



UNIVERSIDAD COLEGIO MAYOR DE CUNDINAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
PROGRAMA DE TURISMO

MODALIDAD INVESTIGACIÓN

Autores:

Barbosa Rincón Viviana Marcela
Pinilla Tovar Carol Tatiana

Tutor:

Yolanda González Rozo

Título del trabajo de grado:

APORTE DE COMPLEMENTACIÓN HISTÓRICA SOBRE GASTRONOMÍA
MUISCA A LA PÁGINA WEB DEL IDT DENOMINADA LA RUTA LEYENDA
DEL DORADO

Bogotá D.C.

Fecha: 06/06/2022

**APORTE DE COMPLEMENTACIÓN HISTÓRICA SOBRE GASTRONOMÍA MUISCA A LA
PÁGINA WEB DEL IDT DENOMINADA LA RUTA LEYENDA DEL DORADO**

Barbosa Rincón Viviana Marcela

Pinilla Tovar Carol Tatiana

**UNIVERSIDAD COLEGIO MAYOR DE CUNDINAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
PROGRAMA DE TURISMO**

BOGOTÁ, D.C., 06, JUNIO, 2022

**APORTE DE COMPLEMENTACIÓN HISTÓRICA SOBRE GASTRONOMÍA MUISCA A LA
PÁGINA WEB DEL IDT DENOMINADA LA RUTA LEYENDA DEL DORADO**

**Barbosa Rincón Viviana Marcela
Pinilla Tovar Carol Tatiana**

**TRABAJO DE GRADO PRESENTADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE:
PROFESIONAL EN TURISMO**

**MODALIDAD:
INVESTIGACIÓN**

**TUTOR EN ESTE SEMESTRE (2021-1):
Yolanda González Rozo**

**UNIVERSIDAD COLEGIO MAYOR DE CUNDINAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
PROGRAMA DE TURISMO**

BOGOTÁ, D.C., 06, JUNIO, 2022

Agradecimientos

Dedicamos este trabajo a Dios por darnos la oportunidad de llegar a este momento tan importante, que es nuestra formación profesional.

A nuestros padres y familiares cercanos que brindaron un apoyo incondicional desde el inicio hasta el final de este proceso investigativo, además de su comprensión y ayuda con los recursos necesarios para cursar esta profesión.

Igualmente, se agradece a la Universidad, pero, sobre todo, a los Docentes por habernos transmitido los conocimientos necesarios durante la formación personal y académico, con su aporte a nuestra formación profesional con sentido integral y ético.

También queremos reconocer el espacio del semillero investigativo, ya que fue la base o generador de ideas para iniciar y culminar este trabajo de grado.

Asimismo, a nuestra asesora Yolanda González Rozo por la paciencia y apoyo incondicional mientras se realizaba el seguimiento al trabajo, además de que sus aportes fueron herramientas necesarias para el proceso de la investigación, y también fue muy importante la motivación que nos brindaba en cada asesoría.

Y, por último, queremos agradecer inmensamente, a los entrevistados de Chía, Sesquilé, Boyacá y la localidad de Suba por permitirnos conocer más de su cultura y compartir con ellos sus vivencias, ya que, gracias a su tradición oral se logró obtener información acerca de su patrimonio gastronómico. Es así, que agradecemos de manera especial la posibilidad que estas personas nos brindaron para generar y compartir en un espacio de retroalimentación y de mutuos aprendizajes.

Resumen

En el presente trabajo investigativo, se evidencia el desarrollo del proceso de recolección de información sobre la gastronomía de la comunidad Muisca, a partir de una revisión documental y su respectivo análisis, actividad necesaria, para el logro del objetivo principal de este trabajo, el cual se enfoca en fortalecer la información sobre el patrimonio gastronómico Muisca, mediante un entregable al IDT, con aportes históricos a su portal web de La Ruta Leyenda del Dorado, con miras a rescatar y revalorizar las prácticas de la gastronomía ancestral muisca, que en la actualidad están propensas a desaparecer.

Por tal razón, el estudio se basó en análisis de datos históricos de la gastronomía ancestral, con la finalidad de obtener referencias sobre los platos tradicionales reconocidos por la comunidad Muisca, aplicando la técnica de entrevista semiestructurada a personas que se autodenominan Muisca, para que sean recordadas e incluidas en el portal web la Ruta Leyenda del Dorado que busca visibilizar la cultura muisca.

Palabras clave: patrimonio gastronómico, gastronomía ancestral, comunidad Muisca.

Abstract

In the present research work, the development of the process of collecting information on the gastronomy of the Muisca community is evidenced, based on a documentary review and its respective analysis, a necessary activity, for the achievement of the main objective of this work, which focuses on strengthening information on the Muisca gastronomic heritage, through a deliverable to the IDT, with historical contributions to its web portal of La Ruta Leyenda del Dorado, with a view to rescuing and revaluing the practices of the ancestral Muisca gastronomy, which are currently prone to disappear.

For this reason, the study was based on analysis of historical data of ancestral gastronomy, to obtain references on the traditional dishes recognized by the Muisca community, applying the technique of semi-structured interview to people who call themselves Muisca, so that they are remembered and included in the web portal la Ruta Leyenda del Dorado that seeks to make visible the Muisca culture.

Keywords: gastronomic heritage, ancestral gastronomy, Muisca community.

Objetivos

Objetivo General

Fortalecer la información sobre el patrimonio gastronómico Muisca, mediante un entregable al IDT, con aportes históricos a su portal web de La Ruta Leyenda del Dorado, con miras a rescatar y revalorizar las prácticas de la gastronomía ancestral muisca, que en la actualidad están propensas a desaparecer.

Objetivos Específicos

1. Complementar la información del portal web La Ruta Leyenda del Dorado sobre la gastronomía muisca basada en revisión documental entre el período precolombino y contemporáneo.
2. Analizar los conceptos Memoria, Historia e Identidad asociados a la gastronomía ancestral Muisca.
3. Realizar una comparación entre el período precolombino y la época contemporánea acerca de la gastronomía ancestral Muisca.

Índice de contenido

Resumen	4
Abstract	4
Introducción	5
1	6
1. Problema de la investigación	6
1.1. Planteamiento del Problema	6
1.2. Objetivos	7
I. Objetivo General	7
II. Objetivos Específicos	7
1.3. Justificación	8
2	9
2. Antecedentes	9
2.1. Antecedentes documentales o estados del arte	9
2.2. Bases teóricas o referentes conceptuales o marco teórico	10
Identidad	10
Memoria	11
Turismo	11
Gastronomía	11
Gastronomía Ancestral	12
Turismo Gastronómico	13
Patrimonio	13
3	14
3. Metodología Aplicada	14
3.1. Tipo de investigación	14
3.2. Diseño de la Investigación	15
Selección y delimitación del tema	15
Levantamiento de Información	16
Análisis y organización de datos	16
Redacción del documento final	17

	3.3. Definición categorías de análisis.....	17
	Concepciones y percepciones del patrimonio gastronómico Muisca -----	17
	Tabla 1.....	17
	Categorías de análisis.....	17
	Evolución de la gastronomía Muisca a través de la historia -----	18
	Tabla 2.....	18
	Categorías de conceptualización.....	18
	3.4. Técnicas de investigación.....	19
	3.5. Limitaciones.....	19
4		21
	4. Resultados.....	21
	4.1. Información histórica concepciones y percepciones del patrimonio gastronómico Muisca.....	22
	Gastronomía Ancestral: Época Precolombina -----	22
	Análisis de los alimentos ancestrales-----	34
	Construcciones sociales entorno a la alimentación-----	34
	Platos de la época precolombina.....	35
	Análisis y conclusiones en relación con la historia de los platos-----	48
	Gastronomía Ancestral: Época Contemporánea -----	49
	Análisis y conclusiones en relación con los platos contemporáneos -----	61
	4.2. Elementos del Patrimonio Gastronómico Muisca-----	62
	Tabla 3.....	63
	Percepciones y concepciones sobre la gastronomía muisca por parte de sabedores.....	63
	Análisis y conclusiones en relación con el patrimonio -----	68
	4.3. Línea comparativa de la gastronomía ancestral muisca -----	73
	Figura 1.....	73
		75
	Conclusiones finales.....	76
	Recomendaciones.....	78
	Referencias bibliográficas.....	79

	3
ANEXOS	84
Anexo A “Formato de Entrevistas”	84
Anexos: “Actas de reunión”	84
Anexo B	84
Anexo C	85
Descripción del entregable	85
Anexo: Entregable	85

Resumen

En el presente trabajo investigativo, se evidencia el desarrollo del proceso de recolección de información sobre la gastronomía de la comunidad Muisca, a partir de una revisión documental y su respectivo análisis, actividad necesaria, para el logro del objetivo principal de este trabajo, el cual se enfoca en fortalecer la información sobre el patrimonio gastronómico Muisca, mediante un entregable al IDT, con aportes históricos a su portal web de La Ruta Leyenda del Dorado, con miras a rescatar y revalorizar las prácticas de la gastronomía ancestral muisca, que en la actualidad están propensas a desaparecer.

Por tal razón, el estudio se basó en análisis de datos históricos de la gastronomía ancestral, con la finalidad de obtener referencias sobre los platos tradicionales reconocidos por la comunidad Muisca, aplicando la técnica de entrevista semiestructurada a personas que se autodenominan Muisca, para que sean recordadas e incluidas en el portal web la Ruta Leyenda del Dorado que busca visibilizar la cultura muisca.

Palabras clave: patrimonio gastronómico, gastronomía ancestral, comunidad Muisca.

Abstract

In the present research work, the development of the process of collecting information on the gastronomy of the Muisca community is evidenced, based on a documentary review and its respective analysis, a necessary activity, for the achievement of the main objective of this work, which focuses on strengthening information on the Muisca gastronomic heritage, through a deliverable to the IDT, with historical contributions to its web portal of La Ruta Leyenda del Dorado, with a view to rescuing and revaluing the practices of the ancestral Muisca gastronomy, which are currently prone to disappear.

For this reason, the study was based on analysis of historical data of ancestral gastronomy, to obtain references on the traditional dishes recognized by the Muisca community, applying the technique of semi-structured interview to people who call themselves Muisca, so that they are remembered and included in the web portal la Ruta Leyenda del Dorado that seeks to make visible the Muisca culture.

Keywords: gastronomic heritage, ancestral gastronomy, Muisca community.

Introducción

El Instituto Distrital de Turismo, (IDT), entidad que maneja el proyecto formulado en el 2017 y aprobado en el 2019, buscó fortalecer la Ruta Leyenda del Dorado, un producto turístico que une temáticamente las regiones de Bogotá, Cundinamarca y Boyacá, con el fin de rescatar su identidad cultural, generar mejores condiciones de vida para sus habitantes, y brindar a sus empresarios la oportunidad de generar nuevos puestos de trabajo y diversificar su oferta turística. Además, que contribuyó a no solo el crecimiento económico, sino también a la memoria de la comunidad muisca y sus tradiciones, recuperando la identidad perdida con el tiempo. Donde uno de los intereses es mostrar el legado de la gastronomía Muisca rescatando diferentes lugares relacionados con la misma presentando las tradiciones culinarias que aún persisten.

El tema central de este estudio radicó en el portal web la Ruta Leyenda del Dorado, en su rama gastronómica destacando el legado de la alimentación de esta cultura que ha dejado en la gastronomía actual del país. Por tal razón, la intención de esta investigación fue fortalecer la información sobre el patrimonio gastronómico Muisca, mediante un entregable al IDT, con aportes históricos a su portal web de La Ruta Leyenda del Dorado, con miras a rescatar y revalorizar las prácticas de la gastronomía ancestral muisca, que en la actualidad están propensas a desaparecer. Esto se realizó con un enfoque cualitativo con método explicativo-descriptivo, el cual es empleado para describir la historia de la gastronomía Muisca. Igualmente, se empleó la técnica de revisión documental, que son fuentes secundarias y se complementó, usando la entrevista semiestructurada con personas autodenominadas muisca del departamento de Cundinamarca.

A continuación, se describe lo que se realizó en cada capítulo, el primero en el cual se estructuró el planteamiento del problema, el cual evidenció que no hay suficiente información en la sección gastronómica que ofrece el portal web la Ruta Leyenda del Dorado; en el segundo el marco teórico, el cual presentó los antecedentes y referentes conceptuales que fueron claves en la investigación; en el tercero el marco metodológico que mostró el tipo de investigación, el diseño metodológico y el proceso en el transcurso de la misma; y en el cuarto los resultados, en donde se buscó dar cumplimiento de los objetivos planteados. Finalmente, se elaboró un registro de conclusiones y recomendaciones que surgen a partir de este estudio.

1

1. Problema de la investigación**1.1. Planteamiento del Problema**

Las tradiciones culturales forman parte de la identidad y la riqueza de cada comunidad, con el fin de que históricamente, sean compartidas y arraigadas entre las nuevas generaciones y así se consolide su continuidad. En este sentido, una de las grandes dificultades que enfrentan esos procesos, es la pérdida de dichos elementos que conforman costumbres, hábitos y prácticas que han disminuido su fuerza en razón a que la construcción oral y la herencia tradicional pierden su potencia y no se consolida intergeneracionalmente.

De este modo, el sentido de arraigo tradicional, las creencias y la huella de autenticidad de un pueblo también se afecta, ya que estos procesos constituyen la base del desarrollo de crecimiento en un entorno social homogéneo para las generaciones nacientes. El Instituto Distrital de Turismo (IDT), y según Merchán (2021), “Busca visibilizar y dignificar las costumbres ancestrales, místicas, espirituales, gastronómicas, entre otros saberes; que nuestros antepasados nos dejaron y que hacen parte del aporte cultural que tenemos hoy en día” (párr.02). Esta preocupación se ha manifestado por medio de esta entidad, que como solución ha desarrollado un trabajo constante encontrando un espacio propicio para crear un producto turístico, que se denomina La Ruta Leyenda del Dorado, el cual busca, dar a conocer y fomenta las distintas actividades culturales e idiosincrasia de la comunidad Muisca. Además, que invita a los turistas a redescubrir su pasado oculto, el cual integra temáticamente 106 atractivos, que se encuentran ubicados en Bogotá y municipios de Cundinamarca y Boyacá.

Al incluir a estos lugares que conforman La Ruta Leyenda del Dorado, lo que se pretende hacer es recuperar la tradición ancestral con ayuda del Turismo, así mismo, tiene en funcionamiento un portal web, que se encontraba dividido en 7 aspectos. Los cuales, se basaba la ruta para realizar recorridos turísticos, estos eran: centros ceremoniales, mitos y leyendas, comunidades indígenas, astronomía, paquetes turísticos, artesanías, gastronomía Muisca, eventos y una galería de imágenes de los lugares de interés de la región asociados a este tema y adicionalmente, en la parte inferior se encontraba un glosario de términos de la comunidad Muisca.

Actualmente, en el presente año (2022) se evidenciaron transformaciones en el diseño y contenido del portal web, siendo notorios sus cambios en la mayoría de las secciones mencionadas anteriormente, como, artesanías, cultura y gastronomía, entre otros. Creando nuevos apartados enfocados en las tradiciones bogotanas ofreciendo a los usuarios paquetes turísticos, en los cuales se pudieron observar distintos atractivos con información general, cambiando el énfasis o enfoque hacia el turista y su visita al portal, más no una mirada hacia las costumbres de la comunidad Muisca.

Finalmente, el portal web se planteó como un medio de promoción importante y con el que se ha pretendido brindar información al posible turista, sin embargo, en la actualidad no cuentan con una información suficiente y vigente acerca de la cultura Muisca, ya que en la sección de gastronomía se pudo encontrar una conceptualización general de diferentes platos, zonas gastronómicas y restaurantes de Bogotá. Continuando con el asunto, se muestran falencias en la organización del contenido y lógica al nombre y propósito del portal web (transmitir las costumbres de la comunidad Muisca), generando grandes confusiones al usuario/turista. Es así, como se evidenció que no hay las suficientes preparaciones representativas acerca de las tradiciones culinarias Muisca, y el desarrollo de heterogeneidad en las comunidades cuya descendencia es autodenominada Muisca.

El propósito de esta investigación se enfoca en la necesidad de ampliar el conocimiento y recolectar información sobre el patrimonio gastronómico Muisca como insumo investigativo para “La Ruta Leyenda del Dorado” que se presenta en la página web del IDT. Se planteó la siguiente pregunta problema:

¿Cómo fortalecer la información actual sobre el patrimonio gastronómico Muisca contenido en el portal web “La Ruta Leyenda del Dorado”?

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo General

Fortalecer la información sobre el patrimonio gastronómico Muisca, mediante un entregable al IDT, con aportes históricos a su portal web de La Ruta Leyenda del Dorado, con miras a rescatar y revalorizar las prácticas de la gastronomía ancestral muisca, que en la actualidad están propensas a desaparecer.

1.2.2. Objetivos Específicos

- 1.2.2.1. Complementar la información del portal web La Ruta Leyenda del Dorado sobre la gastronomía muisca basada en revisión documental entre el período precolombino y contemporáneo.
- 1.2.2.2. Analizar los conceptos Memoria, Historia e Identidad asociados a la gastronomía ancestral Muisca.
- 1.2.2.3. Realizar una comparación entre el período precolombino y la época contemporánea acerca de la gastronomía ancestral Muisca.

1.3. Justificación

De acuerdo con la investigación documental que según Alfonso (1995), “Es un procedimiento científico, sistemático de indagación, recolección, organización, análisis e interpretación de información o datos en torno a un determinado tema” (p. 02). Al igual que otros tipos de investigación, éste fue conducente a la construcción de conocimientos, a fin de contribuir desde el conocimiento científico a la ampliación y actualización de contenidos dentro del espacio digital de “La Ruta Leyenda del Dorado”.

El propósito principal de esta investigación o su razón de ser, es aportar como una primera fase de caracterización y diagnóstico acerca del portal web La Ruta Leyenda del Dorado, con información histórica de la gastronomía ancestral de la comunidad muisca, ya que, dentro de este mismo portal se presentan falencias en su contenido incluyendo la sección de gastronomía, que no cuenta con los platos tradicionales que representan a esta comunidad y ofrecen otro tipo de información muy variada, como las plazas de mercado de Bogotá, San Victorino y comidas ajenas como las que proponen sobre México, entre otras, esto demuestra que el portal web no está enfocado en visibilizar la gastronomía muisca, y confunde a su vez a los usuarios que si están interesados en conocer sobre la comunidad y disfrutar de las experiencias gastronómicas que puede brindar el portal.

Esta investigación se justifica en razón a la necesidad del Instituto Distrital de Turismo (IDT), de fortalecer el portal web con información de fuentes primarias como secundarias, y apoyó de otros estudios basados en recuperar la gastronomía ancestral en diversos territorios, y personas con conocimientos sobre el tema en mención, al mismo tiempo que estuvieran dispuestas a compartirlos con fines de la investigación, para mitigar las problemáticas que presentan en su contenido, como se mencionó en el párrafo anterior. De esta manera, a pesar de que sea una revisión documental, se busca en primer lugar, generar

la posibilidad de ampliar el conocimiento e interés de la gastronomía muisca, para que se pueda comprender la importancia de rescatar, visibilizar y preservar todo lo que involucra la gastronomía ancestral; en segundo lugar, establece unas bases de información para investigaciones futuras o las siguientes fases que planteen el IDT.

Cabe recalcar, que la intención es proteger y fortalecer el patrimonio gastronómico de los muisca, esto se puede lograr por medio del turismo, propiamente, el portal web La Ruta Leyenda del Dorado.

2

2. Antecedentes

En este apartado se hará referencia a aquellos esquemas e investigaciones, tomados como antecedentes teóricos y guías para el avance de la tesis actual. En ellos se buscará, de forma breve y concisa, presentar una relación con los objetivos planteados.

2.1. Antecedentes documentales o estados del arte

Para el desarrollo del presente trabajo de grado se tuvieron en cuenta 5 documentos que están asociados a la gastronomía Muisca que cuentan con información histórica ancestral a nivel local e internacional. Dichos documentos son presentados como trabajos de investigación, en cada uno de estos, se manifestó que la principal problemática es la pérdida de patrimonio gastronómico de los muisca, ya que el propósito de dichos estudios era con el fin de que estas comunidades siguieran conservando y fortaleciendo sus prácticas culinarias manteniendo así sus costumbres a través del tiempo.

En relación con la cultura Muisca se han desarrollado algunos trabajos especialmente, en el ámbito local. Con respecto, a la gastronomía Muisca, la fundación Universitaria Cafam llevó a cabo una investigación llamada Ruta Leyenda del Dorado en la cual habló sobre la Cultura y Tradiciones de los Mhuysqa, “Cuyo propósito era describir la gastronomía y las tradiciones culinarias de los Muisca en un contexto general, que permitiera entender su cultura desde los fenómenos alimenticios y sociales asociados a esta comunidad” (p. 04). En el cual, se llevó a cabo un plan de recuperación de información sobre los antecedentes investigativos en torno a la gastronomía Muisca. Este trabajo hizo aportes a la presente investigación y su relación a la cosmovisión de la comunidad, así mismo reveló

conocimientos ancestrales relacionados con las técnicas de preparación, utensilios de cocina, los ingredientes típicos de la región y los rituales alrededor de la alimentación entre otros.

Otra investigación a rescatar gracias la Universidad Nacional de Colombia (2016), llamada Recetario Muisca: Alimentando nuestra memoria, donde se recopiló la historia en un recetario coleccionable que presenta gran parte de la alimentación de la comunidad Muisca, donde estas memorias son conservadas por los cabildos de Suba y Bosa.

Por su parte, en la Fundación Universitaria Área Andina (2018) en el programa de gastronomía presentaron el libro “Cocina ancestral, la huerta de la comunidad Muisca de Suba” en la que se rescató la variedad de recetas tradicionales de la comunidad Muisca resaltando el esfuerzo y la gran variedad de recetas tradicionales que hacen de esta comunidad, con esta investigación se logra identificar algunos platos que hacen sobresalir a la región Cundiboyacense.

Teniendo en cuenta los estudios realizados por la Universidad de las Fuerzas Armadas (ESPE), “La gastronomía ancestral de la parroquia Tabacundo para el fortalecimiento de la identidad cultural y el desarrollo turístico” (2020), fue de gran importancia que realizó una investigación sobre la gastronomía ancestral y sus elementos como las técnicas, utensilios y productos que se utilizaban desde épocas ancestrales, ya que a través del tiempo la falta de difusión, enseñanza, aplicación y diversos factores de la actualidad dieron paso para que se deje de lado estos saberes ancestrales por la llegada de nuevos productos, es así, que fue necesario aplicar estrategias de recuperación y fortalecimiento de la gastronomía dentro del territorio Tabacundeño, para que no se desvalorice estas manifestaciones que forman parte del patrimonio intangible.

2.2. Bases teóricas o referentes conceptuales o marco teórico

A continuación, se desarrolló un conjunto de conceptos dirigidos a explicar los fenómenos planteados. Se tendrán en cuenta las nociones de turismo, gastronomía y patrimonio, donde cada uno posee una relación desarrollando conceptos más específicos como gastronomía ancestral y turismo gastronómico, partiendo de distintos autores y entidades que abarcan estos conceptos fundamentales en el presente trabajo.

Identidad

Se entiende por identidad, como un conjunto de valores, tradiciones, creencias, que funcionan como elementos dentro de un grupo social, generando así en los individuos que pertenecen a cierta comunidad un sentido de pertenencia.

La identidad como el conjunto de rasgos correspondientes a un grupo social que comparten elementos culturales como valores y creencias que se alimentan de influencias externas que intervienen al momento de mostrar la realidad de los pueblos o comunidades, es el resultado de distintos acuerdos y desacuerdos del auto comportamiento, relaciones interpersonales que se refieren a la percepción integral una unidad social o grupo amplio. (Montalván, 2018)

Memoria

La memoria es un concepto social que representa la preservación de la identidad dentro de una cultura, la memoria está conformada por las identidades de los pueblos, mediante, fiestas, ceremonias, ritos, interacciones sociales, entre otros, dando una representación colectiva, perdurable ante el paso de los tiempos. Finalmente, la memoria es construcción y afirmación de la identidad de modo que se refleja los procesos de asimilación y distinción de particularidades, propias a un grupo o territorio (Medina Pérez, 2012).

Turismo

El turismo es un fenómeno social, cultural y económico que supone el desplazamiento de personas a regiones o países fuera de su residencia habitual, ya sea por motivos personales, profesionales o de negocios. Estas personas se denominan “viajeros”, que pueden ser turistas o excursionistas dependiendo de la extensión de su estadía. El turismo se ocupa de abarcar estas actividades, algunas de las cuales suponen un gasto turístico (OMT, s.f.).

Es así que el turismo es un acto enriquecedor que permite conocer nuevos lugares y culturas en su tiempo de ocio. Según Flores Carrasco (2016), hoy se ha convertido en un fenómeno social que ha desplegado adelantos tecnológicos, comunicaciones e infraestructuras. “Se caracteriza cada vez más como una actividad que proporciona al viajero una oportunidad de enriquecimiento personal y cultural”.

Gastronomía

En los conceptos necesarios en la investigación se desarrolla también la gastronomía, conexas con el Turismo. No obstante, se presenta inicialmente, su concepto en general definido por la Real Academia Española (RAE, 2021), “como arte de preparar una buena

comida, afición del buen comer, conjunto de platos y usos culinarios propios de un determinado lugar” (párr. 01).

Es por eso, que la gastronomía no sólo es definida como un conjunto de alimentos, bebidas o platos típicos de una localidad, sino que abarca un concepto más amplio. Se ocupa tanto de las técnicas de cocción, datos nutricionales y ciencias alimentarias como arte de múltiples apreciaciones culturales, como la elección de ingredientes de una determinada región en particular, las tradiciones en torno a la comida o la influencia religiosa en la manera de cocinar y comer, los procesos y estilos de vida que se definen alrededor de la misma. Son, por lo tanto, un medio de comunicación y transmisión cultural, que emplea la comida como eje central. Para entender este concepto, y como menciona Covadonga (2007) es importante abordarlo como un arte, una disciplina que a su vez indaga o profundiza en las relaciones del ser humano con su modo de alimentación y el contexto cultural donde habita.

Adentrándose en el turismo, se puede entender que la gastronomía es uno de los sectores más valorados por los turistas, cuando viajan les gusta conocer la cocina local del destino, explorar sus restaurantes, saborear los productos típicos, las tradiciones y a poder ser, servir, vivir experiencias sorprendentes únicas y especiales (Organización Mundial de Turismo [OMT], s.f.). Adicionalmente, “la gastronomía posibilita, frente a otros posibles productos turísticos locales poder contar con un producto tangible, sensorial y capaz de transmitir el patrimonio cultural inmaterial escondido detrás de los hábitos de la cocina tradicional” (Claros, 2020, p. 18).

Gastronomía Ancestral

Según Angeli (2011), la comida ancestral se centra en la investigación de sus antiguos productos, recetas y preparaciones culinarias, fuente generosa de ideas, de sabores y de texturas; y naturalmente, se encuentra la forma de ponerlos al alcance de todos. Gracias al deseo de innovar y el afán de mantener vivas las tradiciones, numerosas personas han ofrecido sus aportes a la gastronomía prehispánica dando así el valor y el reconocimiento que merece, basándose en la misma para crear nuevos sabores, aromas y platillos que muestran su gran riqueza culinaria. Como fue mencionado, es importante resguardar las tradiciones, incluyendo en ellas los métodos de producción del alimento como lo es el cultivo, ya que contribuyen a valorar el trabajo campesino realizado por las familias, que es la cuna de las preparaciones tradicionales.

Igualmente, se destaca la gastronomía ancestral como concepto clave en la investigación, ya que, la gastronomía ancestral forma parte de la mayoría de las comunidades indígenas, aportando valor a los alimentos, por consiguiente, la Gastronomía Ancestral, se puede definir como la gastronomía de un pueblo o comunidad, siendo la mezcla de sabores que los identifican y ofrecen el reconocimiento de un pasado en común (Casallas y Arteaga, 2021).

En consonancia a ello, Micuy (2010), afirma que el rescate de los productos tradicionales y de conocimientos ancestrales, asociados a la culinaria nacional/regional, permite ampliar el conocimiento de los alimentos y ayuda a generar nuevos ingresos para los hogares rurales.

Turismo Gastronómico

Como asegura Millán (2010), el turismo gastronómico es un medio que permite recuperar la alimentación tradicional de cada lugar. Esta modalidad no fue solo diseñada para los chefs o grandes personajes, sino para toda persona que tenga el interés de conocer un destino a través de la comida, y que desea experimentar una nueva aventura de la mano de los alimentos, platos nacionales y típicos, hasta componentes de producción de los mismos. No solo es ir a un restaurante y degustar, es tener la experiencia de visitar los mercados, visita a casa antiguas y participar de ferias gastronómicas.

El elemento ancestral en la cultura alimentaria no sólo tiene el fin de preservar en el tiempo las tradiciones, sino que dota al sector gastronómico de una gran rentabilidad económica. En la actualidad proliferan diversos sectores que buscan reforzar un turismo cultural gastronómico como la clave para la diversificación turística nacional. Para ello, se han implantado una serie de estrategias para fortalecer sus productos y servicios, estimulando las actividades tendientes a la divulgación de referencias y conocimientos de las cocinas tradicionales (Hernández Mogollón, et al., 2015).

Patrimonio

En primer lugar, para aproximarse a una definición de Patrimonio, este concepto se refiere a aquellos bienes culturales emblemáticos que fortalecen identidades comunitarias. En su más amplio sentido, los bienes patrimoniales son un proceso y un producto a la vez, que suministra a las sociedades un caudal de recursos que heredan del pasado. Estos conforman una parte vital en la comunicación y la perpetuidad de una cultura, estableciendo

un fuerte lazo con la cotidianidad de las personas y los sectores productivos (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], s.f.).

Es importante reconocer que abarca no sólo el patrimonio material, sino también los recursos naturales e inmateriales. Estos componen una “riqueza frágil”, que requieren políticas y modelos de desarrollo que preserven y respeten su diversidad y su singularidad, ya que una vez perdidos no son recuperables. Como tal, estos bienes comprenden expresiones vivas heredadas de los antepasados, como las tradiciones orales, (...) saberes y técnicas tradicionales (UNESCO, s.f.). La gastronomía es un medio de comunicación y transmisión cultural; en consecuencia, se la entiende como el conjunto de componentes que conforman la identidad de una comunidad y que incluyen aspectos tan diversos como la historia, la semiótica, el territorio, el sentimiento de nacionalidad, valores y formas, arte, lengua, clima, entre muchos otros (Francesc Fusté-Forné, 2016).

3

3. Metodología Aplicada

En esta sección se explica el marco metodológico empleado, basado en la investigación documental, detallando qué tipo de investigación se tuvo en cuenta para su desarrollo, así como su enfoque, las técnicas y los instrumentos para la recolección de datos.

3.1. Tipo de investigación

En cuanto a la naturaleza de los objetivos y al nivel de conocimiento que se pretende alcanzar en la presente investigación, se realizó un abordaje desde el enfoque cualitativo. En este sentido, es preciso, para el objetivo central del trabajo, realizar una investigación documental de la gastronomía de la comunidad Muisca. Del mismo modo, se buscó realizar un análisis descriptivo y explicativo de las diferentes categorías de análisis, debido a que este trabajo expuso la evolución de un tema de forma detallada, en este caso, la gastronomía Muisca (Hernández Sampieri et al., 2010). En donde, se elaboró una investigación documental, continuando con lo que afirma Alfonso (1995, citado en Morales, 2003) y presentado en la justificación:

La investigación documental no es un culto al plagio, por el contrario, requiere un gran nivel de creatividad y originalidad, además de una gran capacidad de análisis, síntesis y reflexión, el investigador documental vive una experiencia de investigación

similar a las que vivieron los otros: busca información, descubre la naturaleza del problema, establece conexiones, analiza, sintetiza e interpreta, para apropiarse de la información y convertirla en conocimiento. (p. 4)

De esta manera, lo que se quiso lograr es la comprensión del enfoque de esta investigación, resaltando el hecho de la necesidad de recolectar y analizar textos que aportan distintas perspectivas, a su vez clarificando las ideas sobre lo que se indagó en relación a rescatar el valor cultural de la gastronomía Muisca.

Adicionalmente, los objetivos y resultados que se obtuvieron, determinan un carácter o una línea investigativa, documental, que precisa de una estructura diferente y flexible. Tal como lo mencionan los autores, “para desarrollar la investigación documental y hacer de ésta un proceso más eficiente, conducente a resultados exitosos. Debe considerarse, sin embargo, que dicho procedimiento no implica la prescripción de pasos Alfonso (1995), la UNA (1985) y Vásquez (1994). Rígidos”

Es así, y dicho lo anterior se asimilaron los siguientes pasos que se van a mencionar con la etapa o procedimiento investigativo del presente trabajo. Hecha esta aclaración, el autor expone los siguientes pasos:

- 1) Selección y delimitación del tema.
- 2) Acopio de información o de fuentes de información.
- 3) Organización de los datos y elaboración de un esquema conceptual del tema
- 4) Análisis de los datos y organización de la monografía.
- 5) Redacción de la monografía o informe de la investigación y presentación final (oral y escrita).

3.2. Diseño de la Investigación

Selección y delimitación del tema

Dentro de esta primera fase, se llevó a cabo la Selección y delimitación del tema, donde, se comenzó a mostrar una motivación por un enfoque cultural y patrimonial por parte de las investigadoras, donde más adelante surgió y se aterrizó la idea de la gastronomía Muisca. Aprovechando la necesidad o requerimiento de una aproximación de información sobre la gastronomía Muisca en el portal web de La Ruta Leyenda del Dorado y teniendo un encuentro con el IDT para fortalecer a nivel investigativo el portal y su rama gastronómica.

Durante el proceso de investigación se dio paso a proponer objetivos que estuvieran conectados con la necesidad del portal web y el aporte que podían realizar las investigadoras desde su trabajo de grado, teniendo en cuenta distintos factores, como tiempo, documentación y demás, que eran necesarios para darle cumplimiento a los objetivos. Al igual, que se realizó un seguimiento y se ajustaron correcciones en el presente trabajo de grado, que fueron aprobados por el IDT, ya que, eran acordes al producto turístico que ellos están elaborando. Como evidencia a lo anterior, del seguimiento y retroalimentación con el IDT se realizaron unas reuniones dejando unas actas que comprueban el encuentro y que se comentó, (ver el anexo B y C).

Levantamiento de Información

Dada la situación de pandemia, se inició con la búsqueda de información o de fuentes de información primarias, mediante la revisión documental histórica visitando diferentes lugares como: Archivo General de la Nación, Archivo de Bogotá, Instituto Distrital de Patrimonio Cultural (IDPC), Instituto Colombiano de Antropología e Historia (ICANH), la Biblioteca Luis Ángel Arango, y la búsqueda de archivos en bibliotecas digitales de diferentes universidades, esto para consultar varios documentos, textos, revistas académicas, literatura histórica y conferencias. Además, cabe resaltar que mientras se hacían estas indagaciones, se realizaba simultáneamente la construcción del marco teórico.

Otro paso relevante que se desarrolló fueron las entrevistas semiestructuradas, donde se acudió a personas autodenominadas muisca de diferentes municipios de Cundinamarca que fueron el soporte de la información obtenida a través de la revisión documental, esto a partir de sus conocimientos y saberes. Igualmente, se destacan algunos platos de la gastronomía muisca de esta comunidad, por ejemplo, el Ajiaco, los Jutes, Mazamorra Dulce, la Chicha, etc., para conocer sus percepciones y tradiciones culinarias que han tenido a través de la historia hasta la actualidad.

Análisis y organización de datos

Se analizó la información recolectada por medio de las entrevistas semiestructuradas rescatando su historia y origen de cada plato desde época precolombina y contemporánea, otorgando un orden y clasificación a los platos como también alimentos, que se presentan por medio de unas fichas con información y acompañadas de una imagen, igualmente, se dieron a conocer los elementos fundamentales y valor patrimonial de la gastronomía muisca

como son Memoria, Historia e Identidad, recolectados a partir de los entrevistados, de este modo, cada uno de estos aspectos se finalizó con un análisis.

Dando paso al cumplimiento de los objetivos, por último, se elaboró una comparación a modo de infografía, en donde, se mostró la evolución de la gastronomía Muisca hasta hoy en día, con los platos más significativos para esta cultura.

Redacción del documento final

Para finalizar, esta etapa de redacción del documento final se dio paso a organizar la estructura final del presente documento, además de darle cumplimiento a los objetivos a lo largo de la investigación.

3.3. Definición categorías de análisis

En cuanto a las categorías de análisis que se trabajaron en esta investigación fueron:

Concepciones y percepciones del patrimonio gastronómico Muisca

En esta categoría se determinaron los referentes conceptuales del patrimonio gastronómico Muisca por medio de revisión documental y entrevistas semiestructuradas que proporcionaron información relevante sobre los distintos alimentos y conceptos que definen a la comunidad Muisca como patrimonio desde las categorías que se relacionan en la tabla 1.

A la hora de viajar se presenta como una motivación por conocer y disfrutar el conjunto de rasgos y elementos distintivos, espirituales, materiales e intelectuales que caracterizan a una comunidad de un destino específico con la intención de recoger experiencias nuevas que satisfacen necesidades a través del turismo, que fortalecen la importancia de las tradiciones gastronómicas, además, que otorgan más visibilidad, el turismo contribuye a la valorización de la gastronomía como forma de oferta de la diferencia y de la autenticidad.

Tabla 1

Categorías de análisis

CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS
Motivación	Experiencia turística
Características o elementos diferenciadores	Memoria histórica
Comunidad	Rasgos distintivos

El turismo fortalece la importancia de las tradiciones culinarias y lleva a la valorización de la gastronomía.

Turismo gastronómico
 Importancia de los alimentos
 Riqueza culinaria

Nota. Elaboración Propia.

En esta categoría se evidenció el valor cultural de esta comunidad, donde, se conocen las diferentes percepciones que tuvieron acerca de su gastronomía y saberes entorno a ella, con el propósito de preservarla por medio de su tradición oral transmitida a las demás generaciones, ya que ellos construyen su memoria a través de sus prácticas culinarias o ancestrales, y mantener así su historia a pesar del tiempo.

Evolución de la gastronomía Muisca a través de la historia

En esta categoría se determinó la evolución de la gastronomía Muisca a través de análisis documental y entrevistas semiestructuradas, donde se pudieron identificar los platos preparados por ellos, al no dar paso para olvidar sus costumbres y asimismo salvaguardar su patrimonio.

De esta manera, se mostró un conjunto de creencias, conocimientos y prácticas heredadas y/o aprendidas que están conectadas a la alimentación que se comparten entre los individuos de una cultura, formando parte de la memoria colectiva e identidad y constituyen el patrimonio alimentario heredado por los muisca, las categorías de conceptualización pueden evidenciarse en la tabla 2.

Tabla 2

Categorías de conceptualización

CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS
Historia de la gastronomía ancestral	Alimentos, platos y origen
Prácticas heredadas	Saberes ancestrales
Legado patrimonial	Comidas representativas y simbólicas

Nota. Elaboración Propia.

3.4. Técnicas de investigación

Para examinar la oferta gastronómica ancestral Muisca el enfoque recurre al uso de las siguientes técnicas: el levantamiento y análisis documental, como también, la aplicación de cinco entrevistas semiestructuradas a personas autodenominadas muisca que forman parte de esta comunidad, para acudir a sus conocimientos, saberes y tradición oral, ya que esto brindó un soporte para complementar la información que se ofrece en la tradición escrita. Adicionalmente, permitió consolidar la información relacionada con los temas de investigación planteados, además del aporte al portal web oficial de la Ruta Leyenda del Dorado, a fin de complementar la propuesta temática, ya que este es el producto simbólico que se transmite a los turistas que lo visitan. Por tal motivo y para el desarrollo de las entrevistas semiestructuradas se elaboraron unas preguntas base o guía, planteadas para obtener la información necesaria, (ver anexo A).

Se ha considerado que poner de manifiesto el patrimonio recóndito de la cultura Muisca en un trabajo explicativo contribuiría a que los lectores puedan reconocer y valorar su oferta gastronómica, con relación no sólo a sus ingredientes sino a su cultura, hábitos alimenticios y técnicas culinarias. Por ende, se evidenció la evolución de la comida Muisca desde la época precolombina y la época contemporánea con base a la información que proveen las fuentes oficiales y no oficiales.

3.5. Limitaciones

Las limitaciones al momento de realizar esta investigación radicaron, en su mayoría, en los aspectos relacionados con la pandemia para recolectar información, aunque, se desarrolló como alternativa realizar varias consultas a fuentes escritas que hablaran sobre la cultura muisca. Información complementada en forma presencial una vez terminado el periodo de confinamiento.

Continuando con este tema y haciendo referencia a los métodos usados, en la Entrevista Semiestructurada y su aplicación fue un gran inconveniente el desarrollo de las preguntas y los datos necesarios, ya que, cada individuo seleccionado pertenecía a un oficio distinto, lo cual, en parte, obligó a modificar las preguntas. Igualmente, en el proceso de obtención de contactos para entrevistas, fue difícil entablar una relación con los Cabildos de Comunidades Indígenas Muisca, debido a los protocolos de seguridad, pero también a la

organización interna que ellos dirigen y manejan, porque son muy reservados a visitantes y cuidar de su comunidad.

Por esta misma razón, se habían contemplado otro tipo de técnicas, como historias de vida y grupos focales que no se pudieron desarrollar, debido a la falta de accesibilidad a estos entornos indígenas siendo la mayor fuente de información y de conocimientos sobre la gastronomía Muisca.

Es por esto, que, en la presente investigación, aunque no fue posible desarrollar otras técnicas mencionadas anteriormente, se consideró que dentro de esta primera fase era relevante aplicar técnicas como revisión documental y entrevistas semiestructuradas que proporcionaron la información para el avance de la investigación y de acuerdo a las necesidades por parte del Instituto Distrital de Turismo (IDT), además de los elementos requeridos para el cumplimiento de los objetivos planteados.

La revisión documental y los referentes bibliográficos al inicio de la investigación se vieron afectados en cuestión de su búsqueda, ya que, las fuentes que se requerían no alcanzaban las expectativas de lo que se pretendía encontrar, debido a que brindaban información de la cultura muisca, pero no específicamente de la gastronomía de la comunidad, sin embargo, se adquirieron los necesarios que aportaron en el trabajo, evidenciando autores relevantes y estudios, tales como: Universidad Nacional, ‘Recetario Muisca Alimentando nuestra Memoria’, Área Andina, ‘‘Cocina Ancestral, la huerta de la comunidad Muisca de Suba’’, y el trabajo de la Universidad de las Fuerzas Armadas (ESPE), ‘‘La gastronomía ancestral de la parroquia Tabacundo para el fortalecimiento de la identidad cultural y el desarrollo turístico’’, también se presenta la investigación denominada ‘‘Ruta Leyenda del Dorado, Cultura y Tradiciones de los Mhuysqá’’.

Un determinante de gran relevancia y que afligió a la investigación fue poder establecer las épocas a indagar, ya que, varias fuentes mencionan distintos períodos de la comunidad Muisca, donde cada uno no estaba acorde con la otra, no obstante, fue posible establecer las épocas exactas que pudieran estudiarse acorde a la alimentación Muisca, esto gracias a las sugerencias de uno de los entrevistados sobre las etapas pertinentes que brindaran la posibilidad de investigarlas, además de las diferentes consultas realizadas que dieron paso a una coherencia en el tiempo. En conclusión, los impedimentos notables, pero que lograron superarse, fue el desarrollo de un esquema o una cronología creativa que dé a

conocer a los usuarios los alimentos, platos y preparaciones de la comunidad Muisca en las distintas épocas seleccionadas.

4

4. Resultados

Esta investigación se realizó teniendo en cuenta la intención de rescatar y revalorizar la gastronomía ancestral para aprovechar el potencial del recurso culinario que desde hace muchos años se ha elaborado con técnicas ancestrales y que en la actualidad son propensas a desaparecer, pero que algunas pueden estar persistiendo hoy en día, es por ello que es importante la implementación de la gastronomía ancestral en el producto turístico del portal web la Ruta Leyenda del Dorado, es así que a través de la recolección de información para determinar la importancia de la gastronomía ancestral y la identificación de poder rescatar algunos platos que se daban en aquella época precolombina y determinar cuáles han persistido y se han conservado hasta nuestros días, al igual poder identificar los elementos conceptuales del patrimonio gastronómico que los representa como comunidad.

De acuerdo con esto, se ejecutó una revisión documental con el apoyo de estudios de otras universidades, se consultaron libros que hablaran sobre alimentación precolombina, se estableció un modelo de entrevista semiestructurada la cual fue dirigida a personas autodenominadas muisca, donde, la aplicación de las entrevistas semiestructuradas permitió recolectar información relevante de cada uno de los platos típicos y alimentos que consumían en aquella época, por el contrario y como dificultad que se presentó en los resultados de las entrevistas fue el hecho de que los entrevistados proporcionaron la información pero se desviaban un poco hacia un contexto general de la cultura muisca, es por eso que se recurre a la revisión documental para complementar, sustentar y relacionar ambos tipos de información (revisión documental y entrevistas). Así mismo, se encontraron unos conceptos esenciales que están enlazados con el patrimonio y cultura Muisca, los cuales son: Historia, Memoria e Identidad, donde por parte de los entrevistados se pudo evidenciar que los conceptos están vinculados con la gastronomía de esta comunidad y caracterizando la idiosincrasia de la misma.

Continuando, los resultados de la comparación entre las épocas seleccionadas y conectado a lo anterior, se diseñó una infografía que expone la transformación de la

gastronomía Muisca y los aspectos principales de la misma, donde la falencia en este caso fue en cómo se iba a presentar la información de la manera más completa en el diseño.

4.1. Información histórica concepciones y percepciones del patrimonio gastronómico Muisca

La cultura alimentaria debe entenderse como los usos, tradiciones, costumbres y elaboraciones simbólicas de los alimentos, que tienen relación directa con la consecución, transformación, consumo, manejo y distribución de estos, en un contexto particular (Marín, et al., 2004). En este sentido, la alimentación constituye la base fundamental de una sociedad, su estudio permite comprender la salud e historia de una población, por medio del conocimiento de su tecnología agrícola o pastoril, es decir, las formas de extraer los recursos, la organización social para hacerlo y la cultura relacionada con la comida (Vilá, 2005).

A continuación, se presentan los resultados obtenidos del primer objetivo específico donde se logró encontrar e identificar algunos alimentos que conservaban y consumían la comunidad Muisca.

Es importante realizar una investigación sobre la gastronomía ancestral que incluya alimentos, platos, bebidas y productos que utilizaban desde épocas ancestrales, ya que a través del tiempo la falta de difusión, enseñanza y aplicación y diversos factores de la actualidad han dado paso para que dejen de lado estos sabores y saberes ancestrales y se reemplazan por unos más actuales, además es necesario recuperar y fortalecer la gastronomía de un territorio como el Muisca para que no se desvalorice estas manifestaciones que forman parte del patrimonio.

Gastronomía Ancestral: Época Precolombina

Para sustentar esta posición se procedió a exponer los datos sobre los diferentes productos que cultivaban los Muiscas desde la época precolombina y se evidenció que su alimentación era más variada y aún más en el área de los vegetales, además de la carne, resaltando los curíes, venados y pescados, cabe destacar que el hombre muisca tenía una preferencia por las carnes mencionadas anteriormente, pero sobre todo venados y curíes, ya que veían a estos herbívoros como una carne de agradable sabor. Esta gran diversidad hace pensar en una dieta abundante, sana y nutritiva.

De esta manera, se ha decidido mostrar algunos alimentos principales, debido a que, en primer lugar, la información encontrada se enfoca en los alimentos que son mencionados

por algunos cronistas como Gonzalo Fernández de Oviedo, Gonzalo Jiménez de Quesada, Fray Pedro Simón, Juan de Castellanos, entre otros, no obstante, y en segundo lugar es necesario dar a entender que estos cronistas relataban o narraban sus percepciones del contexto, concentrándose en otros aspectos de la cultura muisca y no propiamente de las costumbres alimenticias a profundidad, es decir, presentan unas limitaciones o sesgos. También, es importante mencionar que muchos aspectos dentro de la dimensión social de la alimentación prehispánica no son visibles arqueológicamente, como los olores, conversaciones tanto individuales y sociales que ocurren alrededor de sus fogones o espacios cotidianos. Por ende, esta investigación compila referencias significativas de la gastronomía prehispánica.

A continuación, se presentan las fichas acerca de los alimentos.

Cereales y Pseudocereales (Maíz y Quinoa). Dentro de esta clasificación se encuentran dos alimentos principales para la dieta Muisca que eran consumidos de diferentes maneras en aquella época, además, sus usos culinarios y propiedades nutricionales son similares. Otro aspecto a tener en cuenta, es que jugaban un rol importante desarrollando una conexión con la medicina ancestral.

ÉPOCA PRECOLOMBINA - ALIMENTOS
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
1. Generalidades
1.1. Categoría: Cereales y Pseudocereal
1.2. Departamento: Cundinamarca
2. Historia - Origen



Foto de Maíz. Plaza Capital (2018)

2.1. Nombre: Maíz

El maíz es un cereal muy abundante y consumido a nivel mundial, en épocas prehispánicas era denominado como “El regalo de los Dioses”, “El Pan de las Américas” o “Maíz Blanco Gigante”.

2.2. Contexto sociocultural:

Representaba un símbolo central o como elemento distintivo en eventos sociales y religiosos; a su vez también hacía parte de la vida cotidiana, pues era el principal alimento que daba sostén a la comunidad. El maíz según las crónicas de Simón, lo siguen destacando como un elemento básico en los rituales, celebraciones, premios que daban los caciques, es decir, jefes de la tribu, asimismo, estos premios se conocen como tributos, y el maíz también se ofrecía en regalos y formas de intercambio. Dentro de la organización social de la comunidad, los altos puestos recibían mantas y maíz como obsequios por su coronación (en el caso del cacique) y la consagración (en caso de los sacerdotes).

De manera ilustrativa, acerca de la importancia del maíz y su asociación con la muerte, se menciona al Zipa y a los caciques, quienes los embalsamaban en mantas finas, adornaban la cara y colocaban esmeraldas y oro, además los amarraban y enterraban en huecos cilíndricos en posición fetal, asimismo, les colocaban múcuras con chicha, envueltos de maíz y otras meriendas.

Otro ritual a destacar y donde el maíz juega un rol importante es en el matrimonio, donde antes

para poder la mujer casarse y el hombre despojarla, debe ofrecer a los padres “roza o labranza de maíz, porque se la den por mujer” (Pérez de Barradas, 1950, pág. 161), ósea, este uno de los requisitos para su matrimonio, no obstante, no significa que puedan concretar el acto matrimonial, ya que, antes debe el hombre dejar embarazada a la mujer.

2.3. Ingredientes y preparaciones:

Se consumía de diversas y varias maneras en forma de Mazorca, Coladas, Mote, que es una variedad de Maíz, en el cual el Maíz podía extraer la harina para hacer arepas, tortillas o se preparaba tostado o molido. También existen otras utilidades de este alimento en diversos platos como en forma de mazamorra, bollos envueltos en su propia hoja y de masa para tamales; y en bebidas como es la chicha.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA PRECOLOMBINA - ALIMENTOS

PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA

3. Generalidades

3.1. Categoría: Cereales y Pseudocereal

3.2. Departamento: Cundinamarca

4. Historia - Origen



Foto de Quinua. Universidad Nacional Agraria La Molina (2016)

4.1. Nombre: Quinoa
En la llegada de los españoles lo denominaron, por su similitud con el arroz “Arrocillo Americano” o “Trigo de Indias”.
4.2. Contexto sociocultural:
Dentro de los orígenes de siembra de la comunidad Cundiboyacense los indígenas de la región la denominaban “Pasca” que significaba la “comida u olla del padre” con el fin para hacer referencia al grano o semilla, que por ello algunos nombres de algunos municipios como Suba, Ubaté entre otros significaban que allí cultivan este alimento. La quinua desde su origen es un cereal considerado como planta nativa de la región Andina, y un símbolo importante dentro de las creencias y costumbres ancestrales. Al igual, no solo apporto al valor nutricional de la comunidad, sino que también, presentaba otros usos, tal es el caso, en la medicina en donde la quinua representa unas propiedades curativas, como, por ejemplo, la capacidad de desinflamar, aliviar el dolor de muelas y evitar infecciones urinarias, también la aplican como repelente de insectos, en la higiene del cuerpo y lavar su ropa.
4.3. Ingredientes y preparaciones:
La quinua la consumían los muicas, cocida como arroz y molida en poleadas, es decir, harina cocida con agua y sal; también hacen de su harina pan como las arepas de maíz; y cuando está tierna antes de espigar, se come guisada como acelgas y espinacas.
Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Leguminosas (Frijoles). Dentro de esta clasificación, el alimento a destacar son los frijoles, debido a que, fueron los primeros cultivos domesticables de América.

ÉPOCA PRECOLOMBINA - ALIMENTOS
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
5. Generalidades

5.1. Categoría: Leguminosas

5.2. Departamento: Cundinamarca

6. Historia - Origen



Foto de Frijoles. Goya España (s.f.)

6.1. Nombre: Frijoles

El frijól es un grano de alto valor nutritivo, por tal razón, era conocido como “la carne de los pobres”. Al igual, Colón lo denominaba Faxones o Favas por el parecido que tenía con los frijoles y habas del viejo mundo.

6.2. Contexto sociocultural:

Citado por el cronista Fernández de Oviedo, al lado del maíz y de la agricultura de tubérculos como uno de los principales alimentos de los aborígenes.

Además, se usaba como beneficio medicinal y para reestablecerse de la menstruación. Lucas Fernández (1973, citado por Rojas de Perdomo, 2012), mencionaba que la cantidad de frijoles y maíz, era de gran abundancia, al igual que el oro, por tal motivo, eran indispensables para la guerra como guardiciones y escasez de alimentos.

6.3. Ingredientes y preparaciones:

Grano tierno: Los aborígenes lo consumían, a manera de hortaliza y grano en estado tierno era combinado con maíz en sopas y mazamorras.

Grano maduro: el grano maduro se secaba y se comía después de un adecuado remojo y cocción.

Adicionalmente, se preparaban bollos con la masa de los frijoles.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Tubérculos (Papas, Cubios, Yuca, Arracacha y Chuguas). Los cultivos ancestrales tuvieron una gran aceptación en las épocas precolombinas, debido a su adaptación a condiciones ambientales desfavorables. Esta condición permitió una amplia distribución de estos cultivos a través de la historia muisca, con los que adquirieron muchos nombres nativos que de manera paulatina tomaron gran relevancia en la alimentación, es así, que los tubérculos presentan un valor económico y nutricional para poder subsistir, tomando en cuenta, que algunos crecen a gran altura bajo condiciones extremadamente difíciles, sin embargo, forman parte de la alimentación.

ÉPOCA PRECOLOMBINA - ALIMENTOS
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
7. Generalidades
7.1. Categoría: Tubérculos
7.2. Departamento: Cundinamarca
8. Historia - Origen



Foto de Papas. Restaurante Palo de Agua (2020)

8.1. Nombre: Papa

La papa es el tubérculo más consumido en el mundo, alimento que se denominaba durante la época de la colonia “Comida de Indios”, también, cuando los conquistadores españoles descubrieron la cantidad de cultivos de papa, que se sembraban dentro del Altiplano Cundiboyacense, designaron a este tubérculo como “hervir la tierra de Indios”.

Algunos autores apoyan la idea de que fue en las tierras altas de los Andes Centrales donde la papa empezó a ser manipulada por el hombre.

8.2. Contexto sociocultural:

En cuanto a las practicas sociales, como no habia una preparación exclusivamente, para las papas, si no que era un complemento para las demas comidas, no representaba un contexto relevante, si no de uso cotidiano.

8.3. Ingredientes y preparaciones:

Los muicas, tambien elaboraban bollos de masa en general con fríjoles y papas, que conocian por *Bun*. Adicionalmente, preparaban bollos con solamente, puré de papas.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA PRECOLOMBINA - ALIMENTOS	
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA	
9. Generalidades	
9.1. Categoría: Tubérculos	
9.2. Departamento: Cundinamarca	
10. Historia - Origen	
	
<p><i>Foto de Cubios. Restaurante Palo de Agua (2020)</i></p>	
10.1. Nombre: Cubios	
<p>Como nos comenta (Gómez, 2008-2021), es un alimento originado en Colombia, es entendido como uno de los cultivos de pancoger en las huertas del Altiplano Boyacá, considerándolo como comida de Indios y es de uso habitual en los campesinos pobres, el Cubio es un tubérculo que tiene su aparición y protagonismo como alimento de los Muisca también llamada Cubio o Cubias.</p>	
10.2. Contexto sociocultural:	

Este alimento, aunque se usaba en varias preparaciones como las descritas en el siguiente cuadro, no demuestra una relevancia respecto a contextos o practicas entorno al mismo, salvo que su uso esta enfocado hacia un beneficio medicinal e ingrediente para otros platos.

10.3. Ingredientes y preparaciones:

Este alimento se podía preparar cocinado o acompañado el tradicional Cocido Boyacense, entre otras preparaciones en sopa, chicha e incluso en dulce o panela.

Este alimento tiene un consumo de manera cocida, sola (sin ningún otro acompañamiento) o forma parte de las mazamoras.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA PRECOLOMBINA - ALIMENTOS

PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA

11. Generalidades

11.1. Categoría: Tubérculos

11.2. Departamento: Cundinamarca

12. Historia - Origen



Foto de Yuca. W Radio (s.f.)

12.1. Nombre: Yuca
Fue una de las primeras comidas de los españoles, que conocieron de los indígenas.
12.2. Contexto sociocultural:
De acuerdo con los datos de Zamora (1945, citado por Rojas de Perdomo, 2012) y de Basilio de Oviedo (1930, citados por Rojas de Perdomo, 2012), mencionaban que los indígenas de los Llanos y es probable que también los del altiplano, la obtenían ya procesada, por intercambio comercial, para que así no realizaran la difícil tarea de procesarla y retirar el tóxico de la yuca brava.
12.3. Ingredientes y preparaciones:
La yuca contaba con dos variedades importantes, la yuca brava y la yuca dulce. La yuca dulce se utilizaba preferiblemente asada, mientras que la amarga se rayaba, se remojaba y se exprimía el ácido que contenía el alimento, puesto que, era tóxico y finalmente se producía el casabe que se asaba en láminas de barro.
Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Condimentos: (Ají). Existe una gran cantidad y variedad de hortalizas y verduras que eran consumidas por nuestras raíces ancestrales que contribuyen a la importancia para producir ingredientes que son utilizados en la elaboración de condimentos que forman parte de la cocina ancestral y a la cual contribuye a la riqueza biológica y cultural, que es utilizada y conservada por nuestros campesinos y pueblos indígenas.

ÉPOCA PRECOLOMBINA - ALIMENTOS
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
13. Generalidades
13.1. Categoría: Condimentos

13.2. Departamento: Cundinamarca

14. Historia - Origen



Foto de Ají. El colombiano (2021)

14.1. Nombre: Ají

Se trata de una especie de un producto de tierra cálida y templada usado como condimento por los indígenas del Nuevo Reino de Granada.

14.2. Contexto sociocultural:

En cuanto a otras prácticas de este condimento, se pueden nombrar las siguientes:

- Los muiscas hacían uso del ají para descubrir a las mujeres adúlteras, haciéndoles comer gran cantidad para que confesaran su delito. (Rodríguez Cuenca, 1998).
- Tal como lo Simón (1981, citado por Rojas de Perdomo, 2012) se aplicaba en los ojos, como castigo para las mujeres infieles y los muchachos desobedientes.
- También dentro del altiplano los ayunos rigurosos de los jeques y del pueblo consistían en privarse de comerlos por unos días por considerarlo como máximo sacrificio (Rojas de Perdomo, 2012).
- Medicinalmente, se utilizaba su polvo para el dolor de oído y de muela, también en el tratamiento de mordeduras de serpiente y en el mal de ojo.

14.3. Ingredientes y preparaciones:

Lo usaban frecuentemente en su alimentación como especia, ensaladas y salsa. Según el cronista Fernández de Oviedo (1935, citado por Rodríguez Cuenca, 1998) lo describía de la siguiente manera: es una planta muy conocida y usada en todas partes de Indias, islas y Tierra Firme, este alimento era provechoso, ya que daba un buen gusto y apetito con otros manjares, como lo es el pescado y la carne.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Análisis de los alimentos ancestrales

Se analizó la gran variedad de alimentos ancestrales, se percibió que forman parte de la historia de la alimentación Muisca y se definen a partir de la cultura de los antepasados, en el cual se pueden conocer los orígenes alimentarios que llevó a reflexionar acerca de la producción, cocción, consumo y preservación de los alimentos. Los alimentos ancestrales son la base de la creación de un nuevo plan alimentario que posee altos nutrientes y propiedades medicinales que también llevan una importante carga histórica y ancestral. Por un lado, se puede resaltar que, en cuanto a la gran variedad de alimentos, cada uno o la mayoría tenían determinadas funciones, que ayudan a los muisca en sus actividades, pero sobre todo la posibilidad de crear un vínculo con los alimentos y el contexto o espacios que brinda dichos alimentos.

Construcciones sociales entorno a la alimentación

Cabe mencionar, que las siguientes prácticas sociales fueron importantes y destacables, que exponen otros alimentos y utilidades que se le pueden dar, pero, no obstante, no cuentan con una preparación más a fondo que permita realizar una ficha descriptiva como las anteriores, mas no significa que su información deba ser descartada. Por ende, la información adicional relacionada al contexto sociocultural, se puede destacar: la cantidad de carne que consumían los muisca giraba en torno a los curíes, pescados, conejos y sobre todo venados, donde, este último era tan consumido que sus huesos eran útiles y adornos para realizar collares, agujas y punzones, aunque, el consumo de estos animales era para la élite dominante, como zipas, caciques, sacerdotes y guerreros, quienes eran los únicos que podían otorgar o autorizar a otros para que las comieran.

Incluso en las guerras la alimentación era fundamental, debido a que, menciona Roza Gauta, (1993), que durante las campañas militares aparte de almacenar flechas, lanzas, arcos y demás herramientas de guerra en varias casas y paralelamente, guardaban y conservaban los alimentos como el maíz, turmas, frijoles, cecinas de venado y de otros animales, en otras casas.

Como otro dato, en relación a las guerras se halló información, acerca del consumo de carne humana, quien según Pérez de Barradas (1950), “no comen carne de sus compañeros, sino de indios de otros pueblos habidos en la guerra, y esta no la comen todos, sino los más valientes” (p.165).

La comunidad muisca, no solo utilizaba su alimentación únicamente, para los rituales o ellos no giraban en torno a esta, como es en la construcción de viviendas, en la cual realizaban cacería de venados y cuyes, donde después de haber sido cazados, sacaban su corazón, ofreciendo como sacrificio para proteger su hogar, es así, que la sangre mezclada con harina de maíz y coca la untaban en las paredes para fortalecer esta protección.

Para finalizar, y como explicación del desarrollo de las prácticas o costumbres mencionadas anteriormente, comprender la cocina como una práctica social, implica retroceder en la historia de la humanidad, donde las necesidades de alimentación y resguardo fueron determinando una correlación con el medio natural como proveedor de los recursos necesarios para la supervivencia, es así, como se fue explorando el entorno y se fueron consolidado actividades como la recolección de vegetales y la caza de animales, que fueron usados como precedentemente, se mencionan, es decir, tienen una valoración histórica, que a su vez genera beneficios a la comunidad. Como añadidura, se puede reflejar la labor que realizaron algunos cronistas, como Fernández de Oviedo, Simón, Gonzalo Jiménez de Quesada, etc. Fueron portadores de historias, en donde, a través de estas se pudo conocer la mayoría de las tradiciones, comportamientos, cotidianidad de la cultura muisca.

Platos de la época precolombina

De esta manera, la categoría de los platos se desenvuelve por las características de cada uno, teniendo en cuenta los insumos de su preparación, es decir, los alimentos, como los usan y consumen. Entonces, es así, que al involucrar todos estos alimentos se pueden destacar varios platos que consumían los muisca, tales como, la mazamorra, cuchuco, jutes,

sopa podrida y pan, donde, los platos tenían una importancia y conexión con aquellos que lo prepararon ligando sus tradiciones al mismo plato.

A continuación, se presentan las fichas por categorías de tipos de platos precolombinos, la división de los platos es la siguiente:

Sopas (Mazamorra, Cuchuco, Sopa Podrida, Los Jutes y Sopa de Indios). Desde tiempos precolombinos hay mucho por descubrir y contar sobre los orígenes de las sopas, cabe destacar la importancia de los utensilios por su aporte al sabor original y valor como arte ancestral. Dando a conocer algunos de nuestros platos ancestrales.

ÉPOCA PRECOLOMBINA	
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA	
15. Generalidades	
15.1. Categoría: Sopas	
15.2. Departamento: Cundinamarca	
16. Historia - Origen	
	
<p><i>Foto de Mazamorra. Sweet y Salado (s.f.)</i></p>	

16.1. Nombre: Mazamorra

16.2. Contexto sociocultural:

La mazamorra a base de maíz, de origen prehispánico, fue denominada como el manjar de los dioses tiene productos derivados del maíz, es símbolo de los pueblos indoamericanos, pues gracias a la mazamorra se ha nutrido a su gente a través de siglos y se ha convertido en parte de quienes tienen raíces indígenas quechuas, aymaras, incas, chibchas y aztecas. Para celebrar algunas fiestas preparaban comidas especiales que solo consumían en esos días señalados; por ejemplo, elaboraban una especie de mazamorra de maíz, mal molido, que llamaban zanco, pero cierta cantidad de la preparación la destinaban para derramar en la tierra como acto cosmo-simpático, para obtener la concesión o perdón de sus súplicas.

Este plato, consumido por indígenas y españoles, formaba parte de la dieta de los indios acompañada con otros productos, aunque, el principal insumo y consideraban más relevante, era el alimento del maíz. Los indios consumían mazamorra sola, con chicha, con panes de maíz o maíz tostado, con carne, pescado, tubérculos como papas, cubios, ibias, entre otros. Además, la mazamorra servía tanto de sustento como de bebida, a pesar de su importancia, esta preparación estaba más vinculada a los núcleos familiares y a la comensalidad de individuos sin parentesco. Asimismo, las comunidades mantenían ciclos de ayunos y excesos según las fases de la luna, estos ayunos estaban dirigidos en consumir únicamente, mazamoras antes de ir a cortar los balsos que usaban para tocar sus trompetas, en caso de romper el ayuno, estos instrumentos no producirían el sonido deseado. Dentro de los rituales agrícolas, de acuerdo al cronista Fernández de Oviedo, antes de comenzar estas actividades los encargados debían hacer un ayuno de varios días; no debían comer ni beber nada, salvo un poco de mazamorra para llegar purificados al ritual.

Después de la llegada de los españoles, y más de Gonzalo Jiménez de Quesada, comenzaron a avergonzarse a los indígenas por su forma de vestir, educación, y hasta sus alimentos, hasta llegar a insultarlos como animales y brutos por comer mazamorra, por tal razón, ellos comenzaron a ingerir todos sus alimentos a escondidas, para que los conquistadores no se dieran cuenta.

16.3. Ingredientes y preparaciones:

En cuanto a su preparación, debía ser con una textura poco espesa, similar a la chicha, la mazamorra se realizaba moliendo el maíz y algunos autores como Pérez de Barradas, menciona a la quinua, también como insumo, esto se debía moler en las piedras y así se desarrollaba la mazamorra.

En cuanto a la preparación de Mazamorra de zanco, se trataba de la mazamorra preparada con maíz molido sin cernir, que comían especialmente, durante la fiesta de la madre del maíz o mamazara.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA PRECOLOMBINA

PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA

17. Generalidades

17.1. Categoría: Sopas

17.2. Departamento: Cundinamarca

18. Historia - Origen



Foto de Cuchuco. Comedera (2021)

18.1. Nombre: Cuchuco de Maíz

18.2. Contexto sociocultural:
Se consume con regularidad en el altiplano Cundiboyacense siendo un tipo de maíz cuyos granos han sido pelados y semi molidos. Usualmente, este ingrediente se usa para preparar una sopa con el mismo nombre y que es muy tradicional en Colombia y en las regiones de Cundinamarca. La palabra cuchuco es de origen muisca, este plato se originó por los antepasados indígenas, este alimento era popular por lo barato pues era el sobrante de la molienda de los cereales usados para elaborar harinas que eran consumidas por las clases sociales con mayores recursos para pagar su alto precio y hacer las cremas y coladas.
18.3. Ingredientes y preparaciones:
En cuanto a su preparación son sopas espesas de maíz, que contienen papas blancas y amarillas o criollas, mestizadas con habas, arvejas, zanahorias, ajos, cebollas y el espinazo de cerdo, traídos de Europa.
Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA PRECOLOMBINA
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
19. Generalidades
19.1. Categoría: Sopas
19.2. Departamento: Cundinamarca
20. Historia - Origen



Foto de Sopa Podrida. Facultad de Artes y Humanidades Uniandes (2019)

20.1. Nombre: Sopa Podrida

20.2. Ingredientes y preparaciones:

En cuanto a esta preparación y la historia, está conexo a las narraciones y comentarios que aportaron algunos de los entrevistados, quienes mencionan el uso del maíz, un maíz fresco, recién cosechado, pero se dejaba pudrir, para que el sabor fuera fuerte y amargo y esto mismo se integraba con otros elementos hasta llegar a hacer una sopa, lo cual era más aprovechable y duraba más el plato para su consumo.

Adicionalmente, y aparte de la preparación con maíz, se haya la elaborada con turmas o papas, de las cuales se enterraban en un hoyo con agua o humedad y mudaban con frecuencia, para que al finalizar quedara un ‘manjar’ con apariencia de una crema blanca o amarillenta, un olor fétido que también se conocía como futes y servía como medicina estomacal.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA PRECOLOMBINA

PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA

21. Generalidades

21.1. Categoría: Sopas

21.2. Departamento: Cundinamarca

22. Historia - Origen



Foto de Los Jutes con Papa. Foto documentales Externado (2019)

22.1. Nombre: Jutes

22.2. Ingredientes y preparaciones:

Tradicionalmente, se ha entendido como una costumbre precolombina, alimento típico de algunas regiones de Boyacá y Cundinamarca que consiste en el enterramiento de papa o maíz cerca de lugares donde se encuentre aguas tales como ríos, quebradas, pantanos, humedales que posteriormente se cubre con materia vegetal durante varias semanas o meses con el fin de dejarlos pudrir.

Como afirma Sánchez (2017) el jute era empleado por los muiscas que habitaban en la zona y significaba podrido, utilizaron el término de jutes para referirse al maíz puesto a fermentar bajo tierra o en agua caliente. Con estos jutes preparaban cada mes, cada sopa es consumida especialmente porque se atribuían a especies medicinales, además se puede decir que es una costumbre que sigue conservada y aún viva, es reconocida como jute, hute o fute y se ha entendido como una costumbre precolombina, dentro de sus platos se presenta tanto en versión dulce como salada.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA PRECOLOMBINA
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
23. Generalidades
23.1. Categoría: Sopas
23.2. Departamento: Cundinamarca
24. Historia - Origen

<i>Foto de Sopa de Indios. Colombia.com (s.f.)</i>
24.1. Nombre: Sopa de Indios
Se le denomina indios y tiene origen ancestral indígena, tras la llegada de los españoles en la conquista la preparación se asimilaba con la forma de vestir de los ancestros.
24.2. Contexto sociocultural:
Es una sopa sustanciosa, fue casi con seguridad el plato de mayor tradición en la gastronomía bogotana, sin embargo, con muchas costumbres de aquellas épocas se quedaron en las cocinas de casa y por algún motivo desafortunado no se transmiten entre generaciones y las dejaron en el olvido.

24.3. Ingredientes y preparaciones:

Con relación a la sopa de indios, se encontro la siguiente preparacion o forma de elaborarla:

Se prepara un caldo básico con sustancia de costilla de res flaca, con las papas y la zanahoria. Aparte, en un tazón, se revuelve la cuajada con los huevos batidos, la sal y la harina hasta formar una masa durita. Se toman hojas de repollo blanco previamente, ablandadas en agua caliente y en ellas se coloca una cucharada de masa y se envuelve bien, atando con un hilo o asegurado con palillos, para armar de esta forma los «indios». Con mucho cuidado, se colocan los indios sobre las papas y las zanahorias en el caldo a hervir por unos 15 minutos, hasta que estén cocinados. El caldo puede espesarse con un poco de la masa de los indios y sin dejar que hierva mucho. Se sirve con cilantro picado. (García Ángel, 2012, p. 21)

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Bebidas (Chicha). Es una bebida tradicional que hace parte de la cosmovisión de las comunidades indígenas ancestrales, sus derivados la hacen ver como una bebida alcohólica fermentada y rica en nutrientes, que a su vez se hizo importante en ceremonias y rituales, se toma como herencia que venían de los dioses y se convirtió a la misma vez como escape y salida de la rutina. Su dulce sabor a maíz y su fuerte fermentación hizo que fuera una de las bebidas más características que nuestros ancestros consumían.

ÉPOCA PRECOLOMBINA
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
25. Generalidades
25.1. Categoría: Bebidas
25.2. Departamento: Cundinamarca
26. Historia - Origen



Foto de Chicha. Cría Cuervos (2021)

26.1. Nombre: Chicha

26.2. Contexto sociocultural:

La chicha es una bebida de origen indígena, gracias a la adaptación del maíz los indígenas lograron darle cientos de usos a este grano, entre esos usos está la chicha, la bebida número uno en el campo colombiano.

Era considerada como símbolo de unión, de trabajo y de amistad, porque todos tomaban de la misma totuma.

Es tanta la relevancia de esta preparación que, según el autor, Rodríguez Cuenca (1998), los habitantes de tierras bajas y calientes no tomaban o no preferían agua pura, si no la chicha, acompañando siempre sus comidas.

De acuerdo a Campuzano y Llano (1994), comentan que la chicha la realizaban con fines ceremoniales y de hospitalidad, por ende, en el proceso de culminar el matrimonio, el dote de la mujer son las 20 múcuras de chicha, entendiéndose la importancia que tenía esta bebida para empezar una nueva vida y la de una familia.

Cabe aclarar, que un alimento como el maíz usado para la elaboración de la chicha, se preocupaban generalmente, en elegir mujeres jóvenes que tuvieran buena dentadura para que masticaran el maíz, ya que, la saliva aceleraba el proceso de fermentación, pero contribuía en el incremento de las caries en las mujeres.

Igualmente, y en atribución a otras fuentes consultadas se percibe la relevancia de los alimentos en la construcción y acciones sociales, en este caso según el historiador Galindo Hoyos (2011),

en referencia a la chicha, esta bebida era abundante en las fiestas que tenían el objetivo de cultivar, las realizaban bebiendo chicha de maíz cocido y fermentado; masticando la hoja de coca fumaban tabaco y usaban el borrachero, y entregados a la promiscuidad sexual, incluyendo a sus mujeres, sin embargo, no era común la homosexualidad.

Adicionalmente, la chicha era un alimento de los dioses muiscas que transformaba su estado de ánimo, donde, determinados dioses participan en las borracheras otorgando a la bebida divinidad, siendo así, para los muiscas el beber la chicha, no solo era cuestión de celebración, sino que también un gusto particular hacia el maíz y en respeto a sus dioses.

26.3. Ingredientes y preparaciones:

Las fases para esta bebida las describe también Fernández de Oviedo citado (s.f. citado por Rodríguez Cuenca, 1998), quien sustenta y describe a detalle la elaboración:

Ponen el maíz en remojo, y así está hasta que allí en el agua comienza a brotar (...) se hincha, y salen unos cogollos por aquella parte del grano que estuvo pegado a la mazorca (...), cuécelo en buena agua, y después que dado ciertos hervores y menguado la cantidad que ya ellos saben que es menester, apartan del fuego la olla o tinajuela, en que lo cuecen, y se deja reposar y asentar el grano. Esto forma parte inicial de la bebida, donde se evidencia la preocupación y minucia para desarrollar y que quede el sabor que desean, continuando se hablan de los días, donde en lo anterior todavía no está para beber, el segundo está más asentado, y comienzan a tomar un poco, pero se encuentra espeso, el tercer día está en su punto, donde está claro, el cuarto está mucho mejor, y desde el quinto día hasta el séptimo ya no es tan apreciable, puesto que se convierte en vinagre y no es para beber, sin embargo no se deja llegar hasta este término, teniendo en cuenta la medida y que cuando se acabe preparan de nuevo la bebida. (p, 37)

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Amasijos (Pan y Bollos de Maíz): En esta categoría, se muestran las preparaciones a base de maíz, siendo un cultivo y producto integrador en las actividades comunitarias, estos fueron incluidos en sus dietas como acompañamientos y por su sencilla y practica

elaboración, que como antes se menciona era con base a su alimento primordial y de gran gusto.

ÉPOCA PRECOLOMBINA	
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA	
27. Generalidades	
27.1. Categoría: Amasijos	
27.2. Departamento: Cundinamarca	
28. Historia - Origen	
	
<p><i>Foto del Pan de Maíz. Mejor web (s.f.)</i></p>	
28.1. Nombre: Pan	
28.2. Contexto sociocultural:	
<p>Acerca del pan, en medio de las épocas de conquista devoraban caballos por causa del hambre, y debían contar con pan o maíz para acompañar esta carne. Detrás de la elaboración de panes de maíz, estaba el esfuerzo y trabajo de quienes lo preparaban, casi siempre eran las indias las encargadas de la preparación de este alimento.</p> <p>También, cabe mencionar, que existían diferencias en cuanto al pan que los indígenas conocían</p>	

como propio y de los conquistadores, ya que, el de los conquistadores era de trigo, pero mientras los cultivos de este vegetal crecían, tenían que consumir el de los muisca que se describió anteriormente, de esta manera, los indios crearon el término de *Sufun* para el pan de los españoles a base de trigo y *Le fun* para su pan de maíz.

28.3. Ingredientes y preparaciones:

La labor era comprendida, remojando el maíz, molerlo con piedras y finalmente, calentar la masa para obtener el pan.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA PRECOLOMBINA

PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA

29. Generalidades

29.1. Categoría: Amasijos

29.2. Departamento: Cundinamarca

30. Historia - Origen



Foto de Bollos de Maíz. Recetas de Panamá. (s.f.)

30.1. Nombre: Bollos de Maíz
30.2. Contexto sociocultural:
Ciertos bollos de maíz, eran amasados con sangre de llamas blancas que solo se consumían en las festividades o banquetes públicos, es decir, en las plazas o lugares abiertos y eran servidos en la vajilla de plata del templo del sol.
30.3. Ingredientes y preparaciones:
Respecto a su preparación, se realiza con pasta de harina de maíz y manteca, que se amasaban como el pan, hasta formar unos bollos muy blancos y medianamente, largos, después procedían a envolverlos en hojas del mismo maíz o de otra planta.
Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Análisis y conclusiones en relación con la historia de los platos

No fue fácil reconstruir la cocina Muisca desde épocas precolombinas debido a que los cronistas quienes les correspondía no consideraban de interés describir los detalles de la comida, puesto que, estaban ocupados en narrar otros aspectos de la nueva cultura, además de que muchas acciones de la comunidad indígena eran juzgadas por ser extrañas o eran incomprendidas, por ende, no realizaban una descripción a fondo.

Como otro recurso se recurre a la consulta de varias compilaciones históricas de distintos aspectos culinarios, estos datos obtenidos de cronistas e investigadores que sirvieron para deducir cómo fue la cocina de los antepasados, partiendo de la heterogeneidad de los productos.

Una vez se lograron agrupar nombres típicos de distintos platos por la diversidad de alimentos, se puede asumir que la comunidad muisca ofrece una cocina abundante equilibrada como carnes, tubérculos, cereales, frutas con suficientes condimentos de ají y abundantes libaciones de su chicha de maíz.

Debido a que en esta investigación se logró identificar, complementar y verificar las preparaciones, prácticas culinarias a través de los entrevistados, se puede evidenciar que la cocina de la comunidad muisca, cuyas tradiciones persisten. Desde épocas precolombinas

con los alimentos anteriormente, mencionados se podrían preparar guisos, Mazamorra, Cuchucos, Jutes y demás. Asimismo, la carne que era en su época venados, aves y otros mamíferos, las combinaban con raíces, leguminosas, maíz y verduras, para que de esta forma se crearan otros platos.

Gastronomía Ancestral: Época Contemporánea

Teniendo en cuenta la diversidad gastronómica que ha tenido la comunidad Muisca en épocas precolombinas se da paso a conocer la evolución del sabor que se mantiene en algunos platos, gracias a las raíces ancestrales que se siguen conservando a través del tiempo.

Se pudo analizar que hay municipios de Cundinamarca y Boyacá, que han luchado por persistir y conservar el gusto por los alimentos y platos ancestrales, aunque a medida del tiempo de una u otra forma han ido cambiando sus preparaciones entre otras cosas, no obstante, la mayoría de comunidades siguen conservando y fortaleciendo estas tradiciones, esto ha sobrevivido y sobrevive no es sólo en la tradición escrita sino oral, gracias a su gran capacidad comunicativa que tiene esta comunidad, es por eso, que en las fichas, se identificaron los platos representativos que han persistido hoy en día y que han sido propios de la comunidad Muisca.

Amasijos (Arepas de Maíz, Envueltos de Maíz o Mazorca y Pan). En esta categoría se encuentran los amasijos que se destacan por su variedad gastronómica y hacen honor a las tradiciones, costumbres y culturas, siendo ellos los pioneros en descubrir el Maíz y derivar de este producto diferentes comidas, mezclas para la elaboración de dichos alimentos para sus familias y pueblos.

ÉPOCA CONTEMPORÁNEA
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
31. Generalidades
31.1. Categoría: Amasijos
31.2. Departamento: Cundinamarca
32. Historia - Origen



Foto de Arepas de Maíz. Blog de Viajes (s.f.)

32.1. Nombre: Arepas de Maíz

32.2. Contexto sociocultural:

En Colombia, actualmente, se consume en todo el país e incluso se ha industrializado la preparación de harinas precocidas que se venden masivamente, de igual forma, existen arepas de cualquier variedad, como bajas en sal, almojabanadas, rellenas de queso, con queso molido y se incluye también rellenos de carne y huevo, esto quiere decir que las arepas tienen un alto consumo en diferentes momentos del día, pero sobretodo en el desayuno y de onces.

Por tan amplia diversidad de formas, sabores e ingredientes para las arepas, también varía su precio, siendo accesible a todos los niveles socioeconómicos y permitiendo que el consumidor pueda elegir.

La arepa ha tenido un largo viaje desde los días en que hacía parte de la alimentación cotidiana de los pueblos originarios que habitaban el continente, hasta hacer parte de la formación de poblados nuevos y llegar a hoy en día a la mesa de numerosas familias en Colombia, en donde la arepa tiene un lugar especial en la representación de la tradición histórica y cultural.

32.3. Ingredientes y preparaciones:

Antigua comida típica de la tradición rural en muchos municipios de Cundinamarca y Boyacá, gracias al ingrediente principal como es el maíz, se cocinaban generalmente, en estufas de leña, carbón o en laja de piedra, también forma parte de la dieta que se proporcionaba como

almuerzo, junto con el guarapo, la chicha, la carne, el caldo, entre otros alimentos. Asimismo, las arepas se colocan en una parrilla de alambre que se van girando sucesivamente, hasta que en ambos lados quede un color marrón, se pueden consumir frías o calientes.

Continúan con la fórmula indígena de masa de maíz asada solo que en la actualidad se le adicionan mantequilla y queso, productos lácteos introducidos de Europa, pero en general estos alimentos son los supervivientes del enorme mestizaje cultural resultado del encuentro de los dos mundos.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA CONTEMPORÁNEA

PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA

33. Generalidades

33.1. Categoría: Amasijos

33.2. Departamento: Cundinamarca

34. Historia - Origen



Foto de Bollos de Maíz. Radio Nacional de Colombia (2020)

34.1. Nombre: Envueltos de Maíz o Mazorca

34.2. Contexto sociocultural:

En Bogotá, actualmente, se conoce como envueltos de mazorca o maíz y en la costa como bollos de maíz. Los envueltos de maíz, al igual que las arepas se consume en diferentes horarios del día, aunque resalta más en el desayuno asados, acompañados de aguapanela y queso.

Este producto es muy popular, ya que, varias personas suelen venderlo ya elaborado para ser consumido, donde cambian sus ingredientes o preparación e incluyen bocadillo, cuajada y uvas pasas. Además, están a la venta en paquetes que contiene varios envueltos, es decir, se ha producido en gran cantidad.

34.3. Ingredientes y preparaciones:

Continúan preparándose a base de maíz cocido de zarazo, de maíz seco cocinado y de maíz seco pelado con lejía o cal, para después envolverlos en hojas de mazorca secas, hoy en día se endulzan con azúcar de caña y ocasionalmente, llevan queso y pasas.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA CONTEMPORÁNEA

PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA

35. Generalidades

35.1. Categoría: Amasijos

35.2. Departamento: Cundinamarca

36. Historia - Origen



Foto de Pan. Granotec. (s.f.)

36.1. Nombre: Pan

36.2. Contexto sociocultural:

El pan es el producto alimenticio presente y representativo en la canasta familiar de los colombianos, es también una de las preparaciones con ingredientes más diversos y variados, por ende, es el acompañante ideal para la comida. Sin embargo, se debe aclarar que también son acompañantes la arepa, el arroz, los envueltos y demás harinas las cuales sirven para complementar cierto tipo de platos, a cualquier hora del día, igualmente, el pan entra a ser consumido en el desayuno, pero no debe ser cualquier pan el que se encuentre en esta comida, sino el que este caliente, recién horneado y fresco.

36.3. Ingredientes y preparaciones:

Los ingredientes básicos para la elaboración del pan son: harina de trigo, agua, levadura, sal, azúcar, y aceite de oliva, cabe recalcar que estos son elementos básicos, ya que el pan posee grandes y diversas preparaciones, por ende también cambian sus ingredientes.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Sopas (Mazamorra Dulce, Ajiaco Santafereño y Cuchuco de Espinazo). Las sopas desde su inicio han sido sorbos ancestrales mágicos y sustanciosos que desde la antigüedad alimentan y reconfortan el espíritu, siempre incluyendo ese misterio de las hierbas

que despliegan su aroma en un plato especial, a través del tiempo y las nuevas experiencias hacen que esas sopas ancestrales se diversifiquen enriqueciendo sus sabores e ingredientes para obtener una sazón especial. Teniendo en cuenta, que cada sorbo de una sopa nos llena de recuerdos que hacen especiales a nuestras abuelas y madres que han sido seres imprescindibles y que forman parte de la vida.

ÉPOCA CONTEMPORÁNEA
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
37. Generalidades
37.1. Categoría: Sopas
37.2. Departamento: Cundinamarca
38. Historia - Origen

<i>Foto de Mazamorra Dulce con panela rayada. El campesino.co. (2017)</i>
38.1. Nombre: Mazamorra Dulce
38.2. Contexto sociocultural:
Siendo las sopas platos fundamentales en la dieta Muisca, se han rescatado y permanecido algunas, en este caso la Mazamorra Dulce se sigue elaborando. No obstante, la mazamorra más conocida en Bogotá, es la Mazamorra Paisa cocinada con panela, en las horas de la mañana pasan las motos y carritos de madera con una olla enorme encima y una corneta avisando

¡Mazamorra paisa, con leche y panela!, la gente brota de casas y edificios a comprar por cucharones, la mazamorra para la sobremesa del almuerzo o la comida.

38.3. Ingredientes y preparación:

Lo primero a tener en cuenta es que es una sopa espesa, que se hace con harina de trigo de maíz, se le añade agua, chicha y guarapo para que le dé un sabor agrio o fermentado, se le agrega sal y cuajada picada. La anterior receta es parte de una vereda en el municipio de Pachavita en Boyacá, visto que, no debe ser igual la preparación en otros territorios, así que cabe aclarar su origen y ubicación.

Otra preparación, muy cotidiana es cocinar el maíz blanco con abundante agua, para después añadir la panela rayada y endulzar la mazamorra y por último le agregan leche previamente, hervida lo que ayuda a evitar que se corte la mazamorra.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

ÉPOCA CONTEMPORÁNEA

PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA

39. Generalidades

39.1. Categoría: Sopas

39.2. Departamento: Cundinamarca

40. Historia - Origen



Foto de Ajiaco Santaferense. El Tiempo (2022)

40.1. Nombre: Ajiaco Santaferense

40.2. Contexto sociocultural:

En Bogotá, el ajiaco, es una preparación que ha tenido diversas transformaciones y cambios que se demuestran por sus ingredientes mestizos, entre productos nativos y europeos que luego se adicionaron para realzar y enriquecer aún más su sabor.

Como plato se ofrece en ocasiones muy especiales, en el siglo XIX para la celebración del Corpus Cristi, se vendía ajiaco con otros platos alrededor de la iglesia y hacia 1840 el ajiaco de papa con gallina era casi seguro para las cenas navideñas. Esta sopa espesa también se sirve a las visitas especiales, los domingos como unión de familias, es común acompañarlo con un postre.

40.3. Ingredientes y preparaciones:

El ajiaco santafereño, considerado como un plato “auténtico” y tradicional es el que tiene los siguientes ingredientes: pollo, mazorcas enteras o desgranadas, papa sabanera, papa paramuna, papa criolla, un ramillete de guascas, alcaparras, crema de leche y aguacate. (Rojas de Perdomo, 2012)

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Secos (Puchero Santaferreño). Este plato ha seguido persistiendo o preparándose, sin embargo, su transformación ha sido notoria, puesto que, las carnes o demás ingredientes han cambiado, modificando muchos aspectos como es integrar el hogao y el arroz, que llegaron más adelante, pero la abundancia del plato sigue siendo similar.

ÉPOCA CONTEMPORÁNEA	
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA	
41. Generalidades	
41.1. Categoría: Seco	
41.2. Departamento: Cundinamarca	
42. Historia - Origen	
	
<p><i>Foto de Puchero. Baquianos Travel (s.f.)</i></p>	
40.1. Nombre: Puchero Santaferreño	
40.2. Contexto sociocultural:	
<p>El puchero, es una comida emblemática para celebrar una festividad religiosa, es decir, la Semana Santa, y antes se preparaba para las temporadas de carnavales.</p>	
40.3. Ingredientes y preparaciones:	
<p>El puchero se debe al nombre del recipiente donde tradicionalmente, se preparaba, es más que</p>	

un delicioso caldo. Es uno de los platos que también persisten hoy en día, es succulento y abundante que generalmente, incluye carne de res, pollo, cerdo, plátano, yuca, papas, maíz, y se sirve como ahogao, arroz blanco y rebanadas de aguacate, es un plato cocinado en una sola olla, pero que, al momento de servir, el caldo se sirve primero, y las verduras y carnes se sirven en un plato grande rociadas con hogao, llevando en su interior una combinación de sabores, mestizaje de olores e historia que lo han conservado como un plato de gran importancia para los bogotanos con el paso de los años.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Platos (Cocido Boyacense). Los platos ancestrales se han convertido hasta el día de hoy en la representación, tradición especial del sabor, y el gusto por no perder nuestras raíces hacen que las generaciones conserven el conocimiento ancestral y la preparación de los platos para lograr resaltar las habilidades culinarias, cultura y sabor que dio origen a los fogones.

ÉPOCA CONTEMPORÁNEA
PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA
43. Generalidades
43.1. Categoría: Plato
43.2. Departamento: Cundinamarca
44. Historia - Origen



Foto de Cocido. Baquianos Travel (s.f.)

44.1. Nombre: Cocido Boyacense

Este plato fue modificado por los españoles, llamándolo "olla podrida", donde combinaban diferentes productos alimenticios en función de la región.

44.2. Contexto sociocultural:

El cocido boyacense, es un plato que llegó a Colombia con la colonia española, pero resalto en el siglo XIX en Villa de Leyva, realmente, las personas que más lo comían eran aquellos que tenían escasos recursos para vivir, por otro lado, ha sido ganador de varios premios gastronómicos, incluyendo el del Festival Gastronómico de Villa de Leyva, en el que se nombro como plato nacional.

Algunas festividades, como Navidad, Semana Santa, y otras muy propias como las fiestas patronales o el domingo de plaza, se resalta la devoción del campesino boyacense, en donde, se espera disfrutar, compartir y recitar coplas, donde lo principal es su gastronomía, incluyendo el cocido boyacense.

44.3. Ingredientes y preparaciones:

Esta receta, tiene variaciones en la cual se muestran los siguientes ingredientes: habas verdes, ibias, cubios, chuguas, papa sabanera, tocino de cerdo, cebolla cabezona cortada en cuadrillos, tomate grande y una taza de leche tibia.

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Bebidas (Chicha). Se caracteriza por ser una bebida alcohólica que cuenta con propiedades medicinales y espirituales, siendo un elemento esencial en las comunidades indígenas. Se ha conservado a través de la historia más de cinco siglos, y ha tenido una gran diversidad simbólica, razón por la cual, persiste como una bebida indígena ritual, pero también ideal para compartir en reuniones de amigos y familiares.

ÉPOCA CONTEMPORÁNEA

PLATOS DESTACADOS DE LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL MUISCA

45. Generalidades

45.1. Categoría: Bebida

45.2. Departamento: Cundinamarca

46. Historia - Origen



Foto de Chicha. Universidad de los Andes (2018)

46.1. Nombre: Chicha

46.2. Contexto sociocultural:

Es una bebida representativa, que tiene unas características que han permitido su conservación

y también han ampliado la manera de desarrollarla, ha tenido cierto reconocimiento en países andinos, logrando vencer miles de obstáculos gracias al fuerte arraigo producido por los consumidores que gustan de sus sabores característicos, invitando a los turistas a remontarse a la historia de esta bebida para tomarse uno o más tragos de esta misma.

Como prueba de esto y su preservación la chicha tiene su propio festival que se realiza en el barrio La Perseverancia, el cual se conoce como “La Chicha, el Maíz, la Vida y la Dicha”, donde, se hace alusión a todos estos alimentos característicos de la actual Bogotá.

El consumo de chichas hechas a base de maíz, se da en algunas zonas de Bogotá, donde, han adquirido un papel destacable en ciertas sociedades, no necesariamente indígenas. De esta forma, se reconocen chichas como las del barrio La Perseverancia o las del Chorro de Quevedo. Es tan importante esta bebida que posee un museo a su honor, conocido como el “Museo de la Chicha”, el cual crea una experiencia que incluye la preparación y degustación de la chicha.

46.3. Ingredientes y preparaciones:

Según la RAE (2014), la chicha es considerada como una bebida alcohólica que resulta de la fermentación del maíz en agua azucarada. También, se pueden encontrar variedades de chichas, algunas con propiedades alcohólicas, y otras no.

Los ingredientes son “maíz molido crudo, agua tibia. Se hierva después de tostado, con panela, canela y clavo” (Rojas de Perdomo, 2012, pág. 216).

Diligenciado por: Viviana Barbosa - Carol Pinilla

Nota. Elaboración Propia.

Análisis y conclusiones en relación con los platos contemporáneos

La gastronomía Muisca de hoy en día, pertenece a la gastronomía colombiana, se caracteriza principalmente, por sus sabores, recetas, tradiciones y la mezcla de diferentes culturas españolas y colombianas. Esto porque, las personas y comunidades en muchos casos transmiten este tipo de recetas tradicionales que han pasado por años y generaciones, aunque presenten cambios y modificaciones por la diversidad cultural, sin embargo, estos platos siguen siendo parte de la identidad de una comunidad como es la Muisca.

Pero se puede resaltar dentro de este apartado, que debido a los platos tradicionales que se pudieron rescatar, se puede notar la conservación de algunos alimentos hoy en día,

pero como tal platos típicos preparados por la misma comunidad y que sigan manteniendo los mismos alimentos y preparaciones de como antes lo realizaban se perdieron, los cambios en la dieta y la producción alimentaria siguieron modificándose por los procesos de urbanización y de modernización, también agregando lo que es la llegada de aperturas de mercados y las nuevas prácticas alimenticias que llegaron a modificar las zonas urbanas, finalmente, la comunidad muisca, lo que tiene que ver con sus prácticas, hábitos, costumbres ancestrales se ha perdido en el ámbito alimenticio como la utilización de utensilios de barro o de madera, también por la aparición de nuevas tecnologías, conocimientos culinarios ancestrales, variedad de comidas de fiestas tradicionales, mientras en la agricultura se ha perdido el cultivo y diversidad de productos de la comunidad.

Actualmente, se está viviendo un cambio cultural con pérdida de identidad que aleja las prácticas ancestrales y convencionales en el consumo de alimentos, adoptando otros criterios en el uso de alimentos bajo otras categorías culturales ajenas a las ancestrales, las cuales no son adecuadas en términos de nutrición e identidad.

Los avances tecnológicos producto de la globalización han propiciado cambios en la conducta humana a ritmos muy acelerados. Se han recibido otras costumbres, otros comportamientos así como formas de comer, de cocinar, de producir los alimentos, al grado que se van igualando los cultivos y se consume lo que el mercado global demanda, reemplazando los mercados regionales, y es así, como se comienza a adoptar otros comportamientos alimenticios, apropiándose de cosas novedosas sazonadas en otros lugares, aromas y sabores que no reflejan la identidad del país, adquiriendo productos menos nutritivos y poco saludables y lo que es peor, se come en el afán de verse distintos, más sofisticados y menos autóctonos.

Una forma ignorante es pensar que se pertenece a otra clase social y a un mejor estatus por el simple hecho de consumir productos de moda, todo esto conduce a olvidarse de las raíces ancestrales, menospreciando la historia al considerarla inferior, ignorante y es así como se pierde la historia del territorio.

4.2. Elementos del Patrimonio Gastronómico Muisca

Dando paso al segundo objetivo se pudieron rescatar elementos claves del patrimonio que son fundamentales al hablar de la gastronomía, dentro de esta tabla se presentaron los elementos claves al momento de hablar del patrimonio gastronómico de los Muisca, gracias

a las entrevistas realizadas a individuos que pertenecen a diferentes municipios de Cundinamarca que conforman parte de la Ruta Leyenda del Dorado, es así, que se conoció la percepción de cada uno de los entrevistados comprendiendo sus puntos de vista para llegar a un análisis y conclusiones. Es así, como se presenta en la tabla 3 el resultado del análisis y vivencias de los entrevistados.

Tabla 3

Percepciones y concepciones sobre la gastronomía muisca por parte de sabedores

Entrevistados	Memoria	Historia	Identidad
1.Boyacá, Pachavita (comunicación personal directa, 12 de agosto, 2021)	Cuando estamos hablando de la Memoria de volver el tiempo atrás hacía muchas recetas, platos ancestrales, sus nombres y las formas de prepararlos, en qué regiones se hacen y demás, también se realiza un ejercicio de memoria en la medida en que estos saberes se encuentran en peligro de desaparecer, muchos de ellos también han desaparecido y solo sabemos de ellos porque fueron mencionados en la literatura, en textos o	Si no fuera por nuestros antepasados a través de la historia, sus raíces y sus conocimientos y logros no serían tenidas en cuenta por las nuevas generaciones, es por eso que a través de la tradición oral han fortalecido lazos de sabiduría, conocimientos, esfuerzos que han dejado como huella nuestros padres, abuelos que aún siguen contando historias.	La gastronomía muisca es muy importante desde la comunidad y más cuando se habla desde su territorio en donde habitaban todos sus antepasados y que en la actualidad sigue representando gran parte de su identidad, es por eso que, a partir de la comida, la lengua muisca, las costumbres y tradiciones que tienen como territorio son saberes transmitidos por generaciones desde la tradición oral.

	<p>porque de pronto la gente los recuerda pero ha olvidado cómo se prepara, pero hay muchos otros que todavía se siguen elaborando y se siguen preparando, el volver hacia los alimentos es volver hacia la Memoria del Territorio, porque es aprender a conocerlo, en donde se siembra, como se siembra, de qué manera, cómo se cuidan los alimentos y así mismo también un ejercicio de Memoria en la medida en cuando tu recuerdas sobre los alimentos, recuerdas que es necesario saber cómo se preparaban, como se cultivan, quien te enseñó ese saber, entonces es volver mucho hacia el pasado y retomar estos elementos para poder</p>		
--	--	--	--

	darles continuidad hacia el futuro.		
2. Propietario de Restaurante de Chía (comunicación personal por plataforma, 18 de agosto, 2021)	A través de la memoria colectiva es que aún se siguen narrando historias, porque además lo que está escrito lo que nosotros éramos no es tanto, en la comunidad muisca es muy difícil tener como un documento con el que uno se puede guiar si no que todo se basa en esta tradición oral de generación en generación, en las cocinas o en los oficios pasa lo mismo se transmite, la gastronomía es un concepto actual de lo que ha existido siempre y es reflejar la necesidad del ser de alimentarse a través de la cocina y de la historia podemos también pensar en esta evolución, en esta	A partir desde nuestros antepasados, desde nuestra cosmovisión y a través de la historia que está relacionado a la tradición oral nos podemos dar cuenta que no es desvincular una cosa de la otra y por eso tenían tan claro los procesos del sistema alimentario, no solamente era comer y no solamente era adquirir un alimento y ya, si no todo tenía que ver con el momento de la época, el año, del tiempo, la temporada, la luna todos estos recursos naturales claramente estaban involucrados, y que pasa desafortunadamente en la historia nos desarraigaron tuvimos un desarraigo completó de nuestra identidad.	Al hablar de la comunidad Muisca hay que verlo desde la cosmovisión, es importante saber que a partir desde la identidad es donde te das cuenta de dónde son tus orígenes que además por no tener un apellido muisca no es que no lo seas, hayas nacido en algunos de estos municipios y de ver desde nuestros antepasados, le das una visión a la vida y es donde tenemos que mirar desde adentro desde nuestras raíces, desde nuestra base, también es importante destacar que al hablar de la cocina tradicional y la cocina ancestral definitivamente tiene que hablarse desde la

	transformación de la humanidad y de como de las comunidades también hacían uso de sus recursos e iban transformando sus saberes en la medida de cómo se exploraba en el territorio.		identidad, desde el ser y del espíritu.
3.Suba (comunicación personal directa, 21 de agosto, 2021)	Cuando se habla de Memoria se refiere a todo ese saber y ese conocimiento que reside en cada uno de nosotros, que reside en el territorio, que reside en la cultura popular, que reside en la cultura campesina, que reside en los saberes y que incluso en la misma Historia.	Cuando hablamos de esa historia recordar que hay unos hechos, unos sucesos que han generado una transformación permanente de las culturas, de las sociedades y hasta del mismo territorio.	La Identidad es como la parte más peculiar, porque sin identidad no hay historia ni hay memoria, entonces muchos pueden hablar de la historia como un recuento de sucesos y de hechos que fueron de alguna manera importantes o relevantes y que se consideren en eventos históricos, pero la memoria relacionada a la identidad permite definir quiénes somos, entonces sin identidad es muy complicado hablar de cultura,

			hablar de memoria, hablar de historia.
4.Chía (comunicación personal por vía telefónica, 31 de agosto, 2021)	Cuando hablamos de Memoria estamos volviendo a nuestros antepasados a lo que fue de nuestras tradiciones y costumbres ahorita retomar esto de volver a recordar las formas de manejar los alimentos, momentos de preparar un producto en especial y también viendo que estos procesos han cambiado a través del tiempo pero que a través de nuestra familia y que ha sido transmitido en generación por generación se fortalece y se conserva hasta nuestros días.	La historia es retomar el conocimiento desde nuestros ancestros, indígenas, campesinos y de todas estas personas se dedicaron a un gran trabajo de parte de la siembra desde el alimento agrícola el mantenimiento y la producción de estos alimentos que hoy en día se están perdiendo.	Al hablar de identidad es la recopilación y acontecimientos que pasan en un tiempo determinado al pasar de los años y que nos llevan en ciertas ocasiones a hacer nuevas personas sin perder nuestros orígenes.
5.Sesquilé (comunicación personal por	Al hablar de Memoria lo construimos a través del tiempo, vivenciado	La Historia la fortalecemos desde nuestras raíces y	Al hablar de identidad algunas personas tienden a olvidar con

plataforma, 04 de octubre, 2021)	experiencias y acontecimientos que no hayan sucedido, recordamos de manera que puede ser a corto o a mediano plazo, teniendo en cuenta que al recordar sucesos algunos no se captan con facilidad, pero a la vez se tratan de realizar a partir de la memoria colectiva.	tradiciones que nos hacen sentir orgullosos, sentimos que tenemos que luchar para rescatar todas estas tradiciones culturales que han dejado huella y que han sido parte de nuestro patrimonio para poder seguir trabajando, investigando sin dejar las bases que hemos dejado nuestros creadores.	facilidad sus orígenes y debido a eso se toman ciertas bases, pero algunas cosas quedan en nuestra memoria que permiten seguir avanzando para la búsqueda de nuevos conocimientos con dificultad, pero se trata de llegar al punto de reconocer nuestra identidad.
----------------------------------	--	--	--

Nota. Elaboración propia

Análisis y conclusiones en relación con el patrimonio

El patrimonio culinario es un elemento de comunicación cultural y es por eso que se manifiestan tanto las tradiciones propiamente culturales como la idiosincrasia natural de un lugar. Además, la gastronomía es un lenguaje universal esencial en el patrimonio, porque además de ser una fuente de creatividad, la gastronomía es salud, turismo, relaciones sociales, industria agroalimentaria, economía y sostenibilidad. Ya que, la gastronomía va unida a la vida cotidiana, reflejando las costumbres, tradiciones y rituales, los símbolos y relaciones sociales, formando parte del estilo de vida de la sociedad con influencia de distintas culturas, distintos climas entre otros otorgando el carácter de la diversidad.

Después de definir lo anterior la cocina es una forma de rescatar la tradicionalidad, en el caso de Colombia la cocina es un patrimonio intangible, que necesita ser salvaguardado por las tradiciones, como lo señala un artículo de la Semana (2018), “las comunidades aprenden primero a través de sus manos, luego del corazón y luego enseñan con su voz y a través de la humildad comparten lo aprendido por su naturaleza”

Teniendo en cuenta que al hablar de Memoria, Historia e Identidad se reconocen elementos que le confieren importancia al patrimonio gastronómico, que se pueden

identificar como conceptos claros haciendo referencia el valor cultural de la gastronomía Muisca.

En el caso de la comunidad Muisca, la forma de conservación se da a través de la preparación de los alimentos, memorias de prácticas culinarias y saberes que rodean en sus cocinas, esas que se encuentran en “la vida de quienes han participado directamente, o quienes son depositarios de una tradición oral que se ha reprimido, que no se ha comunicado, pero que dentro de su género ha desarrollado formas de conservación que permiten volver sobre ella” (Cendales et al., 1990, p. 138). Esto se debe al fortalecimiento de su compartir colectivo, en sus hogares, sus vínculos con el pasado, el presente y el futuro; es aquí donde cabe resaltar la importancia que tiene la comunidad muisca en su gastronomía construyendo memoria histórica en los espacios de su cocina ya sean privados, para sus familias, vecinos o amigos. Lo que aún vive es alguno de los platos que sirven en sus mesas y preparan en sus cocinas, hay memorias que no se conservan recuerdos, memorias desmoronadas a causa de violencias a las que se han visto expuestos a las migraciones o a “que sus miembros individuales, sobre todo los más ancianos, desaparecen o se aíslan” (Halbwachs, 2002 p. 08). Es un pasado que simboliza y causa pocas alegrías, nostalgias por los proyectos perdidos y los alimentos que ahora son inaccesibles.

Se puede entender que aún, se cuenta con esos vacíos de lo que se ha desvanecido en el tiempo, se puede luchar aún con lo que se conserva en el pasado y mantener así las tradiciones culinarias que en el presente constituyen un dominio donde la tradición y la innovación importan, donde el presente y el pasado se mezclan y conectan para atender la necesidad del momento (Jelin, 2002). Esta comunidad Muisca contribuye a que el presente y su cotidianidad residen con mayor significado porque en su día a día esta comunidad construye y reproduce memorias que están llenas de grandes expectativas y que será el punto de partida para las grandes generaciones.

Sus luchas por medio de la comida, alimentos están basadas en defender su territorio, su familia sus creencias y sus saberes son estos tres elementos las bases que hacen posible la construcción de sentidos y memoria colectiva alrededor de sus cocinas, por lo que desde lo colectivo y lo comunitario se encontrará la esperanza y las herramientas para transformar el mundo que cada vez se toma más individualista.

Partiendo de la historia y teniendo en cuenta que la memoria nace de una misma preocupación y comparten el mismo objeto: la elaboración del pasado, en el cual la historia es una forma de entender la tradición oral es lo que se ha hecho o se está haciendo. Cuando se habla de oralidad, contar historias es una forma de enseñar lo que se ha aprendido y es partir de ahí es donde surge la necesidad de enseñar para la historia del mañana.

A pesar de toda la violencia que ha sufrido esta comunidad debido a migraciones, conflicto armado etc. que han ocasionado el abandono de sus tierras mas no de sus raíces, ni de sus costumbres, esta suma de experiencias de nuevos comienzos, de luchas, de unión y arraigo por lo propio esto permite que aún conserven lo más importante sus prácticas ancestrales, relatos e historias que los hacen ser únicos en sus formas de comunicarse, de enseñar y de vivir, por lo que seguirán existiendo más allá del tiempo, porque con su sabiduría y amor por la tierra han logrado vencer el olvido. Un olvido que no alcanza a la memoria, gracias a la tradición oral, por esta razón estas son construidas por historias o las palabras les dan vida a estas historias, sin embargo, en el fondo se sabe que las letras son la mitad de la memoria.

Se puede decir que la tradición oral es la suma de todos estos conocimientos, valores y tradiciones que pasan de una generación a otra, verbalmente, utilizando diferentes estilos narrativos, la tradición oral se conserva en la memoria de los pueblos, de creación colectiva, como tal hace parte de su vida diaria y de su cultura, así mismo por medio de la tradición oral se puede conocer la lucha, los logros, los cambios y procesos que tuvieron que vivir esta comunidad.

Al hablar de identidad se puede definir la herencia de lo que somos, está ligada a los rasgos propios de una persona de un determinado sector o comunidad, todo ser humano tiene derecho de conocer su pasado para poder defenderse en el presente y futuro, el conocimiento es la clave para entender sus diferentes cambios, la identidad es el rasgo que caracteriza a un conjunto de culturas representados por personas en sus actividades cotidianas (Leburthe, 1998). A modo de ilustración del concepto de identidad, lo que representa este término para la comunidad muisca o a los entrevistados, se puede mencionar el restaurante Palo de Agua, porque ella (la chef) tuvo la fortuna de tener una familia que no dejó de lado la cocina y sus tradiciones, en donde se mantiene la conservación de los alimentos como las papas nativas, además, la importancia del uso que se le da a su territorio, ya que le brinda las herramientas

necesarias para la producción de alimentos, esto generando que el restaurante destaque por sus preparaciones más saludables y medicinales, además de que están más conectados con su historia. Otro ejemplo, es del entrevistado de Pachavita, Boyacá quien busca transmitir la lengua muisca a partir de cursos para las personas que estén interesadas en conocer esta rama de la comunidad muisca, también, elaboró un diccionario digital que presenta la traducción de ciertas palabras en lengua muisca y también la definición de otras, este se denomina, Muysc cubun.

La comunidad Muisca es la existencia y resistencia de esa identidad que tiene como propósito proteger su territorio y fortalecer los procesos ancestrales, los que han dado paso a combatir contra el olvido al que están siendo sometidos, compartiendo desde sus cocinas y a través de sus preparaciones, al luchar por ser recordadas desde sus propias significaciones y que sean insertadas en la historia actual a través de la originalidad de sus prácticas culinarias ancestrales, por medio de emprendimientos nacidos en sus cocinas y que tienen como base sus conocimientos, saberes y experiencias a lo largo de su historia.

La identidad no solo se nutre del pasado, también se alimenta de las luchas del presente y de proyectos futuros comunes. “Nos identificamos tanto con los que reconocemos costumbres y tradiciones comunes, como con los que se proponen objetivos similares al nuestro y nos unimos para hacerlos realidad” (Cendales et al., 1990, p. 39). Gracias a esto, viendo que algunos de ellos están ubicados en varios departamentos de Cundinamarca y Boyacá sus identidades culinarias no difieren las unas de las otras. Al contrario, se complementan, se llenan esos vacíos históricos y fortalecen la identidad que los une.

Entre esas series de elementos culturales, predominan sus prácticas culinarias tradicionales, que son las encargadas de construir diferentes vínculos afectivos, colectivos y de resiliencia, transformándose en “una nueva forma de habitar la identidad a través de la comida y la cocina” (Ruiz, 2015, p. 122). Es así que por medio de las prácticas culinarias que los Muiscas se relacionan, a través del diálogo sobre sus costumbres, instauran lazos que hablan sobre sus pasados para fortalecer sus memorias e identidades en su presente y futuro, sus rutinas culinarias es el reflejo del diario transcurrir de ellos en sus comunidades. Puesto que, en su entorno desde sus conocimientos, saberes y su tradición oral están reconstruyendo su identidad, son estos donde los Muiscas manifiestan su manera de pensar, sentir y actuar, son los que han demostrado ser los que abren las puertas a aferrarse a no perder sus raíces culinarias y por lo tanto que giran alrededor de ellos y por medio del diálogo, el constante

intercambio de recetas y recuerdos, en donde los Muisca han venido configurando su identidad en la actualidad.

Los muisca de hoy en día, consideran que su identidad expresa ciertos símbolos compartidos, como ser “hijos del maíz”, sus apellidos, tradiciones y relaciones sociales, que, sin embargo, se transformaron por la llegada a la ciudad desde el territorio, generando varias formas de adaptación, como la reconstrucción de toda su organización social; participación que fue diseñada por el gobierno para generar espacios a su cultura. Por un lado, adaptarse a un nuevo contexto urbano ha sido la forma de sobrevivir a estas condiciones a las que fueron obligados, por las presiones e imposiciones de la ciudad, quienes al no poder vivir de su tierra, pero esto no determina que esta cultura y forma de vida comunitaria desaparezca simplemente, es una forma de seguir subsistiendo, donde cada día es más difícil cultivar lo que se come y vivir de su tierra y que puedan estar tranquilos, también con sus costumbres y formas de vida. Por consiguiente, las comunidades fortalecen su identidad, generando proyectos colectivos con el fin de recuperar las tradiciones sociales y culturales que vinculan con sus antepasados, a través de

La memoria de sus mayores para recobrar tradiciones nativas; han estudiado documentos en busca de indicios de prácticas y conocimientos tradicionales; han reactualizado y revalorizado prácticas sociales y conocimientos que consideran ancestrales; han aprendido de otros indígenas, cuyas tradiciones consideran próximas; o han incorporado conocimientos y prácticas de la sociedad nacional que podrían contribuir a consolidar y fortalecer su identidad colectiva. (Correa Rubio, s.f. p, 166)

Los sabedores, es decir, los abuelos comparten sus conocimientos y saberes ancestrales, precisamente, para despertar y renacer la memoria, transmitiendo a la juventud que son personas que están dispuestas a escuchar para aprender y comprender sobre la cultura indígena muisca.

Aunque, lo anterior es esencial en la identidad y persistencia de sus saberes, es necesario también reconocerse y afirmar su pertenencia a la comunidad, ya que, este es el motor fundamental de su identidad y que la diferencia de los otros miembros de la sociedad.

En definitiva, hoy en día se están recuperando tradiciones en territorios muisca, como actores de resistencia, también recobrando memoria, lugares sagrados y prácticas ancestrales que forjan su identidad cultural.

4.3. Línea comparativa de la gastronomía ancestral muisca

Se continua con el tercer objetivo, en el cual se realizó una línea de tiempo creativa e interactiva, con la cual se busca mostrar la evolución de la gastronomía muisca ancestral desde la época precolombina y época contemporánea, que se pueda visibilizar en el portal web llamado Ruta Leyenda Del Dorado, mostrando a los usuarios la importancia de rescatar y preservar el patrimonio que tiene esta comunidad muisca a través de la concienciación, compilación y difusión de su gastronomía ancestral, se evidenciaron los enormes cambios pero que aun así continúan en las comunidades actuales que siguen rescatando estas tradiciones a través de la tradición oral y que estas prácticas no sean olvidadas sino que esto se pueda transmitir a las demás generaciones, que de una u otra forma, las puedan poner en práctica y se imite la posibilidad de indagar sobre el pasado.

Por este motivo, se realizó y diseñó una línea del tiempo que sintetiza la investigación e información de algunos de los platos representativos en cada época, la elección de algunos de estos platos responde a que fueron nombrados por todos los entrevistados, que por medio de la tradición oral han permanecido y decidieron compartirlo para efectos de esta investigación y se decidió manifestar en la línea del tiempo, complementando con un pie de foto de la imagen representativa. Adicionalmente, el diseño se ideó, también con el propósito de ilustrar cada aspecto necesario para conectarse con el plato, e igualmente, hacer una comparación de ambas épocas y comprender los cambios que se han dado en cada plato al pasar el tiempo.

Figura 1

Línea de tiempo de la tradición gastronómica Muisca

LÍNEA COMPARATIVA DE LA GASTRONOMÍA MUISCA

○ Época Precolombina

Damos inicio a nuestra historia desde épocas precolombinas conociendo la gastronomía de nuestros antepasados conservando saberes y sabores ancestrales que han dejado huella en nuestro país.

Mazamorra:

La mazamorra a base de maíz, de origen prehispánico, fue denominada como el manjar de los dioses tiene productos derivados del maíz, es símbolo de los pueblos indoamericanos, pues gracias a la mazamorra se ha nutrido a su gente a través de siglos y se ha convertido en parte de quienes tienen raíces indígenas quechuas, aymaras, incas, chibchas y aztecas. La usaban en diferentes fiestas como comida especial, además, era parte de algunos ayunos.

Chicha:

La chicha es una bebida de origen indígena, gracias a la adaptación del maíz los indígenas lograron darle cientos de usos a este grano, entre esos usos está la chicha. Era considerada como símbolo de unión, de trabajo y de amistad, porque todos tomaban de la misma totuma.

Bollos de Maíz:

Ciertos bollos de maíz, eran amasados con sangre de llamas blancas que solo se consumían en las festividades o banquetes públicos, es decir, en las plazas o lugares abiertos y eran servidos en la vajilla de plata del templo del sol.

Pan:

Acerca del pan, en medio de las épocas de conquista devoraban caballos por causa del hambre, y debían contar con pan o maíz para acompañar esta carne. Detrás de la elaboración de panes de maíz, estaba el esfuerzo y trabajo de quienes lo preparaban, casi siempre eran las indias las encargadas de la preparación de este alimento.

○ Época Contemporánea

Actualmente, en la gastronomía ancestral se han destacado platos que han sobrevivido al pasar de los años con grandes transformaciones pero que aún siguen siendo parte de la identidad de un pueblo como es la Muisca.

Mazamorra Dulce:

Es una sopa tradicional a base de maíz proveniente, del altiplano Cundiboyacense. Siendo un producto destacado en la dieta de los muisca que aún sigue siendo parte de su alimentación cotidiana, además de preservar los alimentos principales como es el maíz.

Chicha:

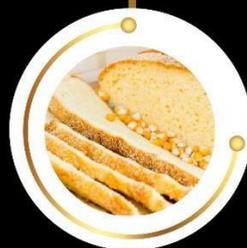
Es una bebida fundamental en la época precolombina y actualmente, debido a que todavía se consume, siendo su ingrediente principal el maíz y con el cual se destaca, porque existen otras preparaciones como chicha de Cubidos y de quinua. Además, siendo esta bebida tan representativa en las comunidades muisca antiguas y actuales las han tenido en cuenta tanto en sus rituales como en festividades, en el que se recuerdan las viejas costumbres y se toma chicha acompañando otros platos.

Envueltos de Maíz:

Continúan preparándose, los bollos son un alimento a base de maíz cocido envuelto en hojas de mazorca secas, lo que refleja su origen indígena, hoy en día se endulzan con azúcar de caña y ocasionalmente, llevan queso y pasas.

Pan:

El pan es el producto alimenticio presente y representativo en la canasta familiar de los colombianos, es también una de las preparaciones con ingredientes más diversos y variados, por ende, es el acompañante ideal para la comida. Igualmente, el pan entra a ser muy consumido en el desayuno, pero no debe ser cualquier pan el que se encuentre en esta comida, sino el que este caliente, recién horneado y fresco





Cuchuco de maíz:

La palabra cuchuco es de origen muisca, este plato se originó por los antepasados indígenas, este alimento era popular por lo barato pues era el sobrante de la molienda de los cereales usados para elaborar harinas que eran consumidas por las clases sociales con mayores recursos para pagar su alto precio y hacer las cremas y coladas.



Los Jutes:

Al igual que la anterior preparación esta incluye la fermentación del maíz, pero también se puede preparar con papas, sin embargo, en ambos casos tienen que encontrarse en un alto esta de putrefacción, los jutes también se realizan por su propiedades curativas o mitigantes de algunas enfermedades.



Sopa de Indios:

Se denomina indios a los amasijos de cuajada y harina que se envuelve en hojas de repollo. Tiene origen ancestral indígena, y tras la llegada de los españoles en la conquista la preparación se asimilaba con la forma de vestir de los ancestros.



Sopa Podrida:

Es un plato que se originó en Boyacá por parte de las comunidades Muisca. Consiste en el maíz en un estado máximo de fermentación, transformándolo en sopa, otorgando un sabor ácido y amargo.

Arepas de Maíz:

Continúan con la fórmula indígena de masa de maíz asada solo que en la actualidad se le adicionan mantequilla y queso, productos lácteos introducidos de Europa, pero en general estos alimentos son los supervivientes del enorme mestizaje cultural resultado del encuentro de los dos mundos. En Colombia, actualmente, se consume en todo el país e incluso se ha industrializado la preparación de harinas precocidas que se venden masivamente.



Puchero Santafereño:

El puchero se debe al nombre del recipiente donde tradicionalmente, se preparaba, es más que un delicioso caldo. Es uno de los platos que también persisten hoy en día, es succulento y abundante que generalmente, incluye gran variedad de alimentos del nuevo mundo, es decir, es un plato mestizo.



El Ajiaco Santafereño:

Esta preparación fue y ha sido parte de las costumbres gastronómicas del país, siendo tan notable su rol que se realizan concursos y festividades a su honor demostrando la diversidad de las comunidades y su manera de prepararlo, ya que este plato se puede consumir en fechas especiales.



Cocido Boyacense:

Mayormente, se realiza en el Altiplano Cundiboyacense, se caracteriza por llevar en su interior los tubérculos que se producen en la zona y que se han consumido desde que los Muisca ocupaban este territorio. Luego, este plato fue modificado por los españoles, llamándolo "olla podrida", donde combinaban diferentes productos alimenticios en función de la región.



Conclusiones finales

En este apartado se exponen las conclusiones a las que se llegaron por medio de la investigación realizada a lo largo del desarrollo de este proyecto, también se plantean algunas recomendaciones a posibles investigadores que quieran tomar este trabajo como base de su investigación.

En primer lugar, se evidenció que el producto turístico denominado Ruta Leyenda del Dorado y como se ha mencionado previamente, tiene algunas falencias, no obstante, la más relevante, es que ellos poseen un producto que no transmite lo que buscan, que era divulgar la cultura e historia muisca, sino que se enfoca en promocionar y comercializar la ruta con la participación de otras entidades no tan relacionados con el tema, lo cual no es coherente con lo que de verdad significa el nombre de este producto y sobre todo su propósito. En segundo lugar, no se tiene en cuenta la opinión de las comunidades indígenas y municipios “incluidos” en la ruta, ya que son ellos los que pueden ayudar a ofrecer un producto más realista y congruente con el producto, además, que son la viva de sus tradiciones y costumbres. Es así, que dentro de la sección gastronómica del portal web que ellos ofrecen, no les están brindando a los usuarios conocimientos sobre la alimentación muisca, por ende, el usuario no quedará satisfecho y no tendrá tanto interés en conocer a esta comunidad y su historia, asimismo, no están generando una información apropiada acerca del tema. En último lugar, durante la participación de la Ruta Leyenda del Dorado en la vitrina turística de ANATO del año 2022, se pudo evidenciar que dentro de la promoción que le dan a este producto fue insatisfactoria, debido a que, no se comentó nada acerca de la cultura muisca, de cómo el producto se originó, desarrollo y ha evolucionado, como también, quienes participan, puesto que, solo se limitaron a hacer presencia y repartir folletos, sin profundizar en lo que se supone que estaban ofreciendo y dando a conocer, es decir, la experiencia hubiera sido más significativa, con la intervención de la comunidad, no solo en la información que se vaya a transmitir, si no en la creación y diseño del producto turístico, es decir, tener en cuenta la opinión de las comunidades muisca y aplicarla.

Es por eso, después de vista las problemáticas, esta investigación contribuye a que esta plataforma mejore su contenido sobre la gastronomía muisca con información histórica, de este modo, se obtendría una sección más completa beneficiando al usuario, ya que, le

generara conocimiento e interés sobre la comunidad y en ese caso se puede llegar a compartir con estas comunidades que se encuentran en los diferentes municipios de Cundinamarca. Del mismo modo, se tendrá un portal más fuerte en cuanto a información y promoción de este producto.

Es fundamental remarcar el inmenso valor de la actividad turística y la gastronomía como parte de un circuito turístico, considerándose original, regional y autóctono, por otra parte para muchos turistas uno de los atractivos fundamentales para visitar otra región lo constituye la experiencia gastronómica que ofrece el sitio preservando las tradiciones y el patrimonio histórico de las culturas ancestrales, de esta manera, la gastronomía se relaciona con la identidad, la cultura y con el turismo, justamente, esta insiste en declarar caminos o rutas donde el eje sea vincular los sabores con la identidad.

En relación con los objetivos planteados y a través del proceso metodológico aplicado se obtuvo un aprendizaje de la cultura en su sección gastronómica, desde la época precolombina y la actual, para desarrollar una comparación que ayude a entender sus cambios o transformaciones que han dado paso a la existencia de algunos platos, como también a la diversidad de los mismos, dando a entender de esta manera, que siguen siendo parte de la identidad de esta comunidad, esto también se demuestra gracias a los emprendimientos desarrollados por los entrevistados en su preocupación de conservar sus tradiciones hasta la actualidad.

Asimismo, la comunidad Muisca se preserva, pero a través de sus descendientes, que son personas que han conservado sus tradiciones a pesar de la urbanización que llegó a apropiarse del territorio y por consiguiente acabó con varias costumbres relacionadas con la naturaleza y su entorno, debido a que se talan los árboles y se secan los lagos para edificar sin tener en cuenta que son zonas sagradas, y es así como se les obligó a adaptarse a la modernidad que trajo la concepción de la ciudad.

Cómo resultado satisfactorio se logró un aporte histórico desde esta primera fase, con aproximación de un levantamiento documental, contando con personas de esta comunidad que narraron su conocimiento y expresaron sus experiencias, en la búsqueda de redescubrir su pasado oculto construido por medio de sus narraciones, y en este caso de la historia y origen de sus alimentos y platos.

Recomendaciones

Para la elaboración de una investigación o proyecto en esta línea, se ofrecen diversas recomendaciones que se explicarán a continuación:

Se recomienda ampliar la investigación a futuro, ya que fue muy difícil saber con exactitud cómo se originaron las diferentes prácticas y preparaciones ancestrales de algunos platos, en razón de que no existen muchas fuentes secundarias dirigidas a este tema en cuestión, que describan como tal información sobre la gastronomía muisca, y podríamos decir que un poco de la información que se llegó a obtener se relató de aquel conocimiento que se ha transmitido de generación en generación a través de padres a hijos.

Reforzar estas preparaciones y prácticas desde la relación con restaurantes que estén fortaleciendo estas preparaciones indígenas; contar con el apoyo de cocineras tradicionales y pioneros en la gastronomía, es decir, en esta segunda fase, se propone que sea práctica y de relacionarse con la comunidad.

Igualmente, se aconseja tener en cuenta trabajos de calidad y procesos investigativos, es decir, de diferentes áreas de la academia, ya que, sería un apoyo base para sus antecedentes o procesos que puedan formar y construir una investigación más sólida y que consulten a otros profesionales que conozcan del tema, pero no solo en esta área de la gastronomía, si no en campos como la antropología, historia, sociología, lenguas etc.

Es fundamental continuar con esta línea de investigación, porque, es una primera fase de caracterización y diagnóstico de la gastronomía Muisca, debido a que, la idea principal es seguir fortaleciendo el patrimonio gastronómico de esta comunidad y darlo a transmitir en otros espacios, también no dejar de lado a las huertas comunitarias y emprendimientos que se realizan como el intercambio de semillas y preservación de las mismas, siendo cultivos ancestrales, permitiendo que no desaparezcan estas prácticas ancestrales que desarrollan distintos territorios e individuos.

Además de lo anterior, es importante involucrar entidades estatales que puedan aportar desde el material histórico, ya sea documental y audiovisual que tengan relación con el tema y que puedan contribuir a la consolidación de materiales más completos sobre un compendio estructural de los cimientos en gastronomía, no solo de la cultura Muisca, sino de otras culturas precolombinas asentadas en nuestro país.

Referencias bibliográficas

- Angeli, G. D. (2011). *Cocina Tradicional*. México, ed. Larousse.
<https://repositorio.uleam.edu.ec/bitstream/123456789/1112/1/ULEAM-HT-0014.pdf>
- Araque Hernández, J. E. (2013). Tradición Oral En La Cultura Boyacense. *Desarrollo, Economía Y Sociedad*.
<https://www.jdc.edu.co/revistas/index.php/deyso/article/view/461>
- Arango, R., africano, G., & Viana, A. (2018). La gastronomía colombiana. Atractivo turístico en crecimiento. *Hitos de Ciencias Económico Administrativas*, 24(68), 103-115.
- Ávila M. & Bustos J. (2016). *Recetario Muisca: Alimentando nuestra memoria*. Vol. 1. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.
https://issuu.com/gestiondeproyectos/docs/recetario_muisca
- Carretón, A. (2018). *La importancia de una buena interpretación del patrimonio*.
<https://patrimoniointeligente.com/interpretacion-del-patrimonio/>
- Casallas, L. & Arteaga, S. (2021). Prácticas y saberes ancestrales de la gastronomía colombiana en el departamento de Cundinamarca, provincia Oriente, 2020. *Sosquua*, 3(1).
- Castañeda, S. (2008). *América Latina: Culturas Precolombinas*. Bogotá: Grupo Editorial: Educar.
- Castro Correa, C. F., Guzmán Forero, A., & Zapata Ortiz, J. D. (2015). *Representación del contexto cultural de los elementos de identidad en el Cabildo Muisca de Suba, desde una narrativa fotográfica*.
<https://digitk.areandina.edu.co/repositorio/handle/123456789/616>
- Cendales, Lola. Peresson, Mario & Torres, Alfonso. (1990). *Los otros también cuentan. Elementos para una recuperación colectiva de la historia*. Ediciones Dimensión Educativa.
- Cifuentes, J. E., & López, P. A. (2018). *Cocina ancestral, la huerta de la comunidad muisca de Suba (1.ª ed.)*. Bogotá: Fundación Universitaria Andina. Bogotá: Fundación Universitaria Andina.

- Claros-Ortiz, M. C. (2020). *Ruta turística en la Candelaria como experiencia cultural que permita conocer la tradición gastronómica Cundiboyacense*.
- Cocido boyacense: el rescate de los tubérculos nativos. (n.d.). *Radionacional.com; Radio Nacional de Colombia*. Retrieved October 11, 2021, <https://www.radionacional.co/cultura/cocido-boyacense-el-rescate-de-los-tuberculos-nativos>
- Correa Rubio, F. (s.f.). *Los Muyscas y el derecho a sus derechos*. Universidad Nacional de Colombia.
- Coque, M. (2013). La gastronomía ancestral y su influencia en el turismo cultural del Cantón Ambato, Provincia de Tungurahua. Recuperado de. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/5177>
- Covadonga, M. (2007). ¿Es la gastronomía un arte? *Hospitalidad ESDAI*, 12, pp. 111 – 129.
- Cultura 10 (s.f.). *Organización Social Muisca: Estructura de un sistema jerárquico*. <https://www.cultura10.org/muisca/ubicacion/>
- El ajiaco: un plato con historia*. (n.d.). Com.Co. Retrieved October 11, 2021, <https://canaltrece.com.co/noticias/el-ajiaco-un-plato-con-historia/>
- Flores Carrasco, E. A. (2016). *El valor turístico cultural de la gastronomía típica de la Parroquia Atocha–Ficoa y su contribución en la identidad gastronómica del cantón Ambato* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Carrera de Turismo y Hotelería). <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/23457/1/tesis%20ESTEFANIA%20FLORES.pdf>
- Francesc Fusté-Forné (2016). *Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario*. Universidad de Girona, Girona, España. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S07973691201600100001#:~:text=2016&text=El%20patrimonio%20culinario%20es%20un,el%20sector%20de%20los%20servicios
- Fundación Universitaria Cafam. (2017). *Fundamentos de la cultura Mhuysqa*. Bogotá: Escuela de Turismo y Gastronomía. <https://www.idt.gov.co/sites/default/files/publicaciones/Cultura%20y%20Tradiciones%20Culturales%20de%20los%20Muiscas.pdf>

- Galindo Hoyos, J. R. (2011). *Los Muisca su vida, tradiciones y leyendas*. Bogotá, Colombia: Universidad Libre - Bogotá
- García Ángel, A. (2012). *Recetario Santaferense*. Instituto Distrital de las Artes (Bogotá, CO). <https://coleccionedigitales.biblored.gov.co/items/show/151>
- Gómez, J. M. y Gómez Aldana, D. F. *Diccionario de muisquismos*. Grupo de Investigación Muyscubun. 2008 - 2021. Publicación digital en muysca.cubun.org/Muisquismos. <http://muysca.cubun.org/MU/cubio>
- Halbwachs, Maurice. (2002). *Memoria Colectiva y Memoria Histórica*
- Hernández Sampieri, R., Fernández Callado, C., & Baptiste Lucio, P. (2010). Metodología de la investigación. Mc Graw Hill.
- Isaza, r. A. S. *Actividad agrícola indígena y cambios biogeográficos en la sabana de Bogotá, Colombia*. <http://observatoriogeograficoamericalatina.org.mx/egal11/Geografiasocioeconomica/Geografiaagricola/01.pdf>
- Jelin, Elizabeth. (2002) *Módulo virtual: Memorias de la violencia, historia y memoria*.
- Llano, M. y Campuzano, M. (1994). *La chicha, una bebida fermentada a través de la historia*. Bogotá: Instituto Colombiano de Antropología.
- Leburthe, P. (1998). *Etimología Y Antropología*.
- Manrique, C.R. (17 de junio del 2012). *Historia de la Cocina y Gastronomía*. Colombia. Grupo Gastronautas <https://www.historiacocina.com/es/historia-de-la-yuca1>
- Medina Pérez, M. (enero de 2012). Contribuciones a las Ciencias Sociales. Obtenido de: La memoria cultural como símbolo social de preservación identitaria: www.eumed.net/rev/ccss/17
- Micuy, A. (2010). *Gastronomía tradicional altoandina*. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación Oficina Regional para América Latina y el Caribe (FAORLC). <http://www.fao.org/3/i1466s/i1466s.pdf>
- Millán, M.G., Agudo, E. (2010). El turismo gastronómico y las Denominaciones de Origen en el sur de España: Oleoturismo. Un estudio de caso, *Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*. España. <https://www.redalyc.org/pdf/881/88112836008.pdf>

- Montalván, A. (2018). Rescate de la identidad gastronómica ancestral como aporte al desarrollo del turismo cultural y rural de la parroquia Chuquiribamba (tesis de pregrado). Universidad estatal Amazónica, Puyo.
- Morales, O. (2003). Fundamentos de la investigación documental y la monografía. *Manual para la elaboración y presentación de la monografía. Metodología de la investigación*. Mérida, Venezuela: Universidad de Los Andes.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (s.f.). *Patrimonio cultural*. Santiago, Chile. Recuperado de <https://es.unesco.org/fieldoffice/santiago/cultura/patrimonio>
- Paseo de olla. Recetas de las cocinas regionales de Colombia* Enrique Sánchez, Carlos E. Sánchez. Bogotá: Ministerio de Cultura, 2012. 568 p. Recuperado de. <https://www.mincultura.gov.co/Sitios/patrimonio/bibliotecas-de-cocinas/tomos/tomo10.pdf>
- Pedro Plasencia, "*Gastronomía precolombina* /", -: Madrid, España: Miraguano Ediciones, [2011], 2011. Consultado en línea en la Biblioteca Digital de Bogotá (<https://bibliotecadigitaldebogota.gov.co/resources/3205138/>), el día 2021-09-05.
- Pérez de Barradas, J. (1950). *Pueblos indígenas de la Gran Colombia*. Los Muisca antes de la conquista. Tomo I. España: Consejo Superior de Investigaciones Científicas - Instituto Bernardino de Sahagún
- Ruiz, M. (2015). *Alimentando la vida frente al desplazamiento forzado: memoria y cocina*. Ruta Leyenda El Dorado, Cultura y tradiciones gastronómicas de los Mhuysqas. (s.f.). *Gastronomía Muisca*. En <https://www.idt.gov.co/sites/default/files/publicaciones/Cultura%20y%20Tradiciones%20Culturales%20de%20los%20Muiscas.pdf>
- Rodríguez Cuenca, J. (1998). *Apuntes sobre la alimentación de la población prehispánica de la cordillera oriental de Colombia*. Maguaré. Tomado de <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/24950>
- Rodríguez Cuenca, J. (2006). *Las enfermedades en las condiciones de vida prehispánica de Colombia*. Univ. Nacional de Colombia. <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/3042/06CAPI05.pd?sequence=8&isAllowed=y>

- Rojas de Perdomo, L. (2012). *Comentarios a la cocina precolombina. De la Mesa Europea al Fogón Amerindio*. Bogotá, Colombia: Ministerio de Cultura
- Rozo Gauta, J. (1993). *Cultura espiritual de los Muisca*. Instituto Colombiano de Antropología
- Rozo Gauta, J. (1998). *Alimentación y medicina entre los Muisca*. Colombia: Naidí Ltda.
Tejuelo: Didáctica de la Lengua y la Literatura

ANEXOS

Anexo A “Formato de Entrevistas”

Lugar: Virtual: Google Meets

Presentación: Buenos días, somos Carol Pinilla y Viviana Barbosa, estudiantes de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca del Programa de Turismo, esta entrevista tiene como objetivo fortalecer la información del patrimonio gastronómico de los muisca en el marco de la Ruta Leyenda del Dorado, por lo cual nos gustaría realizarles las siguientes preguntas. Igualmente agradecemos contar con su consentimiento para usar esta entrevista con fines académicos en el desarrollo de esta investigación. Agradecemos su participación.

Puede iniciar presentándose y contándonos un poco sobre usted y su emprendimiento.

1. ¿Qué percepción tiene sobre la gastronomía Muisca como valor cultural? - Valor patrimonial
2. A partir de su cosmovisión o pensamiento actual ¿qué opina acerca de las siguientes acciones Historia, Memoria e Identidad? y ¿qué rol juegan en la gastronomía?
3. ¿Cuál es el valor de los alimentos y sus usos en la gastronomía actual?
4. ¿Qué prácticas culturales alimentarias desarrollan? y
5. ¿Qué tanto se han transformado estas prácticas alimentarias? ¿Por qué? además de
6. ¿Cómo las han conservado actualmente?
7. Con respecto a sus rituales o actividades ancestrales ¿qué alimentos son parte de las mismas? y ¿qué significado tiene cada uno?
8. ¿Podría relatarnos o contarnos desde sus saberes acerca de la importancia de la alimentación Muisca en la época Precolombina?
9. Recuerda usted ¿Qué platos tradicionales autóctonos se preparaban en su comunidad?, puede explicarnos a detalle sus nombres, alimentos, características, presentación y en dado la historia de dicha preparación.
10. y ¿Por qué se han dejado de preparar y/o consumir?

Anexos: “Actas de reunión”

[Anexo B](#)

Anexo C

Descripción del entregable

El presente entregable, es con el propósito de fortalecer el contenido del portal web la ruta leyenda del dorado y su área gastronómica, puesto que, las falencias que evidencia es que no cuenta con los platos tradicionales que representan a esta comunidad, es así, que a modo de cumplir lo establecido que se mencionó en el objetivo general, se desarrolla un conjunto de entregables que son el aporte al IDT. Estos entregables, son una comparación entre la época precolombina y la época contemporánea, con categorías como el nombre, la construcción de prácticas socioculturales entorno a la alimentación o gastronomía de la comunidad Muisca e ingredientes. Además, otro de los anexos, es una serie de imágenes creativas que sintetizan la información encontrada de la gastronomía de esta comunidad y, por último, se diligencia como soporte el trabajo de grado para complementación.

Anexo: Entregable