense.</p> <p>Muchas de las sopas que hoy hay en el altiplano están inspiradas en esa primera olla a la que le metían todo. Los españoles llegaron en 1492 y esos primeros 100 años ellos se dedicaron de descender de la cosa hacia el centro, en ese proceso de tránsito atravesaron el río magdalena, las cordilleras y llegaron al altiplano cundiboyacense. Pensarse eso en el siglo XV era un travesía.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>cubios, papas, chuguas, arracaha e hibas eran algunos de los tubérculos que más comían los indígenas, y que durante el proceso de mestizaje de la olla podrida se convertirían en ingredientes claves del cocido boyacense. Un plato que no ha tenido mayor cambio desde la colonia hasta la actualidad.</p> <p>Así lo dicen las expertas, las cocineras de la plaza de la perseverancia. Un corredor gastronómico por excelencia para los capitalinos.</p>		
Esmeralda Álvarez. Cocinera de la plaza de la perseverancia.	<p>El cocido lleva las tres carnes, arveja, habas, cubios, hibas, papita sabanera y un buen guiso.</p> <p>Uno se come un cocido un fin de semana, Por ejemplo ayer yo hice un pequeño cocido para mí.</p> <p>Al cocido no le puede faltar la carne de cerdo.</p>	1:12	200
Lilia Jiménez Cocinera de la plaza de la perseverancia.	<p>Del cocido sé que es un plato de Boyacá, es muy rico, tiene diferentes proteínas y es muy delicioso. Lo preparo yo. No le puede faltar a un cocido el amor que uno le brinde para que quede bien delicioso</p>	0:00	203
Transeúnte	Es delicioso pero a mi si no me gusta mucho los cubios ni las hibas. Por ese sabor a tierra que tienen	0:24	207
Mónica	Y es que es por eso que muchas personas rechazan al cocido. Porque algunos de sus tubérculos tienen mal aspecto y sabor a tierra. La historiadora gastronómica		

	Luisa Acosta, nos explica el porqué de esa apreciación		
Luisa Acosta. Historiadora	<p>Cuando llegaron los españoles también llegaron africanos. Entonces había españoles, criollos, indígenas, negros..mucha gente.</p> <p>Entonces hubo una segmentación social asociada a ¿qué tan blanco eres? esa segmentación se ve por supuesto en la mesa.</p> <p>Al llegar al altiplano cundiboyacense se encontraron con un montón de productos que desconocían. Ellos en medio de esa tradición judío-cristiana asocian todo lo oscuro, lo malo lo feo, con lo demoniaco. Hoy todavía el estigma de los tubérculos y de esos productos que crecen debajo de la tierra son un impedimento cultural que no es real.</p>	3:00 - 3:50	67 (en grabadora)
Luisa Acosta. Historiadora	<p>Tubérculos como los navos, la chuvias, los cubios, la gente no los come. Porque en el imaginario del colombiano, eso es comida de indios, de campesinos. Y en Colombia tenemos una segmentación social muy fuerte, entonces discriminamos a partir de lo que vemos.</p>	6:41- 7:13	67 (en grabadora)
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>Es por esto, que sólo en restaurantes populares y plazas de mercado podemos encontrar el cocido boyacense en el menú. Sin embargo el movimiento de “la nueva cocina colombiana” famoso por estos días, busca recuperar esa herencia, darle dignidad a esos ingredientes que por décadas hemos segregados para hacer que le cojamos gusto a comer una gran variedad de tubérculos y papas poco usuales.</p> <p>El ciervo y el oso, 60 nativas, cantina y punto, leo y casa de extraños son algunos de los lugares en Bogotá en los que se pueden ver estos ingredientes tratados con un respeto digno de un caviar. Métodos de cocción y salsas realzan el sabor de estos productos, rechazados por muchos.</p> <p>¿Y usted, le daría otra oportunidad al cocido, a las hibas, chuguas, cubios y todos los tubérculos que tiene? Anímese, de seguro después de este programa le sabrá diferente</p>		
Efecto	Cortinilla de cierre		

Libreto Mazamorra Chiquita

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla de entrada		
Mónica	<p>Bienvenidos a Sabores Locales.</p> <p>En el programa de hoy hablaremos de una mezclanza de cosas: tallos, tubérculos y tripas, todo en una sopa.</p> <p>Soy Mónica Acosta y los invito a conocer la historia de la mazamorra chiquita, uno de los platos más representativos de la gastronomía del altiplano cundiboyacense. Husmearemos sus secretos, sus ingredientes y miraremos qué la hace tan diferente a las otras mazamorras que se hacen en toda Latinoamérica, acompañenos.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>Maíz, divino tesoro de los indígenas latinoamericanos, grano dorado pilar de su alimentación y del que sus predecesores se siguen beneficiando.</p> <p>Es que del maíz vienen las arepas, las coladas, la chicha, las crispetas, los tamales, las empanadas y muchos más alimentos que comemos a diario.</p> <p>Procesos tecnificados lograron que granitos secos de maíz pira, dentro de una bolsa de papel y con químicos sabor a mantequilla, están al alcance de todos. Y tras un par de minutos en el microondas estén listos para comer</p> <p>¿Pero cómo consumían los indígenas este grano, cómo le sacaban provecho a la famosa pepita dorada?</p> <p>Jennifer Silva, cocinera de la plaza de la perseverancia, nos cuenta cómo</p>		
Efecto	Cortinilla		
Jennifer Silva	<p>Resulta que uno de nuestros granos más representativos es el maíz. Todas las cocinas no alcanzaban a procesar el maíz, que tiene muchos derivados.</p> <p>Y para poder darle un destino final y que el maíz no se dañara, lo dejaban secar tomando el sol, luego lo molían y de ahí sale la mazamorra chiquita.</p>	0:00	198
Alfredo Ortiz	Es que es mucho lo que hay detrás de un granito de maíz, es toda nuestra cultura. Porque la dieta de maíz	2:49	143

Museo de la Chicha	era líquida, y el maíz era la base.		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Cómo su nombre lo indica, la mazamorra es una mezcolanza de cosas. De hecho, para prepararla se necesitan de aproximadamente 20 ingredientes diferentes. ¿Pero qué tiene?		
Transeúnte	Es deliciosa, una mezcla toda rara, pero deliciosa. Muy deliciosa.	0:00	207
Transeúnte	Eso lleva papa pequeña, carne, librillo, chorizo, lleva muchas cosas y es de los platos más lindos que tiene Bogotá.	0:20	201
Transeúnte	Es muy deliciosa, esa va con menudo, recado verde, con tallos, habas, frijol, huesito de cerdo.	0:00	204
Transeúnte	La mazamorra chiquita es como la de 7 granos y con una base de maíz	0:00	206
Jennifer Silva	Esa se hace con harina de maíz, tiene tallos, habas, frijol, depende de la zona en la que se prepare. En Boyacá por ejemplo le ponen todos esos granos de vaina que se dan allá, papa, tallitos que también crecen allá. Y bueno carne le ponen de cerdo, costilla o espinazo o también costilla de res o hueso de espina. Es lo que más sabor le da a la sopa	0:58	198
Mónica	Si bien cada quien prepara la mazamorra con una receta diferente, en el libro “Paseo de olla” de Enrique y Carlos Sánchez. Dice que para preparar una mazamorra chiquita como Dios manda, se debe contar con los siguientes ingredientes		
Rafael	<ul style="list-style-type: none"> • 4 dientes de ajo • 1 taza de arvejas • 1 cebolla • 1 rama de cilantro • 1 taza de chuguas • 400 gramos de callos • 1 cucharadita de comino en polvo • 300 gramos de costilla de cerdo • 1 taza de cubios • 2 cucharadas de fécula de maíz • 1 taza de frijol verde • 1 taza de habas • 1 taza de hibus • 2 mazorcas • 3 nabos • 1 taza de papa criolla 		

	<ul style="list-style-type: none"> • 2 papas sabaneras • 2 zanahorias • 1 pechuga de pollo 		
Mónica	Por tan larga lista de ingredientes, la Real Academia de la Lengua española no vaciló en definir a la mazamorra como un revoltijo de ideas o cosas.		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	¿Pero de dónde viene? Le preguntamos a varios expertos en el tema, cocineros de mazamorra chiquita de la plaza de mercado de la perseverancia, y eso fue lo que dijeron		
Iván Leonardo Sierra.	<p>Es un plato Boyacense, tradicional, es un plato de nuestros ancestros. Lo hacían los indígenas. Ellos fueron los que nos dejaron esa herencia de este plato tan típico y tradicional de Boyacá.</p> <p>Tiene maíz, es una sopita de maíz. Es harina de maíz, es el maíz seco, luego lo muelen y con esa harinita hacen la sopita.</p>	0:00	197
Gladys Escadilla.	<p>La mazamorra es un plato muy especial, muy rico que piden mucho. Lleva haba, frijol, tallo, hueso, y harina de maíz porva.</p> <p>Aprendí la receta de mi mama y de mi papá que son criados en el campo.</p> <p>A la mazamorra no le pueden faltar las habas y los frijoles.</p>	0:00	199
Rene la torre.	La mazamorra chiquita al igual que el ajiaco, es la sopa más típica. Tengo entendido que es un producto desarrollado por indígenas y luego se volvió un plato típico de Bogotá y el altiplano cundiboyacense.	1:15	201
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>De la mazamorra chiquita como muchos otros platos indígenas, se tiene poca información.</p> <p>Investigaciones arqueológicas dan cuenta de que hace más de 4.000 años, nativos de toda Latinoamérica tomaban una sopa hecha a de harina de maíz con toda serie de verduras y tallos.</p> <p>La historiadora e investigadora de cocina tradicional Luisa Acosta, nos ayuda a entender un poco de la historia de este plato.</p>		
Luisa Acosta.	Sobre los platos cundiboyacense uno no encuentra	7:00	179

	mucha documentación. La verdad es que no hay, no existe una buena documentación que dé cuenta de los orígenes y cambios de los platos de acá.		
Luisa Acosta.	<p>Pero si uno pregunta en terreno, hay señoras que hablan de los platos. Pero van a decir que tal receta la aprendió de su abuelita y ella de su abuelita y ya. Son recetas familiares que se han replicado.</p> <p>Eso pasa porque en las cocinas prehispánicas, mucha de la documentación que hicieron los cronistas de indias, no existen ya. Y lo que son cocinas mestizas, sólo se documentó lo que era culturalmente aceptado. Por lo tanto, lo que era origen esclavo o indígena, no era algo que se le pusiera mucha atención, porque no les interesaba</p>	8:30	179
Mónica	Esto, explica también porque hasta el día de hoy encontrar mazamorra chiquita en un restaurante es difícil y sigue siendo llamada comida de pobres.		
Efecto	Música de fondo para recitar..		
Rafael	<p>La mazamorra, sabes, es el pan de los pobres</p> <p>y la leche de las madres con los senos vacíos.</p> <p>Yo le beso las manos al Inca Viracocha</p> <p>porque inventó el maíz y enseñó su cultivo</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>Las palabras del compositor argentino Peteco Carbajal no sólo dan cuenta de que la mazamorra es una comida humilde. También, que el plato se conoce en toda Latinoamérica.</p> <p>Pero ojo, la mazamorra de acá no es la misma de allá. De hecho, si usted va a Armenia, Quindío y pide una mazamorra, se encontrará con una sopita blanca con granos de maíz que puede endulzar a su gusto con panela o bocadillo.</p>		
Jennifer Silva	<p>La diferencia entre la mazamorra chiquita y la dulce es muchísima.</p> <p>La chiquita es una sopa que sirve de almuerzo, en cambio la mazamorra dulce es un aperitivo. El grano viene completo y se hace con otro grano de maíz que es mute</p>	1:11	198
Iván Leonardo Sierra.	A mí me gustan las dos (chiquita y dulce) ambas son espectaculares. Pero por lo general a la gente le gusta la dulce, es fácil de preparar y la hacen en la casa con	0:00	197

	panela		
Transeúnte	El peto se supone que es paisa, es dulce. Pero ambos platos son muy ricos para quien los quiera degustar	1:57	200
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Es que mazamoras hay muchas, todas diferentes, pero más o menos iguales. A excepción de la morada y la chiquita. La mazamorra latinoamericana, es una colada dulce de maíz que puede traer: frutas, vainilla, leche, azúcar, panela, canela y clavos. Esta preparación se toma caliente a manera de postre o desayuno.		
Efecto	Cortinilla		

Libreto Ñapa “Dar papaya”

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla de entrada		
Mónica	Bienvenidos a las Ñapas de Sabores Locales. Porque de todo lo bueno siempre queremos más...		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	En esta ocasión hablaremos de una expresión muy popular y que es complicada de explicar “Dar papaya”.		
Efecto	Cortinilla		
Voxpopuli	Gente de otras ciudades diciendo qué es dar papaya. Gente de otro país		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Ya que no hay una definición por parte de la Real Academia de la Lengua Española, recurriremos al Bogotalogo de Andrés Ospina para definir esta expresión:		
Rafael	Dar papaya: - Ubicarse en una posición de blanco fácil para el enemigo. - Actuar con poca precaución. - Ponerse en evidencia ante un potencial agresor o rival. La sabiduría popular colombiana, siempre propugnando por la ley del nulo esfuerzo y del camino fácil, ha incorporado en su doctrinario dos premisas fundamentales en la conducta de todo hombre que se precie de ser inteligente: Premisa 1: No dar papaya. Premisa 2: ‘Papaya puesta, papaya partida’ Papayazo: - Oportunidad de fácil aprovechamiento. - Circunstancia excepcionalmente favorable. Pasar al papayo: Condernar a muerte o asesinar.		
Mónica	Y es precisamente esta última definición, la que le da origen		

	a la famosa frase		
Efecto	Cortinilla de música colonial		
Mónica	El 14 de noviembre de 1975 no sería un día cualquiera en Santafé de Bogotá. Ese día sobre las 9 de la mañana, Policarpa Salavarrieta caminaba por la Plaza del Rosario escoltada por dos sacerdotes, uno a cada lado. La heroína independentista daba sus últimos pasos hacia un árbol de papayo que reposaba en la plazoleta. Lugar donde se hacían los fusilamientos		
Efecto	Cortinilla para acabar con la temática colonial		
Mónica	Durante el periodo conocido como la Reconquista o “el terror”, en el que los españoles retomaron a la fuerza el poderío del Reino de Nueva Granada. El papayo fue un testigo mudo de los fusilamientos de líderes independentistas en Santafé. A partir de ese momento, se empezó a emplear la frase “no dar papaya” entre los criollos que buscaban la independencia de sus tierras y no morir en el intento.		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Ahora cuando esté en el bus, Transmilenio o Sitp y saque su celular de debajo “brasier” o el pantalón para revisar una notificación de WhatsApp. Ya sabe, no de papaya. Gracias por escuchar esta ñapa, nos vemos en la próxima.		
Efecto	Cortinilla de cierre		

Libreto Ñapa Ponqué

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla de entrada		
Mónica	Bienvenidos a las Ñapas de Sabores Locales. Porque de todo lo bueno siempre queremos más...		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	En esta ocasión hablaremos de un bollito, un pastel, un pudín que todos hemos comido y adornado con velas y volcanes, el ponqué.		
Voxpopuli	Gente de otras ciudades diciendo qué es el ponqué.		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Para hablar de tan ilustre pastel, es necesario saber qué es un anglicismo. Estas son palabras de otros idiomas que		

	<p>adoptamos como nuestras.</p> <p>Son términos son famosos y usados por todos. Por lo que la mayoría de las veces ni nos damos cuenta que estamos en otro idioma. Mapear, online, fashion, mix, melange, chapeau, corn flakes, chat, pizza y VIP, son anglicismos.</p> <p>Los extranjerimos están hasta en los cumpleaños.</p> <p>Y es que, si bien la canción dice “Feliz cumpleaños a ti”, todos alguna vez hemos recitado “Happy birthday to you”. Y el ponqué o mejor dicho el “Pound Cake”, también es un vocablo en inglés.</p> <p>Luisa Acosta historiadora, nos cuenta más del tema</p>		
Efecto	Cortinilla		
Luisa Acosta	<p>El “pound cake” que es nuestro ponqué en Bogotá, es el ponqué de libra que hacían los ingleses para tomarse con té a las 5.</p> <p>Pero eso terminó siendo una tradición muy bogotana, el ponqué.</p> <p>Nosotros no le decimos a la torta de feliz cumpleaños bizcocho o pudín. En ninguna otra parte de Colombia le dicen ponqué a esa torta. Porque era originalmente una receta de Europa, que se dedicaron a replicar las abuelitas en los años 40 y 60.</p>	10:27	179
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>La receta británica llegó a Norte America a mediados del año 1700. En tierras americanas, la fórmula del bizcocho cambió y dejó de ser una libra de cada ingrediente, lo que hizo la torta más esponjosa.</p> <p>Si bien no se tiene claro cómo arribó la receta de la torta de libra a Latinoamérica. Sí se sabe que en varios países de la región se usan anglicismos para referirse a ella.</p> <p>En Chile, por ejemplo, se le llama “<i>queque</i>” y viene “<i>cake</i>” torta en inglés.</p> <p>En Venezuela y México se le llama “<i>panqué</i>” y es también una adaptación del “<i>pound cake</i>”</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Ahora que ya sabe la historia detrás de la popular torta de		

	cumpleaños ¿La seguirá llamando igual?		
	Gracias por escuchar esta ñapa, nos vemos en la próxima.		
Efecto	Cortinilla de cierre		

Libreto Ñapa maíz

Operador	Descripción	Tiempo	Recurso
Efecto	Cortinilla de entrada		
Mónica	Bienvenidos a las Ñapas de Sabores Locales. Porque de todo lo bueno siempre queremos más...		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Este capítulo va dedicado a un cereal base en la alimentación de los latinoamericanos, el maíz. Un alimento que es tan versátil, que se sacar como derivado toda clase de bebidas, comidas, azúcares y hasta elementos decorativos. El maíz		
Efecto	Cortinilla		
Voxpopuli	Gente hablando sobre el maíz		
Mónica	Si bien los orígenes del maíz son inciertos. Estudios arqueológicos documentan que los primeros cultivos datan de hace más de 4.000 años. De este cereal es base de la cultura agrícola indígena, se preparaban bebidas, amasijos, coladas y potajes. Cada cultura indígena latinoamericana tiene un mito distinto sobre la creación del maíz. Los aztecas, por ejemplo, afirman que el dios Quatzalcoati se transformó en una hormiga para adentrarse en la tierra y robarles el cereal a las montañas Los chibchas, por su parte aseguran que Bochica, dios del sol, creó el maíz con la condición de quitarle la barba a todos los indígenas. Luisa Acosta, historiadora y experta en comida tradicional nos cuenta más del tema		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Y es que son más de 23 los tipos de maíz que se dan en toda Latinoamérica. Y son estos los que les dan el nombre a sus preparaciones: El peto, por ejemplo, se hace de maíz peto. Característico		

	<p>por sus granos grandes que pueden ser blancos o amarillos.</p> <p>Las crispetas o maíz pira se vienen de la mazorca pira. La apariencia de esta es como la de los dibujos animados, sus granos son pequeños y perfectamente alineados.</p> <p>La chicha morada lleva este nombre por el color del maíz. Y así podemos seguir con el choclo, el mote, el de jugo azucarado, y la mazorca baby.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Luisa Acosta	Hablando de los tipos de maíz: Harinoso/dulce/dentado/para reventar/blando/duro		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	<p>Los colombianos seguimos el ejemplo de nuestros antepasados indígenas en el consumo de maíz. Datos de la revista Portafolio, dan cuenta de que 7 de cada 10 colombianos comer arepa al desayuno. Y este producto es el preferido detrás de los huevos y el pan.</p> <p>Y usted, ya hizo las cuentas de cuántas arepas se come a la semana, empanadas de harina de maíz o todos los productos derivados de este cereal.</p>		
Efecto	Cortinilla		
Mónica	Gracias por escuchar esta ñapa, nos vemos en la próxima.		
Efecto	Cortinilla de cierre		