

PROCESOS ALIMENTICIOS EN LA COMUNIDAD AFROQUILCACEREÑA ZONA SUR
DE EL MUNICIPIO DE EL TAMBO, CAUCA

LUZ ANGELA VELA CARABALI

UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
DEPARTAMENTO DE ESTUDIOS INTERCULTURALES
LICENCIATURA EN ETNOEDUCACIÓN
POPAYÁN
2014

PROCESOS ALIMENTICIOS EN LA COMUNIDAD AFROQUILCACEREÑA ZONA SUR
DEL MUNICIPIO DE EL TAMBO, CAUCA

Por:

LUZ ANGELA VELA CARABALI

Trabajo de grado para optar el título de Licenciada en Etnoeducación

ASESOR:

Dr. ADOLFO ALBÁN ACHINTE

UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
DEPARTAMENTO DE ESTUDIOS INTERCULTURALES
LICENCIATURA EN ETNOEDUCACIÓN
POPAYÁN
2014

DEDICATORIA...

Con mucho amor a mis dos hijos

Miguel Angel Vela quien con resignación aceptó mi ausencia y me animó a continuar
luchando.

Y

Oscar Eduardo Vela que a pesar de la distancia siempre estuvo deseándome lo mejor en mis
estudios.

AGRADECIMIENTOS

Quiero expresar mis sinceros agradecimientos a quienes hicieron parte de esta realidad y que de corazón estuvieron apoyándome;

En primera medida a Dios por ser mi apoyo espiritual en momentos de angustia.

A mi madre Hermelinda Carabalí Caicedo por su conocimiento culinario y de quien he aprendido los sazones de casa; a mis hermanas Aidee, Lida, Deisy, a mis hermanos Ivan, Hermes, Orlando y Octavio, por su constante apoyo en los momentos difíciles.

A mis sobrinos, Andrés Felipe Vela por su paciencia y dedicación en la transcripción de las entrevistas y recetas culinarias y José Julián Paz Vela por brindarme su hogar en los momentos de estadía durante la carrera universitaria.

A las personas a quien entreviste; Arquímedes Caicedo, Alipio Caicedo, Eliceo Idrobo Caicedo, Gerardo Carabalí, Ivan Vela, Juana María Olano, Ana Delia Caicedo y María Ángela Montenegro, quienes compartieron de manera desinteresada sus saberes y archivos fotográficos.

A la señora Rudecinda Caicedo, a los señores Mario Camilo Carabalí y Edgar Caicedo Carabalí por mantener viva la tradición artesanal de la comunidad Afroquilcacereña.

A los estudiantes de las escuelas de Bojoleo, La Alianza, y la Institución Agroindustrial de Quilcacé por compartir sus conocimientos a través de las encuestas.

A los docentes y directivos de la Licenciatura en Etnoeducación por compartir sus conocimientos y de quienes he aprendido elementos valiosos de los cuales estoy poniendo en practica, especialmente al maestro Adolfo Alban asesor del proyecto, quien con paciencia y comprensión ha estado guiándome en este proceso.

CONTENIDO

	Pág.
PRESENTACIÓN	11
CAPITULO 1 MARCAS QUE DEJAN HISTORIA	15
1.1 Los recuerdos del ayer y hoy	15
1.2 Dime donde vives y te diré que cultivas	18
1.3 La Etnoeducación como referente del proceso	20
1.5 Rutas y encuentros metodológicos	25
CAPITULO 2 MI TERRITORIO UN ESPACIO DE MEMORIAS	29
2.1 Municipio de el Tambo corazón del Cauca	29
2.2 La hacienda de Quilcacé, territorio de negros	32
2.2.1 ¿De dónde venimos?	36
2.2.2 Celebraciones y creencias de la comunidad Quilcacereña.	39
2.2.3 Lo económico	43
2.2.4 Artesanías	45
2.3 Huellas educativas...sueños y realidades de una institución	47
CAPITULO 3 EL ACTO DE COCINAR...ES UN ACTO COTIDIANO.	51
3.1 La cocina de ayer	51
3.2 La cocina Afroquilcacereña	54
3.2.1 Formas de conservación de los alimentos	58
3.2.2 Practica rituales acerca del valor simbólico de la comida	59
CAPITULO 4. COMIDAS Y SABORES...UNA SAZÒN HECHA EN CASA.	62
4.1 El papel de la mujer en la cocina Quilcacereña.	62
4.1.1 Hermelinda Carabalí una mujer que sazona los corazones de quien la visita.	65

4.2	Prácticas alimenticias en Quilcace.	67
4.2.1	Recetario Afroquilcacereño	73
CAPITULO 5. LA ESCUELA COMO ESPACIO DE RESCATE GASTRONÓMICO		78
5.1	Un proceso compartido	78
5.2	¿Que hay para comer hoy?	83
	A MANERA DE CONCLUSIÓN	91
	BIBLIOGRAFÍA	94
	ANEXOS	98
	GLOSARIO	111

CUADROS

Nº		Pág.
1	Sucesión histórica de los propietarios de la hacienda el Limonar.	17
2	Estadística planta de maestro 2013. Ángela vela 2013	49
3	Cambios relacionados a los cultivos y dietas alimenticias del corregimiento de Quilcacé.	71
4	Resultado de la encuesta aplicada a estudiantes de primaria y secundaria de la Institución Educativa Agroindustrial de Quilcacé	90

IMÁGENES

Nº		Pág.
1	Cartilla del estudiante de la sede el Bojoleo	35
2	Cartillas gastronómicas de los estudiantes; Juliana Carabalí, Claudia Nayerly carabalí y Oscar Caicedo.	84
3	Receta recopilada por Caludia Nayerly Carabalí, grado 5º	85
4	Receta recopilada por Juliana Carabalí, grado 4º.	86
5	Receta recopilada por Oscar David Carabalí, grado 4º.	87

FOTOGRAFÍAS

Nº		Pág.
1	Encuentro de maestros corregimiento de Quilcacé, compartiendo un sancocho de gallina	26
2	Estudiantes y manipuladora preparando envueltos de yuca en la sede Bojoleo	28
3	Panorámica del municipio del Tambo	29
4	Panorámica entrada a Quilcacé.	32
5	Casa de la hacienda el Limonar.	37
6	Muralla ubicada en la parcela que lleva su mismo nombre.	38
7	Celebración día de la cruz.	39
8	Imagen de la virgen del transito de Quilcace.	39

9	Procesión con la imagen San Pedro.	40
10	Primeras comuniones.	41
11	Construcción de un altar realizado por los estudiantes del colegio Quilcace.	41
12	Trapiche la Alianza, proceso inicial de la elaboración de la panela.	43
13	La rayandería en Quilcacé.	43
14	Mujer lavando oro, río Quilcacè.	44
15	Dragas río Esmita.	44
16	Mujer cargando leña para la venta y preparación de los alimentos familiares y comunitarios.	45
17	Doña Rudecinda mujer tejedora de guambias.	45
18	Mario Camilo, tejedor de bolsos en hilo.	46
19	Mario Camilo tejedor de aperos para caballos.	46
20	Gerardo Caicedo, labrador de bateas para lavar oro	46
21	Édgar Carabalí, tejedor de esteras con vena de caña brava	47
22	Escuela de Quilcacé	47
23	Institución Educativa Agroindustrial de Quilcacé	48
24	Expresión cultural de los Afrocolombianos a través de la danza	49
25	Sofía, Sara, Juliana, Claudia y Neify estudiantes de la escuela Bojoleo, pelando yuca para la preparación de los envueltos de yuca	50
26	Fogón tradicional, construido con guadua y ladrillos	50
27	Horno tradicional de leña para asar la arepa cojonga	56
28	Carne de res y de cerdo colgada al humo	58
29	Doña Melania Vela y Amalia Caicedo, mujeres preparando la arepa Cojonga.	63
30	Hermelinda Carabalí Caicedo, mujer que por muchos años brindó alimentación a las personas de la región y las venideras	65
31	Rubelisa Carabalí con las arepas Cojongas	68
32	Preparación del dulce navideño por la señora Rudecinda Caicedo	69
33	Chulquin un alimento extraído de la caña brava	70
34	Piedra de moler maíz	73
35	Envueltos de Yuca preparados por los estudiantes de la escuela Bojoleo	74
36	Sancocho de gallina, preparación usual en las escuelas	75
37	Rellenas y chorizos preparados en las comidas comunitarias y familiares	76
38	Estudiante del grado 11°, elaborando dulce de guayaba	79
39	Procedimiento para la elaboración de chorizos a cargo de los estudiantes del grado 11°	79
40	Muestra gastronómica	80
41	Exposición gastronómica colegio Quilcacé	81
42	Estudiante del grado 10° preparando pan de maíz	82

MAPAS

		Pág.
1	Localización general de el municipio de El Tambo	31
2	Ubicación del corregimiento de Quilcacé municipio de El Tambo Cauca.	33

PRESENTACIÓN

Este proceso de investigación da inicio a múltiples análisis y reflexiones acerca de la situación alimenticia en la localidad de Quilcacé como contexto Afrocolombiano en el cual cotidianamente y a través de la historia se han venido poniendo en práctica elementos tan importantes como es la comida para la cohesión cultural. Se hizo un rastreo de estos procesos teniendo en cuenta su rescate y socialización para las nuevas generaciones, situación que permitió su revitalización en medio de un contexto que día a día está marcado por las dinámicas de consumo y producción foráneas.

En este sentido, se recuperó la memoria de los mayores y mayoras, narrando muchas de las tradiciones alimenticias, estableciendo un diálogo de saberes entre los sujetos lo cual permitió poner en escena y visibilizar aquellas costumbres del paladar Afroquilcacereño, de este modo se recurrió a las entrevistas semiestructuradas y abiertas realizadas a las personas adultas, mayores, mayoras de la comunidad, además se tuvo en cuenta los gustos de los jóvenes para hacer un recorrido generacional y establecer puntos de convergencia y divergencia entre las diferentes concepciones y percepciones. De igual manera, las entrevistas y las encuestas permitieron complementar los datos que se recogieron durante el desarrollo de la investigación, pero además, permitió conocer conceptualizaciones concretas de los procesos alimenticios a partir de las interpretaciones de los mismos actores de la comunidad involucrada en dicho proyecto.

Lo anterior permitió analizar algunas condiciones sociales y culturales, en la cual, se construyen procesos alimenticios tradicionales presentes en el contexto. Por lo tanto, este trabajo pretendió dar a conocer los factores que han inducido en el cambio de las prácticas y tradiciones alimenticias, como también saber cuáles son los conocimientos y prácticas culturales y tradicionales que aún se conservan con respecto a la alimentación, que es uno de los pilares fundamentales para sobrevivir y que nos permite redimensionar y valorar lo nuestro, de igual manera, es importante visibilizar el papel de la mujer Afrocolombiana que de manera histórica ha estado presente en “la cocina” y de quien se ha heredado de generación en generación el sazón culinario.

Por tanto se hace necesario recuperar la memoria de la sabiduría ancestral, y la enseñanza de los métodos de producción, basados en el conocimiento generacional y milenario que garanticen la conservación del ecosistema con su biodiversidad, es hora de darnos cuenta como hemos olvidado la historia de nuestros abuelos con respecto a la alimentación en su niñez y se hace necesario enfrentar la problemática en espacios educativos y comunitarios con otras miradas, respetando las formas de pensar y sentir de las personas, es por ello que se parte de los siguientes interrogantes los cuales permitieron entender los procesos de cambio con respecto a las maneras de producción y alimentación de los Quilcacereños. ¿Cuáles son los conocimientos y prácticas culturales y tradicionales en relación con la alimentación en la comunidad de Quilcacé?, ¿Qué factores culturales y educativos han incidido en el cambio de las prácticas y tradiciones alimenticias en la comunidad de Quilcacé?,

Hoy en día los niños, las niñas y los jóvenes desconocen aquellos productos nativos, es por ello que la escuela está en proceso de retomar los saberes tradicionales con el fin de mejorar las buenas prácticas de preparación de alimentos que caracterizan la longevidad y el bienestar de sus habitantes, sin perder de vista las nuevas tendencias o gustos alimenticios de los jóvenes, en este sentido, es pertinente revalorar desde una visión etnoeducativa en términos de los cuales permite reivindicar, visibilizar y reactivar muchas de las tradiciones gastronómicas presentes en la comunidad y que han sido elementos fundamentales en los procesos de socialización de las familias afro de Quilcacé, de igual manera es también una manera de aportar en la resignificación y socialización de prácticas que en la actualidad podrían verse como procesos de resistencia frente a las nuevas dinámicas alimenticias que nos pone el mercado, en consecuencia este ejercicio podría entenderse como un proyecto político de gran trascendencia para nuestra comunidad y las nuevas generaciones.

Este proyecto tuvo como objetivo contribuir desde la Etnoeducación al reconocimiento de las tradiciones gastronómicas y los aportes de la mujer en la mesa afrocolombiana teniendo en cuenta los cambios y rupturas en la dieta alimenticia de la población del corregimiento de Quilcacé. Desde la etnoeducación, retomar los conocimientos de nuestros mayores en relación con las buenas prácticas de preparación de alimentos y que en su época fueron transmitidos de una generación a otra, para fortalecer de nuevo la gastronomía desde lo local como aporte significativo y de reconocimiento a las mujeres y a la buena mesa afrocolombiana y como objetivos específicos: Indagar y sistematizar los saberes y prácticas locales en torno a la alimentación tradicional, presentes en la comunidad afrocolombiana de la zona; analizar qué factores culturales y educativos han incidido en el cambio de las prácticas y tradiciones

alimenticias en la comunidad de Quilcacé; y diseñar e implementar en la práctica educativa una estrategia para el fortalecimiento y enseñanza de los saberes y prácticas locales en torno a la alimentación tradicional en Quilcacé.

La educación no puede seguir desarrollándose en una urna de cristal y lejos del campo productivo, debemos hacer un gran esfuerzo por emprender cosas nuevas e innovar, por tomar en nuestras manos el manejo de qué es lo que queremos para nuestras futuras generaciones ya que una de las nuevas realidades globales, es la del sector productivo, cuyo común denominador es el ser humano.

CAPITULO 1

MARCAS QUE DEJAN HISTORIA

Este capítulo hace referencia a los antecedentes que perduran en la memoria de un pueblo Afrocolombiano que debido a las rupturas territoriales se vio en la necesidad de adaptarse a las nuevas circunstancias rodeadas de esclavitud, sometimiento e injusticias que de manera histórica marcó sus vidas, de esta modo los pobladores del corregimiento de Quilcacé durante muchos años lo vivieron en la hacienda conocida como el Limonar, territorio que por muchos años cultivaron en calidad de arriendo. Entre los años 70 y 90 cuando el INCORA parcela este terreno mejoró los procesos productivos pero a su vez se extendió la siembra de monocultivos ocultando día a día la oralidad gastronómica, es por ello que es importante mencionar que la Etnoeducación es uno de los medios o alternativas que permiten reivindicar los saberes que circundan en la comunidad y la escuela como ese ente socializador que puede reactivar la memoria individual y colectiva de los saberes gastronómicos.

1.1 LOS RECUERDOS DEL AYER Y HOY

Es importante mencionar que la alimentación ha sido uno de los elementos que culturalmente ha caracterizado a los diferentes grupos culturales, especialmente a las y los afrocolombianos *“...en la medida que contribuye a definirlos como grupo étnico y a la vez diferenciarlo de*

otras comunidades...” (Rojas, 2008; 270), en este sentido las marcas dejadas por la esclavitud ha generado históricamente un proceso de aculturación el cual generó rupturas y/o adaptaciones alimenticias en esta población, autores como Alban compilado por Rojas (2010; 299), exponen que este proceso esclavista estuvo enmarcado por dos factores; el primero por la explotación minera y el segundo por la producción agropecuaria de las haciendas:

“Al esclavizado de la hacienda le era suministrado una ración semanal de comida consistente en la mayoría de los casos por sal, carne, plátano y arroz, como también de melaza, raspadura y aguardiente. Esta dieta de sostenimiento a base de carbohidratos permitía mantener la fuerza productiva esclavizada en las condiciones mínimas para el desarrollo del trabajo”.

Ahora bien, se habla de un proceso de dominación y sometimiento pero también de un transcurso de expansión en los diferentes territorios colombianos, en este sentido, se puede entender que no todos los afrocolombianos viven actualmente en las riberas de los ríos, es decir, mucho de ellos y ellas viven en las zonas rurales y urbanas apropiándose de una cultura ajena, cabe mencionar que esto ocasiona hibridaciones alimenticias pero que sin lugar a duda son diferenciados étnicamente.

Existen territorios afrocolombianos como el corregimiento de Quilcacé, zona sur del municipio de El Tambo, Cauca, población que históricamente fue abatida por la esclavitud donde sus raíces provenientes de África fueron ocultadas y reemplazadas por la minería y el trabajo forzoso de la hacienda de Quilcacé conocida en la actualidad como El Limonar; al respecto el señor Arquímedes Caicedo (2013), trabajador de la hacienda cuyo propietario fue el señor Juan María Caicedo, recuerda que él les arrendaba de manera transitoria un pedazo de

tierra para que sembraran sus cultivos de pan coger a cambio de entregar el terreno limpio para el pastoreo de ganado, sin lugar a duda este territorio paso por varios propietarios los cuales negaban el derecho a tener un lugar donde cultivar, alrededor de 200 años los ancestros de esta zona tuvieron que someterse a las injusticias de los mayordomos quienes deciden luchar por la independencia logrando así la parcelación de esa finca, a continuación se muestra un rastreo cronológico encontrado en el archivo histórico de Popayán recopilado por Espejo (1987):

Cuadro N° 1. Sucesión histórica de los propietarios de la hacienda El Limonar.

Propietarios de la hacienda el limonar	Año
Presbítero Don Mariano Valdez y Bonilla	1774
Juan Francisco Equizabal	S.F
Presbítero Beltrán Caicedo	S.F
Los Padres Camilo o de la Buena muerte	1776
La toma el gobierno civil y se adjudica a la Universidad del Cauca	1820
Miguel Cuellar	S.F
Guillermo y Elías Barney	S.F
Juan María Caicedo	S.F
El INCORA compra parte de la hacienda	1970-1075
El INCORA compra el resto de la hacienda	1990

Cuando el INCORA parceló la hacienda entre los años de 1970 a 1990, permitió generar procesos productivos a mayor escala para beneficio familiar, entre los productos que inicialmente se empezaron a cultivar fueron; el maíz, el tabaco, el algodón, el plátano, la yuca, el arroz, garbanzo, el maní, cacao, café, la batata, frutales como la naranja dulce y agria, limón, badea, mango, guanábana, papaya, guayaba, los cuales se convirtieron en la base de su

alimentación y economía por muchos años de los cuales algunos se conservan hoy en día. Su clima cálido no permitía sembrar otros productos de consumo diario fue por ello que lo que no producían lo adquirían comprando en el municipio de Timbio y cabecera municipal de El Tambo; el señor Abel Carabalí cuenta que tenían que desplazarse tres días a caballo para poder vender y comprar productos como la sal, la cebolla, ropa. Otro testimonio cuenta como las personas foráneas como los arrieros pagaban la posada y comida a cambio del Anís;

Por aquí por Quilcacé era el camino de los pastusos, venían de pasto con tres o cuatro cargas de bueyes, cargados de anís, ellos aquí se quedaban, y donde se quedaban les daban comida, posada y les dejaban sus cuatro o cinco libras de anís, el cual se utilizaba para echarle a la mazamorra así fuera de maíz o de arroz (Arquímedes Caicedo; 2013. Entrevista).

Sin embargo, esta aparente “abundancia” con el tiempo fue decayendo por los monocultivos como la yuca, permitiendo la reducción de la siembra de productos antes en mención, de este modo la alimentación se fue restringiendo a lo que se pudiera comprar, olvidando también las prácticas culturales en relación con las formas de producción y consumo de los alimentos.

1.2 DIME DONDE VIVES Y TE DIRÈ QUE CULTIVAS

A partir de 1970 se dieron cambios en los procesos políticos, educativos y productivos los cuales han llevado a la transformación y en la actualidad a la desaparición de prácticas y conocimientos culturales ligados a la alimentación; las prácticas y hábitos alimenticios forman una parte importante de la cultura de los pueblos, ya que transmiten conocimientos y

experiencias similares que permiten a las poblaciones adaptarse a las condiciones ecológicas de la región. Los alimentos no solo sirven para la supervivencia, la comida significa toda una escala de valores para los seres humanos hasta llegar a convertirse en un arma política, ya que en algunas partes del mundo la palabra comida, equivale a la diferencia entre la vida y la muerte, a un status social donde los alimentos también clasifican. En algunos lugares existe en abundancia en otras será limitada pero la realidad esta enmarcada en los factores sociales, político, económicos los cuales desconocen las realidades de un pueblo ancestral, en el afán de extraer los recursos al máximo ha generado grandes impactos, poniendo en peligro el ambiente y las formas de producción presentes en la región, así mismo los hábitos alimenticios.

Cabe destacar la importancia que tuvieron los colombianos cuando empezaron a reclamar el derecho a la tierra, especialmente los Afrocolombianos quienes se cansaron de trabajar en las haciendas a merced y beneficio de una sola persona, desde el punto de vista de la comunidad, no es solamente el derecho a un lote o parcela, sino a un territorio que incluye el medio ambiente, los ecosistemas y las relaciones socio- culturales que se encuentran inmersos, de este modo se hizo necesario desarrollar este trabajo el cual permitió visibilizar los productos y recetas que trajeron consigo esclavos y esclavas llegadas a este territorio y que debido al cambio brusco de su territorio se fueron adaptando teniendo en cuenta su nueva ubicación geográfica.

Las familias residentes en el corregimiento de Quilcacé, han logrado transmitir en voz de las mayores y mayores todo una carga de oralidad gastronómica la cual ha permitido diferenciarlas de un pueblo a otro, a pesar que se mantienen algunas tradiciones culinarias los

niños, niñas y jóvenes están remplazando algunos platos típicos a cambio de productos procesados por ejemplo el arroz que se sembraba anteriormente en la actualidad prefieren comprar arroz Flor Huila, Carolina y otros. Hace 44 años la prioridad era tener un terreno donde sembrar aquellos cultivos negados por los hacendados, en la actualidad quien labra la tierra está a cargo de quienes soñaron y lucharon por este sueño, gran parte de las señoritas salen a trabajar en casas de familias en ciudades como Cali en labores domesticas, por otra parte algunos jóvenes se dedican al monocultivo de la coca, yuca y al trabajo de la minería.

Como se ha mencionado anteriormente, ha sido el territorio el cual no debe perder su papel protagónico que en su época tuvo, de esta manera la gastronomía Afrotambeña debe persistir generando espacios de resistencia con relación a los cambios en este nuevo siglo sin olvidar que los agrados y gustos varían.

1.3 LA ETNOEDUCACIÓN COMO REFERENTE DEL PROCESO

Para abordar el conocimiento de esta realidad, tendremos en cuenta referentes conceptuales en los cuales se enmarca el escenario sociocultural y gastronómico de la comunidad de Quilcacé; dichos conceptos serán útiles para la interpretación de las dinámicas alimenticias y de la etnoeducación como alternativa política que permite reivindicar y reesignificar estos saberes presentes en la comunidad.

La etnoeducación como primer concepto determinante para este ejercicio de investigación se convierte en el eje transversal, no obstante, hay que tener presente que como concepto tiene

múltiples definiciones y apropiaciones respecto de los sujetos que la construyen, además tales convergencias y divergencias ponen en claro que es un concepto variable y polisémico. En este sentido la Etnoeducación es,

Un proyecto educativo que nace en el marco de las transformaciones sociales y políticas de finales del siglo XX y comienzos del XXI. Además debe obedecer a una necesidad en el campo educativo, que responde a la demanda política de las minorías étnicas del país” (Fundamentos de la Etnoeducación p.15)

Donde indígenas y poblaciones negras hicieron un llamado respecto de su reconocimiento cultural, así como de sus procesos y proyectos educativos que venían agenciando. Por tal motivo la etnoeducación cobra sentido en términos en los cuales el Estado desde su perspectiva asistencialista atiende a los grupos étnicos convirtiéndola en una política pública mediante la cual las comunidades Afrocolombianas e indígenas adelantan sus procesos educativos.

En Colombia la Etnoeducación como política pública “ha sido entendida de manera generalizada, como la política de Estado orientada [...] como la manera de tramitar, por la vía educativa el reconocimiento de la multiculturalidad del país” (MEN 2010: 31), situación que impide la afectación a ciertas políticas y de la sociedad en su conjunto. Por tal razón y a través de la historia la educación oficial dirigida a los grupos étnicos es una clara muestra del Estado para legitimar una orden de relaciones, la cual ha sido impuesta desde la época de la colonia donde la diferencia étnica y cultural fue marcada como la desigualdad social. Esta educación ha conllevado a los grupos étnicos al debilitamiento de su cultura, ya que el Estado lo que

pretende es que el modelo Educativo sea homogenizante, desconociendo la identidad, la cultura, la cosmovisión y otros elementos que hacen parte de la diversidad cultural.

La escuela como ente socializador y legitimador del Estado, se ha encargado de implementar programas muy diferentes a los que tenían nuestras comunidades étnicas, con la estandarización de los contenidos y los conocimientos, además las prácticas educativas reproducen unas formas de relaciones discriminadoras ya que solamente se han preocupado por darnos ideas de discriminación social y cultural que a su vez operan como reguladoras de la vida cotidiana. En medio de estas tensiones surge la Etnoeducación “como un proceso a través del cual los miembros de un pueblo internalizan, construyen conocimientos y valores y desarrollan habilidades y destrezas de acuerdo con sus necesidades, aspiraciones e intereses que les permitan desempeñarse adecuadamente en su medio y proyectarse con identidad hacia otros grupos humanos” (Artunduaga, citado por Rojas y Castillo, 2005: 83).

No obstante, es de mencionar que las comunidades Afrocolombianas han tenido una trayectoria distinta en cuanto al proyecto etnoeducativo y han sido también protagonistas de un proceso en el cual:

Son depositarias de una sabiduría acumulada durante siglos que han transmitido fundamentalmente a través de la tradición oral, de abuelos a nietos sucesivamente, para garantizar la reproducción física y espiritual de las presentes y futuras generaciones, con sus propios sistemas de socialización y educación. Estas formas milenarias propias de aprender y enseñar fueron reivindicadas por los movimientos sociales indígenas y afrocolombianos de los años 70 y 80 como aspectos de las luchas contra el colonialismo cultural y el etnocentrismo educativo. En esta dirección se plantea un debate sobre los modelos de conocimiento y educación occidental, y la existencia de otros modelos interpretativos de la realidad y particularmente el espinoso tema de la etnociencia.”(MEN, 2001: 21).

Por tanto y en tanto estas comunidades hoy por hoy vienen haciendo carrera en el plano del reconocimiento de sus proyectos educativos, tales acciones se ven reflejadas con estamentos jurídicos como el decreto 1122 mediante el cual se reglamenta la Cátedra de Estudios Afrocolombianos. Sin embargo, si bien esto es un avance, por otro lado se ha convertido en una trampa maniquea que muchas veces se limita a su carácter de área del conocimiento, lo cual impide un verdadero desarrollo y empoderamiento de las comunidades para lograr vencer fantasmas como el racismo y de igual manera lograr incidir en las políticas del Estado que aún le falta voluntad política que pueda hacer realidad los proyectos etnoeducativos.

Pasando de otro lado el tema de la alimentación es necesario abordar los diferentes aportes en tanto permiten tener una mejor comprensión de la situación actual en nuestro contexto. En este sentido, “diferentes preguntas nos surgen a diario en el pensar alrededor de la comida y su papel como referente investigativo sobre la identidad y especialmente hoy en día en un mundo que habla de la globalización y de la mundialización, contextos en los que la identidad y la cultura nos exigen nuevos retos y la elaboración de modelos de análisis de esta realidad. La comida sigue ubicándose en un lugar privilegiado en los procesos investigativos sobre la identidad y la etnicidad” (Delgado, sf: sp.) que para el caso de Quilcacé como contexto Afrocolombiano es un reto y una necesidad visibilizar las prácticas alimenticias con el fin de adelantar procesos de socialización y revitalización de las mismas.

Los procesos alimenticios tradicionales en la actualidad se ven enfrentados a los múltiples cambios ocasionados por las dinámicas de consumo y producción modernas lo que ha generado el desplazamiento de ciertas prácticas que han sido vitales dentro de la cultura.

Enfrentarse o abordar este tema “nos permite recorrer la dimensión social y cultural que tiene ese universo de la comida” (Delgado, s.f: sp.) En el contexto Afroquilacereño elemento que permitiría vislumbrar e interpretar esta realidad “en la cual se plantea la mirada del acto de comer como una cadena de procesos en los cuales se construye el contexto de la comida, procesos que inician desde la producción-distribución-almacenamiento de las materias primas para la preparación de la comida, siguiendo con los procesos de preparación, consumo y limpieza de la comida” (Delgado, sf: sp.)

En éste sentido la gastronomía está inmersa en el sabor local, quienes participan en él aportan sus conocimientos para establecer unas tradiciones alimenticias sin desconocer los gustos, sabores y preparaciones que se vivencian en cada una de las familias pobladoras y de los conocimientos que llegan de afuera para fortalecer y adicionar en algunas recetas.

Culturalmente las cocinas de nuestras regiones han marcado la importancia de la cocina y la sazón de las comunidades Afrocolombianas para el paladar y el gusto de una población que valora la exquisitez de lo preparado y en donde se pone en juego mucho de lo cultural e identitarios y como lo manifiesta Iván Vela:

Las comunidades afro ubicadas en las costas y en los valles interandinos han contribuido a la diversidad gastronómica en la preparación de platos típicos y tradicionales lo que ha enriquecido la cocina Colombiana y local; estas dinámicas alimenticias podrían denominarse como procesos educativos generacionales que se dan en la nutrición y bienestar social que caracterizan el que hacer del negro en el cual juega un papel importante en cuanto al cultivo de la tierra la utilización de sus frutos para la preparación de las diversas recetas gastronómicas”.(Vela, 2011).

En nuestra comunidad muchas de estas tradiciones aun siguen latentes y se conservan en la memoria de nuestros mayores, lo cual implica que nos adentremos en un ejercicio de reactivación de la memoria colectiva para traer en este presente mucho del universo alimenticio y cultural que aún se conserva y ha sido transmitido oralmente. En este sentido un concepto de gran importancia en este proceso es el de memoria colectiva como un “proceso social de reconstrucción del pasado vivido y experimentado por un determinado grupo, comunidad o sociedad” (Halbwachs, 1991: 2) que permite hacer un ejercicio de análisis de la realidad vivida y en colectivo encontrar el camino en su reconstrucción o activación por medio de la comunicación garantizando así la permanencia de ciertos elementos propios de la cotidianidad de las personas. Por otro lado “la memoria colectiva insiste en asegurar la permanencia del tiempo y la homogeneidad de la vida, como en un intento por mostrar que el pasado permanece, que nada ha cambiado dentro del grupo y, por ende, junto con el pasado, la identidad de ese grupo también permanece, así como sus proyectos” (Halbwachs, 1991: 2)

1.4 RUTAS Y ENCUENTROS METODOLÓGICOS

El ejercicio de investigación frente a los procesos alimenticios como prácticas tradicionales en la comunidad de Quilcacé se abordó desde un enfoque cualitativo de investigación crítico social el cual “apunta a la comprensión de la realidad como resultado de un proceso histórico de construcción a partir de las lógicas de sus protagonistas rescatando su diversidad y particularidad” (Galeano, 2004: 18), la cual permitió acercarse a la realidad concreta a partir del relacionamiento directo y permanente con los sujetos en igualdad de condiciones, para

comprender, discutir, analizar e interpretar desde las subjetividades los comportamientos, saberes, entre otros aspectos determinantes en la cultura.

Desde esta perspectiva es importante tener en cuenta que el método cualitativo de investigación social, está ubicado en el marco participativo, es decir; los sujetos sociales estarán inmersos en el proceso del conocimiento frente a las dinámicas presentes en su contexto y a su vez serán los protagonistas de la formulación de acciones pertinentes que posibiliten generar transformaciones posteriores en los escenarios educativos.



Foto N° 1. Encuentro de maestros corregimiento de Quilcacé, compartiendo un sancocho de gallina. Angela, 2013

La pretensión del enfoque cualitativo permitió conocer unas realidades de contexto en el cual están inmersas unas tradiciones particulares de diversidad étnica y cultural; de igual manera permitió comprender de forma más clara los procesos alimenticios. Por tanto, como investigadora fue importante acercarme a este escenario con una postura formativa en términos

académicos y éticos, con el fin de comprender sistemáticamente las razones por las cuales determinadas tradiciones han sido desplazadas por nuevas dinámicas de producción y consumo.

Como principio del enfoque radica en producir conocimiento como resultado de un proceso colectivo mediante el cual se escenifican las distintas concepciones que se tiene de la realidad

sociocultural. Por ello fue vital establecer un puente cohesionador que permita una comunicación recíproca entre el investigador y los sujetos sociales que participaron de este trabajo, ya que el objetivo de la metodología cualitativa es la toma de conciencia frente a las problemáticas que surgen en la cotidianidad de los pobladores y en ese sentido plantear soluciones a diferentes problemáticas.

Cabe mencionar que la investigación desde este enfoque está dimensionada desde una lógica de observación participativa en los eventos comunitarios y familiares, rescatando prácticas tradicionales relacionadas a la preparación de alimentos, en esta medida el agente investigador planifica el proceso investigativo mediante estrategias metodológicas que permitió conocer, analizar e interpretar la realidad de la comunidad Quilcacereña. Para su efecto, se hizo uso de la observación, las entrevistas semiestructuradas y abiertas, las encuestas para identificar en los jóvenes agrados alimenticios y la escuela como espacio formador.



Foto N° 2. Estudiantes y manipuladora preparando envueltos de yuca en la sede Bojoleo. Angela, 2013.

Por otro lado, se llevó al aula escolar aquellos saberes recopilados por los mayores y a través de un ejercicio; en conjunto se prepararon alimentos que en la actualidad ya no se consumen, fue necesario incluir otros ingredientes de agrado para los estudiantes con el fin de que fuera rico a su paladar,

metodológicamente permitiendo establecer espacios participativos mediante el cual se puso en escena las distintas concepciones y/o percepciones de la situación alimenticia en la actualidad, así como de las vicisitudes en el aspecto alimenticio.

CAPITULO 2

MI TERRITORIO UN ESPACIO DE MEMORIAS

El capítulo que a continuación se presenta resalta las memorias construidas territorialmente en el corregimiento de Quilcacé zona sur del municipio de El Tambo Cauca, lugar habitado por afrocolombianos en su mayoría y mestizos en menor proporción. Se resalta las costumbres y tradiciones de un pueblo que sufrió por largos años el flagelo de la esclavitud, la cual se hace visible al recordar la hacienda El Limonar y lo que en su alrededor padecieron los negros al ser traídos por los padres San Camilo o de la buena muerte, pero que a pesar de tanto sufrimiento han logrado mantener su historia y expresar con alegría sus raíces, que los a diferenciado de otros grupos étnicos.

2.1 MUNICIPIO DE EL TAMBO, CORAZÓN DEL CAUCA



Foto N° 3. Panorámica del municipio del Tambo.
Liliana M, 2009

El municipio del Tambo se ha considerado como un sitio históricamente habitado por diferentes grupos reconocidos étnicamente pero también por el proceso de la conquista y la instauración de la religión católica la cual esta muy arraigada en esta población.

Es un municipio multiétnico y pluricultural donde habitan los mestizos en un 70 %, los afrocolombianos en un 25% y los indígenas en un 5 %. Su origen se fragua en el seno de las comunidades indígenas que habitan en el territorio antes de la llegada de los españoles al continente americano (1492);

momento en el cual, inicia el sufrimiento de la población nativa, debido al afán extranjero por conquistar nuevas tierras (Proyecto Educativo Comunitario Afrocolombiano, 2012; 19)

Su fundación se dio en el año de 1713, según Solís (2001) con referente a la historia del municipio del Tambo, no se ha tenido una información precisa que nos permita entender su fundación, lo que esta claro en la memoria de los habitantes es que su nombre proviene de los tambos o tambitos conocidos como campamentos o lugares hechos por los españoles destinados para descansar, de sus duras y largas jornadas de camino hacia los cerros de Munchique.

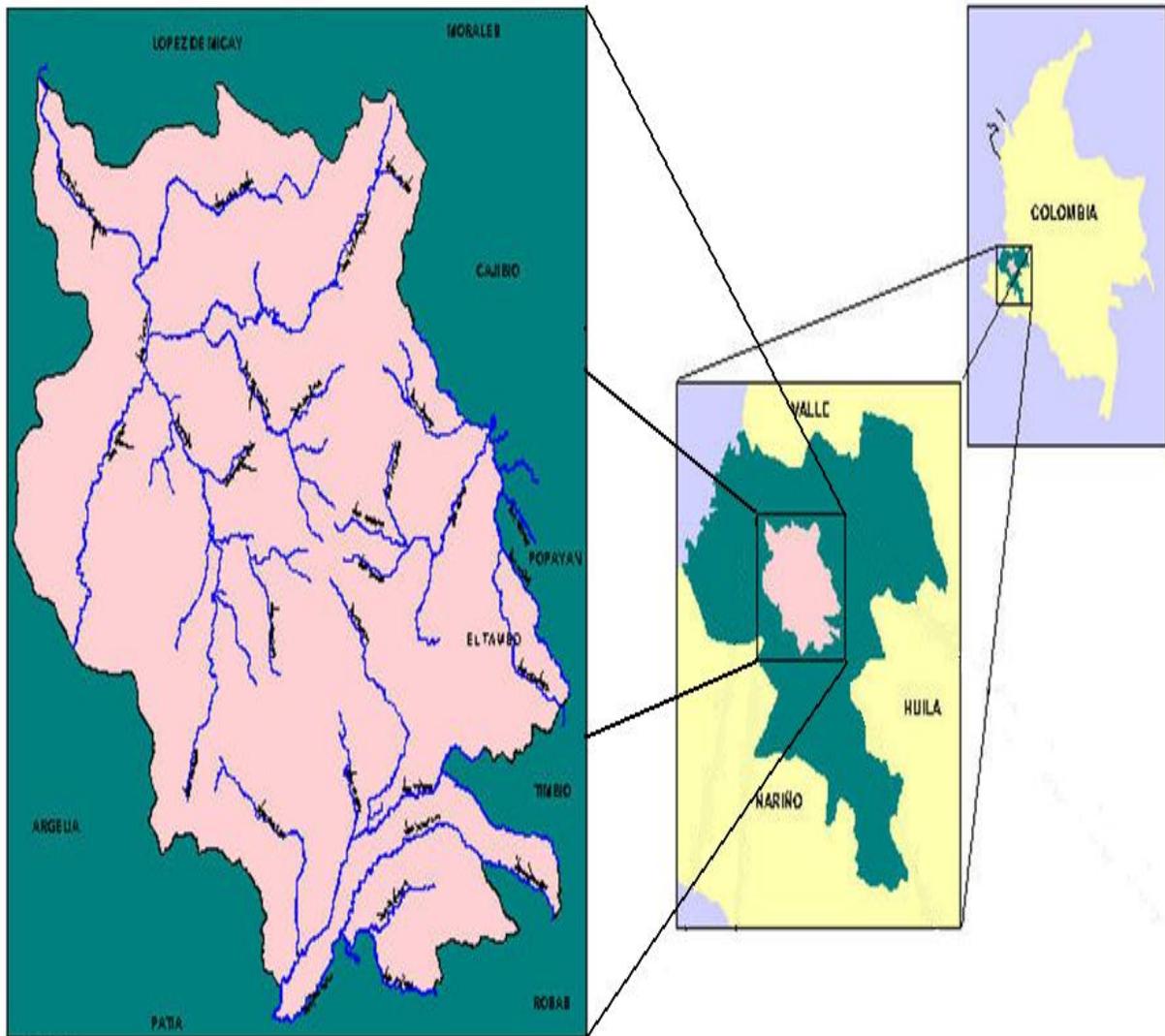
Dicha población estuvo compuesta por aborígenes localizados en las encomiendas y parcialidades de Chisquio, Chapa, Alto del rey y la Cuchilla; la población blanca la integraba soldados, encomenderos, curas doctrineros y misioneros que entraron con Belalcázar en el siglo XVI. La población negra se trajo de África a mediados del siglo XV como esclavos para implementar la mano de obra, en las minas de oro del río Quilcacé, Munchique, Guazabara, Barita y Chisquio. Al indígena como al negro se le empleó como medio de transporte de mercancías entre Micay, el Tambo y Popayán vía colonial de comercio. (Morcillo, 2010; 58)

Ha sido un territorio el cual ha tenido disputas territoriales inicialmente por los españoles como la batalla de Guazabara (1536), batalla de La Cuchilla (1816), y en los últimos años por grupos al margen de la ley con la primera toma guerrillera en el año de 1990.

Su territorio se ha distribuido teniendo en cuenta su recurso hídrico el cual permite dividirlo en regiones: Región Alto Cauca, Región Río Patía, Región Río Micay, (Ver mapa 1). Cuenta con 210 veredas, 20 corregimientos, un hospital de primer nivel Santa María, puestos y centros de salud, 168 establecimientos educativos (privados, públicos, centros, sedes).

MAPA N° 1. LOCALIZACION GENERAL DE EL MUNICIPIO DEL TAMBO.

Fuente: imagen tomada de <http://eltambo-cauca.gov.co> .



2.2 LA HACIENDA DE QUILCACÉ, TERRITORIO DE NEGROS

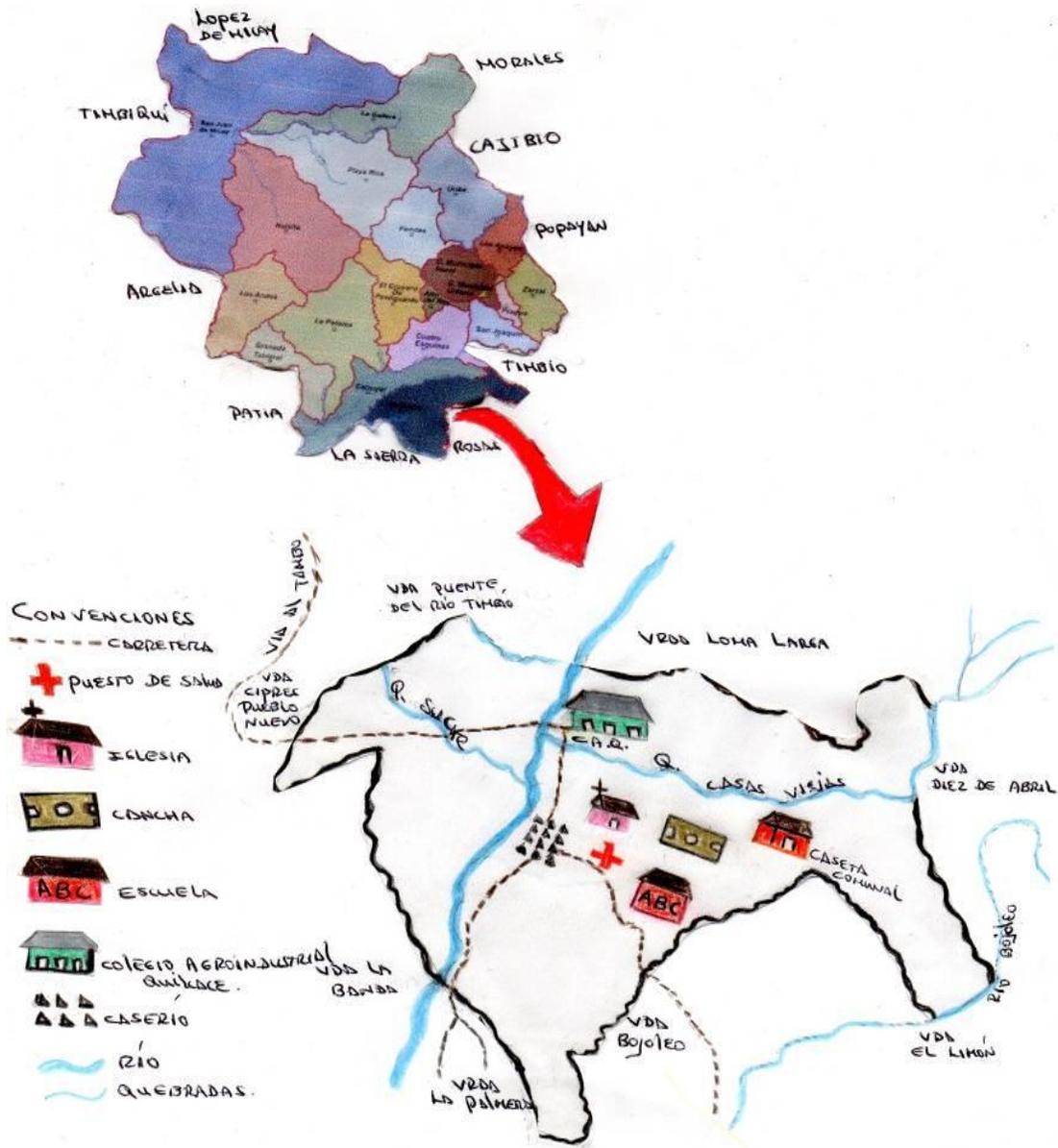


Foto N° 4. Panorámica corregimiento de Quilcacé. Luz Angela Vela, 2010

El corregimiento de Quilcacé cuyo nombre se debe al cacique y al río nombrado por sus antiguos habitantes Quilquicè, se encuentra ubicado en la zona sur del municipio del Tambo Cauca, para llegar a conocer esta comunidad Afrocolombiana se debe trasladar en rutas de camperos los cuales

salen de la cabecera municipal, estos transportes están vinculados a una cooperativa intermunicipal, su vía la cual en tiempo de invierno se vuelve intransitable por los grandes huecos que se originan se convierte en un riesgo para los viajeros. Este trayecto dura aproximadamente una hora y media (1 ½) donde se observan cadenas de montañas las cuales albergan diversidad de flora y fauna como; mirlas, azulejos, águilas (zona caliente), garrapateros, calaguingos, conejos, perro lobos, chuchas entre otros. También sus recursos hídricos se pueden apreciar en su llegada pues se tiene el privilegio de observar el río Timbio, río Quilcacé los cuales se pasan a través de puentes. El corregimiento de Quilcacé limita con las veredas de Ciprés Pueblo Nuevo, Bojoleo, la Alianza, Loma Larga, Diez de Abril, la Banda, la Palmera, y el Puente del Río Timbío.

**Mapa 2. UBICACIÓN DEL CORREGIMIENTO DE
QUILCACÉ MUNICIPIO DE EL TAMBO CAUCA,
Ángela. 2013**



Se caracteriza por su clima cálido el cual se aprovecha para la siembra de productos como plátano, yuca, maíz, caña panelera, fríjol, papaya, mandarina, naranja, guayaba, guanábana, mango, y otros que desafortunadamente fueron desapareciendo como el garbanzo, el zapallo, batata, la badea. Al respecto el mayor Arquímedes Caicedo (2013) recuerda;

Hacia los años 50 y 60 en el corregimiento de Quilcacé hubo mucha abundancia de comida pues mis padres sembraban variedad de productos como era el maíz, el plátano, la yuca, la caña de azúcar, el café, batata, frijol, arroz, aguacate, cacao, naranja, mandarina, badea, guanábana, mango, limón, melón, piña, maracuyá, sandía.

Dentro del verano se encuentran los meses de febrero, mayo, junio, julio, agosto y para el invierno los meses de: septiembre, octubre, noviembre, diciembre y parte de enero. Son practicantes de una cultura tradicional usando el método de las cabañuelas, medio por el cual dan una aproximación al estado del tiempo para aplicarlo a las siembras y cosechas de los productos de la región, sin embargo, existen factores negativos que alteran temporalmente las épocas de lluvia como: la tala de árboles, la quema, monocultivos, sobre poblamiento, aumento vehicular (carros y motos), químicos para la siembra y control de plagas y enfermedades, y cultivos de coca etc., ocasionando en épocas de invierno sequías afectando en gran medida a los agricultores en las siembras y cosechas, ya que no pueden establecer el tiempo adecuado como la hacían en épocas pasadas. Estos factores afectan en gran medida a los recursos naturales y su habitat, pero a pesar de ello aun se encuentran gran diversidad de flora como: la jigua, cachimbo, samán, guabo, escoba, caña agria, cucharo, y resaltando las plantas medicinales

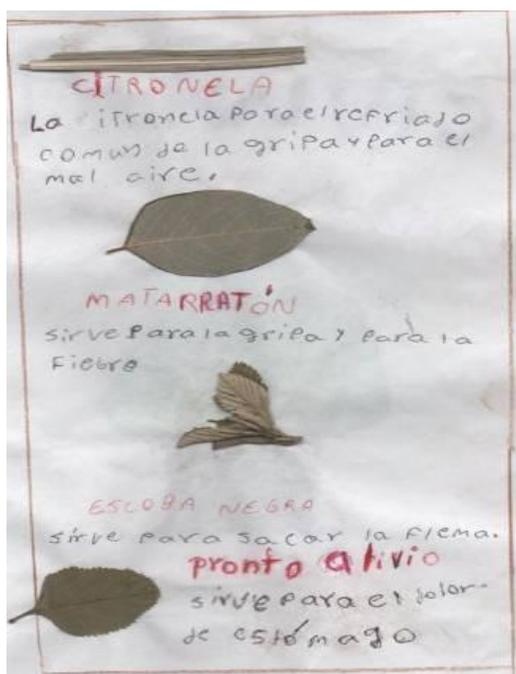


Imagen N° 1. Cartilla del estudiante de la sede el Bojoleo. 2013

Con ayuda de los estudiantes a través de la escuela se han identificado plantas como: suelda con suelda, limoncillo, puro, mango, guayaba, hierbabuena, jazmín, chundu, limón, naranja, muy utilizadas por los yerbateros como son conocidos en la zona, parteras y personas de la tercera edad para uso familiar.

Dentro de sus sitios turísticos tenemos el río Quilcacé, es de gran importancia para su recurso hídrico, para la extracción de arena, oro y piedra, es alimentado por otros ríos como: río Bojoleo, río Esmita, río Sabanetas, río Arboleda, río Pulido, río Blanco y algunas quebradas como: Casas Viejas, Zanjón de Guácimo, Carpintería y Gavilanes. Se ha convertido en distracción para los pobladores y personas foráneas que aprovechan su tiempo libre para divertirse en actividades de baño, sin embargo existe otra mirada al río y es la presencia de residuos de rayanderías, actividades domésticas que afectan la calidad de sus aguas.

2.2.1 ¿De Dónde Venimos?

En la época de la colonia los Afrocolombianos sufrieron un proceso de aculturación (1600-1.800), por parte de los españoles quienes vieron en el negro africano una opción para desarrollar actividades de alta resistencia como la explotación minera y agropecuaria la cual los indígenas no fueron capaces de soportar, los primeros pobladores de la zona sur se cree que fueron los indios Bojoleos que a través de los cronistas fueron catalogados como caníbales, lucharon en contra de los españoles resistiéndose y preferir morir antes de ser esclavizados, en un segundo poblamiento del territorio se habito por negros traídos como esclavos en su mayoría originarios de África.

La zona sur del Tambo está ligada a la hacienda el Limonar de Quilcacé, estas tierras fueron testigo de cómo se dio el proceso de sincretismo cultural entre lo mágico, sagrado y profano, pues sus tierras y hombres esclavos fueron donados a los padres Camilo o de la buena muerte, quienes llegan a Popayán el 14 de julio de 1776, encontrando a su llegada una sociedad esclavista compuesta por grandes terratenientes o hacendados (Avirama, 2000; 1).

Según datos de Avirama (2000), la hacienda el Limonar tuvo un proceso de propiedad individual el cual paso a varios dueños: el presbítero don Mariano Valdés propietario hasta el año 1760, Juan francisco Equizabal, el sacerdote don José Beltrán Caicedo.

La hacienda Quilcacé punto de partida de generaciones hoy existentes tienen como hechos históricos todos los acontecimientos allí generados desde sus primeros propietarios como el teniente general don Tomas Ruiz Quijano, quien dono la hacienda Quilcacé avaluada en ese entonces en cuarenta y seis mil pesos (\$46000) con esclavos, cortes de minas de oro, sementeras y mucho ganado (Avirama, 2000; 1).



Foto N° 5. Casa de la hacienda el Limonar. Montenegro, 2007

Ya para el año de 1765 la corona española envió 8 religiosos y 4 legos a petición de don Beltrán Caicedo siendo los responsables en la época para la protección del territorio y demás bienes. Desde el año 1766 empieza un suceso de seguidores de los padres Camilo, los cuales brindan a la comunidad servicios a los más

necesitados y asistencia permanente a los enfermos, la sucesión fue de la siguiente manera;

- ❖ Manuel José
- ❖ Pedro Antonio Gonzales
- ❖ Padre Gerónimo Roa
- ❖ Padre José de Lorga (último de los religiosos, eliminándose la orden de san Camilo y de la buena muerte).

En 1820 ya pasado un tiempo la escritura de la hacienda de Quilcacé queda en manos del gobierno civil, que personalmente le adjudica los bienes a la universidad del Cauca como bienes religiosos extinguidos. La hacienda pasa a manos de Miguel Cuellar pero no hay registro ni documentación sobre su venta. El nuevo dueño vende al señor Guillermo y Elías Barney, ellos de igual manera que los anteriores le venden a Juan María Caicedo, durante este tiempo el negro tenía la oportunidad de trabajar 4 días a la semana en la hacienda, su trabajo se baso en maltratos y humillaciones, a través de él pagaban el arrendo donde construían sus ranchos, a raíz de tanta imposición los negros se unen con el fin de protestar por tantos abusos, logran que en el año de 1970 el INCORA compre parte de la hacienda ya pertenecida al señor Álvaro Caicedo, parcelándola y adjudicándosela a personas de bajos recursos. (Morcillo; 2007. S.f)

En 1990 el INCORA compró el resto de tierra al señor Caicedo y distribuyó el territorio en parcelas al resto de la gente que no había sido beneficiada, es de resaltar que donde estaba la casa de la hacienda se asignó para iniciar procesos educativos, durando mucho tiempo sin adecuar la construcción.



Foto N° 6. Muralla ubicada en la parcela que lleva su mismo nombre. Angela Vela, 2014.

En la hacienda aún quedan algunos rastros denominados por Avirama (2000) como “*testigos mudos*”, las murallas encontradas en los potreros las cuales fueron construidas por los esclavos *con almacigo y piedras superpuestas de gran peso y tamaño*, cuyo propósito fue el de

crear una división protectora que facilitara cuidar el ganado de los sacerdotes de la orden de San Camilo.

2.2.2 Celebraciones y Creencias de la Comunidad Quilcacereña



Foto N° 7. Celebración día de la cruz. Avirama, 2000

La presencia de la iglesia ha sido imperialista en cualquier cultura, a pesar de que se impuso, en la comunidad las personas Afrocolombianas han apropiado ciertas prácticas que en la actualidad se mantienen. Una de ellas es la celebración de la santa cruz el 3 de mayo, donde la comunidad se reúne

de manera grupal rezando el rosario en la noche, según relatos de Avirama (2000), esta cruz fue dejada por los misioneros en el mes de agosto en 1970, los feligreses a su alrededor acompañan con velas, flores rezando el santo rosario y cantos tradicionales.

Una de las características de las comunidades negras ha sido su alegría, la espontaneidad para la interacción y colaboración para múltiples actividades, trabajan en conjunto especialmente en la vereda Bojoleo para la celebración de la fiesta San Pedro Apóstol cada 29 de



Foto N° 8. Imagen de la virgen del transito de Quilcace. Angela, 2013

junio, anteriormente era el mes de las primeras comuniones, en la actualidad solo se efectúa la misa y después la verbena popular caracterizado por el “despescuece de gallos”.

La celebración de las fiestas cívico patronales de la virgen del tránsito, se han convertido en la festividad de mayor importancia, la virgen les ayuda a tener calma en los momentos difíciles, se celebra cada año el 15 de agosto, con actividades como: misas, primeras comuniones, bautizos, alboradas, quema de castillo, concurso de pintura, encuentros deportivos y culturales, cabalgata, exposición agropecuaria y equina, exposición gastronómica y artesanal, verbena popular, corrida de toros, otro acontecimiento es la Fiesta del Amo Jesús en el mes de agosto es una celebración de gran importancia para el municipio, de este modo se realiza una peregrinación por los corregimientos y veredas llegando a la zona sur, cada sitio se encarga de recibir la imagen por un día, se efectúa una misa y se continúa el recorrido por la carretera principal entregándoselo a otra comunidad.



Foto N° 9. Procesión con la imagen
San Pedro Claver. Idrobo, s.f

Fiesta de san Pedro Claver: es el patrono de los habitantes de la vereda la Alianza, esta imagen es conocida por ser la protectora de los esclavos, su celebración tiene inicios desde el año de 1958 cada 9 del mes de septiembre, sus actividades religiosas están enmarcadas en la misa, procesión recorriendo la calle principal del caserío, bautizos, primeras comuniones y

finaliza con una verbena popular utilizando la pólvora como señal de fiesta.



Foto N° 10. Primeras comuniones. Idrobo, s.f

El novenario una ceremonia religiosa hace parte de las tantas características de los negros, la muerte de un adulto es uno de los rituales más importantes sin exceptuar la de un niño, durante la noche la



Foto N° 11. Construcción de un altar realizado por los estudiantes del colegio Quilcace. Montenegro, 2011

comunidad y familiares acompañan al difunto, cantando y rezando el rosario en algunas ocasiones en Latín, mujeres como la señora Leopoldina Caicedo, Rudecinda Caicedo, Aleida Camilo son quienes permiten mantener viva la memoria.

LEYENDA DEL TESORO DE MARCHÀN

Las personas mayores recuerdan esta leyenda como un suceso desagradable y a la vez inexplicable, cuentan que al llegar la misión de los padres Camilo o de la buena muerte al territorio Quilcacereño, conocidos por ayudar a personas moribundas o de gravedad, en su llegada traían consigo negros Africanos quienes cargaban tesoros en 3 cajones de madera recaudados por los impuestos, dice la leyenda que pasando por una quebrada conocida con el nombre de Marchàn descansaron del largo viaje y decidieron enterrar la joyas y el oro en ese lugar.

...eso habían dejado un entierro, tres cajones de oro. Eso fue cuando Simón Bolívar pué dio la libertad, entoce, ello empezaron a carga pa pal Ecuador por Quito, y era pura herradura pue...entoce ello se había llevao recua de mula cargando y a lo que ya se les iba a llega el plazo que les había dao Simón Bolívar, entoce fue que dejaron el entierro, uno dejaron en San Camilo, ese de san Camilo si lo sacaron, ese me di cuenta yo que lo sacaron en la iglesia de San Camilo ahí en Popayán. (Espejo, 1987; 6)

“la leyenda cuenta que a estos esclavos le fueron arrancados los ojos y cortadas sus leguas para que nunca revelaran el lugar exacto, ya que el tesoro estaba encantado” (Proyecto Educativo Comunitario Afrocolombiano, 2012; 22)

Cuentan que han sido varias las personas que han querido buscar ese tesoro, pero nadie hasta el momento ha podido encontrarlo, dicen que los que se han arriesgado a explorar por su ambición se han enfermado. Este mito se puede entender a partir de tres momentos, el primero relacionado a los padres Camilo, el segundo al entierro y el tercero a la búsqueda del tesoro.

2.2.3 Lo Económico

La comunidad de Quilcace se ha caracterizado por el desarrollo agropecuario, algunas familias disponen de pequeñas parcelas utilizadas para el pan coger y la comercialización de sus productos en la cabecera municipal, se resalta la yuca, la caña panelera y el maíz como su base principal de consumo y venta para sostenibilidad de las personas de la zona.

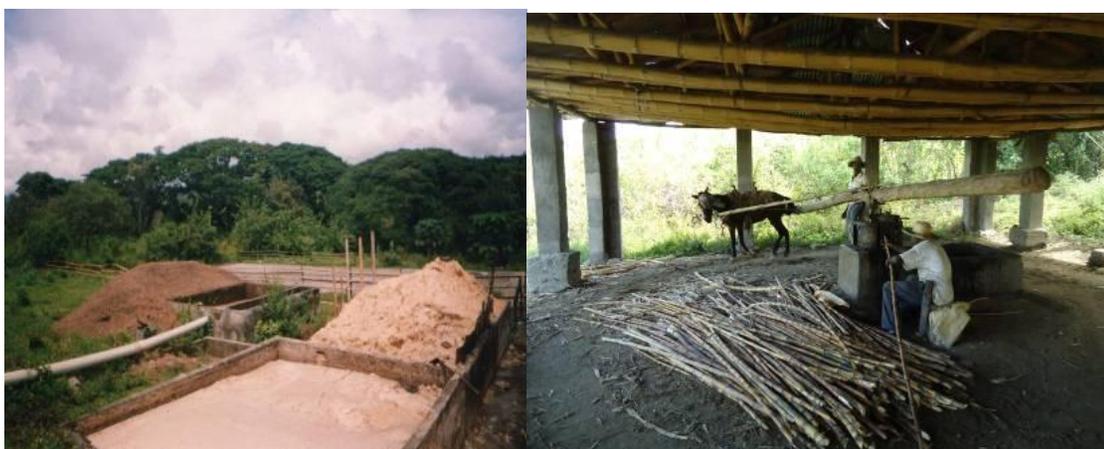


Foto 12 y 13 N°. Trapiche la Alianza, proceso inicial de la elaboración de la panela. Eliceo. 2010 y la rayandería en Quilcace. Montenegro. 2009

También se encuentran productos en un segundo plano como: café, fique, plátano, frutales. Otro aspecto que hace parte de su ingreso económico es la ganadería bovina, equina, así como especies menores. Se destacan también las minas de oro, carbón, artesanías hechas en fique, iraca, caña brava entre otros, al respecto el señor Arquímedes Caicedo recuerda como antaño los diferentes productos que se sembraban en este sitio y que en la actualidad son pocos los que se mantienen,

Hacia los años 50 y 60 en el corregimiento de Quilcacé hubo mucha abundancia de comida pues mis padres sembraban variedad de productos como era el maíz, el plátano, la yuca, la caña de azúcar, el café, batata, frijol, arroz, aguacate, cacao, naranja, mandarina, badea, guanábana, mango, limón, melón, piña, maracuyá, sandía entre otros.



Foto N° 14. Mujer lavando oro, río Quilcacé. Camilo, 2007

La mujer ha jugado un papel primordial en la base económica y se ha destacado por la ardua labor de los oficios del hogar pero también en el sostenimiento económico, de este modo ha perdido en años la práctica del “mazamorreo”, suceso que se incorporó desde su llegada del continente africano a tierras americanas cuando

fueron ocupados niños y mujeres en la

explotación de las minas, en la actualidad es preocupante puesto que se están apropiando de este recurso empresas foráneas, quienes explotan este mineral extrayéndolo con maquinaria, fenómeno por el cual los ríos se están secando, a pesar del daño ambiental que se está generando, las mujeres aprovechan para lavar oro de manera artesanal cerca de estas dragas.



Foto N° 15. Dragas río Esmita. Idrobo. 2012.



Foto N° 16. Mujer cargando leña para la venta y preparación de los alimentos familiares y comunitarios.

Otro aspecto que la caracteriza es la consecución de la leña para preparar los alimentos pareo también para su venta, son formas que permiten apoyar la economía familiar, es una practica conocida en la zona donde este recurso obtenido de los árboles ha permitido mantener el equilibrio con la naturaleza ya que su extracción se realiza de

manera artesanal, es decir no se recurre a la tala si no a la recolección de ramas y parcas secas.

2.2.4 Artesanías



Foto N° 17. Doña Rudecinda mujer tejedora de guambias. Ángela. 2013

Los diferentes grupos culturales se han identificado por las diversas formas de elaboraciones de artesanías, los y las Afrocolombianas no son la excepción, hombres y mujeres trabajan en la transformación de materia prima encontrada en la región, el tejido de las Guambias elaborado a mano y con aguja crochet es característico de las mujeres y poco usual en los

hombres, la señora Rudecinda Caicedo es una mujer reconocida en la zona por esta tradición artesanal la cual es utilizada como bolso para los estudiantes, cargar los productos del pan coger, guardas objetos personales y otros. En el mismo sentido el señor Mario Camilo teje

bolsos en hilo y aperos para caballos de los cuales se beneficia económicamente para sostenimiento de su hogar.



Foto N° 18 Y 19. Mario Camilo, tejedor de bolsos en hilo y aperos para caballos

Teniendo en cuenta que diversas personas se dedican al oficio de lavar oro especialmente las mujeres, la elaboración de bateas es una forma de sustento económico pero también hacen parte de las tradiciones artísticas de los habitantes de la zona, el costo de una batea esta en promedio de \$50.000 a \$60.000, es elaborada en madera esto hace que sea una tarea ardua requiriendo días de dedicación.



Foto N° 20. Gerardo Caicedo, labrador de bateas para lavar oro. Angela 2013



Foto N° 21. Édgar Carabalí, tejedor de esteras con vena de caña brava. Ángela 2013

También hace parte de sus costumbres la elaboración de esteras utilizando la vena de caña brava, este tipo de material es requerido para base de las camas o para descansar en el tiempo de ocio.

2.3 HUELLAS EDUCATIVAS....SUEÑOS Y REALIDADES DE UNA INSTITUCIÓN



Foto N° 22. Escuela de Quilcacé. Angela Vela, 2010.

El crear escuelas siempre ha sido una necesidad de las comunidades, quienes ven en este modelo la oportunidad de fortalecer y reivindicarse como grupo étnico, a pesar del papel de la iglesia la cual invisibilizó toda una cultura como ente educador, los Afrocolombianos decidieron en 1915 formar la escuela

de Quilcacé, según Macías (2009) la escuela comenzó en un sitio conocido como “la casa grande” lugar de encuentro de las dos culturas que vivían en esa época. Su construcción era de paja y bareque es por ello que en 1950 se traslada cerca a la iglesia donde aún existe. El predio

anterior se donó al señor Simón Tombe por su colaboración y apoyo a esta población afrocolombiana.

En aras de continuar fortaleciendo sus procesos educativos en el año de 1988 empieza un grupo de personas interesadas en continuar la básica media y secundaria, con apoyo de la Junta de Acción Comunal y el colegio Liborio Mejía del Tambo tramitan una descentralización con el programa “colegios satelitales”, es así que en



Foto N° 23. Institución Educativa Agroindustrial de Quilcace. Montenegro 2011

1.990 como se mencionó anteriormente, el INCORA cedió un terreno donde estaba la casa de la hacienda el Limonar, de este modo en octubre de 1991 nace el colegio satélite Liborio Mejía de Quilcace, el sueño de la comunidad era la independización, es por ello que en el año 1996 mediante acuerdos (decreto 1860) y la ley general de educación construyen su primer PEI zonal llamándose “Colegio Básico de Quilcacé”, continuando con los sueños de brindar la educación hasta el grado 11, un año mas tarde lo logran llamándose en la actualidad “Colegio Agroindustrial de Quilcacé”

Actualmente en el corregimiento de Quilcacé solo existe esta institución, el colegio está conformado por las sedes la Ventana, Puerta Llave, Diez de Abril y Loma Larga, su administración cuenta con un rector y un secretario la cual se registra en el siguiente cuadro;

Cuadro N° 2. Estadística planta de maestro 2013. Ángela vela 2013

vinculo	Institución Agroindustrial Quilcacé		La Ventana		Puerta Llave		Diez de Abril		Loma Larga		Secretario		Rector	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Nombramiento	5	4	1		1			1	1		1		1	
Provisional		5												
Contratación														
TOTAL	14		1		1		1		1		1		1	
20														



Foto N° 24. Expresión cultural de los Afrocolombianos a través de la danza, Angela Vela, 2013

La institución en la actualidad está desarrollando proyectos enfocados al rescate y fortalecimiento de las tradiciones como la danza, una de las expresiones significativas de su grupo étnico, los jóvenes danzadores muestran su cultura en los diferentes eventos donde son invitados y dentro de la institución en los actos culturales. Cada

año también se hace la celebración de mes de la Afrocolombianeidad donde se deleitan platos tradicionales, muestra artesanal, música, obras de teatro.

Las sedes se caracterizaban por dramatizar a través de la danza, formas gastronómicas de la zona, por ejemplo la danza de la arepa cajonga, la del pilón, sin embargo algunas de estas tradiciones poco a poco las sedes las estábamos perdiendo, debido a esta situación desde hace cuatro años y gracias a los aportes de la licenciatura en Etnoeducación, en la sede Escuela Rural Mixta El Bojoleo donde laboro en la actualidad he venido promoviendo a través de la danza, preparación de alimentos tradicionales, elaboración de escritos, recopilando las recetas alimenticias y actuales de la zona interactuando con la comunidad y cocineras quienes en conjunto hicimos parte del proceso de fortalecimiento gastronómico.



Foto N° 25. Sofía, Sara, Juliana, Claudia y Neify estudiantes de la escuela Bojoleo, pelando yuca para la preparación de los envueltos de yuca. Angela Vela, 2013

CAPITULO 3.

EL ACTO DE COCINAR...ES UN ACTO COTIDIANO

Es importante poner en relevancia que desde tiempos inmemorables el ser humano ha tenido la necesidad de alimentarse adaptándose a diferentes condiciones, dicha acción le permitió una organización comunitaria consolidándose a través de los años, es por ello que el siguiente capítulo hace alusión al proceso que ha sufrido la cocina en términos gastronómicos pero también como un acto simbólico los cuales han permitido diferenciar las practicas y costumbres de cada grupo cultural. Es necesario resaltar que la comunidad de Quilcacé ha estado permeada por grandes cambios gastronómicos

3.1 LA COCINA DE AYER

La comida y/o los hábitos alimenticios como prácticas cotidianas hacen parte importante de la cultura ya que son elementos fundamentales de cohesión en medio de las grandes transformaciones socioculturales de la actualidad. La primera evidencia que demuestra el origen de la cocina es en la época de la prehistoria cuando el ser humano buscaba sus alimentos como medio de supervivencia basado en raíces, frutos, insectos y médula de los huesos, conviene poner en relevancia el fuego como estadio trasformador el cual fue consolidando a las sociedades, autores como Fernández (2001) piensan que la cultura empezó

cuando los alimentos crudos se empezaron a cocinar no solo por su valor gastronómico si no por el proceso de transformación que ha sufrido toda sociedad.

El origen del fuego se puede considerar como un principio de la cocina el cual ha sido explicado de manera mitológica en diferentes culturas, algunos lugares del mundo lo han anunciado como una bendición divina, *“para los Aztecas el primer fuego fue el sol, encendido por lo dioses en el oscuridad primigenia”* (Fernández, 2001; 28), a pesar de las diferentes concepciones o creencias que se construyan en torno al surgimiento del fuego algunos autores ponen en evidencia que ha sido la experimentación a través del ensayo error lo que permitió al ser humano determinar sabores y gustos agradables en las plantas domesticadas, un ejemplo que nos puede vislumbrar es el referido por Fernández (2001) con la mandioca amarga de la Amazonia para elaborarse la tapioca, esta contiene gran cantidad de ácido prúsico componente que en mayor proporción puede matar a quien lo coma, esta comunidad logro encontrar el secreto para eliminar su veneno en el proceso de su preparación, *“machacarla o rallarla, dejarla en remojo o calentarla”*.

Los alimentos como un constructo social del ser humano es lo que come e identifica cada sociedad, en torno a la existente diversidad de creencias frente a la concepción del comer en paralelo con los alimentos crudos y cocidos, dentro de la cocina occidental moderna se conservan algunas prácticas relacionadas a las formas de alimentación primitiva antes del descubrimiento del fuego *“los aborígenes australianos engullen gusanos witjuti, extraídos de los arboles del caucho...los Masai beben sangre exprimida de heridas abiertas en reces*

vivas”(Fernández, 2001; 20) Este tipo de prácticas permite entender que las creencias giran en torno a lo que cada grupo humano entienda por comer.

La cocina ha sido considerada como una invención de la modernidad la cual ha permitido organizar comunitariamente a las sociedades, en la actualidad podemos decir que esta percepción se mantiene, por ejemplo en las reuniones familiares, festejos, celebraciones, comparten responsabilidades y genera lazos de hermandad de quienes participan.

Es importante mencionar que los primeros cocineros experimentaron diversas formas de cocer los alimentos de las cuales algunas se mantienen como la carne al humo, chamuscar en fuego, en brasa, en hojas, sin embargo se hacía necesario otros tipos de elementos los cuales permitieran mejorar su cocción *“la solución a los problemas de los primeros cocineros llegó con la invención de la plancha de piedras candentes: el fuego se empleaba para calentar las piedras, sobre la que se cocinaba la comida”* (Fernández, 2001; 35), estas tecnologías culinarias se le agregan también los hoyos candentes los cuales permitieron dar el paso a la elaboración de utensilios sofisticados, hornos sobre la tierra, las ollas de barro, cucharas de palo, el adobar para mejorar el sabor y otros.

La comida y la cocina han sido fundamentales en el desarrollo social de las culturas ya que alrededor de ello está toda una carga simbólica, gastronómica y alimenticia que caracteriza al ser humano, los cuales se han mantenido en la tradición oral especialmente transmitida de madre e hijas con toques de magia recelados en muchos casos.

3.2 LA COCINA AFROQUILCACEREÑA

En este sentido, al entrar en el inmenso y maravilloso mundo de la cocina afrocolombiana de la población de Quilcacé se evidencia algunos cambios sustanciales a través de los años, pero del mismo modo es de resaltar como se han mantenido algunas tradiciones alimenticias en la memoria de quienes aun las practican y mantienen viva esa memoria y permiten que no desaparezcan esos legados.

El acto de cocinar y preparar los alimentos, es un acto cotidiano que para muchos no tiene validez, pero en este actuar tan sencillo para muchos se encuentra de lo que somos como seres culturales pertenecientes a un grupo social. Es por eso que en la comunidad de Quilcacé, al igual que en otras comunidades la comida juega un papel central dentro las diversas dinámicas culturales, al centrar el análisis en la preparación de algunos platos típicos, las cocinas como espacios de socialización y algunos cambios en los últimos tiempos, permite conocer cuáles han sido las transformaciones y cuales aún perviven en las personas, de igual manera nos acerca en establecer un balance en cuanto a la reproducción de esos saberes a las nuevas generaciones.

La comida es un elemento de identificación y a la vez de diferenciación socio-cultural, esta doble condición da la posibilidad que al mismo tiempo que, los platos de la gastronomía de una comunidad, cohesiona a sus integrantes también permite establecer la diferencias con otras localidades y regiones del país. (Adolfo Alban, citado por: Rojas 2010)

El arte de cocinar es parte notable de la identidad de los pueblos afrocolombianos, la sazón de la comida de los litorales y de los valles en donde habitan se muestran como en las cocinas de las familias se reproducen los hábitos alimenticios de generación en generación, es así como los Afrocolombianos tienen una gran variedad de comidas típicas originarias de los ancestros

y del Pacífico colombiano, su preparación es hecha por gente experta para el sazón que en muchas partes no es conocida, o si la conocen es con otro nombre asignado por el grupo social que las practica.

La cocina es para muchas comunidades, tanto étnicas como no étnicas es un espacio en el cual se socializan los seres humanos y se aprenden muchos de los valores del grupo social al que se pertenece, es por eso que la cocina Afroquilcacereña es un espacio vital, no solo por ser el espacio donde se preparan los alimentos, si no por ser ese espacio donde se dialoga y se comparte entre familia.

En muchas viviendas la cocina es de materiales modernos como el ladrillo, cemento y con enchapes de cerámica, sin embargo, en algunas casas aún se conserva la cocina tradicional hecha de bareque (barro y guadua embutida) con buen espacio. Uno de los elementos claves es la barbacoa hecha de guadua en la cual se colocan los utensilios de cocina como platos, ollas, cucharas y demás.



Foto N° 26. Fogón tradicional, construido con guadua y ladrillos. Angela Vela. 2103

La hornilla o fogón es hecho de barro o construido en base de ladrillo sobre una base de guadua y chaclas de la misma este elemento es un poco rudimentario, aunque en algunos hogares están elaborados con cemento y tienen unas parrillas de acero. De todas maneras el fogón u hornilla es un elemento

imprescindible en las cocinas y es fundamental para la preparación de los alimentos. El uso de la hornilla es más notable en las mayores las cuales prefieren cocer sus alimentos, ya que como algunas afirman: *”eso de cocinar en estufas de gas o energía no es lo mismo, no hay nada como cocinar en la hornilla aunque a veces es difícil conseguir leña, pero toca.”* (Ana Delia Caicedo, manipuladora de alimentos, 2013. Entrevista). Es así como el fogón tradicional de leña es muy importante para la cocción y preparación de los alimentos.

Otro aspecto que es importante ponerlo en mención son los hornos de leña, aunque en la actualidad no es tan usual encontrarlos existen familias que los mantienen para hornear las arepas cojongas, un alimento tradicional de la zona. En las cocinas no pueden faltar las parrillas o callanas para asar arepas estos elementos son fundamentales en la

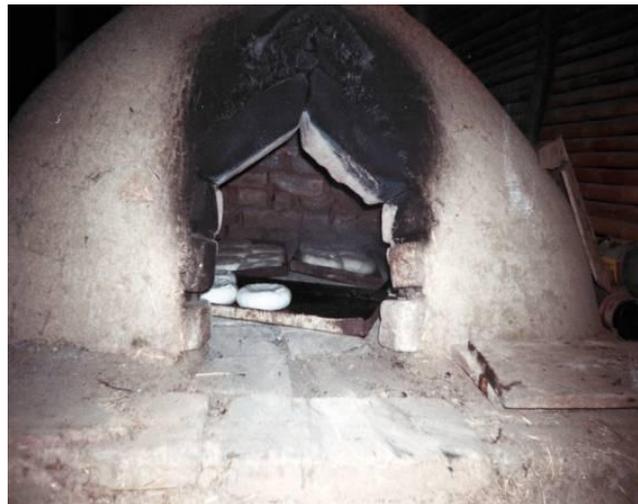


Foto N° 27. Horno tradicional de leña para asar la arepa cojonga. Angela Vela, 2013

medida en que son imprescindibles para hacer una buena arepa. Este elemento se encuentra en la mayoría de cocinas de la comunidad. Su uso se basa en colocarla sobre el fogón de leña hasta que caliente y este a punto para colocar las arepas u otros alimentos que se vayan a asar.

De otro lado las cocinas son espacios muy organizados, aunque, en algunas viviendas el piso es de tierra y no poseen las baterías sanitarias adecuadas para la evacuación de aguas servidas, no obstante, la carencia de estos elementos no incide en el buen sabor y la higiene durante la

manipulación de los alimentos. En otros lugares esto podría ser sinónimo de pobreza, sin embargo, es de anotar que esto no es determinante para tal prejuicio, ya que es la representación cultural e identitarias de la cocina en la comunidad de Quilcacé y la mayoría de la zona sur.

Es de anotar que las cocinas en la comunidad, si bien conservan rasgos característicos que se conservan a través del tiempo, con el pasar de los años ha habido una fuerte influencia en cambiar las cocinas como espacios más modernos y en algunos hogares se ha cambiado la hornilla tradicional por la estufa a gas o de energía, claro está que en este aspecto, hay que ser consciente del impacto ambiental por la quema de leña sin embargo esta población lo realiza de una manera equilibrada sin una sobreexplotación. Pero lo cierto es que hay una tenencia por tecnificar ese espacio tan educativo como lo es la cocina

Para cocinar los alimentos utilizábamos las ollas y platos de barro, los cucharones labradas de palo y las cucharas también, se colocaban tres tulpas o piedras en el suelo y por medio de cada una de ellas se le colocaba palos de leña la cual había que estar atizándolo constantemente para que no se apagaran. (Arquímedes Caicedo. 2012)

Aunque la cocina ha sufrido transformaciones por la llegada de los utensilios metálicos, aun se conservan las ollas de barro, las cucharas de palo y parte de su estructura, el sabor y gusto de las comidas cocidas en leña atrae a las personas foráneas que llegan a este territorio a degustar el sazón Quilcacereño.

3.2.1 Formas de conservación de los alimentos

Es increíble como el ser humano se ha adaptado a las diversas formas de subsistencia al elaborar herramientas en ocasiones para cazar, alimentarse, habitar, y cocinar, en este sentido, el hombre primitivo recurrió a elementos del medio o de primera mano para guardar su comida mucho antes de la llegada del fuego.

La carne ha sido un alimento básico de la dieta humana y al adherirle otras sustancias permite mejorar su sabor, nuestros antepasados la consumían cruda, hoy después de varios siglos algunos lugares en el mundo lo hacen, *“el sushi, un plato muy de moda en occidente, consiste realmente en pescado crudo muy poco condimentado, si es que lo esta, con vinagre y jengibre... (Fernández, 2001; 27).*



Foto N° 28. Carne de res y de cerdo colgada al humo. Angela Vela. 2013

El colocar la carne al humo o calor permite conservarla y darle un sabor diferente, nuestros antepasados lo hacían secándolo al aire, hoy la comunidad de Quilcace conserva parte de este legado secándola al humo con sal y adobos con hierbas como el tomillo y el orégano.

Colgar la carne para que adquiriera un sabor más fuerte, o dejarla pudrirse un poco, es una forma de procesarla para facilitar su digestión y conferirle una textura determinada: obviamente, se trata de una técnica más antigua que cocinar con fuego. (Fernández, 2001; 23)

También es importante mencionar que la no existencia de energía eléctrica y sin ella la no llegada de las neveras, la cual en la actualidad ha desplazado estas practicas tradicionales, los Afroquilcacereños buscaron formas de conservación, en esta zona es usual escuchar que los pobladores de años atrás enterraban la carne en vasijas de barro para que durara, al respecto la gente comenta que antiguamente lo hacían aquellos que robaban reces al dueño de la hacienda en horas de la noche, se puede deducir que esta seria la forma de pago ante las injusticias cometidas hacia ellos como empleados u empleadas o probablemente por la situación económica de las familias.

Posteriormente con la llegada de la energía eléctrica y las nuevas tendencias de conservación de alimentos se esta optando por mantenerla conservada a través del frio con neveras, congeladores, autores como Fernández (2001) la ha denominado la “*cultura del plástico*”. En este trayecto histórico la comida empieza a tener otras connotaciones las cuales pueden entenderse para mejorar la calidad de vida o empeorarla en términos de salud.

3.2.2 Prácticas rituales acerca del valor simbólico de la comida.

A medida que nos introducimos en el mundo de la comida descubrimos que su valor también puede ser simbólico, esta variable es determinante dependiendo los modos de vivir de cada sociedad en términos de sus creencias, en lugares como la India no es permitido comer la

carne de res, en las comunidades indígenas del Cauca celebran en el mes de noviembre el Cxapucx ofrenda que se hace a través de comida para sus familiares muertos, en la religión católica se come de manera simbólica el cuerpo y sangre de Cristo, por consiguiente, todo acto tiene un fin o propósito.

En todas partes, comer constituye un acto que propicia una transformación cultural, mágica incluso: cuenta con su propia alquimia; trasmuta individuos en sociedad y enfermedad en salud; cambia personalidades; puede sacralizar actos aparentemente seculares; hace las veces de ritual y se convierte en ritual; puede ser que los alimentos sean divinos o diabólicos; puede generar poder y crear vínculos; puede significar venganza o amor; también puede develar identidades. (Fernández, 2001; 59)

De este modo la población afrocolombiana trajo consigo una carga sacralizada pero también adoptó nuevas condiciones para su alimentación, en la zona sur del municipio del Tambo es característico cuando muere una persona preparar sancocho de gallina, sopa de arroz, café con pan, arroz con lentejas o con frijoles para ofrecer a las personas quienes acompañan en el velorio, también se coloca al lado del altar del difunto un vaso de agua durante el novenario, se tiene la creencia que el alma de la persona fallecida vuelve a saciar su sed.

También, la Semana Santa es una época muy significativa para esta comunidad, es la única época donde se prepara la arepa cojonga alimento característico de los Quilcacereños, la cual se consume en sopas, acompañada con pericos, pescado frito o café. Existen algunos productos que anteriormente eran consumidos por los hombres con fines afrodisiacos, entre ellos están los jugos de borojo y chontaduro.

Con respecto a los alimentos curativos se tiene el caldo de gallina de patio con ajo para las mujeres parturientas, es una costumbre usual ya que ayuda a recuperar su organismo, también es importante mencionar que la sangre de armadillo es utilizado para curar el asma, de igual manera esta el palomo, su caldo es utilizado para las personas que se encuentran débiles del cerebro.

CAPITULO 4

COMIDAS Y SABORES...UNA SAZÓN HECHA EN CASA

La mujer ha sido la base fundamental de la gastronomía colombiana, es por ello que en este capítulo se reconoce esa ardua labor que con su toque secreto sazona los corazones y el paladar de quien prueba sus platos, también se resalta la cocina la cual ha sido una reproducción de estereotipos de género. Las mujeres son el eje fundamental en la alimentación ya que son ellas mediante los sabores a la buena mesa y sabor de la comida hacen que esta tradición se mantenga en generaciones, también se pone en mención la importancia de las recetas que anteriormente se consumían y las que se mantienen como reflejo de una historia gastronómica.

4.1 EL PAPEL DE LA MUJER EN LA COCINA QUILCACEREÑA

El papel de la mujer en la cocina ha sido determinante ya que ella ha logrado mantener la sazón de generación en generación, la mujer Afrocolombiana también sufrió el azote de la esclavitud, puesto que en este hecho no hubo distinción de género, como consecuencia trajo consigo dolor por desprender de su lado; esposos, hijos y padres quienes eran alejados de sus vidas de manera definitiva, pero también están aquellas mujeres que llegaron junto en los barcos negreros a tierras Americanas.

En América asumieron papeles domésticos y la labor en lo campos. Su trabajo en la casa de los patrones blancos hizo que ella asumiera, despertara y transmitiera vivencias de alegría y esperanza dentro de la desesperanza

consolidando el espíritu solidario, base de la sobrevivencia negra durante estos cuatro siglos. (García, 2005; 117).

Ellas fueron quienes de manera incondicional estuvieron ayudando a los hombres, sin embargo para lograrlo tuvieron que sufrir humillaciones, azotes, violaciones y hasta ser ejecutadas por ser colaboradoras de fuga, al respecto García (2005), expone como esa ayuda estuvo cubierta por estrategias como la sumisión denominada por el autor como una “*rebeldía silenciosa*”, estas pericias permitían proveer de alimentos a los esclavos rebeldes, este espíritu de solidaridad,

... es una deuda en pie ya que la historia negra no es una historia de negros como nos han hecho creer, si no de hombres negros y mujeres negras. ...podemos afirmar que niñas, mujeres adultas y ancianas africanas y afrodescendientes, desde la casa grande, las haciendas y los palenques dieron su valioso aporte para la economía domestica, el idioma, los bailes, la culinaria, la medicina tradicional, el ritual mortuorio, las leyendas y mitos.(García, 2005; 117).



Foto N° 29. Doña Melania Vela y Amalia Caicedo, mujeres preparando la arepa Cojonga. Angela Vela, 2013.

Consigo trajeron todo un saber culinario, el cual se ha logrado mantener en la historia, de este modo las mujeres de la comunidad de Quilcacé como la señora Ana Delia Caicedo, recuerda que es una comunidad de muchas tradiciones en especial a lo que se refiere al trabajo y

a la comida.

Cultivamos el frijol, el zapallo, el plátano, la yuca y las matas de guineo, del maíz hacíamos la mazamorra, el sango y lo preparábamos con yuca y le echábamos el cilantro de vaca (cimarrón) que nosotros llamábamos por acá, para hacerlo quebrábamos el maíz, lo lavábamos, y hacíamos de la lavada del maíz el birimbí, al cual le echábamos panela, unas hojitas de naranjo, revolvíamos hasta que quedara espeso, lo bajábamos y lo servíamos en leche, el maíz se quebraba era en una piedra, como también el sango, cuando nos tocaba hacer envueltos, arepas, o masas de maíz tocaba que darle varios repasones en la piedra hasta que quedara masa, pero esto se hacía después de haber quebrado el maíz unos 3 o 4 días atrás. (Ana Delia Caicedo, manipuladora de alimentos, colegio Quilcacé sede primaria. Entrevista, 2013).

En esta nueva generación se observa que el papel de la cocina lo cumplen no solo las mujeres sino también los hombres, sin embargo en esta zona prima la mujer quien aun deleita con su sazón a las familias Afroquilcacereñas, a pesar de la gran importancia alimenticia que cumplen las cocineras no se les ha dado el reconocimiento sobre su saber hacer y todo lo que a su alrededor gira con ese toque secreto que no es develado y que se guarda celosamente. Algunas mujeres de la zona expresan que ellas son las primeras que se levantan y las últimas que se acuestan, en este sentido son varias las funciones que cumplen desde lo económico, social, familiar y gastronómico. Es por ello que a continuación se dará a conocer la vida de una de las tantas mujeres importantes de la zona, quien por su trabajo y dedicación en la cocina muchas personas además de alimentarse pudieron aprender de ella.

4.1.1 Hermelinda Carabalí una mujer que sazona los corazones de quien la visita

La siguiente biografía hace parte de mi madre la señora Hermelinda Carabalí Caicedo de quien aprendí en mi infancia las diferentes recetas culinarias de las cuales aun preparo en mi hogar, mi mamá es conocida de cariño como doña Mela, nació el 27 de agosto de 1928, en la vereda de Quilcace, su infancia la vivió acompañada de sus padres, Abel Carabalí y Jacinta Caicedo, tubo 7 hermanos, 3 mujeres y 4 hombres, siendo la señora Hermelinda la segunda, a la edad de 8 años fue a la escuela logrando terminar tercero de primaria, con las profesoras Ana Julia Muñoz y Enriqueta Muñoz.



Foto N° 30 Hermelinda Carabalí Caicedo, mujer que por muchos años brindó alimentación a las personas de la región. Angela Vela, 2014

Cuando tenía 9 años de edad, sus padres se fueron de mayordomos a la hacienda El Limonar cuando era dueño en aquel entonces el señor Elías Barne. A los 12 años le ayudaba a su madre a los quehaceres de la casa como: cocinar, jabonar, traer leña, traer agua del río Quilcace, ordeñar, sembrar arroz, desyerbar, cosechar, secar, pilar en el pilón de madera con manizuelas.

A los 16 años tuvo su primer y único novio el señor Octavio Vela Sarria, de dicha unión nacieron 12 hijos quienes en la actualidad solo viven 8, a los 56 años enviudo pero siempre estuvo rodeada de

sus hijos.

La señora Hermelinda Carabalí se ha distinguido por ser una persona muy servicial, no solamente con las personas de la comunidad sino también con los foráneos, con su toque culinario alimentó por 38 años aproximadamente a distintas personas de la comunidad pero también foráneas. Aprendió de su madre muchas recetas de cocina, las cuales ha implementado hasta la actualidad, recuerda que con el arroz que sus padres cultivaban se hacía la mazamorra de arroz, a la cual se le agregaba agua y hojas de naranjo, se meneaba hasta que el arroz estuviera blando y angoso, se servía acompañado de carne asada, frita, bofe frito o con leche. También se hacía el arroz sudado el cual se comía acompañado de frijoles, carne sudada, o garbanzos, la sopa de arroz, el arroz de leche, con el arroz también se hacía una arepa que la llamaban “*tabla tabla*”, los envueltos que también son muy ricos.

La señora Hermelinda (2013) comenta,

Antes si se comía sano por qué no se utilizaban químicos de ninguna clase en los cultivos, y por eso la gente duraba muchos años mas, que en cambio hoy en día, la juventud pues les da pereza sembrar productos como lo eran el arroz, el frijol, el garbanzo, el plátano y el maíz y prefieren en vez de cultivar pues comprar estas cosas en la tienda, como en promasa, súper arepa, harina, arroz.

Yo hago panes de maíz, aunque otras personas también lo hacen, nunca quedan de igual sabor porque mi sazón es especial, ya no volví a cocinar a personas que llegan a mi casa a pedirme el favor, porque ya me siento cansada, enferma.

Debido a su edad mi hermana menor Deisy Vela Carabali continúa con la tradición de brindar la alimentación a las personas que lo requieran especialmente los y las docentes de la Institución de Quilcacé, médicos, enfermeros y aquellos visitantes temporales.

4.2 PRÁCTICAS ALIMENTICIAS EN QUILCACÉ

La ardua labor de la cocina la mujer la ha mantenido por años, el sostener de manera económica y alimentaria a las familias ha sido una constante, especialmente las mayores recuerdan con tristeza aquellos platos y productos que ya no se consiguen ni se preparan por la llegada de los productos empacados los cuales hacen la vida mas fácil pero con mayores riesgos de salud.

En la comunidad de Quilcacé se encuentran los alimentos de mayor consumo como los empacados, en este aspecto las dietas son variadas, uno de los alimentos que actualmente no falta es el arroz este alimento es imprescindible, se consume al desayuno, en el almuerzo y en la comida, el arroz acompaña casi la mayoría de la dieta y se piensa que sin arroz no podría hacerse la preparación de una buena comida.

Los granos como el frijol, la lenteja y la arveja, también hacen parte de la dieta en la comunidad, el consumo de estos alimentos no es tan constante pero se prepara por lo general para la comida, *Ahora muchos productos que cultivábamos la otra vez, tenemos que comprarlos para poder comer, como son: el arroz, el frijol, el garbanzo.* (Alipio Caicedo. Entrevista, 2012)

También el consumo de carne es muy alto, la carne representa un valor muy sustancial ya que se ha convertido en el alimento base en la preparación de caldos, sudados y fritos. De igual manera el consumo de aves de corral como gallinas y pollos representa un porcentaje alto en el consumo familiar, además estos alimentos se consumen en fechas especiales como cumpleaños, en atención de visitas foráneas y otras celebraciones. No obstante, se consume pollo durante la semana pero alternado con carne de res que se considera es la que le da

sustancia. En cuanto a la adquisición de la carne de res, esta se compra en el mismo pueblo ya que el señor Abel Carabalí cada domingo mata una res, pero algunas personas compran la remesa en el mercado de Pueblo Nuevo que se realiza el domingo.

Las comida en Quilcacé se basa en cuanto a los productos adquiridos en el mercado y en la siembran en sus parcelas. La dieta del maíz ofrece una gran variedad de alimentos como: las arepas, las masas, las coladas, pan, envueltos de maíz colado y la mazamorra que bien se puede hacer con maíz blanco o trillado o con maíz amarillo lo que le da distinto sabor. En cuanto a la preparación es muy variada, las señoras son las que le ponen el toque y la magia a la preparación, de igual modo hay que resaltar que existe también el consumo de harina industrial de maíz como lo es la promasa, claro está que esto es ocasionado en gran parte por las fuertes olas invernales o sequia que dañan los cultivos.



Foto N° 31. Rubelisa Carabalí con las arepas Cojongas. Angela Vela, 2013.

La dieta de alimentos a base de maíz es muy común entre los habitantes. Para destacar una de las más famosas y especiales degustaciones tenemos la arepa cojonga, que se ha convertido por muchos años en el plato predilecto de los habitantes, su preparación se hace en épocas de Semana Santa.

Otra arepa que se hace, es la Cojonga, también se quebraba el maíz en piedra, dándole varios repazones, se lavaba para separar el maíz quebrado del afrecho, luego se pringaba y se dejaba en la olla de barro por varios días y tocaba que estarle cambiando el agua. Luego se molía en la piedra sosteniendo en la mano una piedra redonda, y la piedra donde se molía tenía una zanja en el medio y es allí donde se echaba el maíz bien fuera para quebrarlo o para molerlo. A la piedra que se manipulaba la llamaban mano de piedra, entonces después del molido el maíz se desleía la masa en agua, se la ponía a cocinar en los tucos de barro hasta que ella espesara pero tocaba revolverla constantemente para que no se fuera a quemar con una cagiünga hecha de guadua, cuando ya había espesado se la bajaba del fogón, se la dejaba enfriar y luego se hacían las arepas Cojongas, son unas arepas grandes sin sal que solo se hacen en la época de semana santa, para comer en estos días en sopa, con pericos, con pescado, con frijoles, con café y agua panela. (Arquímedes Caicedo, agricultor. Entrevista, 2012).

Estas son algunas de las dietas que se consumen en la comunidad y son representación del tramado cultural que brinda identidad a las gentes Afrocolombianas de nuestra región. No obstante estas dietas han cambiado debido a la influencia de la modernidad, sin embargo, se siguen manteniendo tradiciones que actúan como elementos de resistencia cultural, de igual manera este conocimiento se conserva en las mayores quienes se encargan de mantener viva la memoria mediante la reproducción de su saber.

En diciembre se celebran las fiestas navideñas, en esta época se prepara el majarillo (dulce), el manjar blanco, las rosquillas de harina de trigo, natillas, buñuelos, entre otros. En Quilcacé generacionalmente se han cultivado productos como maíz, plátano, yuca, frijol,



Foto N° 32. Preparación del dulce navideño por la señora Rudecinda Caicedo, 2013.

caña de azúcar, arroz. Frutales como: naranja, mandarina, mango, papaya, guanábana, aguacate, maracuyá, badea, entre otros, los que han sido por largas décadas la base fundamental para las dietas alimenticias locales elaborándose diversos platos en donde prima la magia preparativa y el guisado Afrocolombiano. Algunos mayores expresan que no existe comida más rica que la que se prepara a base de maíz y yuca, comentan haciendo un poco de historia,

La alimentación de nosotros que hoy somos abuelos nos dio larga vida y mucha salud para conservarla, todo se consumía en forma natural. El alimento que más se preparaba era el sancocho de plátano, del maíz se preparaba la mazamorra, el sango, la arepa cojonga y el birimbí que eran platos que se comían en esa época, otro producto que se utilizaba mucho era el frijol y otro aparecido al frijol que era el garbanzo que también es de la tradición vieja y se cultiva mucho por acá.



Foto N° 33. Chulquin un alimento extraído de la caña brava. Angela Vela, 2013.

Entre los platos mas destacados dentro de la comunidad están el sancocho de gallina, el sango de maíz, mazamorra de maíz, mazamorra de arroz, guampin, el plátano maduro cocinado y asado, el birimbí, las empanadas de pipián las arepas de maíz, el pan de maíz, los

quesos de leche de vaca, los dulces de leche, arroz de leche, dulces de diversas frutas, el chulquin de caña brava, los frijoles, el pescado, la caucharina de maíz, envueltos de yuca, entre otros. También se destaca las diferentes preparaciones con carnes de res, cerdo, gallina,

conejo, curíes, ovejoes y algunos usos alimenticios con carnes de animales silvestres como el venado, armadillo y guagua.

Con relación al consumo prima la panela la cual se extrae de la caña de azúcar, es consumida en su gran mayoría por los habitantes de la región y vendida en las plazas de mercado. La yuca la cual se cultiva para ser vendida a los rayaderos de la región y a los intermediarios los cuales la llevan a otros municipios productores de almidón. El frijol se cultiva para el consumo familiar, el plátano en una producción mínima para la venta local. Los frutales como el mango, la naranja, la mandarina, el aguacate, la guanábana, la papaya el banano, entre otros se consumen en su gran mayoría en la zona.

En la siguiente tabla se puede observar como ha sido la transición alimenticia teniendo en cuenta lo recuerdos de los mayores.

Cuadro N° 3. Cambios relacionados a los cultivos y dietas alimenticias del corregimiento de Quilcacé.

ANTES	AHORA
CULTIVOS	
El maíz, el plátano, la yuca, la caña de azúcar, el café, batata, frijol, arroz, aguacate, cacao, naranja, mandarina, badea, guanábana, mango, limón, melón, piña maracuyá, sandía, granada, garbanzo (guandul), batata, maní, achiote, toronja	El maíz, caña de azúcar, mango, limón, piña, plátano (mínimo), yuca (mínima), tomate de mesa, cilantro, aguacate, maracuyá, frutales (mandarina, naranja, piña, banano, cacao, sandía, guanábana, chirimoya, mango, achiote, toronja, pepino

DIETAS ALIMENTICIAS	
<p>Arepa capote, arepa cojonga, sango (sopa de maíz), birimbí, guampin, arepa de maíz, mazamorra de maíz, mazamorra de arroz, barranca (mazamorra de arroz), envuelto de arroz, sopa de arroz, chandoso (sancocho), arepa tabla tabla (arepa de arroz), sancocho de cachaco (de plátano rucio), colada de plátano, sancocho de manzano, envueltos de yuca, chocolate, arepa de queso, maduro cocinado, chulkin con frijoles</p>	<p>Arroz con frijoles, sancocho de gallina, arepa cojonga, masas de harina, arepa harina, harina pan y de promasa, papa, lenteja y arveja sudadas, dulces navideños, arroz con carne sudada, sopa de pastas, caldo de papa, sopa de arroz con frijoles y papa, enlatados (sardina, atún), salchichas, sango (sopa de cuchuco), espaguetis con arroz, arroz con leche,</p>

La oralidad gastronómica ha permitido relacionar los cambios alimenticios en las generaciones, con el anterior cuadro se evidencia la existencia de productos como el maíz que aún se conserva en alimentos como la arepa cojonga en un consumo mínimo puesto que los productos empacados como el cuchuco, los espaguetis están desplazando los tradicionales debido a su fácil preparación, incluso el arroz siendo uno de los productos con mayor siembra y consumo en la zona en años atrás hoy en día se ha remplazado por el empacado, también se puede evidenciar que la yuca es un menor porcentaje se consume, actualmente se siembra la variedad amarga en monocultivo para la extracción del almidón.

Este fenómeno comercial también ha generado en las nuevas generaciones un gusto paladar con respecto a los enlatados como las macarelas, atunes y comidas rápidas, debido a esta situación se debe tener en cuenta este tipo de situaciones generacionales sin olvidar el grado

de apetencia de la juventud actual empezando a conjugar con los dos oralidades gastronómicas.

4.2.1. Recetario Afroquilcacereño

La memoria de los y las mayores permiten recopilar alimentos que en la actualidad se han dejado de consumir o han sufrido algunas variaciones, el señor Arquímedes Caicedo (2013), expresa de manera nostálgica como él desde los 9 años le tocaba quebrar el maíz en la piedra de moler, de lo molido preparaban



Foto N° 34. Piedra de moler maíz. Ángela vela, 2013

la mazamorra, el sango (sopa de maíz), el birimbí cocinado con panela), la dieta alimenticia podía variar de cuatro a cinco comidas;

En mi juventud nos comíamos cinco comidas diarias, el desayuno era arepa de maíz, por ahí a las siete o siete y media de la mañana, a las nueve de la mañana tajadas de yuca bien fuera con agua panela o café, a las once de la mañana comíamos el sango de maíz, a las dos de la tarde era la merienda con mazamorra de maíz y por ahí a las seis de la tarde, era otra vez sopa de maíz o sango. (Arquímedes Caicedo, 2103).

A continuación se develan algunas recetas tradicionales consultadas por los mayores y mayores las cuales algunas ya no se preparan o presentan algunos cambios con respecto a los ingredientes adicionales, permitiendo atraer el paladar de las nuevas generaciones.

Recetas preparadas por las mayores que en la actualidad ya no se consumen

Envueltos de yuca



Foto N° 35. Envueltos de Yuca preparados por los estudiantes de la escuela Bojoleo. Angela Vela, 2013.

Se pela la yuca, se muele, luego se le rebana panela para echarle a la masa de la yuca acompañada de canela, se hacen en hojas de colino soasada y se amarran con cincho, luego se colocan a cocinar por 15 minutos se bajan y se dejan reposar por 5 minutos, se sirve acompañado con leche.

Envueltos de arroz

Se remoja el arroz de un día para otro, se muele, después de molido se remoja la masa, se soba, después se deslié con aguay se coloca a cocinar en un tuco de barro al fogón, se revuelve constantemente con una cagiüinga de palo hasta que cocine, se baja dejándola reposar por unos 15 a 20 minutos para que se enfríe, luego se le hecha en una batea de madera se amasa y después se hacen los envueltos en hojas de colino o de caña brava, se amarran con cincho, se sirven con carne asada o frita, huevos pericos, café, agua de panela.

Sopa de chichaboyo.

Se muele el maíz seguidamente se lava, se pone en agua por unos 2 o 3 días, molido se amasan los pedacitos de la masa de maíz, se hecha a la olla en la cual se prepara el almuerzo conjuntamente con la yuca, el plátano y la carne.

Arepas tabla tabla

Se muele el arroz, luego se cocina, se deja reposar por unos 25 minutos después se soban en las bateas de madera se hacen las arepas alargadas y se ponen a asar por espacio de 15 minutos, se sirven con leche o carne.

Alimentos que se consumen en la actualidad

Sancocho de gallina.



Foto N° 36. Sancocho de gallina, preparación usual en las escuelas. Angela Vela, 2013

Se echan unas 10 tazas de agua en una olla de aluminio (antes se utilizaba la olla de barro) se le agrega las presas de gallina (8) se deja hervir por espacio de 30 minutos para que quede blandito , se le agrega sal, cebolla picada, zanahoria rayada, y arracacha,

luego se le echa otras 2 tazas de agua se deja hervir y se echa el plátano rajado a la olla, papas y yuca, se deja cocinar por unos 25 minutos, se le agrega cilantro y ajos, luego se bajan del fogón las presas de la gallina se sirven acompañadas de arroz y papas guisadas.

Arroz con Frijoles

Se colocan a remojar los frijoles desde el día anterior, se ponen a cocinar en el fogón de leña o estufa de gas o energía hasta que estén blanditos, se le agrega la papa picada, la cebolla, el tomate y la sal, se deja hervir hasta que cocine la papa con los demás ingredientes, se bajan y se sirven con arroz.

Carne sudada

Se pone a cocinar la carne, luego se le añaden los ingredientes, ajos cebolla, cebolleta, el orégano, tomillo y perejil. Cuando ya esta blandita la carne se le agrega la papa, se deja que hierva por espacio de 20 minutos se baja y se sirve con arroz.

Rellenas con sangre de cerdo



Foto N° 37. Rellenas y chorizos preparados en las comidas comunitarias y familiares. Angela Vela, 2013.

Se pone a cocinar el arroz con un poco de sal, se pica la cebolla larga, el cimarrón, se licuan los ajos y las hiervas, luego se revuelve con la sangre de cerdo, y se rellenan con la misma tripa del animal, se ponen a cocinar por espacio de unos 20

minutos, luego se bajan y se sirven con arroz o papa cocinada.

Arroz con pollo

Se pone a cocinar el pollo en una olla de aluminio dejando hervir hasta que este blando, se baja y se deja enfriar, el agua se utiliza para preparar el arroz. Luego se desmecha y se hace un guiso con tomate, cebolla larga, cebolleta y sal el cual se le agrega el pollo desmechado, la zanahoria se parte en trocitos pequeños, igual que las habichuelas, las arvejas, las salchichas y el pimentón se dejan sofreír hasta que se ablanden, se utiliza un recipiente amplio preferiblemente que sea plástico donde se pueda revolver con los otros ingredientes se revuelven bien quedando listo el arroz con pollo, se sirve en porciones pequeñas, acompañado de una ensalada y una porción de consomé.

CAPITULO 5

LA ESCUELA COMO ESPACIO DE RESCATE GASTRONOMICO

En este capítulo se pone en evidencia los procesos gastronómicos llevados en los espacios educativos, con el ánimo de rescatar y a su vez resignificar los alimentos que se han dejado de consumir, teniendo en cuenta las generaciones que de alguna manera cambian y con ello los gustos. En este sentido, se resalta el proceso que en la actualidad está llevando la Institución Agroindustrial de Quilcace orientada por la docente Ángela Montenegro, quien con su saber y apoyo de algunas entidades como la Universidad Autónoma de Colombia están recuperando y a la vez aprovechando los productos que se cultivan en la actualidad para ser procesados teniendo en cuenta lo que los estudiantes les gusta comer hoy.

5.1 UN PROCESO COMPARTIDO

La institución educativa Agroindustrial de Quilcace está orientada mediante el Proyecto Etnoeducativo Comunitario Afrotambeño (PECA), el cual se ha enfocado en una educación reflexiva, comunitaria la cual permita reconstruir y fortalecer su legado Afrocolombiano;

Así, la principal meta de este proyecto se resume en la intención de unificar criterios, de modo tal, que oriente todos los planteamientos institucionales de cada una de sus sedes, influyendo directamente en la educación del sector, haciéndola más participativa y sobre todo que responda a necesidades, realidades, sueños e intereses de quienes allí habitan, llevando la región hacia el desarrollo humano, cultural, económico y con una ideología que refirme el saber propio. (Proyecto Educativo Comunitario Afrocolombiano, 2012; 7-8).



Foto N° 38. Estudiante del grado 11°, elaborando dulce de guayaba. Angela Montenegro, 2011.

De este modo los estudiantes de los grados superiores de la Institución en mención, hacen parte del énfasis del colegio “agroindustrial”, esta visión ha permitiendo aprovechar al máximo los productos de cosecha para ser procesados de manera artesanal, el

acompañamiento de la docente Angela Montenegro ha sido fundamental en este proyecto por sus conocimientos culinarios heredados en su familia,

En un principio miramos que en esta zona es una zona muy productiva, se estaban perdiendo muchos productos, muchas materias primas, y fue así como el rector Jesús Medardo López quiso que yo viniera a trabajar acá en el colegio en lo que es la transformación de alimentos. (Angela Montenegro. Entrevista, 2013).



chorizos a cargo de los estudiantes del grado 11°. Angela Montenegro, 2011.

El proceso gastronómico liderado por la maestra empieza desde los grados 6° hasta 9° en el área de agroindustria propuesto en el PECA, de igual manera se lleva acabo en la primaria a cargo de los docentes responsables, su propósito se encamina en articular los

procesos agroindustriales con las demás áreas de enseñanza realizando transformaciones culinarias de manera artesanal, al llegar a los grado 10° y 11° se realizan salidas para capacitarse en términos técnicos e higiénicos enfocado en cárnico, lácteos y vegetales, en la actualidad el colegio no cuenta con las maquinas requeridas para llevar a cabo el proyecto, sin embargo esta situación no ha sido limitante para poner en dialogo los saberes de las mayores con las tecnologías actuales.

...resulta que los muchachos de acá de la zona e... son bastantes y yo les tengo en cuenta todas esas creencias, todas esas prácticas que ellos traen desde sus casas, de sus familias, de sus ancestros, ellos me dicen profe yo en mi familia se prepara e... por decir algo las arepas Cojongas, entonces con estos productos con lo que ellos me dicen hacemos un listado y luego para que ellos aprendan, empezamos a escribir y empezamos a elaborar cuentas como base de esas arepas Cojongas, porque por acá se da mucho el maíz y se da mucho la yuca, entonces a partir de esos productos que ellos traen de sus familias o casas, entonces yo empiezo articular lo que es la agroindustria e... que otros platos típicos se pueden preparar no solamente con la yuca sino también con el maíz y con el plátano y con otros productos que se dan acá en la zona, es decir que yo no me las se todas, los muchachos también me aportan muchas cosas las cuales yo las relaciono con lo que yo sé y allí aprendo de ellos. (Angela Montenegro. Entrevista, 2013).



Foto N° 40. Muestra gastronómica. Angela Montenegro, 2013.

Los platos culinarios que tradicionalmente se preparan van en relación a los proyectos que se gestan dentro de la Institución, por ejemplo el ganado, con la leche se enseña a la elaboración de kumis, yogurt, manjar blanco, dulce cortado, arequipe, panelitas

y queso permitiendo a su vez generar recursos económicos en beneficio del colegio, de igual manera esta el de cerdos, piscicultura, aves de corral, pollos de engorde, gallinas ponedoras, panadería.



Foto N° 41. Exposición gastronómica colegio Quilcacé.
Angela Vela, 2013

Otro producto que se utiliza es la yuca, es de gran ayuda la rayanderia que pertenece a la institución ya que de este tubérculo se extrae el almidón, el cual sirve para los pandebonos, pan de maíz, pan de yuca, tortas de yuca, jugo de yuca, envueltos de yuca.

Como tercer producto esta el maíz, preparando caucharina, crispeta, pan de maíz, arepas acompañadas con queso y almidón de yuca. Todo lo que se elabora es consumido en la institución ya sea en la tienda o en el restaurante escolar, el excedente se lleva a vender y/o con los padres y madres de familia, al compartir sus saberes estudiantes y maestros retroalimentan día a día su aprendizaje y enseñanza rompiendo esquemas que la escuela se ha encargado de instaurar.

...en tiempos de cosecha e... acá las frutas se pierden y mucho, yo a los muchachos les enseñé a hacer mermeladas de mango, de piña, piñuela, dulce de guayaba, entonces um... mire que el trabajo que realizamos acá es muy bueno y que los muchachos aprenden mas con la práctica que con la teoría,

yo miro en todos estos años que llevo aquí que los muchachos e... mas aprenden practicando estos procesos agroindustriales que con la misma escritura...(Angela Montenegro. Entrevista, 2013).

La aceptación de los estudiantes ha sido favorable permitiendo tener un reconocimiento a nivel local, municipal y regional, desde el año 2003 hasta la presente se ha tenido la oportunidad de participar en eventos gastronómico dentro del colegio, la cabecera municipal de El Tambo, Comfacauca en Popayán, la Universidad del Cauca, foros Etnoeducativos al interior de la zona, fiestas patronales, es importante mencionar que ese saber compartido no solo se queda en los estudiantes,

Salimos a determinada comunidad con los muchachos de decimo y once y les enseñamos a hacer todo lo que en el colegio preparan, es decir que ellos no se quedan solamente con lo que yo les enseño allí en el colegio sino que salen a multiplicar lo que han aprendido a otras comunidades. Y esto ha sido pues, yo tengo muchas muestras, yo tengo fotografías tengo mucho material en el cual yo he asistido a estos eventos que acabe de mencionar. (Angela Montenegro. Entrevista, 2013).



Foto 42. Estudiante del grado 10° preparando pan de maíz.
Angela Montenegro, 2012

Según lo expresado por la docente en la institución hace falta muchos elementos que permitan fortalecer esta actividad de gastronomía, empezando porque no se tiene un sitio adecuado para orientar estos saberes a los estudiantes, *sin*

embargo yo lo estoy haciendo artesanalmente. No se dispone de una cocina, utensilios, maquinaria, como lo tienen otros espacios educativos como el Instituto Tecnológico de Comfacauca, SENA, Escuela Taller y otros, sin embargo, se hace todo un esfuerzo para que transformen y expongan los alimentos de la mejor manera.

El trabajar el tema de gastronomía a través de los proyectos ha desarrollado en los estudiantes una conciencia alimentaria sobre todo lo que tiene que ver con la utilización de químicos para las siembras,

se les está orientando a los muchachos que cada quien en sus parcelas, empiecen a sembrar e... productos de acá de la zona y que no dejen acabar los productos nativos y que utilicen ya abonos orgánicos, se les dice bueno esto lo tienen que llevar a sus casas a sus familias porque ustedes allí tienen sus terrenos y si, hay muchas personas que ya se han puesto a sembrar su cilantro para no seguir comprando también la cebolla, el tomate y otras verduras y otras hortalizas que son sanas para el consumo y que no van a perjudicar la salud, a veces nosotros somos reacios a estos cambios y a veces preferimos comprar las cosas ahí listicas que ponernos sembrar, por que decimos no...esto se nos va a ir mucho tiempo, mucha plata, y teniendo la plata pues lo vamos a comprar ahí facilito, pues la verdad es que a veces venden el maíz para comprar la súper arepa, yo siempre les dijo a los estudiantes “la comida sana es salud”. (Angela Montenegro. Entrevista, 2013).

5.2 ¿QUÉ HAY PARA COMER HOY?

El consumir actualmente los alimentos como se hacían épocas atrás no es fácil para las nuevas generaciones, sin embargo se ha logrado balancear estos saberes permitiendo que los niños, niñas, jóvenes expresen el agrado culinario que mejor lo satisfaga, a continuación se muestran

las recetas recopiladas en una cartilla gastronómica por los niños y niñas de la Escuela Rural Mixta Bojoleo, ya que es importante empezar desde los espacios educativos a rescatar la oralidad gastronómica pero también identificar los alimentos que actualmente se consumen para empezar desde las escuelas a fortalecer y revalorar los productos propios.



Imagen 2. Cartillas gastronómicas de los estudiantes; Juliana Carabalí, Claudia Nayerly Carabalí y Oscar Caicedo. Angela Vela, 2013

El plasmar a través de cartillas permite ser conscientes del aislamiento culinario que hoy en día hemos creado dejando de lado nuestro legado gastronómico, ya que incorporamos en las dietas escolares recetas que no permiten fortalecer aquellas que han sido parte de nuestra historia

territorial, teniendo este consolidado se debe mantener un dialogo con los alimentos venideros y los ancestrales para mantener viva la gastronomía.

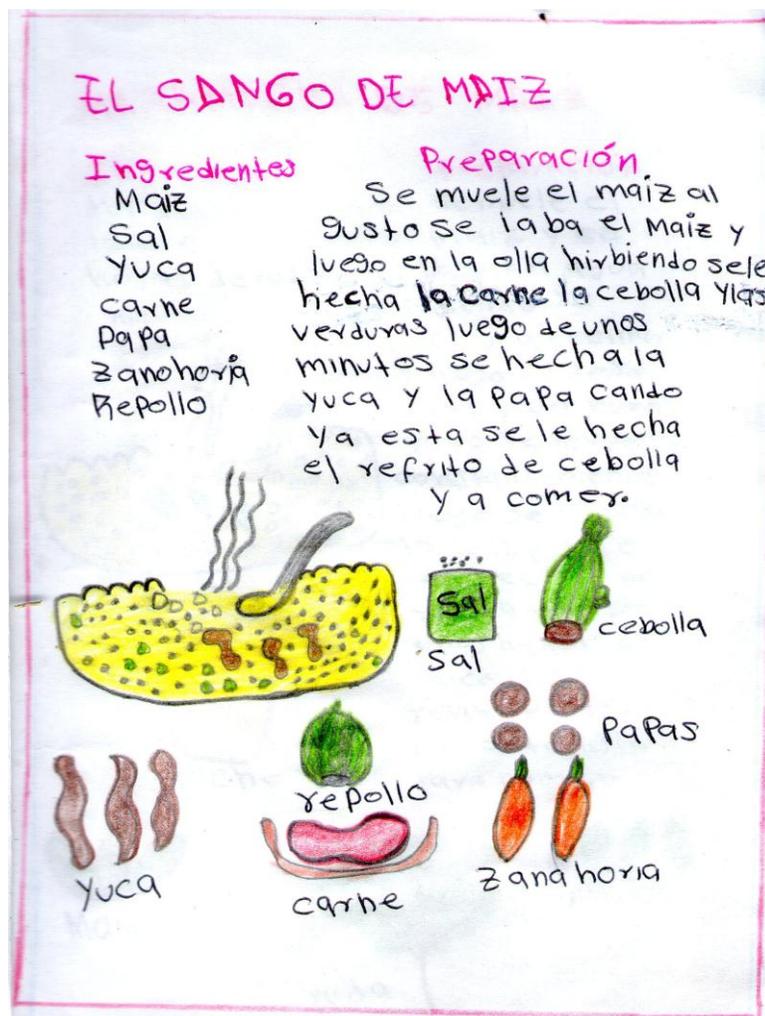


Imagen 3. Receta recopilada por Claudia Nayerly Carabalí, grado 5°, 2013.

Sancocho de Plátano
 lleva
 carne de res
 o de cerdo o
 gallina o pescado
 y la papa y el plátano

INGREDIENTES
 cebolla
 cilantro
 sal
 Tomate
 frijol



El Arroz con pollo
 lleva
 habichuela
 zanahoria y
 se cocina el
 pollo y en el
 caldo se
 cocen el arroz
 y luego se
 desmecha el
 pollo y se
 hace un hogo
 de tomate
 se revuelve y luego se sirve.

INGREDIENTES
 cebolla
 salchicha
 sal
 pimentón
 ajos

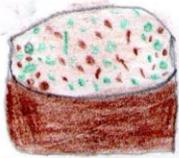


Imagen 4. Receta recopilada por Juliana Carabalí, grado 4º,
 2013



Imagen 5. Receta recopilada por Oscar David Carabalí, grado 4°, 2013

Los estudiantes de la escuela en mención expresan a través de los escritos las tradiciones gastronómicas, las siguientes coplas son una muestra de ese saber oral pero también de la invención y creatividad de los niños y niñas.

COPLAS DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA DE BOJOLEO

Allá arriba en aquel alto
Me encontré un palo de papaya
Cada que subo y bajo
Me encuentro a doña tocaya.
(Neifi Yohana, 8 años. grado 2º)

En la casa de lucia
Tengo una mata de sandia
Cada que subo y bajo
Me encuentro con Luz María.
(Neifi Yohana, 8 años. grado 2º)

Esto dijo el armadillo
Arrancando un palo de yuca
Si no fuera por la concha
Se me arrancaría la nuca.
(Oscar David Caicedo, 9 años. Grado 4º)

Esto dijo el armadillo
Pasando por un yucal
Maldita sea mi memoria
Que se me olvido el costal.
(Oscar David Caicedo, 9 años. Grado 4º)

Allá arriba en aquel alto
Me encontré con don Elías
Porque no le di sandia
No me dijo buenos días.
(Neifi Yohana, 8 años. grado 2º)

Los hombres de hoy en día
Son como el maíz amarillo
Andan buscando mujeres
Y sin cinco en el bolcillo.
(Juliana Carabalí, 9 años. Grado 4º)

Allá riba en aquel alto
Me encontré con don Daniel
Porque no le di tabaco
Me peo con su carriel.
(Juliana Carabalí, 9 años. Grado 4º)

Adiós cachimbo toposo
Que en un tiempo florecías
Se te acabaron las flores
Y se te fue quien te quería.
(Juliana Carabalí, 9 años. Grado 4º)

Cuando vas a coger leña
No cojas de sangre gado
Coge del higuerón porque
Hay esta mi corazón.
(Claudia Nayerly, 10 años. Grado 5º)

Allá arriba en esa loma
Hay un palo jorobado
Donde amarran los borrachos
Cuando vienen del mercado.
(Diego Carabalí, 12 años. Grado 2)

Allá arriba onde Gilberto
Hay una vaca amarrada
Cada que subo y bajo
Me pega la condenada.

(Diego Carabalí, 12 años. Grado 2)

Ayer pase por tu casa
Y estabas moliendo arepa
Me causo tanta risa
De tanto menear la mesa.

(Oscar David Caicedo, 9 años. Grado 4º)

Del otro lado del rio
Me tiraron un limón
El limón cayó en el pecho
Y el zumo en mi corazón.

(Sara Vanesa Carabalí, 8 años. Grado 2º)

En la casa de juliana
Hay una mata de hartón
Cada vez que subo y bajo
Se me rompe el corazón.

(Yohani Andrés Campo, 9 años. Grado 4º)

Esto dijo el armadillo
Pasando por un puente
Si no fuera por la concha
Sería un buen presidente.

(Diego Carabalí, 12 años. Grado 2)

Allá arriba en esa loma
Hay un palo de guayabo
Cada que subo y bajo
Me encuentro con don Gustavo.

(Oscar David Caicedo, 9 años. Grado 4º)

En el centro de la Alianza
Tengo una mata de albahaca
Y en la vereda Bojoleo
Un amor que me mata.

(Claudia Nayerly, 10 años. Grado 5º)

Allá arriba donde mi abuela
Tengo una mata de coco
Ni me subo ni me bajo
Ni me quedo aquí tampoco.

(Karen Sofía Carabalí, 9 años. Grado 4º)

Para entender los cambios alimenticios que se dan en esta generación se aplicó una encuesta a niños, niñas y jóvenes la cual permitió evidenciar el conocimiento que se tienen con respecto a las recetas y cultivos, pero especialmente, cuál es la dieta actual que circunda en las familias Quilcacereñas. La población encuestada fue de 25 hombres y 26 mujeres con edades entre 10 y 18 años, a continuación se presenta lo encontrado;

Cuadro N° 4. Resultado de la encuesta aplicada a estudiantes de primaria y secundaria de la Institución Educativa Agroindustrial de Quilcacé, Angela Vela, 2013.

PREGUNTA	HOMBRES		MUJERES	
¿Qué productos se sembraban antes en esta región?	Pepino, café, cebolla, arroz, guandul, cacao, tomate, caña de azúcar, habichuela, plátano rucio, garbanzo, granada, badea, frijol rucio, maíz, batata, sandia, papaya, aguacate, piña, papa cidra.		Pepino, café, arroz, blanquillo, chirimoya, garbanzo, mandarina, papaya, habichuela, hortalizas, toronja, caimo, naranja, caña de azúcar, plátano, achiote, guandul, badea.	
¿Cuáles son los productos de mayor siembra en tu parcela?	Tambor, naranjo, mandarina, plátano, yuca, maíz, frijol, caco, caña de azúcar, aguacate, habichuela, cilantro, maracuyá, sandia, zapallo, mango, piña, limón, guanábana, guama, papaya, café, tomate, pimentón.		Maíz, yuca, plátano, caña de azúcar, mango, mandarina, naranja, zapallo, guama, guanábana, habichuela, aguacate, tomate, cimarrón, piña, naranjas, sandia, limón, caco, cebolla, zapallo, chirimoya.	
¿Has escuchado hablar sobre alimentos tradicionales que ya no se consuman?, cuales	Si: 16 No: 9	Colada de maíz, sancocho de cerdo, mazamorra de arroz simple, sopa de chichaboyo, birimbí, envueltos de arroz, envueltos de yuca, mote, sopa de pajarilla, arepa de maíz, guampin, guarapo fuerte.	Si: 15 No: 10	Chicha de maíz, plátano asado o cocinado, el sango de maíz, el mote, la mazamorra, birimbí, colada de maíz, colada de plátano rucio, envuelto de yuca, envuelto de maíz, envuelto simple, envuelto de arroz, bollo limpio, cachaco cocinado, arepa cojonga, guandul, tapado, sopa de arroz, chichabollo.
¿Cuáles son los alimentos de mayor consumo en tu familia?	Yuca, plátano, frijol, garbanzo, sancocho, arroz de leche, pollo sudado, papa, maíz, cebolla, huevo, carne, habichuela, blanquillo, lenteja, caldo de pescado, sopa de verduras,		Arroz, papa, zanahoria, cebolleta, el tomate, las verduras, lenteja, el frijol, el espagueti, atún, huevos, pepino, leche, harina, plátano, yuca, carne de res, pollo, pastas, pescado, frutas,	

	mazamorra, sancocho de gallina, sancocho de carne, espinaca, tomate, lechuga, repollo, tamales, piña, lulo, panela, chocolate, atún, arveja, espaguetis.	tamales, cilantro, alverja, frijol, espaguetis, sopa de arroz, habichuela, sardinas, mazamorra.
¿Que tipo de alimento preferido te gustaría se preparara en el restaurante escolar?	Arroz de leche, mazamorra, hamburguesas, pizza, jugos, sancocho, coladas, ensalada de frutas, carne molida, chocolate con masas, arroz con pollo, consomé, pescado frito y sudado, sudado de pollo y carne, arroz con yuca, espaguetis, sopas, arroz con patacones, chorizo, arroz mixto, arroz chino, perro caliente, sancocho de gallina, arroz con frijoles y tocino de cerdo, sancocho de cerdo, pollo relleno,	Mazamorra, arroz de leche, ollucos, pollo a la cerveza, carne de cerdo, pescado, ensalada de habichuela, hamburguesa, piza, perro caliente, arroz con espagueti, arroz con pollo, tamales, ajiaco, arroz con pollo frito, pollo sudado, sancocho de carne, sancocho e gallina, arroz con zapallo, arroz mixto, pollo relleno, ensalada de frutas, albóndigas de cerdo, lentejas, pollo apanado, carne frita, arroz de leche, sándwiches, postres, lasaña, dulces, arroz con huevo, masas, carne molida, sopas de verduras, carne sudada, sopas, viste.

El paladar Afroquilcacereño esta enmarcado en los gustos alimenticios de jóvenes quienes expresan gran agrado a la pizza, hamburguesas, pastas, sándwiches, enlatados, huevos, cárnicos, harinas y otros, evidenciando que la población adulta ha ido incorporando a través de los años estas dietas en sus hogares, en la tabla anterior se evidencia que existe un conocimiento con respecto a las dietas tradicionales, sin embargo la influencia de alimentos procesados y los monocultivos han desplazado y/o remplazado por aquellos que requieren un menor esfuerzo para su adquisición, sin desconocer el valor comercial al cual deben pagar por su consumo.

A MANERA DE CONCLUSIÓN

El acto de alimentarse es una realidad social y cultural que cada grupo construye y se manifiesta en sus hábitos y costumbres gastronómicas, como se evidenció en el documento es transmitido de generación en generación principalmente de madre a hijos e hijas es un acto que no es estático en la historia, todo lo contrario evoluciona reflejándose en las prácticas alimentarias actuales.

Es de resaltar que la comida trae consigo toda una carga simbólica social o religiosa ya que comer no solo es un acto, son emociones y sentimientos que permiten entender los mundos en el que se desarrolla, es la mujer a quien se le ha asignado esta tarea donde construye su espacio sin olvidar que el hombre también interactúa en él, creando un sentido de pertenencia y movilidad de las tradiciones culinarias, a pesar de que existe una gran presión de homogenizar los alimentos, las comunidades Afrocolombianas debemos empezar a dinamizar este legado tradicional que por años nos han permitido diferenciarnos como grupo étnico, de igual manera se debe replantear la importancia que tienen el territorio para los Quilcacerños ya que su lucha permitió generar procesos agrícolas de los cuales hoy en día no se ven reflejados en la producción de alimentos.

Es importante mencionar que el trabajo desarrollado permitió tener un mayor acercamiento a una realidad palpable que existe en la zona especialmente lo que piensan y les gustan a los jóvenes actualmente, de ello permitió comprender que los dos pensamientos generacionales no se deben fraccionar si no unificar para crear nuevas recetas que permitan que los productos y alimentos indagados continúen en la oralidad gastronómica. A continuación se hace mención de algunas consideraciones que se deben tener en cuenta;

- Es necesario sensibilizar a la comunidad sobre la importancia que tiene el consumir alimentos sanos para lograr una mayor responsabilidad alimentaria, ya que se pudo evidenciar que algunos productos que se han dejado de sembrar y a la vez de consumir solo permanecen en la memoria de los mayores.
- La escuela es un espacio ideal para el rescate y fortalecimiento de las prácticas alimenticias, por ello se hace necesario motivar constantemente a la comunidad educativa teniendo en cuenta los gustos y agrados de su paladar.
- Las diferentes expresiones artísticas permiten mantener viva la memoria gastronómica, especialmente las tradiciones de la comunidad Afroquilcacereña, la cual contribuye a la formación integral y su vez valorar lo que esta a su alrededor y se sientan orgullosos de ello.
- El papel de la mujer en la cocina es y seguirá siendo relevante en la historia, en la medida en que se continúe transmitiendo las recetas de generación en generación de madres a hijas o hijos, de igual a manera la familia mantienen viva esta tradición y la escuela debe visibilizar todo este legado.

BIBLIOGRAFIA

Cerón, R. Patricia, Rojas, M. Axel, A. y Triviño, G. Lilia. (2002). Fundamentos de la Etnoeducación. Material de apoyo, Licenciatura en Etnoeducación. Centro de educación Abierta y a Distancia. Universidad del Cauca. Popayán.

Delgado, Salazar Ramiro. Identidad y comida: Reflexiones metodológicas. (S.F)

Fernandez Felipe, (2001). Historia de la comida, Alimentos, cocina y civilización. Turquets, S.A. España.

Galeano, María Eumelia. (2004). Diseño de Proyectos en la investigación cualitativa. Fondo Edit. EAFI. Medellín.

García, Anaya Manuel Napoleón. (2005). La Etnoeducación Afrocolombiana, un derecho y un compromiso. Manual para docentes. Editor, Napoleón García VI Colormag Inc, Quibdó Colombia.

Halbwachs, Maurice. (1991). Fragmentos de la memoria colectiva. En: Revista de Cultura Psicológica, Año 1, Número 1, México, UNAM- Facultad de psicología.

Idrobo Caicedo, Eliceo, Camilo Hurtado Dasmaris Y Hurtado Helman Alirio, (S.F).

Proyecto etnoeducativo municipal por el rescate de la identidad etnocultural Afrocolombiana del municipio de el Tambo Cauca.

Macías Samboni, Clodomiro, Camilo Jovina, Vela Carabalí Lida Yanedt. (2009).

“La reforestación como una estrategia pedagógica recreativa y ecológica para la conservación de los recursos naturales de la Institución Educativa Agroindustrial de Quilcacé, municipio del Tambo Cauca. Fundación universitaria los libertadores.

Morcillo Mosquera, Liliana. Camilo Olano, Elia Rosa, Vela Carabalí, Luz Ángela.

(2007). “Comunidad afrocolombiana, al rescate de una tradición cultural: formas de organización y lucha de territorio en el corregimiento de Quilcacé municipio del Tambo Cauca”. II semestre, licenciatura en Etnoeducación, curso historia educativa local, Universidad del Cauca.

Ministerio de Educación Nacional. (2010). Colombia afrodescendiente: “lineamientos curriculares de la Cátedra de Estudios Afrocolombianos”. Documento No 12. MEN. Bogotá

Ministerio de Educación Nacional. (2001). Cátedra de Estudios Afrocolombianos: “lineamientos curriculares”. MEN. Bogotá.

Proyecto Educativo Comunitario Afrocolombiano, PECA, (2012). El tesoro de la zona sur, en colaboración con: Centro Educativo La Pedregosa, Centro Educativo La Banda, Centro

Educativo La Alianza, Institución Educativa Pueblo Nuevo Ciprés, Centro Educativo Mosquera y la Institución Educativa Agroindustrial de Quilcacé, financiada por la fundación española para la cooperación Solidaridad Internacional (Colombia). Municipio de El Tambo Cauca.

Rojas, Axel, Alejandro, y Castillo, Elizabeth. (2005). Educar a los otros, estado, políticas educativas y diferencia cultural en Colombia. Editorial Universidad del Cauca. Popayán

Rojas, Axel Alejandro. (2010). Colombia Afrodescendiente. Documento N° 12 Ministerio de Educación Nacional. Panamericana Formas e Impresos S. A. Bogotá Colombia

Solís, Gómez Luis Jesús. (2001). Los pueblos del Cauca. Popayán. Rey gráficas.

CONSULTA WEB

<http://eltambo-cauca.gov.co>

FUENTES ORALES

Arquímedes Caicedo, agricultor. Corregimiento Quilcace. Entrevista 3 de diciembre de 2012.

Ana Delia Caicedo. Corregimiento de Quilcace, manipuladora de alimentos de la Institución Educativa Agroindustrial de Quilcacé. Entrevista 15 de septiembre de 2013.

Alipio Caicedo, agricultor. Corregimiento Quilcace. Entrevista 29 de Agosto de 2012.

Eliceo Idrobo Caicedo, docente y músico. Corregimiento Quilcace. Entrevista noviembre de 2012.

Gerardo Carabalí, agricultor. Corregimiento Quilcace. Entrevista 29 de Agosto de 2013.

Ivan Vela, docente Institución Agroindustrial de Quilcacé. 2011.

Hermelinda Carabalí Caicedo. Corregimiento de Quilcacé. Entrevista 20 de diciembre de 2013.

Juana María Olano, manipuladora de alimentos. Corregimiento Quilcace. Entrevista 29 de Agosto de 2012.

María Ángela Montenegro, docente. Corregimiento Quilcace. Entrevista 5 noviembre de 2013

ANEXOS

Anexo 1. Recetario tradicional de la comunidad de Quilcace

A. RECETAS PARA LA PREPARACION DE ALIMENTOS BASADOS EN EL MAIZ.

1. Sango (sopa de maíz)

Para la preparación del sango o sopa de maíz se quiebra el maíz de tal manera que quede bien delgadito, luego se lava hasta quitar bien el afrecho del maíz, se le echa los ingredientes como lo son la cebolla, carne, zanahoria se deja hervir hasta que el maíz hable, luego se le echa la papa y la yuca con el agua blanca que queda de la lavada del maíz se cierne, se deja de un día para otro y al otro día se le quita el agua clara y el espeso que queda se hace el birimbí.

2. Birimbí

Para preparar el birimbí se le echa un poco de agua al espeso del maíz, se le agrega canela y panela, se pone al fogón revolviéndolo por un espacio de 20 minutos, luego se baja, se deja reposar unos 10 minutos y se sirve con leche.

3. Mazamorra de maíz

Para la preparación de la mazamorra se quiebra el maíz que no quede tan delgadito, luego se lava hasta quitar el afrecho del maíz, se cierne el agua blanca, y se le coloca al fogón con el agua hasta que ablande el maíz echándole mas agua en el momento que lo requiera, se baja del fogón cuando ya este blandito el maíz, se sirve con leche y panela.

4. Arepas cajongas

Se quiebra el maíz se lava y se le adiciona agua caliente se deja unos 3 a 4 días en agua, la cual hay que cambiarla todos los días o día de por medio para que no se enfuerce el maíz, esta agua tiene que ser caliente, para la preparación se lava el maíz con agua fría, luego se muele se deslió la masa de tal manera que quede espesa se cierne y se pone a cocinar en un tuco de barro o pila grande cuando ya esta cocinada se la baja se la pone a reposar y rato y después se la soba en una batea o platón, luego se hacen las arepas. Estas arepas son simples y gruesas se asan en horno de leña en latas de aluminio se sirven con pescado o carne de res o de cerdo, y también para hacer sopa de arepas, esta arepa se acostumbra en la época de semana santa.

5. Arepa con queso

Se quiebra el maíz, se lava, se le echa el agua caliente se la deja de un día para otro. Se muele conjuntamente con el queso, luego de molido se hacen las arepas, añadiéndole sal y almidón y se asan ya sea en el ornó de leña, cazuela de barro por 15 minutos. Esta arepa se utiliza para los desayunos acompañados de café, agua de panela o chocolate.

6. Arepa con todo

Se cocina el maíz hasta que este blandito se deja de un día para otro, luego se muele con el queso, se amasa revolviendo un poco de sal y panela rebanada, se hacen las arepas y se ponen a azar en horno de leña o en cayananas de barro por espacio de 20 minutos, se sirven con café, agua de panela o chocolate.

7. Envueltos de maíz

Se quiebra el maíz se lava con agua caliente se deja unos 3 días en agua, después se lava se muele, se deslié, se cocina, después se pone a enfriar un poco se soba y se hacen los envueltos en hojas de colino (plátano) se amarran con cincho, se ponen a cocinar por espacio de unos 15 minutos, luego se bajan y se dejan reposar, luego se sirven, se utilizan para los desayunos acompañados de carne, queso, perico entre otros.

8. Masas con queso

Se quiebra el maíz se lava, se pone a caucar o echarle agua caliente, se deja hasta el otro día, se muele con el queso, se amasa agregándole almidón de yuca, sal, panela rebanada, se hacen las masas y se ponen a fritar con aceite, se sirven con café, agua de panela o chocolate.

9. Pan de maíz

Se quiebra el maíz, se lava para separar el afrecho del maíz, luego se cauca o se le echa agua caliente.

Se muele al otro día revolviendo el queso, luego se amasa echándole almidón de yuca, sal y panela rebanada, se hacen y se colocan al horno de leña por espacio de 15 minutos, luego se sacan se sirven para el desayuno, para las medias nueve, al medio día etc.

10. Caucharína.

Se tuesta el maíz, luego que este frío se muele y se le echa azúcar o panela. Se come en cualquier momento.

11. Arepa de mote ceniza.

La ceniza se desleía en agua y luego se cernía, se colocaba al fogón esta agua con el maíz hasta que quedara blandito, se lo dejaba enfriar para lavarlo, se lo echaba en una olla con agua limpia, la cual había que cambiarla todos los días, hasta que se acababa el maíz.

Esta arepa se preparaba moliendo el maíz con el queso, sal, se molía un pedazo de yuca para que quedaran blanditas, se asaban en las cayananas en hojas de colino, se servían para el desayuno con café.

12. Envueltos de monte ceniza.

La ceniza se desleía en agua, luego se cernía para quitarle el concho de la ceniza, después se ponía al fogón, se le echaba el maíz para cocinarlo hasta que descascarara, pero había que menearlo constante mente, luego se lo bajaba del fogón de leña se lo dejaba hasta que estuviera frío para lavarlo, se ponía en agua fría.

Se molía y se desleía en agua fría, se cocinaba durante unos 20 minutos se sacaban pedacitos de la masa en hojas de colino, la cual se envolvían y se amarraba con cincho y se ponían a cocinar durante 15 minutos, se bajaban y se colocaban a escurrir en una olla, se utilizaban para el desayuno, las medias nueve o para la merienda acompañado con café.

13. Arepas de choclo.

Ingredientes: El choclo molido, queso rayado, almidón de yuca, panela rebanada, sal

Preparación.

Se muele el choclo, después se le agrega el queso rallado, el almidón de yuca, la panela rebanada y sal al gusto, se amasa y se deja por 5 minutos, luego se hacen las arepas y se ponen en latas de aluminio y se ponen a azar en el horno de leña por unos 7 minutos, se sacan y se pueden comer con café, agua de panela o chocolate.

14. Masas de choclo.

Ingredientes: Choclo molido, queso rayado, almidón de yuca, panela molida, sal

Preparación.

Se muele el choclo, después se le agrega el queso rallado, el almidón de yuca, la panela rebanada y la sal al gusto, se amasan y luego se deja por 5 minutos, se hacen las masas, se fritan por espacio de 5 minutos, se sacan y se comen con café, agua de panela o chocolate.

15. Envueltos de choclo.

Ingredientes: choclo molido, queso rayado, panela, sal.

Preparación

Se muele el choclo se le agrega el queso rallado, panela y sal al gusto, se revuelve luego se hacen los envueltos en hojas del mismo choclo, se colocan a hervir por espacio de 20 minutos, luego se bajan se dejan reposar un poco, luego se sirven con café, agua de panela, chocolate, con carne frita o con huevos pericos.

16. Colada de choclo.

Ingredientes: Choclo molido, panela, canela y clavos de olor, leche.

Preparación.

Se muele el choclo, luego se deslié en un poquito de agua, se cierne, se cola, en el fogón de leña añadiéndole la panela con la canela y clavos de olor como también la leche.

Se revuelve constantemente, hasta que espese se baja del fogón de leña, se deja reposar por espacio de 5 minutos, luego se sirve

B. RECETAS DE PREPARATIVOS CON EL PLATANO**17. Sancocho con carne.**

Se echan 6 tazas de agua en una olla de aluminio (antes se utilizaban ollas de barro) se le agrega la carne, la cebolla picada, zanahoria rayada, arracacha, y sal se deja hervir por espacio de 30 minutos para que la carne ablande, luego se le añade otras 2 tazas de agua se deja hervir y se le echa el plátano rajado a la olla acompañado de la papa y de la yuca se deja que cocine por 25 minutos, se le agrega cilantro y ajos y se baja del fogón de leña.

Se deja reposar por espacio de 10 minutos y luego se sirve acompañado ya sea de banano o aguacate, cuando hay o si no solo.

18. Colada de plátano.

Se pela el plátano, se licua en agua y se pone a cocinar con leche, canela y panela por espacio de 30 minutos revolviendo constantemente, se toma sola.

19. Tostadas de plátano.

Se pela el plátano, se parte en troncos medianos se echan a fritar hasta que estén dorados a fuego lento, luego se sacan de la paila, se dejan reposar por espacio de 5 minutos, se tacan con una mano de piedra, se echan nuevamente a la paila a fritar por unos 5 minutos. Se sirven acompañados de arroz, frijoles, lentejas, con huevos o en café.

20. Plátano verde frito.

Se pela el plátano, se parte en forma circular delgada se echa a fritar con un poco de sal, cuando se van a consumir con café. Se hace el mismo procedimiento cuando se emplea como complemento para echarle en la sopa de fideos, en este caso no se le echa sal.

21. Plátano maduro.

Para hacer las tajadas se pela el plátano, se hace las tajadas delgadas y se fritan. Se sirven en arroz, en huevos pericos. En café o agua de panela.

22. Envueltos de plátano maduro.

Para hacer los envueltos de plátano maduro, se muele el maduro, se le agrega canela. Se revuelve y se los prepara en hojas de colino, amarrados en cincho. Ponen a cocinar por 12 minutos luego se bajan se los saca del agua para que escurran y se sirven para comer acompañado con leche.

23. Colada de maduro.

Se pela el maduro y se parte en trocitos se coloca el agua al fogón en canela y panela, agregándole el maduro en tronquitos, se lo deja cocinar hasta que el maduro este blandito. Se lo baja, se deja reposar por 10 minutos y se lo sirve con leche.

24. Maduro cocinado.

Se pone a cocinar el maduro con cascara y todo, por espacio de unos 15 minutos, luego se baja. Se le bota el agua y se deja enfriar por unos 5 minutos, se sirve acompañado con leche.

C. RECETAS DE PREPARATIVOS CON LA YUCA

25. Pan de yuca

Se muele la yuca después se cocina, se muele el queso, luego se revuelve con el almidón de yuca, agregándole sal al gusto y agua hasta que quede una masa uniforme.

Luego se hacen los panes y se llevan al horno en latas por espacio de 20 minutos, luego se sacan y se sirven con café agua de panela o chocolate.

26. Yuca cocinada

Se pela la yuca, se cocina hasta que este blandita, se baja del fogón se deja reposar por 5 minutos luego se sirve con carne asada o frita, huevos pericos, con queso, café o agua de panela.

27. Yuca azada

Se entierra en el rescoldo de la candela por espacio de 20 minutos luego se la saca, se la pela quedando bien blanca para comer se la sirve con café o leche.

D. RECETAS DE PREPARACIÓN CON EL ARROZ

28. Arroz de leche

Se pone la olla al fogón con poca agua, luego se le echa el arroz para que cocine y seque luego se le echa la leche, la panela, la canela y un poco de sal se revuelve constantemente por unos 30 minutos luego se baja del fogón se deja reposar un poco para servirla.

29. Mazamorra de arroz

Se coloca la olla con un poco de agua se deja calentar, se le echa el arroz unas hojitas de naranjo agrio y se menea constantemente hasta que este blandito el arroz, luego se baja y se deja reposar un poco. Se sirve con carne ó con leche.

30. Empanadas de pipián

Ingredientes: Promasa, guiso de papa y carne, sal al gusto

Preparación.

Se hacen bolitas de la promasa, luego se aplana o se pampea la masa con un vaso, hasta que quede delgado, se le echa el guiso se recubre con la misma masa y se moldea con un vaso. Se echan a fritar en aceite o manteca durante 5 minutos, se sacan y se sirven con café, gaseosa, arroz o solas.

31. Tamales

Ingredientes: Masa de maíz, carne de cerdo o de res cortada en trozos, cocinada o frita, pipián, sal al gusto.

Preparación.

Se soba muy bien la masa, se toman porciones y se extienden en las hojas de plátano, soasadas, pampeándolas con los dedos hasta que queden delgadas. Se pone el pipián y la carne en el centro se envuelve con la misma masa y se sierran las hojas formando los tamales, se amarran y se ponen a cocinar en agua hirviendo. Se sirven con arroz, ají, maní.

E. RECETAS PREPARADAS CON EL FRIJOL**32. Frijoles con tocino**

Ingredientes: frijoles, tocino, arroz, sal, papa.

Preparación.

Se colocan al fuego los frijoles, se pican trozos de tocino, tomate, cebolla dejando hervir hasta que se ablanden, luego se agrega trozos de papa, cuando este espeso se baja y se sirven con arroz.

F. PREPARACION CON EL ZAPALLO**33. Chucura**

Ingredientes: El zapallo, cebolla, tomate, sal.

Preparación

Se pone a cocinar el zapallo por espacio de 10 minutos en fogón de leña, estufa de gas o energía, se baja se pone a enfriar, luego se le saca la pulpa de la cascara del zapallo.

Se hace un guiso con la cebolla, el tomate y la cebolleta, sal, se coloca a sofreír en aceite, agregándole sal al gusto, luego se revuelve la pulpa en el sofrito.

Se sirve con arroz sudado.

34. Jugo de zapallo

Ingredientes: Zapallo, leche, azúcar

Preparación

Se cocina el zapallo por espacio de 10 minutos en fogón por 10 minutos se baja se deja enfriar, luego se le retira la pulpa de la cascara del zapallo, luego se licua agregándole la leche, azúcar al gusto. Se sirve acompañado del almuerzo o de la cena.

39. Torta de zapallo

Ingredientes: Azúcar, mantequilla, huevos, esencia de vainilla, canela molida, polvo royal para hornear, zapallo.

Preparación

Se cocina el zapallo y se le quita la cascara, se hace una masa compacta del zapallo, se le echa todos los ingredientes, harina de trigo, azúcar, mantequilla, huevos, esencia de vainilla, canela molida, polvo royal para hornear, se echan en moldes engrasados, se coloca al horno de leña por espacio de 40 minutos, luego se sacan del horno, se deja reposar, se sirven con leche.

G. RECETAS PREPARATIVAS CON PANELA

La panela es un producto que se extrae de la caña panelera, la cual forma parte de la economía de nuestra región.

Con la panela se hacen muchos platos típicos en nuestra zona como son los siguientes.

Extracción de la panela

se corta la caña panelera, se trae desde el cañaduzal hasta el trapiche el cual tiene que estar muy bien lavado higiénicamente para sacar la panela.

35. PANELA

Ingredientes: Caña panelera, cadillo

Preparación

Se muele la caña, se echa el guarapo al fondo o paila, se le mete harta candela a la hornilla, luego se taca el cadillo, y se le saca la baba del cadillo en agua se le echa al guarapo para que recoja el mugre del guarapo, se le deja consumir revolviéndolo constantemente y al mismo tiempo quitándole la casacha hasta que quede limpio el guarapo, el guarapo se mantiene con mucha candela en la hornilla hasta que de punto, venteándolo porque el guarapo se sube y cuando ya espese mas se saca en una canoa donde hay que batirla hasta que cambia de color o que de punto, luego se la empaca en gabelas que tiene la forma de la panela, se deja enfriar y luego se saca de las gabelas.

Las panelas se venden en las tiendas de la zona y también se sacan hacia otros lugares.

36. Panelitas de maní

Ingredientes: Panela, Maní tostado.

Preparación

Se pone a desleír la panela en un poquito de agua se deja Hervir hasta que la panela de punto, se le agrega el maní tostado, se baja y se hacen las panelitas en hojas de colino, se dejan enfriar y luego se comen o se disgustan.

37. Panelitas de coco

Preparación

Se pone a desleír la panela en un poquito de leche, se deja hervir hasta que de punto, luego se le agrega el coco, se baja y se hacen las panelitas en hojas de colino. Se dejan enfriar y luego se degustan.

H. PLATOS NAVIDEÑOS

38. Dulce de leche o manjar blanco

Ingredientes: Leche, panela, canela y clavos de olor, arroz molido.

Preparación

Se echa la leche en una paila grande de aluminio, se le agrega la panela dependiendo la cantidad de la leche, se deslié el arroz en un poquito de leche, se cierne en un cedazo y se le agrega a la leche, este con el fin de que ayude a espesar, se le agrega la canela y los clavos de olor en una bolsita de tela, se menea constantemente hasta que de punto, luego se saca en terrinas, se sirve con masas de harina y buñuelos.

39. Dulce de papaya

Ingredientes: Papaya, panela, clavos de olor y canela.

Preparación

Se pela la papaya se parte en tronquitos, se pone a cocinar en un poquito de agua, agregándole un poquito de panela y los clavos de olor, canela , se revuelve constantemente hasta que este, luego se baja y se deja reposar, luego se sirve con masitas de harina o buñuelos.

40. Dulce de piña

Ingredientes: piña, panela, clavos y canela.

Preparación

Se pela la piña, se raya se le escurre o se le extrae el jugo, se pone a calar con la panela de unos 30 minutos, luego se saca en recipientes pequeños, se sirve con masitas de harina o buñuelos.

41. Torta de harina

Ingredientes: harina de trigo, azúcar, mantequilla, huevos, brevas, nuez moscada, esencia de vainilla, canela molida, limón rayado, bebidas, polvo royal para ornear, pasas, coco rayado,

Preparación

Se bate la mantequilla con el azúcar, cuando ya no se sienta el azúcar, se le agregan los huevos, se bate constantemente, después se echa la harina y los demás ingredientes como lo son las brevas, nuez moscada, esencia de vainilla, canela molida, limón rayado, uvas pasas, obteniendo una mezcla uniforme, la cual es empacada en moldes de aluminio, se llevan al horno por espacio de 30 minutos, luego se retira del horno y se deja enfriar.

Se come con leche, gaseosa, vino, yogurt.

I. PREPARADOS CON CARNE

42. Carne molida

Ingredientes: ajos, cebolla larga, cebolleta, orégano, tomillo, perejil.

Preparación

Se muele la carne con todos los ingredientes, después de molida se revuelve y se pone a sudar, se le echa aceite al recipiente, tomate rayado, sal y se deja cocinar por espacio de 15 minutos, luego se baja y se sirve acompañada de arroz sudado.

43. Carne guisada

Ingredientes: cebolla, cebolleta, tomate.

Preparación

Se pone a cecinar la carne hasta que este blandita luego se baja. Se hace un picado de la cebolla, cebolleta y el tomate se sofríen los ingredientes, luego se le agrega la carne, se revuelve, se sirve con papa y arroz sudado

44. Albóndigas

Ingredientes: carne, cebolla larga, ajos, sal al gusto, harina de trigo.

Preparación

Se muele la carne con la cebolla larga y los ajos, luego se revuelve con la harina y sal al gusto, se coloca a freír por espacio de 5 minutos, se sacan y se sirven con arroz o envueltos de arroz o de maíz.

45. Carne asada

Ingredientes: carne, orégano, tomillo, perejil, sal al gusto, ajos.

Preparación

Se aliña la carne con las hierbas, luego se le agregan los ajos licuados y sal al gusto. Se asan en braseros de carbón de leña. Se sirven con arroz, papas cocinadas, envueltos de maíz.

46. Sobre barriga

Ingredientes: Cebolleta, tomates, cebolla larga, orégano, tomillo, perejil, ajos, sal al gusto.

Preparación

Se pone a pitar la sobre barriga hasta que este blandita, luego se le agregan los demás ingredientes como también la papa si le quiere echar, se la deja hervir por unos 15 minutos se baja y se sirve con arroz sudado acompañado de ensaladas.

En nuestra comunidad también se acostumbra a consumir otras carnes diferentes a la de res como lo es la carne de cerdo la cual se consume frita y con los huesos se hace el sancocho

47. Chicharrones

Se corta el tocino en pedazos pequeños se les hecha sal se ponen a freír en una paila en un poquito de aceite o manteca cuando estén dorados y sin grasa, se sacan y se dejan escurrir. Se sirven con patacones fritos, envueltos de maíz o papas.

GLOSARIO

CAGUINGA: Cuchara grande y larga hecha en guadua utilizada para revolver cuando lo alimentos hierven en le fogón.

CINCHO: Cepa o cobertura que rodea el tallo del plátano

CAUCAR: Colocar a fuego lento hasta que el producto que este en cocción se ablande.

TUCO: Cazuela de barro.

TARRINAS: Tarros plásticos

SOASADAS: Cuando se coloca algún producto como por ejemplo las hojas de plátano al calor del fuego en llama.

CASACHA: La espuma que sale del guarapo cuando se muele la caña de azúcar para sacar la panela.

ANEXO N° 2. FORMATOS DE ENTREVISTA Y ENCUESTA

ENTREVISTA N° 1: PENSAMIENTOS Y RECUERDOS DE LOS MAYORES

Lugar:

Nombre completo:

Edad:

Lugar de nacimiento:

Ocupación:

Estado civil:

1. ¿Cómo era la comunidad de Quilcacé en su inicio?
2. ¿Cuál era el alimento que más se preparaba?
3. ¿Qué celebraciones se hacían anteriormente y como se hacían?
4. ¿Usted sabe en qué momento y por qué se identificaron con la virgen del tránsito como patrona de Quilcacé?
5. ¿Qué rituales se hacían cuando se moría una persona?
6. ¿Qué cambios alimenticios se han dado en la comunidad de Quilcacé?
7. ¿Cree usted que la comunidad de Quilcacé se ha reconocido como Afrocolombianos?
8. ¿Por qué se ha cambiado la tradición de la siembra de algunos productos como es el maíz, el plátano, la yuca entre otros.

ENTREVISTA N° 2: MEMORIA Y GUIADO DE LA MUJER QUILCACEREÑA... UNA MIRADA DESDE LA ETNOEDUCACIÓN

Lugar:

Nombre completo:

Edad:

Lugar de nacimiento:

Ocupación:

Estado civil:

1. ¿Cómo ha sido su proceso en la institución educativa de Quilcacé?
2. ¿Cómo articula el tema de las creencias y prácticas de los Quilcacereños en relación a los platos tradicionales en el aula escolar?
3. ¿Qué platos de su región prepara con los estudiantes?
4. ¿Cómo ha sido su proceso de trabajo con los jóvenes y las jóvenes de la institución?
5. ¿Qué experiencias significativas recuerda en su proceso?
6. ¿En la actualidad que proyectos lidera con los estudiantes relacionado a la gastronomía?
7. ¿Cree usted que la comunidad educativa está apropiando el rescate de los alimentos tradicionales y el alimentarse sanamente?
8. ¿Qué piensa usted, hace falta en la institución para continuar fortaleciendo el tema de la gastronomía?

ENCUESTA N° 1: ESTUDIANTES

PARA INVESTIGACIÓN

**“PROCESOS ALIMENTICIOS EN EL CORREGIMIENTO DE QUILCACÈ ZONA
SUR DEL MUNICIPIO DEL TAMBO CAUCA”**

LUGAR: _____

NOMBRES _____

APELLIDOS: _____

EDAD: _____

GENERO M _____ F _____

LUGAR DONDE VIVE _____

INSTITUCIÓN O SEDE DONDE ESTUDIA: _____

GRADO: _____

1. Has escuchado de las personas mayores ¿Qué productos se sembraban antes en esta región y que en la actualidad no existen?

2. ¿Cuáles son los productos de mayor siembra en tu parcela?

3. ¿Cuáles son los alimentos de mayor consumo en tu familia?

4. ¿Cuáles son tus alimentos preferidos?

5. ¿Qué alimentos conoces se pueden preparar a base de maíz y arroz?

6. ¿Has escuchado hablar de las personas mayores sobre algunos alimentos o platos tradicionales que en la actualidad ya no se consuman? Si_____ No_____

¿Cuáles?_____

7. ¿Qué tipo de comida te gustaría se preparara en el restaurante escolar?

8. ¿En el lugar donde estudias te han hablado sobre los alimentos tradicionales de tu comunidad? Si___ NO___

GRACIAS POR TU INFORMACION

ANGELA VELA