

BIZCOCHOS:

Tipo de amasijo elaborado con una mínima cantidad de masa, moldeados en forma redonda o alargada. Elaborados principalmente de cuajada, maíz y harina de achira.



Achiras

Ingredientes

- 500 gr de cuajada (preferiblemente seca)
- 200 gr de harina de achira bien molida
- 60 gr de mantequilla
- 1-2 huevos dependiendo de su tamaño
- 10 ml de almibar de panela
- 5 gr de polvo de hornear
- c/n de sal (esto depende mucho de la cantidad de sal que tenga la cuajada)

DATO CURIOSO:
La harina se obtiene de la raíz de la planta de achira. Bizcocho muy consumido en la dieta Campoalegruna

Preparación

1. Moler la harina de achira con la cuajada un par de veces o hasta que la masa quede bien fina.
2. Agregar los demás ingredientes y amasar hasta obtener una masa homogénea y consistente.
3. El punto está en que el bizcocho no se cuarte.
4. Se arman en forma redondeada y alargada de 15gr cada uno.
5. Se introducen en el horno previamente calentado a una temperatura aproximada de 190-200 C° y esperar a que doren.
6. Bajar el calor del horno al mínimo y dejar que tuesten.

(57 unidades)



Bizcocho de manteca

Ingredientes

- 2000 gr de maíz
- 250 gr manteca de res clarificada
- 100 gr de cuajada
- 50 gr de panela rebanada
- 20 gr de bicarbonato

DATO CURIOSO:
El maíz se debe dejar en agua durante tres días, luego se lava 4 veces con agua tibia y se deja secar al sol. Después de esto se procede a moler para formar la masa.

Preparación

1. Se mezclan todos los ingredientes y se amasan hasta que tengamos una masa consistente.
2. El secreto está en tener el maíz bien seco para moler.
3. Se porciona de 15 gr cada bizcocho y se le da una forma redonda o alargada.
4. Se precalienta el horno a 200 C° y se hornean de 10 a 15 minutos.
5. Se apaga el horno y se dejan ahí hasta que estén fríos, así quedarán crujientes.

(190 unidades)



Biscocho de cuajada

Ingredientes

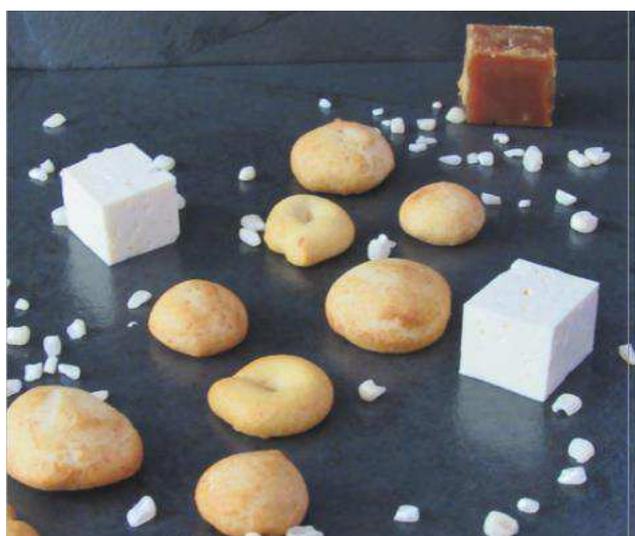
- 500gr de masa de maíz (el maíz se deja en agua 2 días sin mover , transcurrido este tiempo se lava y se pone a secar al sol, se muele 3 veces hasta tener una masa fina)
- 1000 gr de cuajada bien molida
- 30 ml de agua de panela desangrada
- 100 gr de fécula de maíz
- 10 gr polvo de hornear
- 70 gramos de mantequilla
- 1 huevo grande

DATO CURIOSO:
Se identificó que el principal secreto de esta preparación es desangrar la panela en agua y adicionarle una cuajada salada para evitar añadirle sal.

Preparación

1. Se amasan todos los ingredientes creando una masa homogénea y consistente.
2. Se moldean los biscochos en forma redonda con un peso aproximado de 15 gr cada uno.
3. Se precalienta el horno a 250 C° y se hornean durante 15 minutos .

(110 unidades)



Biscocho tostado

Ingredientes

- 500 gr de masa de maíz (el maíz se deja en agua 2 días sin mover , transcurrido este tiempo se lava y se pone a secar al sol, se muele 3 veces hasta tener una masa fina)
- 1000 gr de cuajada bien molida
- 30 ml de agua de panela desangrada
- 100 gr de fécula de maíz
- 10 gr polvo de hornear
- 70 gramos de mantequilla
- 1 huevo grande

DATO CURIOSO:
Esta preparación es un ingrediente fundamental del postre llamado noche buena, ya que lleva el biscocho embebido en agua de panela con especias.

Preparación:

1. Son los mismos biscochos de cuajada, lo único que cambia es su modo de cocción.
2. Se hornean a una temperatura de 200C° durante 12 minutos.
3. Se baja la temperatura del horno a lo más mínimo y esperar a que tuesten.

PREPARACIONES A BASE DE ARROZ ENVUELTOS EN HOJAS:

Desde los principios de la humanidad ha existido la necesidad de conservar, transportar, envolver infinidad de productos entre ellos los alimentos. Para esto hemos acudido a las plantas en especial a sus hojas; éstas, aparte de servir como envoltorio y facilitar su transporte, nos aportan aromas y sabores característicos a la preparación cubierta en ellas.

El arroz es muy importante en el municipio de Campoalegre, ya que es conocido como la capital arrocera del Huila; con este cereal se elaboran diferentes preparaciones entre las más destacadas y tradicionales se encuentran: el envuelto, el tamal y el arroz de leche.



Envuelto de arroz

Ingredientes

- 500 gr de arroz
- 100 gr de arveja seca
- 350 gr de pechuga de pollo
- c/n adobo
- c/n hojas de plátano soasadas
- c/n sal
- c/n hogo (cebolla larga , tomate , aceite o manteca , achiote)

DATO CURIOSO:
Es uno de los desayunos predilectos de los Campoalegranos, acompañado de una taza de chocolate, bizcochos y pan añilado.

Preparación

1. Se adoba la pechuga de un día para otro y se cocina en agua.
2. Una vez cocida la pechuga se desmecha.
3. El arroz se prepara con la arveja y el agua que teníamos reservada de la cocción del pollo.
4. Se ponen las hoja de plátano en forma cuadrada y de esta misma forma se moldea el arroz agregándole en la parte superior hilachas de pollo y seguidamente el hogo.
5. Se practica la técnica del doblez para el envuelto de arroz.
6. Se cocina igual que el tamal.

(15 unidades)



Tamal tradicional

Ingredientes

- 500 gr Arroz
- 250 gr Arveja amarilla seca
- 200 gr Papa
- 200 gr Zanahoria
- 500 gr de costilla de cerdo
- 500 gr de pollo
- 500 gr de longaniza
- Adobo
- Hogo (manteca de cerdo cebolla cabezona y achiote)
- c/n hojas de plátano
- c/n pita

DATO CURIOSO:
El tamal tradicional no lleva huevo en su preparación, además lleva carnes como: costilla de cerdo, longaniza, pollo y tocino.

Preparación

1. Se adoban las carnes de un día para otro y se cocinan en agua.
2. En el caldo que se cocinaron las carnes se prepara el arroz añadiéndole achiote.
3. Con lo anterior ya cocido procedemos a ensamblar el tamal.
4. Se ponen en un cuenco el arroz y se bocea sobre un par de hojas de plátano acomodadas en cruz.
5. Alrededor del arroz se ponen láminas de papa y zanahoria y en la parte superior un poco de cada carne dejando caer sobre esta el hogo de cebolla.
6. Para su amarrado se aplica la técnica del moño. Se recogen todas las puntas de la hoja, se le da un par de apretones y seguidamente amarramos el moño con pita.
7. Al momento de la cocción se pone en la olla las venas y demás hojas sobrantes del plátano, se acomodan los tamales y se cubren con agua.
8. Se dejan cocinar durante 3 horas .

(10 unidades)



Arroz de leche

Ingrediente

- 500gr Arroz
- 5 litros Leche entera
- 400 gr Azúcar y panela
- c/n Canela
- c/n Clavos de olor
- c/n Nuez moseada
- c/n Pisca de sal
- c/n Hoja de bijao

DATO CURIOSO:
La hoja de bijao le da un sabor inigualable y su color marrón claro se le debe a la panela, este producto se encuentra solamente los días domingos en la galería

Preparación

1. El arroz se deja en remojo durante tres horas, aproximadamente.
2. Se pone a hervir la leche con las especias y se le agrega el arroz.
3. Hervir a fuego lento. Se revuelve constantemente esperando que el arroz se ablande y la leche se reduzca y espese.
4. Ya casi culminando el paso número 3 se le agrega la sal y azúcar, el arroz se deja un poco ligero ya que al estar frío toma más densidad.
5. Se sirve en hoja de bijao y se practica la técnica de doblez, ésta le aportará un aroma muy característico y diferenciador.

(20 porciones)

PANES:

El pan ha sido uno de los alimentos más importantes en la gastronomía de Campoalegre evocando el primer alimento del día, acompañado tradicionalmente del chocolate.

El pan en este municipio tiene una característica fundamental, ya que solo se preparan panes aliñados. Hay panes muy típicos con técnicas tradicionales que se solían preparar constantemente, en la actualidad escasean estas preparaciones, quizás por la complejidad y trabajo de los prefermentos o procesos artesanales que se requieren para la fabricación de estas recetas.

A continuación les presentaremos dos recetas de panes muy típicos que ya no se preparan en el municipio.



Pan chicha

Ingredientes

- 1500 gr de harina panificable
- 250 gr de panela
- 750 ml de agua
- 35 gr de salvado de trigo
- 60 gr de manteca de cerdo

Preparación

1. En un recipiente adicionamos panela, agua, salvado de trigo y lo dejamos fermentar 72 horas.
2. Mezclar el fermento con harina y manteca de cerdo.
3. Amasar hasta desarrollar el gluten y dejar levar durante 24 horas la preparación.
4. Porcionar las piezas por 100 gr.
5. Colocar la porción de masa sobre una superficie plana enharinada.
6. Estirar cada pieza con un rodillo y, con las manos, formar cilindros. Luego emplear las manos para moldear ligeramente.
7. Llevar al horno de 15 a 20 minutos (dependiendo del horno).

(25 unidades)

DATO CURIOSO

Lleva este nombre, ya que su elaboración se iniciaba con un fermento de afrecho, panela y agua que duraba tres días y se preparaba principalmente en las fiestas.



Acemas

Ingredientes

- 1500 gr de harina panificable
- 250 gr de panela
- 750 ml de agua
- 35 gr de salvado de trigo
- 35 gr de levadura
- 60 gr de manteca
- 500 gr de chicharrón

Preparación

1. En un recipiente adicionamos panela, agua, salvado de trigo y lo dejamos fermentar 72 horas.
2. Mezclar el fermento con harina, levadura y manteca de cerdo.
3. Amasar hasta desarrollar el gluten y dejar levar durante 30 minutos la preparación.
4. Porcionar las piezas por 100 gr.
5. Colocar la porción de masa sobre una superficie plana enharinada.
6. Estirar cada pieza con un rodillo y, con las manos, formar bolas.
7. Añadir 22 gr de chicharrón a cada acema.
8. Luego emplear las manos para moldear ligeramente.
9. Llevar al horno de 15 a 20 minutos (dependiendo del horno).

(25 unidades)

DATO CURIOSO

Cuentan algunos panaderos que dejaron de realizar esta preparación por la muerte de una abuela que solía hacer exclusivamente chicharrones para rellenar los panes, facilitando y acortando tiempos en la preparación de este producto.

COLADA DE ACHIRA:

La harina de achira, la cual se obtiene de la raíz de la planta del mismo nombre, es muy popular en el departamento del Huila, es conocida principalmente como ingrediente fundamental de los bizcochos de achira; también con ésta se preparan el pan esponja y la colada de achira.

Cuentan los abuelos que esta planta era un policultivo en los cafetales y la obtención del almidón era un proceso muy dispendioso, al pasar el tiempo el cultivo de esta planta se ha extendido; por ende, han mecanizado la obtención de la harina de achira lográndose encontrar en supermercados y plazas de mercado de casi todo el país.

En esta ocasión les presentaremos la preparación de la colada de achira.



Colada de achiras

Ingredientes

- 500 gr de panela negra
- c/n de canela
- 3000 ml de agua
- 500 gr de almidón de achiras

Preparación

1. Hervir 2 litros de agua con la canela y la panela.
2. En el litro de agua restante se disuelve el almidón de achiras.
3. Una vez el agua con la panela y la canela esté hirviendo, se le añade la mezcla de achira disuelta en agua.
4. Mezclar vigorosamente, raspando el fondo de la olla con una cuchara de palo para evitar que se queme.
5. Una vez tenga la consistencia de natilla apagar el fuego y dejar reposar.

(40 porciones)

DATO CURIOSO
Esta preparación suele consumirse en el desayuno o entre comidas y se acompaña con leche. Actualmente en el municipio solo una persona vende este producto.

ALFANDOQUE:

Producto derivado de la panela, dicen los abuelos que eran las golosinas de su época. Hay muchas más preparaciones similares a éstas en el resto del país, con diferentes formas y sabores, pero conservado la misma esencia, la panela blanqueada.

En el municipio de Campoalgre la fábrica de alfandoques está ubicada en la vereda del Palmar Bajo, su dueña Flor Delis Perdono afirma que este producto está pronto a extinguirse del pueblo, porque ella es la única conocedora de esta preparación y no hay nadie más que siga su legado, ya que es un producto complicado de hacer y toma mucho tiempo en su elaboración, además es muy económico y no justifica su trabajo por las ganancias tan bajas que genera cada alfandoque, lo que conlleva a que ninguna persona quiera seguir con la tradición.



Alfandoques

Ingredientes

- 2000 gr de panela
- 500 ml de agua
- 30 ml de esencia de anís

Preparación

1. En una olla agregar la panela, el agua y el anís.
2. Poner a fuego alto y dejar hervir hasta que la preparación espese.
3. Cuando ésta tenga consistencia de caramelo (adición un poco del agua en un pocillo y verter caramelo, si éste se cristaliza la preparación ya está en su punto).
4. Verter la preparación en una bandeja y dejar enfriar.
5. Blanquear; este método consta en tomar la mezcla y por medio de un guache (palo de madera incrustado en la pared en forma de gancho) para empezar a estirar el caramelo.
6. La preparación estará lista cuando el caramelo pase de un color oscuro marrón a un color ocre lechoso.
7. Después de que la mezcla éste con el color deseado, rápidamente se envuelve en el garabato (palo de guadua delgado y largo humedecido en agua donde se molde el alfandoque en un tamaño de 5 cm de largo).
8. Después llevar la preparación al carbón para asarlos por un tiempo de 3 minutos.

DATO CURIOSO:
Para que el producto se conserve unos 6 meses sin recibir ningún tipo de daño es importante dejarlo que se seque al sol, entre más sol le dé al alfandoque más tiempo va a durar.

ASADO HUILENSE:

Asado huilense: cuando se trata de comer, el asado huilense es motivo de devoción, festejo y cultura más marcado de los opitas, cada familia tiene su propia receta que los distingue de los demás pero siempre conserva su sabor característico.

De esta manera es como se festeja el San Juan y el San Pedro alrededor del asado huilense, el aguardiente, los rájaleñas y el bambuco hasta el amanecer.



Asado huilense

Ingredientes (8 porciones)

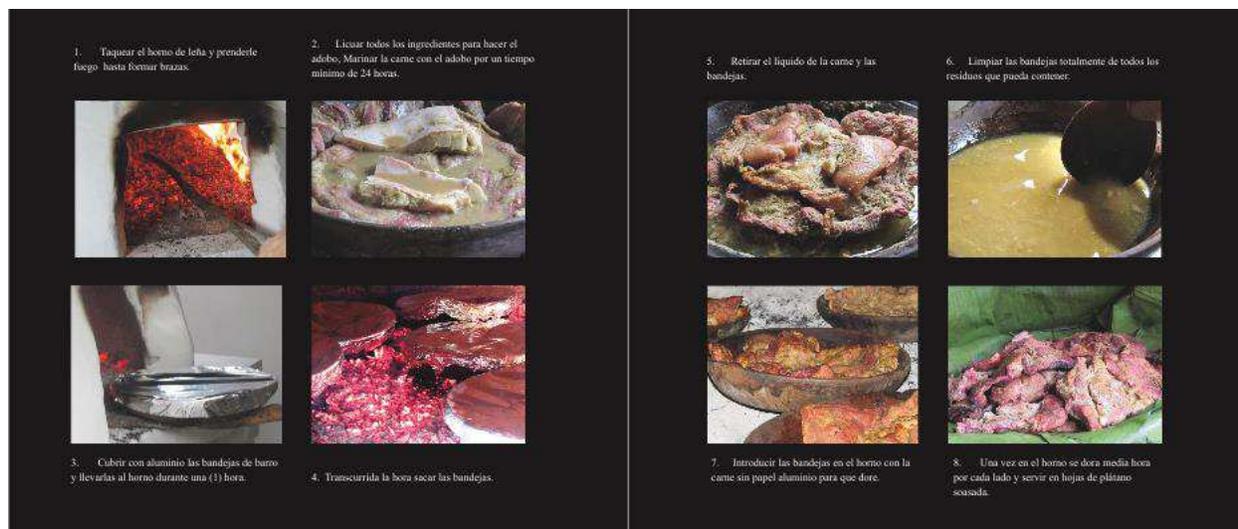
- 4000 gr de pierna de cerdo pulpa
- 1000 gr de tocino

Ingredientes para el adobo:

- 125 ml de vinagre de cacao
- 250 ml de zumo de naranja agria
- 300 gr de cebolla larga
- 200 gr de cebolla cabezona
- 8 dientes de ajo
- 50 gr de cilantro castilla
- 50 gr de cilantro cimarrón
- c/n de orégano
- 50 gr de apio
- 100 gr de pimentón
- c/n de comino
- 160 gr de sal

DATO CURIOSO
En la actualidad se ha remplazado el vinagre de cacao por la cerveza y se ha eliminado la patata dulce como acompañante tradicional de este plato.

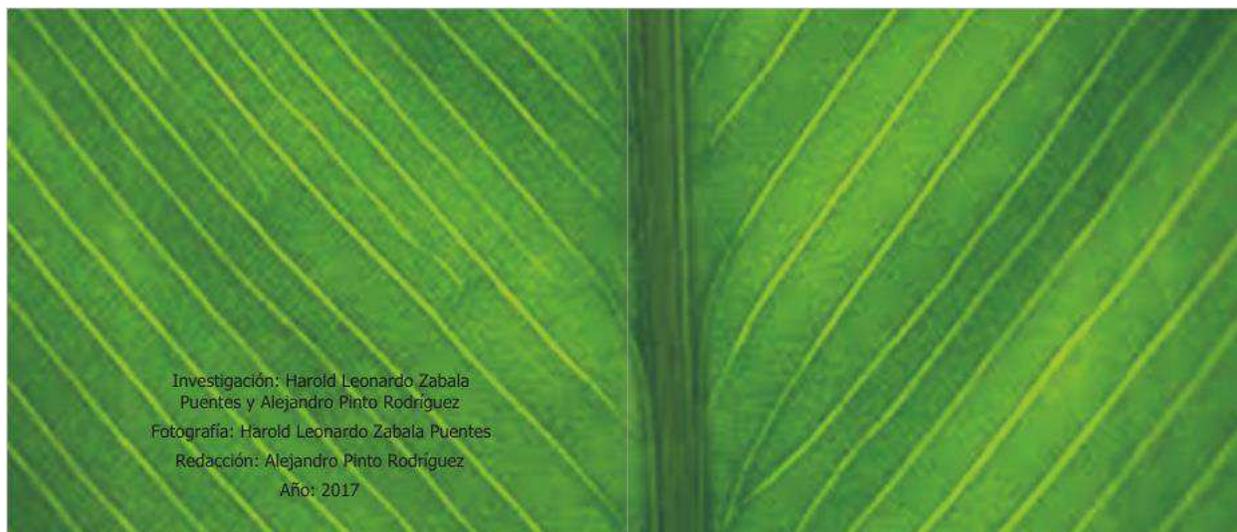
DATO CURIOSO
Se acompaña con envuelto asado, insulso, arepas oreja de perro y plátano maduro cocido



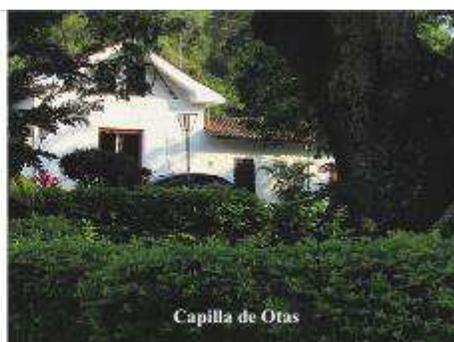
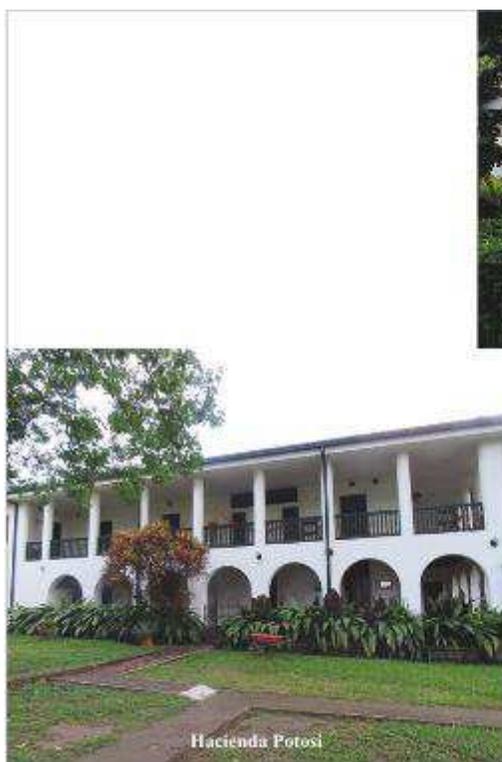
Sitios de interés donde puedes disfrutar de la comida Campoalegruna:

El municipio posee diversidad de lugares enfocados en gastronomía, en los cuales se puede disfrutar tanto en su degustación como en su preparación. A continuación, se mostrará un mapa donde encontrarás los lugares en los cuales se preparan las recetas descritas anteriormente.





Investigación: Harold Leonardo Zabala Puentes y Alejandro Pinto Rodríguez
Fotografía: Harold Leonardo Zabala Puentes
Redacción: Alejandro Pinto Rodríguez
Año: 2017



Capilla de Otas



UNIAGUSTINIANA

9 Administración del proyecto

9.1 Cronograma de Actividades

DESTINO	CAMPOALEGRE (HUILA)																																					
PERIODO DE EJECUCION	FEBRERO /01/2017 JUNIO/02/2017																																					
RESPONSABLE	ALEJANDRO PINTO RODRIGUEZ Y HAROLD LEONARDO ZABALA PUENTES																																					
OBJETIVO DE LA TESIS	DESARROLLO DE LA TESIS DE GRADO																																					
ACCIÓN A DESARROLLAR	PLAZO DETERMINADO	feb-17		mar-17			abr-17			may-17			jun-17			jul-17			ago-17			sep-17			oct-17			nov-17			dic-17							
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
Asignación de tutor	4 semanas	■	■	■	■																																	Observaciones
Recolección de información y elaboración del primer capítulo	4 semanas					■	■	■	■																													
Metodología de la investigación	2 semanas									■	■																											Fue demorado el proceso lo cual retraso un poco el trabajo.
Diseño del focus group y la entrevistas	1 semana													■																								Se utilizaron las herramientas de entrevista y focus group, además de eso se hizo la validacion del mismo.
Salida de campo al municipio de Campoalegre	2 semanas													■	■																							La programación de salida de campo fue para semana santa, debido a la disponibilidad tanto de las personas a realizar cada una de las herramientas como la de cada uno de los integrantes.
Recolección de datos, utilización de la entrevista y focus group	1 semana													■																								Se realizo un taller de panadería para las personas de tercera edad en el ancianoatop del municipio y en las entrevistas se le dio a cada colaborador un esfero como detalle.
Recopilación de la información en los formatos establecidos	2 semanas													■	■																							Se crearon unos formatos los cuales nos ayudaron a tabular la información y posteriormente analizarlos.
Desarrollo del segundo capítulo	2 semanas													■	■																							Con la información establecida en las entrevista se analizaron las potencialidades turísticas de los sitios enfocados a la gastronomía.
Elaboración del libro	2 semanas																	■	■																			El recetario se realizo en un programa llamado Bookwright, el cual dejaba plasmar en una forma sencilla la presentación del mismo.
Realización de diapositivas	1 semana																					■																En esta se establece la plantilla establecida por la institución y se procede a presentar la información de forma ordenada.
Sustentación final	1 semana																									■												La sustentación se presentaran todos los resultados obtenidos, llevando una pequeña muestra gastronomica del municipio.

9.2 Presupuesto

CONCEPTO	VALOR
Transporte	\$380.000
Combustible moto	\$30.000
Impresiones y papelería	\$10.000
Llamadas telefónicas de coordinación e internet	\$7.000
Alimentación	\$ 80.000
Impresión libro	\$100.000
Degustaciones	\$60.000

Material para la fotografía	\$50.000
Taller de panadero incentivo focus group	\$63.000
5% de imprevistos	\$39.000
Total	\$819.000

10 Conclusiones y Recomendaciones

10.1 Conclusiones

El municipio cuenta con características para ser posicionado dentro de los tres destinos regionales del Huila, destacando su gastronomía y su cultura con los petroglifos en la vereda de San Isidro, además tiene un potencial turístico como lo es la Hacienda Potosí y la capilla de Otás, cuenta con unas bizcocherías tradicionales que hacen que pueda ser catalogado como el municipio bizcochero de Colombia. Cada uno de estos factores puede servir para generar turismo gastronómico y hacer partícipe del visitante con talleres vivenciales.

A la hora de implementar el focus group las señoras mostraban esa añoranza por sus platos, y resaltaban la importancia de mostrar todo su ámbito cultural y gastronómico a las personas que se dirijan al municipio.

Las personas están dispuestas a trabajar para que su municipio sea reconocido, pero se manifiesta que los procesos de la alcaldía en apoyar al turismo como eje económico son muy básico y no hay una importancia de inversión para incentivar ideas innovadoras que impulsen el turismo en el municipio.

Es muy importante destacar que estos procesos de investigación sirven para ver las fortalezas y debilidades que posee el municipio investigado y la idea es que con el conocimiento aprendido en el transcurso de la carrera, se pueda dar un punto de vista para que el lugar pueda tener una actividad económica enfatizada al turismo.

10.2 Recomendaciones

Es importante tener en cuenta la importancia ancestral que tiene el municipio, y este no tiene la capacidad para explotar todos los recursos que posee como lo es los petroglifos de la vereda de san Isidro, donde su competencia Rivera Huila saca provecho llamando más visitantes y destacándola como destino turístico.

Se debe tener una oficina de turismo y aplicar más proyectos relacionados en su plan de desarrollo territorial.

11 Referencias

- Caicedo, C. O. (2012). Gran libro de la cocina colombiana. En C. O. Caicedo, *Toloma y Huila* (págs. 345-367). Bogota: Ministerio de cultura.
- Escaño, H. L. (11 de febrero de 2016). *Conociendo Plantas & Flores*. Obtenido de El piñón, árbol de mil usos (Gliricidia Sepium):
<http://conociendoplantasyflores.blogspot.com.co/2016/02/el-pinon-o-matarraton-gliricidia-sepium.html>
- Fernandez, B. D. (2015). *El diseño de productos y servicios turisticos*. Madrid: SINTESIS.
- Fernandez, B. D. (2015). El diseño de productos y servicios turisticos. Madrid: Sintesis.
- Figueroa, H. F. (04 de mayo de 2017). *la voz de la region* . Obtenido de
<http://lavozdelaregion.co/entregan-estufas-ecologicas-familias-campesinas-campoalegre/>
- Infraestructura, S. d. (2016). POR EL CUAL SE ADOPTA EL PLAN DE DESARROLLO DEL MUNICIPIO DE CAM´POALEGRE HUILA“CON MÁS FUERZA 2016 - 2019” Y SE DICTAN OTRAS DISPOSICIONES. Neiva, Campoalegre, colombia.
- Manrique, C. R. (17-21 de julio de 2006). *LA ALIMENTACION EN LA VIDA COTIDIANA DEL COLEGIO MAYOR DE NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO, BOGOTA- COLOMBIA. 1653 – 1773*. Obtenido de Simposio sobre la Economía de la alimentación en la América precolombina y colonial: Dieta, técnicas, intercambio y explotación del territorio:
<http://www.historiacocina.com/paises/articulos/colombia/congresosevilla.htm>
- Mincultura. (2012). *Politica para el conocimiento, la salvaguardia y el fomento de la alimentacion y las cocinas tradicionales de colombia*. Bogota: Mincultura.
- Ministerio de Comercio, I. y. (enero de 2010). Metodologia para la elaboracion del inventario de atractivos turisticos. Bogota, Colombia.
- Norrild, J. A. (2016). Gastronomía y Turismo- destinos con sal y pimienta. En F. T. Martins, *Turismo cultural y gastronomico en Brasil. El caso de Parati (Rio de Janeiro)* (pág. 211). portugal: CIET.

Norrild, J. A. (2016). Gastronomía y Turismo-destinos con sal y pimienta. En A. M. Torres, *La Cultura gastronómica como condicionante de turismo gastronómico-el caso de la República Dominicana* (pág. 179). México: CIET.

Perdomo, L. F. (2016). *NEIVA ANTIGUA - una historia para contar*. Neiva: Impresos Campoalegre.

Ramírez, R. C. (2014). *Evaluación del potencial en municipios turísticos a través de metodologías participativas*. Colima.

Sanz, M. J. (2010). *Introducción a la investigación de mercados*. Madrid: ESIC.

Scarpato, R. (2006). *Gastronomy as a tourist product : the perspective of gastronomy studies*. Londres: Routledge.

Schluter, R. (2016). A MANERA DE INTRODUCCIÓN: LA GASTRONOMÍA EN EL CENTRO DE LA ATENCIÓN. En J. A. Norrild, *Gastronomía y Turismo-Destino con sal y pimienta* (pág. 2). Argentina, Argentina: CIET.

Taylor, K. y. (2008). Determinar el diseño de la investigación y las fuentes de datos. En K. y. Taylor, *Investigación de mercados* (pág. 125). México: Lily Solano Arevalo.

Torres, J. A. (2008). *INFORME SOBRE LA INFLUENCIA DE ESPAÑA EN LA GASTRONOMÍA DE COLOMBIA*. Bucaramanga: Universidad Industrial de Santander.

Tresserras Juan, J. (2014). *Ministerio de Turismo, Ministerio de Cultura y Patrimonio y Academia Culinaria del Ecuador, Quito*. Obtenido de "Cocinas patrimoniales y turismo gastronómico". Plan Nacional para el Desarrollo de Cocinas Patrimoniales del Ecuador: https://issuu.com/academiaculinaria/docs/libro_memorias

Tresserras, J. &. (2008). Patrimonio gastronómico y turismo cultural en el Mediterráneo. En J. P. Poulain, *Los patrimonios gastronómicos y sus valorizaciones turísticas* (págs. 39-72). Barcelona: IBERTUR.

Armesto, X. y GÓMEZ B. (2004). Productos agroalimentarios de calidad, turismo y desarrollo local: el caso del priorat, En Cuadernos Geográficos, 34 (1), pp. 83-94.

Charry de Trujillo, Ligia; Ávila Ardila, Ana Felisa; Ángel, Alba. Cartilla didáctica: Mi terruño opita. 2000. p. 58.

Curiel, Javier de Esteban; Sánchez, Victoria E. Turismo gastronómico y enológico. Editorial Dykinson. Madrid, 2015. p.184

Díaz Salcedo, Jenny Johen; Pabón Méndez, Angie Daniela (2015): Turismo gastronómico (Artículo generado desde el semillero de investigación Geografía Económica y Desarrollo Territorial, del Grupo de Investigación Gerencia y Sociedad, Facultad de Administración de Empresas Agropecuarias, Universidad Santo Tomás-Villavicencio. Línea Activa Globalización, mercados y territorios), Revista Caribeña de Ciencias Sociales (septiembre 2015). En línea: <http://www.eumed.net/rev/caribe/2015/09/gastronomia.html>

Flavián, Carlos; Fandos, Carmina. Turismo gastronómico. Estrategias de marketing y experiencias de éxito. Zaragoza: prensas universitarias de Zaragoza, 2011. 258 p.

FONTUR y la política de turismo cultural, recuperado en

http://www.fontur.com.co/aym_document/aym_normatividad/2007/POLITICA_DE_TURISMO_CULTURAL.pdf

<https://peregrinogastrosofo.wordpress.com/2013/07/06/definicion-turismo-gastronomico/>

Armesto, X. y GÓMEZ B. (2004). Productos agroalimentarios de calidad, turismo y desarrollo local: el caso del priorat, En Cuadernos Geográficos, 34 (1), pp. 83-94. Disponible en

<http://campoalegre-huila.gov.co/apc-aa-files/33626237666565366233306536393036/PDS.pdf>

Ministerio de cultura <http://www.mincultura.gov.co/ministerio/politicas-culturales/Pol%C3%ADtica%20de%20las%20cocinas%20tradicionales%20de%20Colombia/Documents/pol%C3%ADtica-julio%205%202013%20BBCC-%20final%20imprensa.pdf>

http://www.uaemex.mx/Culinaria/segundo_numero/articulo04.htm

Artículo sobre la diferencia de gastronomía y arte culinario rescatado de la página web

<http://www.deperu.com/abc/diferencias-significado/4141/diferencia-entre-gastronomia-y-arte-culinario>

Monroy, P. y Flores, G. Introducción a la historia de la gastronomía.

Ilustraciones, Tablas y Anexos

Ilustraciones

Ilustración 1. Generalidades de la gastronomía tradicional (Schluter, 2016)	40
Ilustración 2 Desarrollo de los platos actuales (Manrique, 2006)	42
Ilustración 3 Enfoque cultural (Norrild, Gastronomía y Turismo-destinos con sal y pimienta, 2016)	44
Ilustración 4 Combinación física de los alimentos en el plato (Scarpato, 2006).....	45
Ilustración 5 Tamal tradicional	66
Ilustración 6 Asado huilense	67
Ilustración 7 Picada Campoalegruna	72
Ilustración 8 Valoración del patrimonio material	76
Ilustración 9 Valorización del patrimonio inmaterial	89
Ilustración 10 Valoración de festividades.....	104

Cuadros

Tabla 1 Lista de cheque del focus group	34
Tabla 2 Platos típicos del Huila	48
Tabla 3 Bebidas de Campoalegre	52
Tabla 4 Bizcochos	53
Tabla 5 Panadería Campoalegruna	54
Tabla 6 Postres	56
Tabla 7 Sopas	56
Tabla 8 Platos principales	57
Tabla 9 Otros.....	59
Tabla 10 Acompañantes.....	60
Tabla 11 Descripción Capilla de Otás	77
Tabla 12 Descripción de la Hacienda Potosí	78
Tabla 13 Descripción de la Fábrica de Alfandoques	79

Tabla 14 Descripción de los Chupetes.....	80
Tabla 15 Descripción de la bizcochería de Leonel	81
Tabla 16 Descripción de la Bizcochería de Luis	82
Tabla 17 Descripción de la Bizcochería "Serafin".....	83
Tabla 18 Descripción de Palmares de Alejandría.....	84
Tabla 19 Descripción de Villa Chula.....	85
Tabla 20 Descripción de la finca Recreacional Mokawa.....	86
Tabla 21 Descripción Alfarería la Vega	87
Tabla 22 Descripción de los bizcochos.....	90
Tabla 23 Descripción de los envueltos, insulsos y envuelto asado.....	91
Tabla 24 Descripción del Gato	92
Tabla 25 Descripción del tamal	93
Tabla 26 Descripción del arroz con leche.....	94
Tabla 27 Descripción del Calzamocho	95
Tabla 28 Descripción del envuelto de arroz	96
Tabla 29 Descripción Colada de Achiras.....	97
Tabla 30 Descripción de la Alojja.....	98
Tabla 31 Descripción de la Cubana	99
Tabla 32 Descripción del Batido de leche	100
Tabla 33 Descripción de la Sevillana.....	101
Tabla 34 Descripción de los Alfondoques	102
Tabla 35 Descripción del cacao en bola	103
Tabla 36 Descripción de las Fiestas del Arroz.....	105
Tabla 37 lugares y su motivación de visita.....	117
Tabla 38 Esquema del recetario turístico.....	123

Anexos

Anexos 1 Formato focus group.....	146
Anexos 2 Formato de entrevista	148
Anexos 3 Entrevista Miguel Ángel Perdomo	149

Anexos 4Entrevista Martha Cecilia Flores	151
Anexos 5Entrevista Nury Castañeda	153
Anexos 6Entrevista Leonel Quintero.....	154
Anexos 7Flor Delis Perdomo.....	157
Anexos 8Entrevista Luis Guillermo.....	159
Anexos 9Entrevista Alba Luz Guzmán.....	161
Anexos 10Entrevista Blanca Lilia Ríos	164
Anexos 11Entrevista Luz Neidy Garzón	165
Anexos 12Entrevista Vicente Medina	167
Anexos 13Descripción del Focus Gruop	169

Anexos

Formato de focus group

Anexos 1 Formato focus group



Dirigido a:

Fecha:

Lugar:

Señor(a) entrevistado

Los estudiantes de la Universitaria Agustiniiana del programa de hotelería y turismo, estamos realizando un focus group que tiene por objeto identificar los principales platos típicos tradicionales, su origen, la modificación que ha tenido el plato a través del tiempo, la relación cultural y gastronómica que representan al municipio de Campoalegre Huila. La información recopilada será utilizada únicamente con fines académicos, agradecemos su disposición por su participación.

1. Presentación
2. ¿Qué sabe usted acerca de la gastronomía de Campoalegre?
3. ¿Qué platos representativos de la cocina tradicional del municipio destacaría?
4. ¿Usted sabe del origen de los platos tradicionales de la cocina Campoalegruna?
5. ¿Qué platos cree usted que se han modificado en el transcurso del tiempo? ¿Por qué?

6. ¿Qué historias o anécdotas recuerdan ustedes de sus hogares alrededor de la cocina, como, por ejemplo, quien les enseñó a cocinar, que utensilios se usaban, cuáles eran los ingredientes más utilizados?
7. ¿Si pudiera regresar al pasado que platos le gustaría probar que en la actualidad no se preparan?
8. En la actualidad que se come en las siguientes fechas:
 - Navidad
 - Año nuevo
 - Semana Santa
 - San Juan y San Pedro
 - Fiestas del arroz
9. En décadas anteriores que se comía en las siguientes fechas:
 - Navidad
 - Año nuevo
 - Semana Santa
 - San Juan y San Pedro
 - Fiestas del arroz
10. ¿Cuál cree usted que es la relación entre los platos típicos y la cultura del municipio?
11. ¿Piensan ustedes que la gastronomía del municipio permite que la gente lo visite?
12. ¿Qué opinan de la idea de enseñar a los visitantes acerca de la cocina tradicional del municipio por medio de talleres vivenciales?

Formato de entrevista

Anexos 2 Formato de entrevista



Dirigido a:

Fecha:

Plato:

Lugar:

Señor(a) entrevistado

Los estudiantes de la Universitaria Agustiniiana del programa de hotelería y turismo, estamos realizando una entrevista que tiene por objeto identificar los principales platos típicos tradicionales que representan al municipio de Campoalegre Huila. La información recopilada será utilizada únicamente con fines académicos, agradecemos su disposición para participar y colaborar contestando esta entrevista.

1. ¿Cuáles eran las comidas típicas que se preparaban en la antigüedad en este lugar?
2. ¿De las comidas que usted acaba de señalar, cuales han permanecido hasta la actualidad?
3. ¿De los platos tradicionales de Campoalegre, usted cual prepara?
4. ¿Quién le enseñó hacer esta preparación?
5. ¿Usted que le ha adicionado o eliminado a la receta tradicional?
6. ¿Cuál es su forma de preparación?
7. ¿Cuál es el tiempo estimado de preparación?
8. ¿Qué utensilios utiliza para su preparación?
9. ¿Con que acompaña este plato?
10. ¿De acuerdo con su experiencia cuál es su conocimiento y aporte personal al plato?
11. ¿En qué días especiales se preparan estos platos?
12. ¿Qué costo tiene el plato?

Información de las entrevistas

Anexos 3 Entrevista Miguel Ángel Perdomo

Municipio Campoalegre Huila	
<u>Nombre del entrevistado:</u> Miguel Ángel Perdomo	<u>Ficha n°:</u> 001
<u>Nombre del entrevistador:</u> Harold Zabala y Alejandro Pinto	<u>Fecha:</u> 12/04/17
<u>Lugar:</u> Panadería “El sol” Calle 20# 5-38 Barrio Clementina	<u>Plato:</u> Pan chicha, Acemas
<p><u>Descripción:</u> las comidas que se solían preparar antiguamente eran, los tamales, pan chicha, el asado, los bizcochos y las acemas. Actualmente mantengo los amasijos de pan chicha y acemas, el cual aprendí más o menos hace unos 40 años, esta preparación me la enseñó unos padres adoptivos que tuve, ya que por culpa de la violencia quede huérfano desde muy temprana edad, poseo una discapacidad visual, entonces mi aprendizaje fue a punta de olfato y tacto, estos padres adoptivos tenían una tradición panadera entonces aprendí todos mis conocimientos de ellos. A la receta de los panes por costos le he bajado a la cantidad del salvado y el aumento en la grasa de cerdo por el sabor, además para aromatizar le adiciono clavo, canela y nuez moscada, y en las acemas específicamente en la actualidad se les conoce como mogolla o chicharrona.</p>	
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 0 auto;">Fuente propia</div>	
<p><u>Preparación:</u> Acemas: miel de panela, chicharrón de cerdo; para la masa 12Lb, 2Lb de panela (desangrada en 6 vasos de agua), adiciono ¼ de salvado de trigo, ½ Lb de manteca de cerdo, ¼ de levadura; se mezcla la masa dejando una consistencia dura, se pican los chicharrones y se pone en medio de cada mogolla (se pueden moler también los chicharrones) y se pone al horno de unos 15 a 20 minutos.</p>	
<p>Para la preparación del pan chicha es el mismo procedimiento de las acemas pero omitiendo</p>	

los chicharrones.
<i>Utensilios:</i> bateas en madera, tablones o mesones en madera, horno de leña fabricados en barro, cajones de manera, para envolver el pan se utilizaba el papel comino.
<i>Acompañamientos:</i> las acemas y el pan chicha se solía acompañar mucho con la aloja, masato de arroz o con la gaseosa cóndor.
<i>Aporte personal:</i> a la hora de engrasar la masa utilizo mucho la manteca de cerdo para darle un sabor más concentrado.
<i>Días especiales:</i> este tipo de productos son muy consumidos en las fiestas de San Pedro y en semana santa
<i>Precio del plato:</i> el costo de la acema oscila entre los \$1000mil pesos, y el de un pan chicha entre \$1000 y \$2000 mil pesos.

Anexos 4Entrevista Martha Cecilia Flores

Municipio Campoalegre Huila	
<u>Nombre del entrevistado:</u> Martha Cecilia Flores	<u>Ficha n°:</u> 002
<u>Nombre del entrevistador:</u> Harold Zabala y Alejandro Pinto	<u>Fecha:</u> 12/04/17
<u>Lugar:</u> Vereda Potosí, finca Villa Laura	<u>Plato:</u> Calzamocho y Tamales

Descripción: las comidas que preparaban mis abuelos eran básicamente, los tamales, el asado y los calzamochos. En la actualidad se mantienen las que les acabe de nombrar, no sobra decir que ya ha cambiado mucho como se comía antes, por ejemplo, cuando mis abuelos me daban un tamal se sentía el sabor del pollo de la carne, ese sabor a campo era muy rico. Básicamente de la enseña de mi mamá y de mi abuela preparo y vendo los calzamochos y los tamales. En mi familia los tamales eran grandes y llevaban muchas cosas, antes un tamal le ponían longaniza, costilla de cerdo, pollo, huevo, zanahoria, tocino, arroz. Ahora por cuestión de



Fuente propia

dinero, el tamal se convirtió en un producto básico, básico en el sentido de que lleva papa, zanahoria, una presa pequeña de pollo, la carne igual de pequeña, huevo y arroz; entonces ya reducimos la preparación a como era antes.

Por otro lado, los calzamochos fue una preparación que me llamo mucho la atención, y este lo aprendí viendo a mi mamá y ensayando mucho, esta misma preparación se la enseñé a mi hija y a ella le encanta hacer este plato, esta comida es la favorita en Semana Santa, por lo

que es un plato de ayuno, y la única carne que lleva es huevo (risas).

Preparación: para elaborar tamales se necesita costilla de cerdo, carne de cerdo, pollo, longaniza, tocino, zanahoria, cebolla cabezona y arroz. Ponemos las carnes a hervir (agua, sal, cebolla largo completa). Luego cocinamos el arroz en la misma agua donde cocinamos la carne y le adicionamos alverja verde, el arroz debe quedar sueltico. Aparte hacemos un engrudo con harina de maíz y agua. Preparamos también hogao, el cual lleva cebolla larga picada con hoja, manteca de cerdo, sal, color; poco se utiliza el tomate ya que hace que coja un sabor amargo o se enfuerte el tamal. Para el proceso de armado, cogemos una hoja de plátano verde, untamos con el engrudo encima ponemos el arroz, las carnes, zanahoria en rodaja y cebolla cabezona en rodaja (estas dos cosas en crudo) y amarramos la preparación y ponemos a cocinar de tres a cuatro horas. Es muy importante no adicionar mucha sal a las cosas, por una simple razón que todo el proceso tiene diferentes preparaciones y cada una de ellas va con su respectiva sal.

Para la elaboración de los calzamochos; se hace un engrudo de maíz (el maíz va en remojo por tres días sin cambiar el agua o mover el maíz, ya que se puede enfuertar), zanahoria y huevo. Le adiciono arroz por gusto personal, ya que a mi esposo le gusta así.

Utensilios: cuchillos, tenedor, remillón, chuzos de palo (madera), estufa de leña y gas.

Acompañamientos: los calzamochos y los tamales se acompañan con frecuencia con chocolate en agua, los calzamochos específicamente con chicha de trigo o aloja.

Aporte personal: como gusto tanto propio como de mi esposo, al Calzamocho le adiciono una base de arroz.

Días especiales: los tamales son muy consumidos para las fechas de Junio y la época de sembrina (navidad), mientras que los calzamochos la gente los compra mucho para la semana santa por cuestiones del ayuno.

Precio del plato: el precio promedio de un tamal oscila entre los \$3000 y los \$3500 pesos (lo que en unos 20 a 25 años un tamal no superaba los \$1000 a \$1500 pesos); mientras que un Calzamocho cuesta \$1000 pesos.

Anexos 5 Entrevista Nury Castañeda

Municipio Campoalegre Huila	
<u>Nombre del entrevistado:</u> Nury Castañeda	<u>Ficha n°:</u> 003
<u>Nombre del entrevistador:</u> Harold Zabala y Alejandro Pinto	<u>Fecha:</u> 13/04/17
<u>Lugar:</u> centro Calle 8 # 20-01 (casa esquinera)	<u>Plato:</u> La Picada
	
Fuente propia	
<p><u>Descripción:</u> los platos que tradicionalmente se preparaban en el municipio, era básicamente el asado huilense que es muy popular, los tamales, la aloja, los envueltos de dulce. Se mantienen muchas cosas, pero a nivel hogareño. Me gusta preparar mucho el asado y los tamales, pero como les dije solo a nivel de casa con mi familia no para venderle a alguien más. Lo que yo vendo y que fui pionera en el municipio es la picada, llevo más de 23 años, y todo fue gracias a Dios y a la suerte; yo le he enseñado a muchas mujeres del municipio a preparar las picadas con eso no soy celosa, pero la gente me sigue buscando mucho y mi secreto está en cómo me quedan las papas. Este tipo de plato solo se sirve de noche en el pueblo, la gente se reúne con sus familias o amigos y se sienta en el andén o las sillas que poco afuera a comer ya sea después de un partido de futbol, o cuando salen de clases o simplemente cuando llegan de estudiar.</p>	
<p><u>Preparación:</u> la picada lleva, cebolla cabezona, cuajada (baja en sal), tomate verde, papa amarilla frita, plátano (patacón), salchicha tipo suiza, salsa de piña (azúcar y panela, se licua en agua la piña y se deja reducir).</p>	
<p>El secreto es que la papa queda con textura crocante y para esto es fundamental el cambio</p>	

del aceite en cada preparación, y la higiene, que la gente se sienta segura de lo que se está comiendo.
<u>Utensilios:</u> cuchillos, tenedor, tablas en madera, pailas.
<u>Acompañamientos:</u> la gente lo pide mucho con cola cóndor y con cerveza.
<u>Aporte personal:</u> se cambió el tipo de chorizo que le adicionábamos, por el chorizo de las brisas, ya que este posee más sabor y a nivel económico no sale tan costoso.
<u>Días especiales:</u> la picada es muy consumida para las fiestas de San Pedro y para las fiestas del Arroz, además los fines de semana las piden mucho especialmente los domingos por la noche; los días que no trabajamos son los 24 y 25 de Diciembre y año nuevo, tampoco el viernes santo por cosa de la religión, ya que es un día santo
<u>Precio del plato:</u> la picada tiene un precio de \$7.000 pesos

Anexos 6Entrevista Leonel Quintero

Municipio Campoalegre Huila	
<u>Nombre del entrevistado:</u> Leonel Quintero	<u>Ficha n°:</u> 004
<u>Nombre del entrevistador:</u> Harold Zabala y Alejandro Pinto	<u>Fecha:</u> 14/04/17
<u>Lugar:</u> Sector la piscina Calle 16 # 6-18	<u>Plato:</u> Bizcocho de achira y Bizcocho de maíz, pan de yuca



Fuente propia

Descripción: antiguamente se veía mucho el tamal, el asado huilense y toda la parte de bizcochos tanto de maíz como de achiras; mi familia prácticamente vivía y vive de la panadería, toda esta preparación fue enseñada de cuna, desde mi abuela y mi mamá, la receta siempre la he conservado intacta y nunca la he modificado.

Preparación: para la elaboración de un buen bizcocho utilizamos los siguientes ingredientes: maíz, queso, almidón, panela, el proceso de elaboración consta de tomar el maíz, el queso, el almidón y mezclar todo y molerlo.

Tips: dejar el maíz en agua el día anterior, y desangrar la panela.

A todo este proceso y en la hora de amasar adicionamos levadura, para que se pueda manejar, dejamos reposar la masa unos diez minutos, moldeamos a mano y metemos todo esto al horno, para que el bizcocho quede tostado precalentamos el horno y metemos la masa y mantenemos una temperatura baja.

El bizcocho de achira lleva el mismo procedimiento, obviamente quitando el maíz por harina de achira.

Utensilios: horno de leña, ahora por cantidad y rapidez utilizo mucho el horno industrial a gas, molino de madera, maso, tina o batea, mesón y el implemento que nunca debe faltar la mano.

Acompañamientos: en el municipio se suele acompañar mucho los bizcochos con chocolate en agua.

Aporte personal: a veces para que el producto que más cauchudo se le adiciono fécula, porque solamente con el maíz el bizcocho se desbarata más rápido.

Días especiales: el bizcocho es muy tradicional en el municipio, personalmente creería que cada Campoalegruno lo consume diariamente, pero los domingos es cuando la gente compra más este tipo de alimento

Precio del plato: tanto el bizcocho de achira como el de maíz tiene un costo entre \$100, \$200 y \$500 pesos.

Anexos 7Flor Delis Perdomo

Municipio Campoalegre Huila	
<u>Nombre del entrevistado:</u> Flor Delis Perdomo	<u>Ficha n°:</u> 005
<u>Nombre del entrevistador:</u> Harold Zabala y Alejandro Pinto	<u>Fecha:</u> 14/04/17
<u>Lugar:</u> vereda Palmar bajo (entrada a la vereda)	<u>Plato:</u> Alfondoques
	
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">Fuente propia</div>	
<p><u>Descripción:</u> antiguamente las familias cocinaban con gusto, todo era muy rico, se preparaba mucho asado huilense, tamal, envueltos, bizcochos tanto de maíz como de achiras y a nivel de dulces la noche buena y los alfondoques. Me enfoco principalmente en hacer alfondoques que es el principal acompañamiento del asado huilense, y esto lo aprendí básicamente de mi Tatarabuelo, va más o menos cuatro generaciones este producto en mi familia y creería yo que hasta aquí va, porque mis hijos no quisieron aprender. La receta y la preparación la conservo tal cual como me la enseñaron; es un proceso complejo y demorado y requiere de mucha paciencia. Mucha gente me compra el producto para llevarlo a sus familias, inclusive mis alfondoques viajan mucho a Ecuador y España. Los días de elaboración del producto son los lunes o los miércoles, o cuando tengo algún tipo de encargo.</p> <p>El producto necesita de calor para su elaboración por eso los días más soleados son los mejores para elaborarlos, ya que el producto necesita ser expuesto al sol para que se seque y se conserve por mucho tiempo, pero esto no quiere decir que sea agradable para nosotros, debido a que uno se sofoca y se fatiga con tanta calor recibida.</p>	

Preparación: se trata de la melaza de panela y la adición de anís. Esta preparación requiere de tiempo y mucha paciencia, ya que usamos una técnica que se llama blanqueado y consta de tomar la panela con el anís ya combinado y por medio del guache que es un palo pegado a la pared, empezar a mezclar estirando la mezcla para que pase de su color oscuro marrón natural a una especie de color ocre lechoso.

Con 4 panelas este proceso puede durar unas 5 horas en toda su escala de elaboración.

Después de que la mezcla este con el color deseado pasamos muy rápidamente a tomar la y envolverla en el garabato más o menos de unos 5 cm de largo, en cada garabato se ponen tres alfondoques, después de este proceso se lleva a que le de calor en una batea con carbón por un tiempo de 3 minutos y ya después se deja secar el alfondoque para su retiro del garabato y se empaca.

Para que el producto se conserve unos 6 meses sin recibir ningún tipo de daño es importante dejarlo que se seque al sol, entre más sol le dé al alfondoque más tiempo va a durar.

Utensilios: guache (palo pegado a la pared en forma de gancho), garabo (palo largo más o menos de unos 50 cm), batea metálica.

Acompañamientos: los alfondoques lo sirven mucho con el asado huilense, entonces con esta comida va lo que compone el asado, un alfondoque y bizcochos de achira y bizcocho tostado.

Aporte personal: la elaboración del producto lo he venido trabajando tal cual como me lo enseñó mi abuela y mi mamá, ya que como te venía comentado anteriormente fue una tradición laboral desde mis tatarabuelos, entonces en el municipio nos conocen desde mucho tiempo por esta preparación.

Días especiales: este producto se va masivamente para las fechas de semana santa, pareciera que fuera bendito y para las épocas de San Pedro, es poco apetecido para las fechas de Navidad, ya que la gente consume mucho la noche buena que es el dulce emblema en Navidad en casi todo el Huila.

Precio del plato: cada alfondoque se vende a \$150 pesos.

Anexos 8Entrevista Luis Guillermo

Municipio Campoalegre Huila	
<u>Nombre del entrevistado:</u> Luis Guillermo Guevara	<u>Ficha n°:</u> 006
<u>Nombre del entrevistador:</u> Harold Zabala y Alejandro Pinto	<u>Fecha:</u> 14/04/17
<u>Lugar:</u> Calle 36 # 9-45 Barrio Jardín	<u>Plato:</u> Bizcocho de achira y de maíz
	
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">Fuente propia</div>	
<p><u>Descripción:</u> la característica del municipio es que es muy bizcochero, entonces se ve mucho bizcocho de achiras, de maíz, de cuajada y tostado. Mi familia lleva una tradición de preparar bizcocho por más de 65 años. Todo este aprendizaje fue desde mis abuelos, la familia de mi esposa también es bizcochera, entonces por eso mantenemos la venta de bizcochos, aparte tengo una finca de cacao, ya que el municipio también es conocido por sacar caco y café.</p> <p>Las preparaciones del bizcocho la mantengo tal cual me la enseñaron, ya que por eso mismo me busca la gente porque siempre ha mantenido el mismo sabor y textura de siempre.</p>	
<p><u>Preparación:</u> les voy a dar la receta para preparar una arroba de masa; entonces los principales ingredientes son: queso, almidón de achira y huevos. Para una arroba de queso, 20 Lb de almidón de achiras, se le adiciona huevos esta mezcla se muele y se cilindra.</p> <p>Para preparar los bizcochos de maíz se utiliza maíz remojado, panela para el contraste dulce</p>	

y cuajada fresca, acá juega mucho por cada kilo de cuajada adiciono un kilo de maíz.

El paso siguiente es llevarlo al horno por un tiempo de 50 minutos, y de acuerdo a lo que se quiere hacer se sube o se baja la temperatura, si es para asar se sube la temperatura y si es para tostar el bizcocho se baja la temperatura del horno.

Utensilios: mis abuelos utilizaban mucho el molino a mano y el horno de leña, hoy día por comodidad y agilidad cambiamos lo manual por lo mecánico y usamos el horno rotatorio y el molino eléctrico.

Acompañamientos: nosotros acompañamos mucho los bizcochos con chocolate en agua y gaseosa cóndor. Básicamente ustedes pueden observar que esto se puede acompañar con todo, porque somos un pueblo muy bizcochero.

Aporte personal: la receta no la he modificado, ya que el pueblo se acostumbró a buscarme básicamente porque mantengo la esencia del producto como mis abuelos lo trabajaban. Lo único en que si he cambiado es en la forma de cortar el biscocho le doy una forma como rectangular y la gente ya sabe diferenciar mis bizcochos con los de otros panaderos del municipio.

Días especiales: son muy apetecidos para la temporada de fiestas, como lo es semana santa, navidad, fiestas de San Pedro y las fiestas del arroz.

Precio del plato: por cantidad el precio por Bizcocho es de \$80 pesos, ya individualmente es a \$100 pesos.

Anexos 9Entrevista Alba Luz Guzmán

Municipio Campoalegre Huila	
<u>Nombre del entrevistado:</u> Alba Luz Guzmán Guazca	<u>Ficha n°:</u> 007
<u>Nombre del entrevistador:</u> Harold Zabala y Alejandro Pinto	<u>Fecha:</u> 15/04/17
<u>Lugar:</u> barrio Marday Calle 21 #12-43	<u>Plato:</u> Amasijos (cucas, mojicones, cubana)

Descripción: Antes de empezar a redactar toda la información de doña Alba, quiero destacar que ella es una figura muy reconocida del pueblo, todos la conocen por su comida y por como cocina, es llamada la “loca Alba Luz”.

El municipio es muy destacado por ser productor de arroz y de allí también se derivan sus tradiciones, por eso se destaca mucho lo que es el arroz seco, arroz con leche, el masato de arroz, los envueltos dulces (insulsos).

Aparte de esto el maíz es fundamental en nuestra comida, porque de allí se desprende toda la variedad de bizcocho que maneja el municipio, como lo es el bizcocho tostado, de cuajada.

Se destaca mucho también lo que es el asado huilense, y se le adicionaba morcilla de choclo, que la verdad ese si nunca más la volví a ver en un asado, solamente en el que yo preparo.



Fuente propia

Me gusta sacarle el provecho al cerdo para las festividades de San pedro, cerdo lo puedo usar de todas las formas yo no desperdicio ni el cuero porque mando hacer un cojín con el mismo, de este animal saco pernil, el lomo que se puede asar y se usa mucho para navidad con salsa de ciruelas, de la parte del menudo, saco las tripas para hacer longaniza, la cual dejo secar al sol, las soplo y a la hora de hacer longaniza las voy mojando con agua, también

saco la costilla para los tamales.

La forma en que aprendí fue de una señora que cocinaba muy rico, sabía demasiado, pero era muy envidiosa, ella se llamaba Analgisa, entonces ella me decía Alba alcánceme tal cosa, y yo por curiosidad probaba y me iba a la casa a conseguir lo que ella tenía en su casa y así fue como aprendí, gracias a la vista y al paladar. Después de ella me fui a vender ensaladas a la galería, ya que me llamaba mucho la atención preparar ensaladas, pero me fue mal, por acá la gente le gusta el callo, el menudo, el gordo, lo frito y lleno de aceite; entonces me decidí montar un restaurante en mi casa y me ha ido muy bien, preparando tanto lo tradicional, como lo que la gente quiere comer.

Preparación:

1. Sabajón con crema o con leche condensada: los ingredientes $\frac{1}{2}$ ron, $\frac{1}{2}$ de aguardiente, 6 litros de leche, 12 huevos criollos (yema) y una bolsa de clavos, canela y nuez moscada; entonces su preparación es se hierbe parte de la leche, aparte con la leche que sabor licuamos las yemas con el licor y mezclamos todo a punta de hilo para no cocinar las yemas, se bate constantemente, la sevillana se hace igual, pero sin el licor.
2. Bizcocho de manteca: los ingredientes 4 libras de maíz, $\frac{1}{2}$ libra de manteca, sal, panela rebanada, bicarbonato, cuajada; su preparación consta en dejar el maíz en agua por unos cuatro días sin moverlo, es importante hacer esta preparación cuanto esté haciendo buen sol, lavamos el maíz unas cuatro veces con agua tibia, lo colamos y lo ponemos en una batea al sol y dejarlo que se seque bien, por si llega a quedar mojado la preparación queda dura y tiesa; para la manteca preferiblemente debe hacerse, con gordo de ubre de la vaca sacamos la manteca y la dejamos reposar..
3. Cubano: este es muy parecido a la preparación de la dona, los ingredientes 1 kilo de harina, 1 cucharada de levadura, leche, mantequilla, sal, vainilla, revolvemos todo y llevamos a fritura, se le adiciona por encima azúcar normal.
4. Cuca: los ingredientes nuez moscada, clavo, canela (todo en polvo), hacemos un agua de panela, y se le adiciona harina, la preparación es líquida, pero debe quedar con consistencia espesa, se pone en molde y se lleva al horno.
5. Mojicones: los ingredientes harina, leche, levadura, huevo, nuez moscada, clavos y canela, mezclamos todo, a la hora de darle forma se hace en forma de círculo o bola y se rellena de queso, de bocadillo o de arequipe, o podemos combinarlo, se espolvorea con un poquito de azúcar y se lleva al horno.

Utensilios: los utensilios que se usaban mucho eran el pilón, balay (colador), las bateas, molino manual.

Acompañamientos: somos un municipio muy tintero, así que la mayoría de las cosas la tomamos con tinto y chocolate en agua.

Aporte personal: la verdad a mí me gusta echarle de todo a mis preparaciones, siempre y cuando me le de sabor, se mucho de panadería, pero me aburre que todo sea exacto y medido, por eso a la hora de cocinar libremente no me cohíbo y le adiciono lo que yo vea necesario que le va a dar mucho sabor a mis comidas.

Días especiales: en navidad se come mucho lo que es el perril de cerdo y perril relleno, para las fiestas de Año Nuevo es el pollo relleno, en las fiestas de San Pedro se consume mucho la lechona, el asado huilense, los envueltos de maíz y la mistela. En estas fechas de Semana Santa la gente come mucho calzamocho, masato de trigo o de maíz y el pescado.

Precio del plato: la comida a la hora de venderla es muy complicada, ya que este municipio es acostumbrado a que todo sea barato o que te den ñapa por un lado o por el otro, entonces el trabajo es poco valorado; todo depende tanto del plato como de la gente y de ahí vamos sacando el precio, obviamente los amasijos como los buñuelos, las almojábanas, las achiras, el pan de yuca, los mojicones, van desde los \$200 pesos en adelante, ya preparaciones depende de la gente que me haga los encargos.

Anexos 10 Entrevista Blanca Lilia Ríos

Municipio Campoalegre Huila

<u>Nombre del entrevistado:</u> Blanca Lilia Ríos	<u>Ficha n°:</u> 008
<u>Nombre del entrevistador:</u> Harold Zabala y Alejandro Pinto	<u>Fecha:</u> 15/04/17
<u>Lugar:</u> plaza de mercado principal (primer piso)	<u>Plato:</u> arroz de leche en hoja de bijao



Fuente propia

Descripción: la plaza de mercado de Campoalegre revive cada domingo con los campeicos que llegan de sus campos a ofrecer los productos frescos que han recolectado en el transcurso de la semana y allí llega la señora Blanca con sus dos ollas de 40 litros cada una a rebosar de un rico y succulento arroz de leche con su aroma característico y su color ocre suave debido a la adición de panela, Doña Blanca utiliza la hoja de bijao para envolver la porción de arroz de leche que saca de su olla con una cuchara de totumo. Ella nos dice que comenzó a usar esta hoja porque era fácil para llevar el producto y descubrió que al poner el arroz de leche en la hoja esta aportaba un aroma agradable resaltando aún más el sabor de esta elaboración. La señora Blanca aprendió esta preparación de su tía cuando tenía 13 años en la vereda riverita, de allí se trasladó a Campoalegre y comenzó a vender el arroz de leche a la edad de 17 años en la plaza de mercado, actualidad doña Blanca tiene 84 años y sus hija y nieta

aprendieron el oficio de este negocio que aún se mantiene vivo en la plaza de mercado de Campoalegre Huila los días domingos.
<p><u>Preparación:</u> los ingredientes del arroz de leche son arroz 500gr 5000ml de leche entera, clavos de olor, nuez moscada, canela en astillas, panela y azúcar 500gr</p> <p>El arroz se deja en agua de un día para otro, se pone a hervir con 2000ml de leche entera y se le adiciona la azúcar y las especias al gusto con los 3000 ml restantes de leche se le van agregando poco a poco. Cuando el arroz este blando y tenga una consistencia cremosa y densa estará listo.</p>
<u>Utensilios:</u> ollas, cagüinga para revolver, cuchara de totumo para sacar el arroz de leche.
<u>Acompañamientos:</u> acompañados con bizcochos de achira, de maíz, tostado.
<u>Aporte personal:</u> empaque en hoja de bijao
<u>Días especiales:</u> es un postre para cualquier ocasión, en este caso doña Blanca vende el arroz de leche los domingos en la plaza de mercado aprovechando la aglomeración de gente para vender más.
<u>Precio del plato:</u> el precio al cliente es de \$1000 en adelante

Anexos 11Entrevista Luz Neidy Garzón

Municipio Campoalegre Huila	
<u>Nombre del entrevistado:</u> Luz Neidy Garzón	<u>Ficha n°:</u> 009
<u>Nombre del entrevistador:</u> Harold Zabala	<u>Fecha:</u> 15/04/17
<u>Lugar:</u> Barrio centro, centro comercial la Candelaria local 115 y 116	<u>Plato:</u> café de denominación de origen de Campoalegre Huila

Descripción: la señora Luz Neidy comenzó con este proyecto hace unos 7 años adquiriendo el café de su finca paterna en la vereda el Esmero de Campoalegre Huila, al principio fue muy duro nos cuenta Luz Neidy porque no tenía ni molino como tampoco tostadora y todo el proceso lo realizaba en Bogotá en molinos certificados. En el 2014 adquirió el molino y la tostadora como también máquinas para empacar el café y de allí comenzó a manejar mejores precios y un producto de excelente calidad. Luz Neidy nos cuenta que compra café de alta calidad directamente a los agricultores de fincas ubicadas en las veredas del Esmero, Buenavista, El Roble y San miguel todas estas veredas hacen parte de Campoalegre. Esta empresaria clasifica su café en 5 presentaciones llamadas así:



Fuente propia

Buenavista, Pación, Devoción y las presentaciones de más alta calidad que se seleccionan los mejores granos de café como también sus mejores características organolépticas son el Moca y caracol de los cuales solo se venden por encargos.

Preparación: selección del café, trillado, seleccionado nuevamente, tostado, molido, empacado y rotulado.

Utensilios: tostadora, molino para café, máquinas de empacado y rotulado.

Acompañamientos: el café en la región del Huila principalmente se acompaña con amasijos o con pan

Aporte personal: el principal aporte es que solo compra café de la región, teniendo mayor información de que fincas proviene el producto y así mantener estándares de calidad, excelente rotula y las características organolépticas del café proveniente de cada finca.

Días especiales: el café se toma a cualquier hora del día, en cualquier lugar y en cualquier época del año.

Precio del plato: \$11000mil la libra

Anexos 12Entrevista Vicente Medina

Municipio Campoalegre Huila

Nombre del entrevistado: Vicente Medina

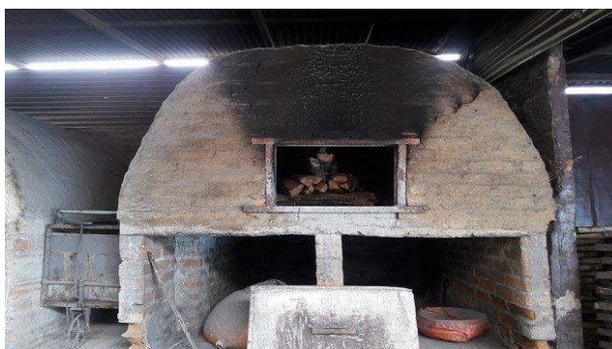
Ficha n°: 010

Nombre del entrevistador: Harold Zabala

Fecha: 16/04/17

Lugar: Bizcochería “Serafin” Calle 15 #10-58
barrio Caraguaja

Plato: bizcocho de maíz y cuaja
(blandito y tostado)



Fuente propia

Descripción: las comidas que se solían preparar antiguamente era, los tamales tradicionales típico que según don Vicente se preparaban con carne de cerdo pollo, longaniza, arroz, papa, arveja, zanahoria y hogao, él nos dice también que en la actualidad no se consiguen unos tamales así y resalta que solo se los come así cuando los preparan en casa. Don Vicente es un especialista en la preparación de bizcochos de cuajada y bizcocho tostado ya que esta elaboración de bizcochos se ha convertido en un negocio familia que lleva más de seis (6) décadas en esta labor, su principal característica es que aún mantienen la cocción del bizcocho en horno de leña y su amasado es en batea de madera, menciona que esta receta de bizcochos se prepara igual que hace 60 años.

Preparación: bizcocho de cuajada. Ingredientes 1000g de cuajada y 750gr de maíz ya molido, agua de panela. 40 ml

Se deja en maíz en agua durante tres días, se lava y se muele bien fino junto con la cuajada (fresca y sin agua), finalmente se moja con agua de panela, se amasa y se le da la forma redondeada, se pone sobre una lata engrasada, se llevan al horno durante 20 minutos.

El bizcocho tostado: consiste en la misma preparación del bizcocho de cuaja, pero su diferencia es la cocción se llevan al horno a alta temperatura durante 20 minutos trascurrido este tiempo se baja la temperatura al mínimo y se deja hasta que tueste.

Utensilios :bateas en madera, horno de leña, molino, latas metálicas, pala de madera para sacar las latas del horno

Acompañamientos: se acompaña con agua de panela, chocolate o gaseosas, también se utilizan para preparar la noche buena (postre tradicional en épocas de sembrina)

Aporte personal: la receta se mantiene intacta como era la tradicional, no se le agrega sal al bizcoche debido a que la cuajada ya contiene esta.

Días especiales: este tipo de productos se consume todos los días, especialmente en el desayuno, el día de mayor venta es el sábado ya que las tiendas surten sus negocios y se preparan para el día domingo (día de mercado).

Precio del plato: el costo de estos productos varían por tamaño sus precios son de \$50, \$100 y \$200 pesos COP

Información del focus group

Anexos 13 Descripción del Focus Group

UNIAGUSTINIANA
HOTELERÍA Y TURISMO
TESIS DE GRADO
FOCUS GROUP

1. ¿Qué sabe usted acerca de la gastronomía de Campoalegre?

Yolanda: La gastronomía de Campoalegre está basada en su producto principal que es el arroz.

Nohora: Mis padres tenían una fábrica de panadería muy famosa en el municipio, porque el pan era aliñado con levadura fleischmann, con huevo, mantequilla, azúcar... fabricaban pan, mojicón, arepitas, bizcochuelos, cucas, ponqués, panderos, gauchas, budines, galletas. Cuando fallecieron se perdió todo el negocio porque yo me dediqué a ser docente, aunque tengo las recetas guardadas y las utilizo cuando necesito hacer algo para la casa.

Ofir: con respecto a la gastronomía Campoalegruna, se ha perdido muchos platos típicos. Para la época de Semana Santa se tiene platos típicos como el pescado en diferentes maneras, los calzamos o envueltos de ayuno porque no llevan carne. Pero sí se ha perdido demasiado esta cultura.

Luz Neidy: arepas de maíz amarillo, el cual se pelaba con lejía, envueltos de maíz. Todo eso ha ido perdiendo. El dulce de pata, muy típico de Campoalegre, se prepara con panela y se bate con la mano, los bizcochos de manteca, los suspiros, los dulces de leche, la colada de achira, los envueltos dulces de arroz molido, la batata era muy típica (casi no

se usa en la cocina hoy día), la guatila (parecida a la papa cidra, se usaba mucho), el pepino sapo (para rellenar), la arracacha (para la sopa, para hacer chicha), alfandoque.

Doris: tamales, envueltos, insulsos de arroz, envueltos de maduro asados llamados furgones, se hacen con plátano maduro, harina, queso, se envuelven en hojas de plátanos y se meten al horno a asar.

María Gisela: para el Sampedro el asado huilense, los tamales, la mistela, el bizcochuelo, las gauchas, el Sabajón.

Noralba: el arroz con leche, las cocadas negras y blancas, los alfandoques, el ponche.

Ester Julia: el ponche con aguardiente batido en totuma, la pata para la gelatina, blanca o negra.

Maritza: La economía está basada en el arroz, tamales, arroz con leche, envueltos de arroz, el guarrús de cruz el 3 de mayo. Bebida típica la chicha, la aloja con harina, y la chicha de maíz, el guarrús se servía con carne seca, chunchulla o bofe, la mazamorra y la forcha.

2. Qué plato típico representa Campoalegre.

- El arroz, no puede faltar en ningún plato ya que Campoalegre es la capital arrocera del Huila.
- La lechona, arroz con pollo, el bizcocho de maíz - tostado y el bizcocho de manteca son muy típicos de Campoalegre.
- El bizcochuelo es de Campoalegre.

3. ¿Algunos de ustedes saben del origen y la historia de los platos típicos de Campoalegre?

- De los abuelos.

- Para todas las fiestas de San Juan y San Pedro se hacían los bizcochuelos con la mistela y se compartía con los vecinos y en ninguna casa faltaba el bizcochuelo.
- El origen como tal no se conoce, es una tradición de tiempos inmemoriales que ha pasado de generación a generación.

4. ¿Qué platos creen ustedes que se han modificado en el transcurso del tiempo?

- El tamal, anteriormente se hacía con carne de cerdo, pollo de campo y longaniza, guiso, mucho hogo, papa, arveja seca, zanahoria. Hoy en día le echan masa, un pedacito de pollo, huevo y ya no lleva longaniza.
- El arroz en leche, hoy en día le agregan leche condensada, crema de leche. Anteriormente era la leche, panela y arroz, canela.
- La lechona, antes se hacía con carne y arveja y muy poco arroz, ahora se echan más arroz que carne.

5. ¿Qué historia o anécdota recuerdan cada una de ustedes de su infancia alrededor de la cocina, como por ejemplo quien le enseñó a cocinar, qué utensilios se usaban anteriormente, cuáles eran los ingredientes más utilizados en sus hogares?

- Los bizcochuelos se hacían en la totuma de barro y con el molinillo de madera, no dejaban arrimar a nadie porque si le daba mal genio el batido del huevo se corta y hace aguar el ponche.
- Las bateas de madera donde se amasaba el pan, preparaba la carne, los pilones de madera para pelar el maíz, los baláis que se hacían de pindo, en ellos se hacía la harina de achira, ponía a sobar la harina para que pasara y quedara bien delgada. La achira es una mata parecida al platanillo y la raíz se lavaba muy bien y se rallaba y se ponía en agua, al día siguiente se vaciaba el agua con mucho cuidado y se pasaba a los baláis para que pasara la harinita, luego se ponía a secar y luego se sacaban los grumos, este proceso de sacar la harina de achira de forma artesanal se ha perdido.

- La natilla de maíz, se ponía en agua el maíz por tres días, el molía y se colaba, este proceso se hacía por tres o cuatro veces hasta que quedara la pura harina, luego se preparaba con leche, canela, mantequilla y se cocinaba hasta que quedara en su punto. Era una natilla muy exquisita, hoy día ya venden todo preparado, pero no sabe lo mismo.
 - Los dulces de alfandoque con un poquito de anís.
 - Los envueltos de choclos, muy de Campoalegre.
 - Las arepas delgaditas a las cuales se dice arepas de agua u oreja de perro.
6. Si pudieran regresar al pasado qué platos le gustaría probar que en estos tiempos ya no se encuentran.
- Guarrús con bofe en horas de la tarde. Siempre se servía en la cena.
 - El agua de panela del campo con bizcocho en horas de la tarde.
 - El pastel de arroz. Tres días antes se coloca el maíz trillado en agua para dejar que se ablandara, luego se molía y se hacía la masa como la del bizcocho. A parte se hacía un guiso con todas las carnes y lo que se quiera echar. En una bandeja de asado huilense, de barro, primero se untaba de mantequilla, luego se esparcía una base de masa de bizcocho, luego el guiso, luego el queso rallado y una última capa de masa de bizcocho. Luego se mete al horno. Este pastel poco se hace en estos tiempos.
 - El asado huilense, el típico, se preparaba la carne con cebolla, ajo, cilantro, naranja agria, poleo y yerbabuena. Se dejaba marinando por tres días y luego se metía al horno. Así quedaba exquisito. Hoy día le echan cerveza a la carne, pero antes en vez de la cerveza se le adicionaba vinagre de cacao y se acompañaba con patata dulce.
 - El asado especial. Se adoba la carne y se colocaba en el cuero de la res, se envolvía bien y se amarraba a una guadua y se le da vuelta en la hoguera, cuando ya estaba se sacaba y se desechaba el cuero. Es una carne muy sabrosa porque tiene muchos sabores.

- El viudo de pescado. Se abría un hueco en el suelo y allí se colocaba el pescado envuelto en hojas de plátano con plátano y yuca, luego se le colocan piedras y se tapa con tierra, encima se le prende candela y se espera a que se cocine.
- Calzamos. El maíz se muele y se le agrega el frijol y la arveja.
- El tamal, como era con todas las carnes.
- La morcilla bien preparada y la longaniza.

7. En la actualidad en las siguientes fechas ¿Qué comidas son tradicionales?

- En navidad: pollo relleno, muchacho relleno, la nochebuena, los buñuelos, la mistela, tamales.
- Semana Santa: pescado seco, mojarra, calzamos, envueltos de arroz con huevo, guiso de pescado seco, sopa de arroz con huevos batidos o tortilla.
- San Juan y San pedro: Lechona, asado huilense, chicha, bizcochuelo, tamales.

8. Eso se consume en estas fechas actuales, anteriormente que se consumía estas comidas en las mismas fechas.

- El bizcochuelo, se ha acabado esta tradición, se hace muy poco.
- La mistela, se hace, pero muy poco.
- La chicha de maíz vivo. Es un maíz que se reproduce entre más dulce tenga.
- La chicha de arracacha.

9.Cuál cree ustedes que es la relación de los platos típicos y la cultura del municipio.

- Se tiene en cuenta lo que produce el mismo municipio. Campoalegre es catalogado como la capital arrocera del departamento del Huila. La cultura va pasando de generación en generación, no ha habido mucha influencia de otras culturas por lo tanto la nuestra se ha conservado. Hoy día los medios de comunicación como el internet ha hecho que muchos platos diferentes lleguen a los hogares, como experimentación.

10. ¿Piensan ustedes que la cocina Campoalegruna permite que los turistas lleguen a Campoalegre para conocer su tradición gastronómica?

- Claro, hay un medio específicamente que es la fiesta del arroz, hay un espacio precisamente para hacer la muestra gastronómica del municipio. Ahí se muestra todo lo que se elabora con el arroz, y cuando llegan los turistas, a ellos se le presentan estas muestras, ellos se llevan la idea de que Campoalegre es un municipio arrocero, entonces se llevan todas estas muestras y ellos ya saben cómo preparar estas comidas.

11. ¿Qué comidas típicas se preparan para las fiestas del arroz?

- Todo lo relacionado con el arroz, tamales, arroz en leche, lechona. Dulces de arroz.
- Falta más promoción por parte del mismo municipio.

12. ¿Qué opinan ustedes de la idea de que el visitante venga a Campoalegre y que las personas que preparan ciertas comidas típicas, puedan enseñar al turista, sí les gustaría que otras personas vinieran a aprender nuestra cultura gastronómica?

- Sería bueno porque así se promociona nuestra gastronomía y nuestro municipio, habría turismo y por lo tanto el pueblo se volvería un centro atractivo para el visitante. Eso llevaría a una mejor economía municipal y generar empleo.
- Las familias nuestras que vienen de otras ciudades como Cali, siempre le gusta llevar bizcochos de achira, tostado, de manteca, cucas, longaniza, tamales. Quieren llevarse todo lo más que pueda de la comida tradicional.

HAROLD LEONARDO ZABALA
ALEJANDRO PINTO