



Legado de Sabor
Sistema de registro digital interactivo de recetas

Angélica María Rodríguez Martínez

Proyecto de grado entregado para obtener el título de
Gastrónoma

Dirigido por
José Rafael González Díaz

Pontificia Universidad Javeriana Cali
Facultad de Creación y Hábitat
Programa de Gastronomía y Artes Culinarias
Santiago de Cali
21 de noviembre de 2025



LEGADO DE

SABOR

Legado de Sabor
Sistema de registro digital interactivo de recetas

Angélica María Rodríguez Martínez

Director: José Rafael González Díaz

Pontificia Universidad Javeriana Cali
Facultad de Creación y Hábitat
Programa de Gastronomía y Artes Culinarias
Santiago de Cali
Noviembre, 2025

Agradecimientos

A Dios, por ser guía constante en este camino, por darme fortaleza en los momentos de incertidumbre y claridad para avanzar con propósito.

A mi mamá, cuyo amor incondicional, paciencia y apoyo diario hicieron posible cada paso de esta etapa. A mi familia, gracias por las palabras de aliento, por acompañarme en los momentos difíciles y por creer en mí incluso cuando yo misma dudaba.

A las personas que ya no están, pero que permanecen en la memoria y en los sabores que marcaron mi vida. Sus gestos, historias y recetas fueron la inspiración más profunda de este proyecto, porque Legado de Sabor nace, en gran parte, como un homenaje a su presencia y a los vínculos que continúan vivos a través de la cocina.

A mis compañeros y amigos, gracias por su compañía, conversaciones, apoyo emocional y por los momentos que hicieron más llevadero este proceso.

Extiendo también mi agradecimiento a quienes compartieron su tiempo, conocimientos y experiencias que aportaron desde la conversación, la orientación y las reflexiones. Gracias por su disposición, por acompañar mis ideas y por contribuir al crecimiento académico y humano que este proyecto representa, en especial a José Rafael González y Florisalba Mosquera.

Finalmente, agradezco a todas las personas que hicieron posible el proceso creativo, investigativo y técnico detrás de este proyecto, y que comprendieron la importancia de preservar la memoria culinaria como un acto de identidad y pertenencia.

Tabla de contenido

Resumen.....	5
Abstract.....	5
Planteamiento del problema y justificación de la propuesta.....	6
Objetivo general.....	9
Objetivos específicos	9
Marco teórico y estado del arte.....	9
<i>Marco teórico</i>	9
Recetas familiares.....	10
Transmisión del conocimiento.....	11
Sistema de registro de recetas.....	12
Prosumidor.....	13
<i>Estado del arte</i>	15
Grandmas Project	15
WASHOKU Traditional Dietary Cultures Archive	17
The Heritage Cookbook Project	18
Proyecto ABC Culinario interinstitucional: Una apuesta para formar sin límites en entornos digitales.....	20
Materiales y métodos	21
Resultados	23
Discusión.....	37
Conclusiones y perspectivas futuras	41
Bibliografía	43
Anexos	46

Resumen

Considerando las múltiples potencialidades que ofrece un sistema digital interactivo para la preservación de la identidad gastronómica, así como la limitación que existe en la tradición oral del legado culinario familiar, el presente proyecto propone el desarrollo de un sistema de registro digital de recetas familiares, diseñado para estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali. Este sistema se enfoca en documentar y preservar las historias culinarias individuales junto con su contexto familiar específico, contribuyendo así a la salvaguarda del patrimonio gastronómico familiar.

Palabras clave: Tradición oral, historia culinaria, recetas familiares, transmisión y preservación, sistema de registro digital e interactivo.

Abstract

Considering the multiple potential offered by an interactive digital system for preserving culinary identity, as well as the limitations of the oral tradition of family culinary heritage, this project proposes the development of a digital family recipe recording system, designed for Gastronomy and Culinary Arts students at Pontificia Universidad Javeriana Cali. This system focusses on documenting and preserving individual culinary stories along with their specific family context, thus contributing to the safeguarding of family culinary heritage.

Keywords: Oral tradition, culinary history, family recipes, transmission and preservation, digital and interactive recording system.

Planteamiento del problema y justificación de la propuesta

Una familia es un sistema de interrelación biopsicosocial en donde hay una media entre un individuo y la sociedad, pero al mismo tiempo se unen por vínculos consanguíneos, de matrimonio, adopción o unión con otros (Torres Velásquez et al., 2015). La identidad es el compuesto de los rasgos propios de un individuo o colectivo que lo diferencian de los demás (Pérez-Marín & Molero-Zafra, 2012), pero la tradición, costumbres e identidad no solo vienen del país o región, sino de la familia a la que cada uno pertenece (Puerta Bustamante, 2018). Podemos entonces definir identidad familiar como el conjunto de características, normas, patrones, costumbres y valores que define la tradición y carácter de un grupo familiar y lo distingue de los otros (Valdés et al., 2021).

Dentro de estas características, está la identidad cultural alimentaria, donde el peso de la herencia familiar y el recuerdo se vuelven acciones que generan un conjunto de atributos culturales de pertenencia que dan origen a la acción cotidiana (Trujillo Ortega et al., 2016). Teniendo en cuenta lo anterior, cada persona al estar ligada a estos atributos culturales empieza a generar tradiciones que la unen a su familia y su herencia, es así como ciertas comidas se asocian a eventos y crean sentimientos que quedan dentro la memoria colectiva (Castro & Hansman, 2023), generando así una tradición culinaria familiar.

Esta tradición culinaria se sustenta fundamentalmente en la tradición oral, manifestación que pasa de generación en generación y forma parte de la identidad que se conserva a pesar de las transformaciones (Jiménez, 2016). Lo transmitido de manera oral, se puede considerar la primera biblioteca del ser humano, pero con la aparición de la escritura se convirtió en algo tangible, pero termina siendo una fusión entre lo tangible e intangible con la aparición de las nuevas tecnologías en especial el internet (Zuriñé, 2020).

Aunque valiosa, la tradición oral enfrenta desafíos significativos para su preservación. La marcada brecha generacional entre los jóvenes al igual que las nuevas tecnologías y medios digitales han transformado las formas de comunicación lo que afecta la transmisión de tradiciones culturales (Urcola Eceiza et al., 2022). La rápida urbanización al igual que la migración y los cambios del medio ambiente, han generado una ruptura de los espacios de integración y encuentro intergeneracional donde se compartían tradicionalmente los saberes y esto, compromete la continuidad del patrimonio cultural, pilar fundamental de la identidad colectiva (UNESCO, 2003).

En este contexto, las plataformas digitales asociadas con la documentación son una gran alternativa para llevar a cabo iniciativas que tengan que ver con la preservación del conocimiento oral (Zuriñe, 2020). Anclando lo anterior a la tradición culinaria familiar, se evidencia una falta de documentación y preservación de manera digital de las recetas familiares, lo que representa una pérdida del potencial de la herencia culinaria, algo crucial para conservar la cultural y salvaguardar conocimientos (Morris, 2024). Sin embargo, la transformación digital que se ha tenido en los últimos años (Mero Suárez et al., 2021), al igual que los cambios en las dinámicas familiares han amenazado la preservación de las tradiciones culinarias, teniendo en cuenta que las familias son estructuras cambiantes donde la historia y la cultura juegan un rol fundamental (Soledad et al., 2016). Considerando también que muchas de estas recetas heredadas tienen elementos que las diferencian y reflejan la adaptación de los platos a su contexto local y su identidad cultural (Universitat Carlemany, 2024).

Surge entonces una necesidad de implementar soluciones tecnológicas donde se pueda preservar y transmitir el conocimiento de una manera sistemática y efectiva (Cózar-Gutiérrez et al., 2016). Dichas alternativas permitirían la creación de un espacio donde cada preparación se

documenta con el detalle que se merece teniendo en cuenta sus ingredientes, técnicas, variaciones y un contexto familiar el cual las hace únicas.

A nivel global, existen iniciativas en donde se abarca el tema de la documentación digital de recetas familiares. En Francia, se destaca “*Grandmas Project*”, un trabajo que busca “compartir, explorar y celebrar colectivamente lo que nuestras abuelas nos han dejado a través de la comida, el patrimonio más delicioso del mundo” (Parienté, 2015). En Japón, el Ministerio de Agricultura, Silvicultura y Pesca desarrolló un documento en el que se habla del *Washoku*, una tradición japonesa alrededor de la mesa que está desapareciendo (Itadaki-masu & Ministry of Agriculture, 2013). En Estados Unidos, se encontró un proyecto que nació gracias a los patrones y narrativas de las historias alrededor de la comida (Olson, 2019).

En el contexto de Colombia, durante la pandemia nació el proyecto *ABC Culinario interinstitucional: Una apuesta para formar sin límites en entornos digitales*, como una alternativa de ayuda a los padres de familia para la educación en casa de sus hijos por medio de recetas para desarrollar juntos que se integren los materiales de clase como las matemáticas y el lenguaje (Bernal Ochoa et al., 2020).

Considerando las múltiples potencialidades que ofrece un sistema digital interactivo para la preservación de la identidad gastronómica, así como a las limitaciones identificadas, el presente proyecto propone el desarrollo de un sistema de registro digital de recetas familiares, diseñado para estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali. Este sistema se enfocará en documentar y preservar las historias culinarias individuales junto con su contexto familiar específico, contribuyendo así a la salvaguarda del patrimonio gastronómico familiar.

Objetivo general

Desarrollar un sistema de registro digital interactivo que permita la documentación y preservación de recetas familiares, para la contribución de la salvaguarda de la herencia culinaria familiar de los estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali.

Objetivos específicos

- Recopilar recetas familiares de los estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali, para la determinación de las categorías a ser empleadas en el sistema de registro.
- Diseñar un sistema digital interactivo que integre funcionalidades multimedia y criterios de usabilidad, sensoriales y emocionales, el cual permita a los estudiantes el registro, la consulta y la difusión de recetas familiares.
- Proponer una experiencia gastronómica con un enfoque sensorial orientada al reconocimiento de la diversidad de la herencia gastronómica familiar consignado dentro del sistema interactivo.

Marco teórico y estado del arte

Marco teórico

Tradición culinaria familiar

La identidad de cada persona está relacionada con celebraciones, ceremonias y rituales que se dan desde su niñez hasta la vida adulta, ciertas comidas se asocian con eventos o periodos específicos, creando sentimientos que se graban en la memoria, es por lo anterior que las

tradiciones e identidad culinaria son componentes indelebles de cada uno (Castro & Hansman, 2023). La cocina ha sido un espacio de socialización donde el conocimiento se transmite de manera generacional lo que asegura de cierta manera la continuidad de los sabres al igual que la adaptación de nuevas prácticas a lo largo del tiempo (Loaiza Becerra et al., 2024).

Cada familia tiene un repertorio culinario, organizado alrededor de ingredientes y técnicas que son influenciados por factores históricos, sociales, culturales y geográficos (Castro & Hansman, 2023), en este sentido, las recetas familiares representan una expresión intangible del patrimonio cultural inmaterial familiar al igual que un vínculo intergeneracional reforzando las relaciones e identidades (Loaiza Becerra et al., 2024).

La tradición culinaria familiar es el eje central, ya que busca rescatar y preservar el conocimiento transmitido de generación en generación, documentar estas tradiciones garantiza su permanencia en el tiempo y su difusión a nuevas generaciones. Es así como la tradición culinaria familiar, no solo es un legado gastronómico, sino que actúa como mecanismo de cohesión cultural y social que requiere estrategias efectivas de transmisión.

Recetas familiares

Una receta es la descripción ordenada de un procedimiento culinario, que consiste habitualmente en una lista de ingredientes necesarios y luego una serie de instrucciones para elaborar el plato o bebida, algunas incluyen un listado de utensilios para su realización (Cambi & Pérez Cuadra, 2013). En algunos casos son las recetas que se han transmitido a lo largo de la historia en los pueblos o familias, de generación en generación de manera oral o escrita bien sea en libros de cocina, recetarios u hojas sueltas. Muchas veces estas recetas no reciben la importancia que merecen, pero este conocimiento forma parte de la cultura de un grupo de

individuos y los propios cambios permiten ver cómo evoluciona la cultura (Cambi & Pérez Cuadra, 2013).

Las recetas familiares trascienden una función de instrucción y se convierten en documentos históricos y culturales que reflejan adaptaciones a diferentes contextos económicos, sociales, de migración, fusiones culturales y evoluciones tecnológicas a lo largo del tiempo (Vásquez-Medina, 2018), documentando también narrativas personales, memorias emotivas y estrategias de supervivencia y adaptación.

En el contexto educativo gastronómico, las recetas familiares son un recurso pedagógico y lúdico que conecta el aprendizaje formal con la experiencia vivida, que permite a los estudiantes desarrollar competencias técnicas, al igual que una comprensión más profunda de los contextos socioculturales, históricos que moldean las tradiciones culinarias (Janhonen et al., 2018).

Transmisión del conocimiento

Lo transmitido de manera oral, se puede considerar la primera biblioteca del ser humano, pero al aparecer la escritura, inició su desaparición teniendo en cuenta que de esta manera se podía llegar a más personas y aún más con la aparición de las nuevas tecnologías en especial el internet (Zuriñé, 2020), fue así como el conocimiento pasó de ser intangible a tangible y finalmente una mezcla de ambos.

La oralidad como método de transmisión de conocimiento ha sido fundamental en la historia humana, constituyendo el primer sistema para perpetuar saberes, tradiciones y experiencias entre generaciones (Domínguez Cáceres, 2011). Pero, este sistema tenía limitaciones en cuanto a su precisión, alcance y permanencia temporal. Al introducirse la

escritura hubo una revolución cognitiva que dándole mayor fidelidad en la preservación del conocimiento y una expansión a nivel global y temporal (Goody & University of Cambridge, 1977). Actualmente, la introducción de las tecnologías digitales ha generado una transformación en los procesos de transmisión del conocimiento, al crear sistemas híbridos convergiendo lo oral, lo escrito y lo digital (Castells, 2009).

Esta convergencia tecnológica ha extendido la posibilidad de crear y difundir el conocimiento, permitiendo que saberes que por generaciones se han cerrado a círculos familiares para que puedan ser compartidos a un nivel más amplio, preservados digitalmente y enriquecidos colectivamente. Es entonces como el concepto de transmisión del conocimiento esencial para el proyecto, ya que busca preservar y compartir recetas familiares mediante un sistema digital, la evolución de la transmisión del conocimiento desde la oralidad hasta las plataformas digitales permite no solo que las recetas y sus historias no se pierdan, sino que se expandan y enriquezcan con nuevos formatos.

Sistema de registro de recetas

Los sistemas de registro han evolucionado significativamente a lo largo de la historia humana, desde las inscripciones en tablillas de arcilla hasta las aplicaciones móviles contemporáneas. Estos sistemas representan no solo un mecanismo de preservación sino también un reflejo de los valores culturales, económicos y tecnológicos de cada época (Molina Salinas, 2023).

El registro digital de recetas amplifica el impacto de los recetarios tradicionales, ofreciendo ventajas significativas como la accesibilidad inmediata, con capacidad de actualización, integración multimedia e interactividad (Magaña Carrillo et al., 2019). Estos sistemas digitales

permiten almacenar información culinaria, al igual que la contextualización con ayudas audiovisuales como fotografías, videos, testimonios orales y referencias culturales e históricas que enriquecen significativamente su valor (Leer & Klitgaard, 2020).

Según Kwik (2008), los sistemas digitales de registro de recetas familiares cumplen una triple función: desde lo documental por la fiel preservación del conocimiento, desde lo educativo, gracias a la transferencia intergeneracional de saberes y desde lo sociocultural, reforzando identidades y vínculos comunitarios (Chakraborty et al., 2022).

El sistema de registro digital representa la herramienta fundamental para garantizar la preservación y transmisión de las recetas familiares. Permite superar las limitaciones físicas de los recetarios tradicionales, mejorando la organización, búsqueda y difusión del conocimiento culinario familiar.

Prosumidor

El término prosumidor es un concepto poco difundido, con un surgimiento en los años 70, pero que en el S. XXI se inició a usar con más frecuencia. Su definición es la de un usuario en la red que asume el rol activo dentro del canal de comunicación, teniendo como origen los conceptos productor y consumidor (Sánchez Carrero & Contreras Pulido, 2012). Por su lado A. Toffler, sociólogo y futurista define la palabra prosumidor como un individuo que no se limita al consumo de productos, también desempeña un papel en su producción (López-Forniés & Asión-Suñer, 2023). Inicialmente no hacía referencia a lo tecnológico, estaba más enfocado a el individuo que realizaba actividades para sí mismo, un concepto más vinculado a la economía (Sánchez Carrero & Contreras Pulido, 2012), un productor que elabora sus productos y los consume sin intermediarios. McLuhan quien fue uno de los primeros en hablar sobre este

término, planteó la hipótesis de cómo sería el prosumidor del S.XXI en su libro *Comprender los medios de comunicación. Una extensión del ser humano*, afirma como todos los medios son extensiones de alguna facultad del ser humano, bien sea desde lo físico o mental, y el contenido de un medio, es precisamente, otro medio (McLuhan, 1996).

La evolución del concepto del prosumidor ha sido relevante en el contexto digital contemporáneo al convertirse en la transformación de audiencias pasivas en comunidades de usuarios que consumen y producen contenido borrando las fronteras entre creador y recetor. El resultado de esta dinámica es aún más visible en plataformas colaborativas en el ámbito gastronómico ya que los usuarios no solo consumen las recetas, las modifican, complementan y reinterpretan desde su experiencia y contexto cultural, creando un espacio donde no solo los usuarios puedan documentar sus recetas familiares, también puedan reinterpretar a partir del diálogo con otros para generar un conocimiento colectivo. Como indica Lastra (Lastra, 2016), el conocimiento culinario ya no es algo que circule de manera vertical, de generación en generación dentro del ámbito familiar, es algo que ahora circula de manera horizontal, entre pares y reticular con la combinación de tradiciones.

Teniendo en cuenta lo anterior, el concepto de prosumidor aporta al presente proyecto desde el punto que, al crear contenido y permitir que otros los conozcan y en algunos casos lo transformen (Sánchez Carrero & Contreras Pulido, 2012), proporciona al usuario una sensación de generosidad, el contribuir sin esperar algo a cambio más que algún comentario o si la información ha sido útil. Esto genera un espacio donde el usuario participa tanto como productor como consumidor, haciendo del mismo un agente mucho más activo que aprovecha el medio para dar su opinión o recomendaciones y enriqueciendo el conocimiento gastronómico colectivo.

El desarrollo de sistemas digitales con el fin de registrar recetas familiares representa una innovación en los mecanismos de transmisión y preservación del conocimiento culinario en el contexto educativo de los estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali, permitiendo una documentación aspectos técnicos al igual que un contexto de las preparaciones dentro de los marcos de la cultura e historia. La implementación de esta herramienta digital en el entorno académico facilitará la valorización de la reconstrucción de la memoria culinaria colectiva.

Estado del arte

Grandmas Project

Este es una serie web colaborativa donde se comparten historias y recetas de abuelas alrededor del mundo (figura 1) que son filmadas por sus nietos (Parienté, 2015). Este proyecto inició en 2005 cuando Jonas Parienté inició a filmar a sus abuelas nacidas en Polonia y Egipto que luego emigraron a Francia pero que veía como se encuentran sus dos herencias culturales que básicamente era lo que cocinaban para él. En 2013 Jonas se dio cuenta que las historias debían ser contadas, el unir la comida con historias personales y crear resonancia (figura 2), siendo Grandmas Project una propuesta que busca reconocer el legado culinario que han dejado las abuelas, el patrimonio más delicioso del mundo (Parienté, 2015).

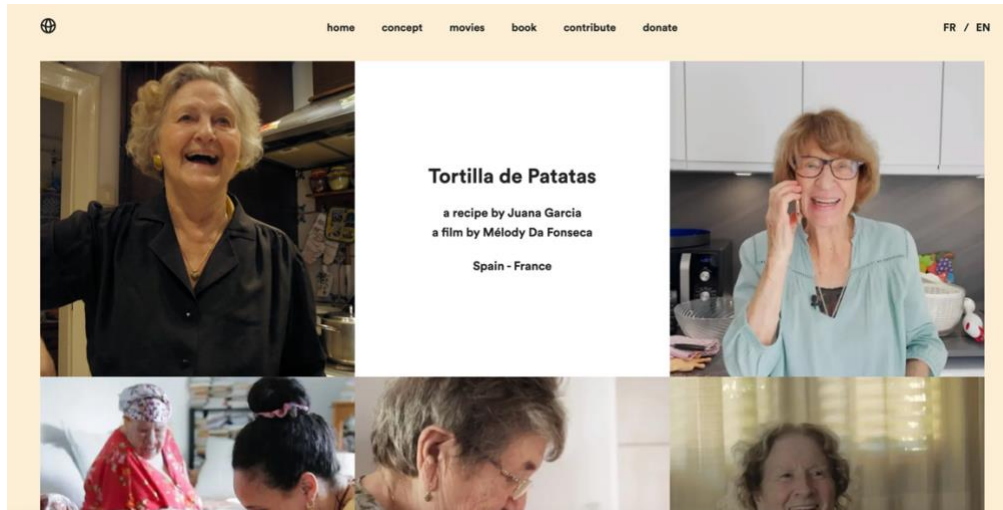


Figura 1. Página de cortometrajes. (Parienté, 2015)



Figura 2. Pequeña biografía de la autora de las recetas y cineasta. (Parienté, 2015)

En 2024 reúnen las recetas de 20 de los videos de la serie además de 30 más de otros participantes del proyecto creando un libro para prolongar el espíritu de compartir el proyecto, recetas de todo el mundo algunas sencillas, otras más complejas desde lo dulce hasta lo salado pero todas acompañadas de la historia que narra el origen familiar e histórico de las mismas.

De este proyecto, se rescata el tipo de documentación de las recetas la forma de documentación de las rectas y la interactividad de estas creando un ambiente de conexión con el usuario.

WASHOKU Traditional Dietary Cultures Archive

Washoku, es reconocido como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO, el cual representa un paradigma integral del patrimonio alimentario japonés yendo más allá de las técnicas culinarias abarcando una cosmovisión cultural (Itadaki-masu & Ministry of Agriculture, 2013). Esta tradición se fundamenta en 4 pilares, el respeto por la naturaleza y sus ciclos, la función social de unir familias y comunidades, la transmisión de deseos de salud y longevidad y la diversidad regional que se refleja. En el documento se puede apreciar que Washoku no hace solo referencia a un conjunto de recetas sino a todo un sistema alrededor del mismo, estética, métodos (figura 3), respeto al sabor y sentido de hospitalidad manifestada en cada comida compartida (Itadaki-masu & Ministry of Agriculture, 2013).

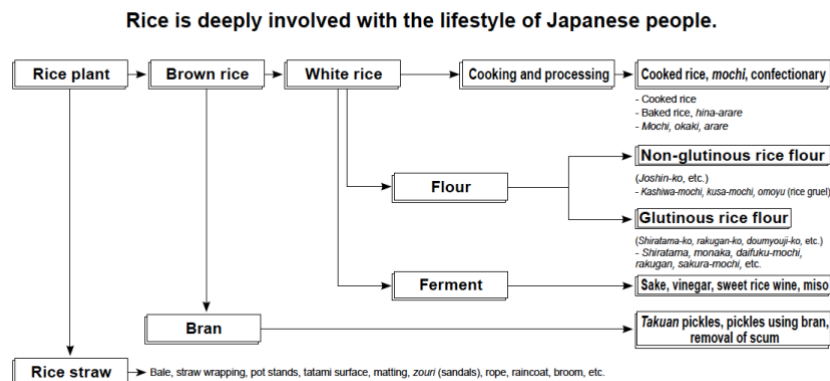


Figura 3. Explicación de las diferentes formas de consumo de arroz en las familias japonesas.

(Itadaki-masu & Ministry of Agriculture, 2013)

Lo significativo de este modelo es la capacidad que tiene para actuar herramienta de preservación de la identidad cultural y adaptación a las transformaciones sociales y económicas, demostrando como un patrimonio alimentario puede ser salvaguardado por medio de acciones sistémicas involucrando, instituciones, familias y comunidades para mantener vivas las prácticas culturales.

Podemos rescatar de este proyecto el sistema de registro digital utilizado al igual que la metodología para no solo contemplar aspectos técnicos sino los contextos y significados.

The Heritage Cookbook Project

Este proyecto surge como una iniciativa personal de Leigh Olson, donde identificó el poder de las historias familiares que se vinculan a la comida cuando esta con su padre y su tía en Minnesota. El enfoque de este proyecto es orgánico y etnográfico hacia lo que es la preservación de la herencia culinaria, fundamentado en que “la comida nos conecta, nos recuerda nuestras raíces y nos trae una mesa para conversar” (Olson, 2019). The Heritage Cookbook Project, evolucionó como una plataforma colaborativa donde se documentan recetas familiares (figura 4) y sus narrativas personales (figura 5) al igual que su contexto cultural, lo que da evidencia de la importancia del componente afectivo en la transmisión del conocimiento culinario tradicional.

The Recipe



Mémé Allen's Beans

- 1 pound navy pea beans
- 1 onion chopped
- 1/2 pound salt pork
- 1/4 cup molasses
- 3/4 cup packed dark brown sugar
- 1 teaspoon dry mustard
- 1 teaspoon salt
- 1/2 teaspoon pepper
-

Instructions

1. Soak navy beans in 4 cups of water for 12 hours.
2. Drain the beans transfer to a large cooking pot. Add enough water to cover, bring to a boil, turn the heat down to a simmer and cook for 1-2 hours until beans are tender.
3. Add the remaining ingredients, bring to a boil and then turn heat to low and cook until done, about 30 minutes.



Figura 4. Presentación de la receta dentro de la página de *The Heritage Cookbook*. (Olson, 2019)

COMMUNITY RECIPES

Mémé Allen's Beans

MEME ALLEN
SEP 16, 1993

1 0 1 0 0 0 [Share](#)

This recipe for pork and beans, affectionately called Mémé Allen's Beans by her family, is served for all family milestones from baby showers to funerals.

Recipe submitted by Donna Nardillo

I come from a very large extended family. My Mother, Mary, was one of thirteen children. Only eleven of the thirteen had children. I am one of fifty-eight grandchildren. My Memere (pronounced Mem-may and means "Grandsmother" in French) loved to cook her baked beans and were requested for every family function, from baby showers to weddings. Memere had to start renting a hall to fit all of us during the holidays. My cousins were my first friends and we are all still close even after fifty years! When Memere passed away in her sleep on her 90th birthday, everyone was invited to her home and was told to take whatever we wanted as a keepsake. Of all the things that I could have chosen, I went straight to the pantry and picked out her two wooden spoons that she so lovingly cooked with. I can still picture her standing in front of her stove preparing the beans, etc. She always said that no matter what, you must cook with love. That's what makes the dish so special.

Figura 5. Presentación del contexto e historia de la receta dentro de la página de *The Heritage Cookbook*. (Olson, 2019)

Fuera de la página web, esta iniciativa ya se expandió a otro formato multimedia, el podcast (figura 6), donde la autora conecta con cocineros de todo el país para hablar de memorias alimentarias y recetas familiares, demostrando así que hay una variedad de sistemas digitales para preservar la herencia culinaria intangible. El enfoque multimodal, permite ir más allá de los aspectos técnicos de la preparación del alimento, conecta con elementos sensoriales, emocionales y culturales transformando simples recetas en vehículos de identidad y memoria colectivo.



Figura 6. Portada del Podcast. (Olson, 2019)

De este proyecto se destaca el enfoque narrativo personal al igual que el componente emocional, al igual que la documentación multimodal, lo que integra narrativas orales, técnicas culinarias y contextos socioculturales, ofreciendo un modelo de referencia para el sistema de registro propuesto, permitiendo no solo la documentación técnica de la receta, sino que también capturar memoria, tradición y significado.

Proyecto ABC Culinario interinstitucional: Una apuesta para formar sin límites en entornos digitales

Con este proyecto interinstitucional se ve una propuesta innovadora que integra los textos instructivos como medio para el desarrollo de competencias comunicativas, matemáticas y

sociales en entornos digitales durante la educación remota (Bernal Ochoa et al., 2020). La experiencia transforma la cocina familiar en un laboratorio de aprendizaje donde los estudiantes pueden leer los libros narrativos y convertirlos en textos instructivos para implementar recetas. Esta es una iniciativa que buscó la reinvención la educación en tiempos de pandemia creando un puente efectivo entre escuela y hogar con el uso de plataformas digitales. La interacción entre docentes, padres y estudiantes mediante transmisiones en vivo funcionó como un espacio de para fomentar en aprendizaje significativo a partir de experiencias, fortaleciendo los vínculos familiares y los padres al convertirse en facilitadores activos durante el proceso, se demostró que es posible formar sin límites con entornos digitales (Bernal Ochoa et al., 2020).

Se rescata el enfoque integrador para transformar espacios cotidianos en entornos significativos utilizando la cocina como herramienta para el desarrollo de competencias comunicativas y la preservación de conocimiento. Con esta estrategia se puede ver como la documentación de preparaciones culinarias puede lograr trascender un simple registro para volverse vehículo de transmisión, integración y desarrollo, permitiendo preservar el entorno de conocimiento gastronómico de manera participativa.

Materiales y métodos

- Objetivo específico 1: Recopilar recetas familiares de los estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali, para la determinación de las categorías a ser empleadas en el sistema de registro.

- Se diseñará un formulario estructurado que incluya campos técnicos (ingredientes, cantidades, tiempos, procedimientos) y narrativos (historia de la receta, contexto familiar, momentos de preparación y consumo).
- Este formulario será compartido con un grupo de estudiantes de diferentes semestres del programa de Gastronomía y Artes Culinarias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Finalmente, la información recolectada será sistematizada para luego ser utilizada en el sistema digital interactivo.
- Objetivo específico 2: Diseñar un sistema digital interactivo que integre funcionalidades multimedia y criterios de usabilidad, sensoriales y emocionales, que permita a los estudiantes el registro, consulta y difusión de recetas familiares.
 - Definir y diseñar el sistema y su narrativa.
 - Elaborar de prototipos de baja y media fidelidad, empleando principios del diseño centrado en experiencia de usuario.
 - Luego se realizarán pruebas interactivas con usuarios para evaluar la navegabilidad, claridad de la interfaz y adecuación del contenido. El desarrollo del sistema digital se realizará en un entorno web accesible desde múltiples dispositivos. Se incorporaron funciones como carga de imágenes, campos de texto para la receta, opción de audio o video, y etiquetas para clasificar por conexión.
 - Posteriormente, lo anterior será validado por medio de focus groups con estudiantes de diferentes semestres al igual que docentes, quienes interactuarán con la plataforma y realizarán una retroalimentación de su experiencia de uso.

- Objetivo específico 3: Proponer una experiencia gastronómica con un enfoque sensorial orientada al reconocimiento de la diversidad de la herencia gastronómica familiar consignado dentro del sistema interactivo.
 - Con base en las recetas recopiladas, se seleccionarán algunas versiones (mínimo 3) representativas para diseñar la experiencia.
 - Estas elaboraciones serán compartidas en una muestra con docentes y estudiantes, quienes degustarán las preparaciones, conocerán el relato familiar asociado, y podrán interactuar con la plataforma.
 - Finalmente se genera un diálogo alrededor de la diversidad culinaria familiar y la importancia de preservar esta herencia.

Resultados

Objetivo específico 1. *Recopilar recetas familiares de los estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali, para la determinación de las categorías a ser empleadas en el sistema de registro.*

Durante esta fase se recopilaron 19 recetas familiares (ver Anexo 1) y algunas fotografías de las mismas (ver Anexo 2) de estudiantes del programa de Gastronomía y Artes Culinarias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali, cada participante registró una preparación que, por su historia y contexto emocional, representaba un vínculo significativo con su entorno familiar. Las recetas provenían principalmente del Valle del Cauca y la región Pacífica, regiones caracterizadas por una rica tradición gastronómica y una fuerte transmisión oral de saberes culinarios. También se identificaron aportes de otras zonas del país como Tolima, Bogotá, Putumayo, Antioquia y Cauca, e incluso una receta de Italia, lo que evidencia la diversidad

cultural que converge en las cocinas familiares dentro del programa y de la influencia de la migración en la construcción del gusto y la identidad.

Las preparaciones más comunes fueron platos fuertes, postres y sopas, lo cual refleja la cotidianidad de los hogares colombianos y coherencia de la memoria culinaria del contexto familiar, donde las comidas principales y los postres tradicionales ocupan un papel central en celebraciones y rituales de convivencia.

El proceso de registro se realizó principalmente mediante texto, debido a la estructura del formulario en la plataforma. Las cantidades de ingredientes fueron descritas de forma aproximada, lo cual permitió conservar el carácter flexible y oral de la tradición familiar. Solo cinco participantes complementaron su registro con material audiovisual (fotografías o videos cortos), un primer paso hacia la integración de lo sensorial y lo digital dentro del sistema.

El análisis cualitativo de las narraciones permitió identificar temas y emociones recurrentes: la unión familiar, la presencia materna o de la abuela como transmisoras de saber, la cultura como raíz identitaria, la celebración y la herencia como vehículo de continuidad. Estas categorías coinciden con la literatura sobre memoria culinaria, que reconoce en la cocina un espacio de socialización y construcción de vínculos. De igual forma, se identificaron seis temas y emociones predominantes:

1. La unión familiar como eje afectivo;
2. La presencia de la madre o la abuela como figuras transmisoras del conocimiento;
3. La cultura como componente identitario;
4. La conexión emocional con un familiar a través de la comida;
5. La celebración como momento de encuentro;

6. La herencia como valor simbólico y de continuidad.

También, revelan que, más allá del plato en sí, las recetas representan espacios de afecto, memoria y transmisión cultural. Como expresaron algunos participantes:

- *"Debido a que no había tanto dinero, optaban por algo fácil, usando leche de la vaca que tenían, la panela que era económica en zonas rurales y el pan que les quedaba de paso luego de la misa."*
- *"Es la receta que mi abuelita siempre hacía cuando llegábamos de visita, junto con empanadas y sancocho; es como el postre dulce que se toma con café."*

Estas voces confirman que la memoria culinaria no reside únicamente en el acto de cocinar, sino también en los contextos emocionales y sociales que rodean la preparación de los alimentos.

De estas recetas, sus relatos y análisis narrativo, nace la necesidad de ir más allá de las categorías culinarias convencionales, para reconocer los vínculos afectivos y simbólicos que las atraviesan. Las historias compartidas por los estudiantes evidenciaron que la memoria culinaria se estructura en torno a las emociones y las relaciones familiares más que a los ingredientes o técnicas. A partir de lo anterior, surgen cinco categorías que resumen el valor emocional de las preparaciones:

- Sabores de unión: asociados al encuentro y la convivencia familiar.
- Herencias del hogar: transmisión entre generaciones.
- Dulces de la nostalgia: evocan la infancia y los recuerdos cotidianos.
- Sabores de origen: arraigo territorial y la identidad cultural.
- Recetas de Resiliencia: gestos de creatividad, gratitud y afecto en tiempos de sencillez.

Estas categorías reflejan cómo cada plato funciona como un relato de identidad y memoria, donde el acto de cocinar se convierte en un medio para preservar afectos e historia familiar.

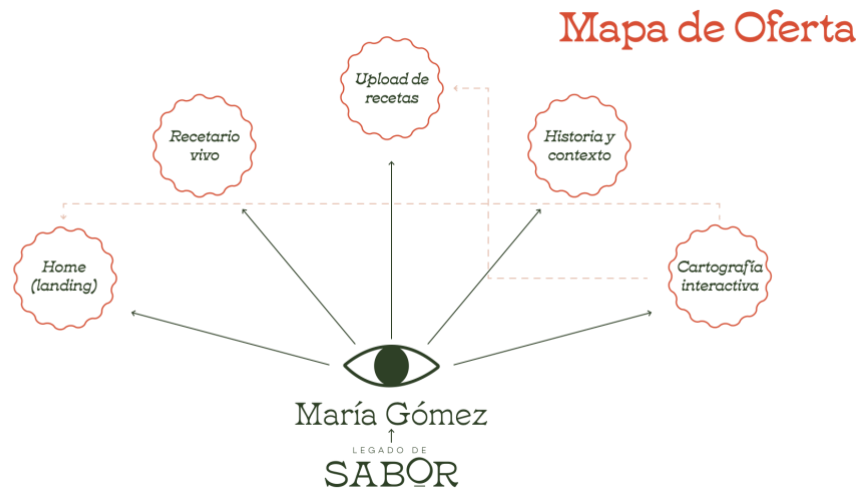
Objetivo específico 2. *Diseñar un sistema digital interactivo que integre funcionalidades multimedia y criterios de usabilidad, sensoriales y emocionales, que permita a los estudiantes el registro, consulta y difusión de recetas familiares.*

El desarrollo del sistema *Legado de Sabor* se estructuró desde los principios del diseño centrado en el usuario y el diseño de experiencias, buscando crear una interfaz intuitiva que permitiera no solo registrar información gastronómica, sino también transmitir el valor simbólico de las recetas familiares. Por lo anterior, esta se centró en el diseño conceptual y funcional del sistema digital *Legado de Sabor*, concebido como una plataforma interactiva destinada a la preservación y transmisión del conocimiento culinario familiar de los estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias.

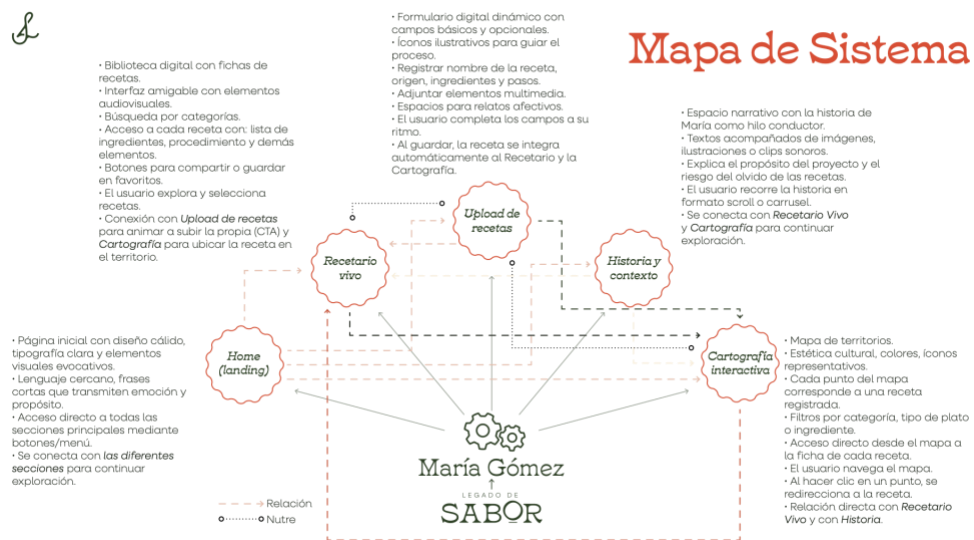
Para alcanzar una definición clara de lo que se quería construir, en términos de experiencia como de propósito, se desarrolló una serie de herramientas de diseño estratégico y narrativo que sirvieron como guía del proceso creativo. Entre ellas se elaboraron:

- Narrativa: utilizada como eje conceptual para articular la experiencia digital con el sentido emocional y simbólico del proyecto, al igual que darle guía a todo el proyecto como tal (ver Anexo 3).
- What? – So What? – Now What?: como ejercicio de reflexión que permitió traducir la problemática inicial en una acción concreta de diseño, evaluando qué se hace, por qué es relevante y cómo se transforma en una experiencia significativa (ver Anexo 4).

- Definición de usuario: basada en la creación de un perfil arquetípico que sintetiza las motivaciones, comportamientos y expectativas de los estudiantes de gastronomía frente al uso de la herramienta (ver Anexo 5).
- Mapa de oferta: para identificar los componentes de valor y las necesidades de los usuarios en torno a la memoria culinaria y su registro.



- Mapa de sistema: definiendo las relaciones entre los distintos módulos de la plataforma: usuarios, recetas, historias, recursos audiovisuales, navegación y base de datos.



Estas herramientas sirvieron para construir una visión integral del sistema y garantizar su coherencia con los objetivos del proyecto.

El desarrollo técnico y de experiencia de usuario se realizó en colaboración con una diseñadora UX/UI, quien acompañó la definición del flujo de navegación y la arquitectura de información. En esta etapa se implementaron los siguientes recursos:

- User Flow: definiendo el recorrido del usuario dentro de la plataforma y anticipar puntos de interacción clave (ver Anexo 6).
- Sitemap: para estructurar las jerarquías de contenido y la disposición de las secciones principales: inicio, recetario, mapa interactivo, subir receta, galería, acerca del proyecto (ver Anexo 7).
- Task Flow: una descripción paso a paso las acciones que realiza el usuario al registrar, consultar o compartir una receta (ver Anexo 8).

El proceso de diseño se desarrolló de manera iterativa, en tres etapas de fidelidad progresiva:

1. Prototipo de baja fidelidad, enfocado en la estructura funcional y en la definición de los flujos de navegación, lo que permitió validar la coherencia del recorrido y la disposición general de los elementos.
2. Prototipo de alta fidelidad, en el que se incorporó el design system, aspectos visuales, la paleta cromática y los componentes interactivos. Esta versión fue presentada durante la experiencia multisensorial como herramienta de exploración inicial para los usuarios.

3. Prototipo final, corresponde a la versión consolidada de la plataforma, resultado del proceso iterativo de diseño y validación con los usuarios. Esta versión integra los aspectos funcionales y visuales definidos en las fases anteriores, incorporando los ajustes derivados de las pruebas de navegación y la retroalimentación obtenida durante la experiencia multisensorial. El resultado combina funcionalidad y emoción, actuando como un puente entre la memoria culinaria y la tecnología, y consolidando el propósito central del proyecto, preservar la herencia culinaria familiar mediante nuevas formas de interacción digital.



Figura 8. Landing page.

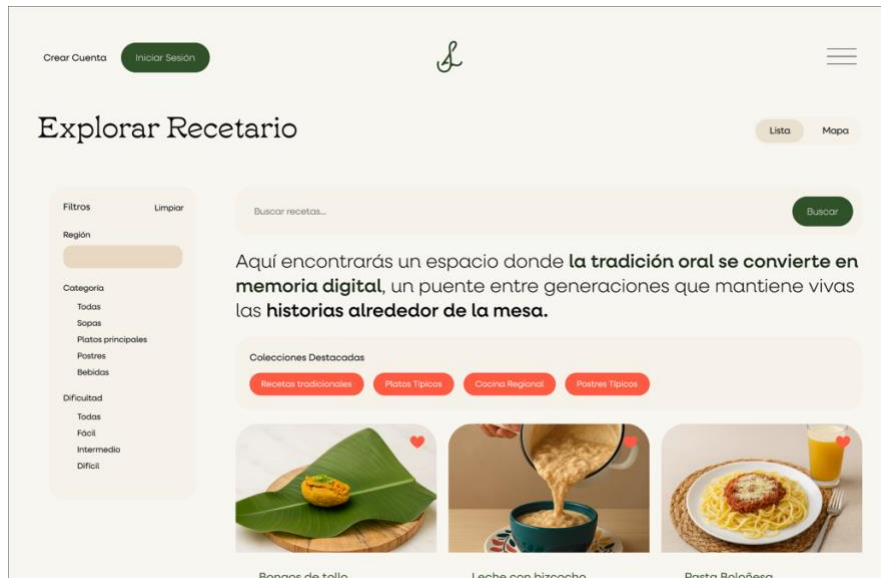


Figura 9. Recetario.



Figura 10. Menú hamburguesa.

Crear Cuenta [Iniciar Sesión](#)

Registrar Nueva Receta

1 Identificación 2 Preparación 3 Memoria 4 Origen 5 Multimedia 6 Revisión 7 Publicar

Identificación del Plato

Danos información básica sobre tu receta

Nombre del plato
Ej Ajacoo

Categoría

Descripción breve
Describe brevemente este plato...

[Siguiente](#)

Figura 11. Registro de receta paso 1.

Crear Cuenta [Iniciar Sesión](#)

Registrar Nueva Receta

1 Identificación 2 Preparación 3 Memoria 4 Origen 5 Multimedia 6 Revisión 7 Publicar

Preparación

Ingredientes

- 1 Ej 500g de papa crida
- 2 Ej 500g de papa crida
- 3 Ej 500g de papa crida

[+ Añadir ingrediente](#)

Pasos de preparación

- 1 Describe este paso...
- 2 Describe este paso...

Figura 12. Registro de receta paso 2.

Enlace prototipo de alta fidelidad:

<https://www.figma.com/proto/gEfKKgjBvnKVyOH2sPyIXr/Sin-t%C3%ADtulo?node-id=1-2&t=qRFpbujkiavZt0iw-1>

Enlace prototipo final:

<https://www.figma.com/proto/yHBLHMca02kFwBK70eCr4T/Legado-de-Sabor?node-id=1-162&t=aCqVoFzJ3hrJlhns-1>

Objetivo específico 3. *Proponer una experiencia gastronómica con un enfoque sensorial orientada al reconocimiento de la diversidad de la herencia gastronómica familiar consignado dentro del sistema interactivo.*

La experiencia gastronómica se concibió como una puesta en escena multisensorial que articulara los principios de la narrativa del proyecto con una vivencia tangible para los asistentes. A esta, se le denominó, Mesa Viva de Memoria, se presentaron tres preparaciones derivadas de una misma receta base, en las que variaba únicamente el insumo principal: envueltos de yuca, envueltos de plátano y envueltos de maíz, todas de estudiantes de la carrera de Gastronomía y Artes Culinarias que fueron recopiladas mediante el formulario inicial.



Figura 13. Diseño de menú (Checa, 2025).



Figura 14. Presentación del plato (Checa, 2025).

Participaron 8 asistentes, quienes fueron guiados a través de una secuencia de momentos sensoriales (olfato, vista, gusto y tacto) diseñados para evocar recuerdos, emociones y asociaciones con la memoria culinaria personal. La actividad se desarrolló en torno a una mesa colectiva, entendida como símbolo de encuentro, diálogo y transmisión intergeneracional, proponiendo momentos de pausa, evocación y diálogo, invitando a los asistentes a reconectar con recuerdos personales y familiares a través de la comida.



Figura 15. Mesa colectiva (Checa, 2025).



Figura 16. Asistentes (Checa, 2025).

El guion de la experiencia invitó a los participantes a reflexionar sobre cómo las recetas pueden ser vehículos de identidad y cómo el acto de cocinar para otros constituye un lenguaje afectivo.

Con el fin de evaluar la pertinencia, usabilidad y valor emocional de la propuesta, se aplicó un instrumento de validación compuesto por seis preguntas cuantitativas tipo Likert y dos preguntas abiertas (ver Anexo 9). Este instrumento buscó medir la percepción de los participantes frente a la plataforma y la experiencia multisensorial, abarcando tanto la funcionalidad técnica como la carga simbólica y emocional del proyecto.

En total, participaron siete evaluadores, quienes calificaron los ítems del 1 al 6 en una escala de 1 a 5 puntos (1 = nada, 5 = mucho). Los datos obtenidos fueron tabulados y analizados en una hoja de cálculo, cuyos resultados se resumen en la siguiente tabla.

	Pregunta 1	Pregunta 2	Pregunta 3	Pregunta 4	Pregunta 5	Pregunta 6								
						a	b	c	d	e	f	g	h	
1	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5
2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5
4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5
6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
7	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
Promedio	5.00	5.00	4.86	4.86	4.86	4.86	4.71	5.00	5.00	4.71	5.00	5.00	5.00	4.91

Tabla 1. Tabulado de valoraciones y promedio (elaboración propia).

Los resultados obtenidos evidencian una valoración alta tanto de la experiencia como de la plataforma. Los promedios más altos (5.00) en los ítems de motivación y atractivo confirman que Legado de Sabor es percibido como un medio eficaz para incentivar la preservación del conocimiento culinario familiar, además de generar interés y conexión emocional en los estudiantes.

Las valoraciones de 4.86 en los aspectos de transmisión emocional, coherencia sensorial–digital y construcción de patrimonio reflejan la efectividad de la propuesta en el vínculo de lo gastronómico con lo simbólico, permitiendo que el acto de cocinar, degustar y registrar se traduzca en una experiencia cultural significativa.

En la evaluación de atributos, pregunta 6, los calificativos memorable, relevante, atractivo, claro y ágil obtuvieron el máximo puntaje (5.00), lo que demuestra una fortaleza narrativa y la claridad funcional de la plataforma. Los atributos estimulante e intuitivo (4.71) sugieren posibles áreas de mejora, principalmente en la optimización de la navegación y la incorporación de elementos que aumenten la interacción y el descubrimiento.

Las respuestas abiertas (ver Anexo 1) complementaron estos hallazgos, destacando como fortalezas la coherencia entre la experiencia física y la digital, la estética de la interfaz, y la capacidad evocadora de las recetas. Las sugerencias apuntaron a ampliar la galería audiovisual con fotos reales, reforzando la dimensión humana de la memoria culinaria, al igual que revisar la cuestión de los derechos de autor.

En conjunto, la experiencia gastronómica y su validación permitieron comprobar el impacto emocional, cultural y pedagógico de la propuesta. El sistema *Legado de Sabor* se consolidó como un espacio que articula lo digital y lo sensorial, generando una experiencia que no solo documenta recetas, sino que recrea los lazos familiares y comunitarios asociados a ellas.

Los resultados cuantitativos, con una media general de 4.9/5, y las valoraciones cualitativas, centradas en la conexión emocional y la claridad narrativa, demuestran que el proyecto cumple su propósito de transformar la memoria culinaria en un patrimonio vivo, compartido y significativo.

Discusión

El desarrollo del proyecto *Legado de Sabor* permitió comprobar que la cocina, más allá de su dimensión técnica, constituye un espacio simbólico donde convergen la memoria, la identidad y la transmisión cultural. La investigación partió de la necesidad de preservar las recetas familiares como manifestaciones del patrimonio culinario inmaterial, reconociendo que en ellas se condensan prácticas, saberes y afectos que históricamente se han transmitido mediante la oralidad y la experiencia cotidiana. En este sentido, los resultados obtenidos evidencian la pertinencia de articular el conocimiento gastronómico con las herramientas del diseño y la tecnología para crear nuevos escenarios de salvaguarda cultural, accesibles, participativos y emocionalmente significativos.

Los registros obtenidos en la primera fase demuestran la diversidad geográfica y simbólica de la herencia culinaria colombiana, esta variedad confirma lo señalado por Trujillo Ortega et al. (2016), quienes sostienen que la cocina se configura como un lenguaje de pertenencia, capaz de narrar los modos de vida y las transformaciones históricas de una comunidad.

Las emociones asociadas a las recetas confirman que la transmisión culinaria no se limita a una técnica, sino que se teje a partir de vínculos afectivos y experiencias compartidas. Tal como explican Castro y Hansman (2023), el acto de cocinar implica una práctica de memoria que une generaciones y materializa las relaciones entre pasado y presente. En ese sentido, las recetas recopiladas, actúan como archivos vivos que conservan tanto el sabor como la historia, las costumbres y los gestos cotidianos de quienes las preparan. Sin embargo, como advierte Jiménez (2016), la oralidad, tradicionalmente el principal medio de transmisión culinaria enfrenta hoy un

riesgo de desaparición debido a las transformaciones sociales y tecnológicas contemporáneas, esta problemática sustenta la necesidad de crear nuevos mecanismos digitales de preservación que permitan que las voces, los saberes y las memorias encuentren un lugar seguro y compartido, como lo propone este sistema.

Desde la perspectiva tecnológica, el desarrollo del sistema digital evidenció la pertinencia de los enfoques del diseño de experiencias y el diseño centrado en el usuario aplicados al ámbito gastronómico, al igual que la explotación del potencial del diseño como herramienta de mediación entre el patrimonio intangible y la tecnología contemporánea.

El proceso se estructuró a partir de metodologías propias del diseño de experiencias, que permitieron traducir la problemática de pérdida de memoria culinaria en un acto de diseño con propósito cultural. Lo que luego se tradujo a la construcción de herramientas técnicas que garantizaron una navegación coherente con los valores emocionales del proyecto. Este proceso metodológico coincidió con lo que plantea Zuriñe (2020) sobre la hibridación de lo tangible y lo intangible en la construcción de experiencias patrimoniales, los relatos, las imágenes y las emociones pueden coexistir con lo digital sin perder su autenticidad.

La evolución del sistema, por medio de prototipos, reflejó una iteración constante centrada en la usabilidad, la claridad visual y la transmisión del sentido cultural. Como señalan Mero Suárez et al. (2021), la innovación tecnológica aplicada al patrimonio debe priorizar la experiencia significativa del usuario, más que la sofisticación técnica. *Legado de Sabor* materializa este principio al construir una plataforma que no busca sustituir la oralidad, sino complementarla, otorgándole permanencia y nuevas formas de interacción.

Durante la experiencia, guiada por una narrativa que vinculaba los sentidos con la memoria, se exploró la relación entre sabor, evocación e identidad. Los resultados cuantitativos obtenidos y las respuestas cualitativas reflejaron una aceptación altamente positiva respecto a la pertinencia cultural, la claridad funcional y la conexión emocional de la plataforma. Esta valoración respalda lo planteado por Vásquez-Medina (2018), quien argumenta que los sistemas digitales de archivo pueden actuar como espacios de mediación simbólica, en los que la herencia cultural adquiere visibilidad y continuidad mediante nuevos formatos. Asimismo, coincide con Molina Salinas (2023), para quien la memoria alimentaria es una herramienta de resistencia y de construcción de identidad frente a la homogeneización cultural global.

La combinación entre lo digital y lo sensorial, permitió que los participantes comprendieran la cocina no solo como una práctica técnica, sino como una forma de recordar, reconocer y pertenecer. Este resultado refuerza la idea de la cocina como un medio de comunicación cultural y emocional (Castro & Hansman, 2023) (Trujillo Ortega et al., 2016).

Desde el ámbito educativo, *Legado de Sabor* demostró que el registro y la reflexión sobre las recetas familiares pueden convertirse en estrategias pedagógicas para fortalecer la identidad cultural en la formación gastronómica. Como sugieren Janhonen et al. (2018), las recetas familiares funcionan como herramientas de aprendizaje significativo, pues integran la técnica con la memoria afectiva.

En este sentido, la plataforma permitió que los estudiantes se reconocieran como portadores y transmisores de patrimonio, al tiempo que se generó un espacio de colaboración y construcción colectiva. Tal participación responde a la visión de Urcola Eceiza et al. (2022),

quienes sostienen que los procesos de digitalización del patrimonio deben fomentar la participación de las comunidades, asegurando la transmisión intergeneracional de saberes.

Además, la propuesta se alinea con la Convención de la UNESCO (2003) sobre la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial, que resalta la importancia de los contextos sociales y familiares en la preservación de las tradiciones. *Legado de Sabor* encarna este principio al trasladar al entorno digital las voces y memorias familiares, promoviendo una noción de patrimonio vivo que se renueva a través de la práctica y la interacción.

Este proyecto entonces permite afirmar en su desarrollo, que *Legado de Sabor* representa una síntesis entre memoria, diseño y tecnología al servicio de la educación y la identidad. Su aporte radica en demostrar que las herramientas digitales pueden ser espacios de continuidad cultural, siempre que se diseñen desde la sensibilidad y el respeto por las formas tradicionales de transmisión. Los resultados obtenidos evidencian que el sistema logra trascender lo funcional para convertirse en una experiencia que evoca, conecta y preserva. En conjunto, el proyecto valida la hipótesis inicial de que las recetas familiares constituyen un lenguaje de memoria y que su registro digital puede fortalecer la relación entre la formación gastronómica, la identidad personal y la memoria colectiva.

De esta forma, *Legado de Sabor* no solo salvaguarda la herencia culinaria de los estudiantes, sino que propone un modelo replicable para otras comunidades educativas interesadas en integrar el diseño y la tecnología con la preservación del patrimonio inmaterial.

Entre las limitaciones identificadas se encuentran el tamaño reducido de la muestra, la falta de representatividad de otras regiones del país y la etapa inicial del prototipo. No obstante, los resultados constituyen una base sólida para futuras investigaciones y expansiones del sistema.

Conclusiones y perspectivas futuras

El proyecto *Legado de Sabor* comprobó que la digitalización del conocimiento culinario, cuando se concibe desde una mirada sensible y participativa, se convierte en un mecanismo eficaz para la preservación de la memoria familiar y el fortalecimiento de la identidad cultural.

El registro de las recetas y sus narrativas permitió comprender que cada preparación constituye una forma de narrar la historia de una familia, un territorio y una manera de habitar el mundo a través del alimento. Así, la cocina se posiciona no solo como un espacio técnico, sino también como un escenario de memoria viva.

El sistema digital diseñado logró articular aspectos funcionales, estéticos y simbólicos, ofreciendo un modelo replicable de archivo culinario interactivo. La incorporación de recursos audiovisuales y la validación mediante una experiencia sensorial fortalecieron su dimensión pedagógica, demostrando que la tecnología puede ser aliada de la tradición cuando se utiliza para conservar lo intangible.

A partir de los resultados, se proponen las siguientes perspectivas futuras:

1. **Ampliación de la base de datos:** vinculando más estudiantes y nuevas cohortes, al igual que comunidades locales y cocineros tradicionales, todo con el fin de enriquecer la diversidad cultural del sistema.
2. **Desarrollo técnico:** incorporar herramientas de participación colaborativa como comentarios, foros o geolocalización de recetas, que fomenten la co-creación de conocimiento.

3. **Vinculación institucional:** establecer alianzas con programas de patrimonio cultural, museos gastronómicos y redes académicas para asegurar la sostenibilidad y proyección del proyecto.
4. **Evaluación longitudinal:** realizar estudios de seguimiento que midan la apropiación del sistema y su impacto en la transmisión del conocimiento culinario.
5. **Difusión académica:** publicar los resultados en espacios de investigación interdisciplinaria, articulando el diseño, la gastronomía y las ciencias sociales.

En síntesis, *Legado de Sabor* constituye una propuesta innovadora que combina lo digital con lo sensorial, lo individual con lo colectivo y lo académico con lo emocional. Preservar una receta, en este contexto, equivale a preservar una historia, un abrazo y un legado compartido que se proyecta hacia el futuro como parte de la herencia culinaria del país.

Bibliografía

- Bernal Ochoa, B. E., Payares Gutiérrez, M. A., Cuesta Osorio, M., & Baena Padilla, K. V. (2020). *ABC Culinario interinstitucional: Una apuesta para formar sin límites en entornos digitales Interinstitutional Culinary ABC: A bet to form without limits in digital environments* (Vol. 11).
- Cambi, V., & Pérez Cuadra, V. (2013). *RECETAS DE FAMILIA De la cocina al botiquín*.
- Castells, M. (2009). *The Rise of the Network Society*. <https://doi.org/10.1002/9781444319514>
- Castro, O. G., & Hansman, S. (2023). *Tradiciones culinarias e historias familiares de la migración askenazí en la Argentina Culinary Traditions and Family Histories from the Ashkenazi Migration in Argentina*.
- Chakraborty, D., Rana, N. P., Khorana, S., Singu, H. B., Luthra, S., & Singh, C. R. (2022). *Big Data in Food: A Systematic Literature Review and Future Directions Big Data in Food: Systematic Literature Review and Future Directions*.
- Cózar-Gutiérrez, R., de Moya-Martínez, M. V., Hernández-Bravo, J. A., & Hernández-Bravo, J. R. (2016). Conocimiento y uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones (tic) según el estilo de aprendizaje de los futuros maestros. *Formacion Universitaria*, 9(6), 105–118. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062016000600010>
- Domínguez Cáceres, R. (2011). *Oralidad y Escritura. Tecnologías de la palabra*.
- Goody, J., & University of Cambridge. (1977). *The Domestication of the Savage Mind*.
- Itadaki-masu, & Ministry of Agriculture, F. and F. (2013). *Washoku - 和食 Traditional Dietary Cultures of the Japanese*.
- Janhonen, K., Torkkeli, K., & Mäkelä, J. (2018). Informal learning and food sense in home cooking. *Appetite*, 130, 190–198. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.08.019>
- Jiménez, M. (2016). *La tradición oral como parte de la cultura*.
- Lastra, A. (2016). El poder del prosumidor. Identificación de sus necesidades y repercusión en la producción audiovisual transmedia. *Revista ICONO14 Revista Científica de Comunicación y Tecnologías Emergentes*, 14(1), 71–94. <https://doi.org/10.7195/ri14.v14i1.902>
- Leer, J., & Klitgaard, K. (2020). *Food and Media: Practices, Distinctions and Heterotopias*. <https://www.researchgate.net/publication/341931847>
- Loaiza Becerra, M., Rangel Delgado, J. E., Romero Ortiz, M. E., Haro Navejas, F. J., Ávila Juárez, J. Ó., Tapia Muro, C., & Vásquez Sánchez, J. R. (2024). *Asia: Valores y familia vistos por el cine*. Universidad de Colima. <https://doi.org/10.53897/LI.2024.0049.UCOL>
- López-Forniés, I., & Asión-Suñer, L. (2023). *El concepto prosumer: situación actual y posible evolución a futuro*.

- Magaña Carrillo, I., Covarrubias Ramírez, R., & Amaya Molinar, C. M. (2019). *Gastronomía, tecnología e identidad en los destinos turísticos de México*. Universidad de Colima.
- McLuhan, M. (1996). *Comprender los medios de comunicación : las extensiones del ser humano*. Paidós.
- Mero Suárez, C. R., Merchán Carreño, E. J., & Mero Suárez, K. V. (2021). Transformación digital en la nueva normalidad para la educación superior. *Serie Científica de La Universidad de Las Ciencias Informáticas*, 14, 247–257.
- Molina Salinas, C. (2023). Desafíos de la preservación digital del patrimonio cultural en México: el caso de Mexicana. *Cuadernos.Info*, 55, 211–232. <https://doi.org/10.7764/cdi.55.48751>
- Morris, B. (2024). Preserving culinary heritage: Challenges faced by Takoradi technical university food service lab students. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 21(3), 1536–1545. <https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.21.3.0882>
- Olson, L. (2019). *The Heritage Cookbook Project*. <https://theheritagecookbookproject.substack.com/>
- Parienté, J. (2015). *Grandmas Project*. Grandmas Project. <https://www.grandmasproject.org/en>
- Pérez-Marín, M., & Molero-Zafra, M. (2012). *HERÁLDICA Y PSICOLOGÍA: UN ACERCAMIENTO ENTRE REPRESENTACIONES DE LA IDENTIDAD FAMILIAR Y PERSONAL*. 18, 313–343.
- Puerta Bustamante, C. A. (2018). *CONSTRUCCIÓN DE IDENTIDAD Y TRADICIÓN A TRAVÉS DE LA COCINA MEXICANA Y COLOMBIANA*.
- Sánchez Carrero, J., & Contreras Pulido, P. (2012). De cara al prosumidor: producción y consumo empoderando a la ciudadanía 3.0. *Revista ICONO14. Revista Científica de Comunicación y Tecnologías Emergentes*, 10(3). <https://doi.org/10.7195/ri14.v10i3.210>
- Soledad, H., Tabaco, M., Marcela, L., & Parra, S. (2016). *UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA DINÁMICAS FAMILIARES CON HIJOS ADOLESCENTES EN COLOMBIA*.
- Torres Velásquez, L. E., Reyes Luna, A. G., Ortega Silva, P., & Garrido Garduño, A. (2015). Dinámica familiar: formación de identidad e integración sociocultural. *Enseñanza e Investigación En Psicología*, 20(1), 48–55. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29242798008>
- Trujillo Ortega, L. E., Pérez Jiménez, E., & Ramírez Álvarez, M. (2016). *LA IDENTIDAD ALIMENTARIA Y EL ESFUERZO FAMILIAR EQUITATIVO COMO ELEMENTOS FAVORECEDORES HACIA LA SOBERANÍA ALIMENTARIA*.
- UNESCO. (2003). *Tradiciones y expresiones orales, incluido el idioma como vehículo del patrimonio cultural inmaterial*. <https://ich.unesco.org/es/tradiciones-y-expresiones-orales-00053>

- Universitat Carlemany. (2024, March 26). *Cultura y Gastronomía: ¿Cómo se relacionan?*
<https://www.universitatcarlemany.com/actualidad/blog/comida-cultura/>
- Urcola Eceiza, E., Azkunaga García, L., & Fernández de Arroyabe Olaortua, A. (2022). Una brecha generacional: nuevas tendencias del consumo audiovisual entre los jóvenes universitarios. *Estudios Sobre El Mensaje Periodístico*, 28(3), 713–722.
<https://doi.org/10.5209/esmp.79005>
- Valdés, S. P., Alonso Hernández, E., & Smith, I. G. (2021). *FAMILY IDENTITY. CHALLENGES OF EDUCATIONAL CHANGE IN CURRENT MOMENTS.*
- Vásquez-Medina, J. A. (2018). *Cocina, Nostalgia y Etnicidad en Restaurantes Mexicanos de Estados Unidos.*
- Zuriñe, P. (2020). *Preservación y difusión del conocimiento oral: una unión entre lo tradicional y lo digital.*

Anexos

Anexo 1: Recetas recopiladas

Pasta Boloñesa

Eduardo Salgado

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 2 horas

Semestre: 6to

Lugar de origen: Italia

Ingredientes

- Pasta fetuccini
- Apio
- Zanahoria
- Ajo
- Cebolla
- Pasta de tomate
- Carne molida
- Vino
- Tomates enlatados
- Sal
- Orégano
- Laurel
- Azúcar

Utensilios requeridos para la preparación

- Tabla para picar
- Cuchillo
- Dos bowls
- Olla profunda
- Cucharon de madera
- Sartén

Procedimiento

- Picar las verduras en cubos y llevarlas a sofreír en la olla.
- Triturar los tomates enlatados y reservar.
- Agregar pasta de tomate a las verduras.
- Agregar la carne molida Una vez esté bien cocida la carne agregar el vino. Una vez se evapore el alcohol del vino agregar los tomates triturados y dejar cocinar por al menos 1 hora a fuego bajo.
- Sazonar con laurel, orégano, albahaca, sal y pimienta.

- Cocinar la pasta hasta que esté la dente, en una sartén a fuego medio poner la pasta junto con la salsa hasta que esté bien integrado.
- Servir

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Me la enseñó mi tío y ya es una tradición en mi casa, se prepara casi cada fin de semana y se guarda para seguir comiéndolo toda la semana, un recuerdo especial es que fue la primera receta que me enseñó mi tío

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar.

Pabellón

Pedro José Gregorio Lagazeta Garcés

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 3 horas

Semestre: 2do

Lugar de origen: Estado de Carabobo - Venezuela

Ingredientes

- Carne mechada
- Arroz blanco
- Tajadas de plátano maduro frito
- Aguacate
- Caraotas (frijoles negros)

Utensilios requeridos para la preparación

- Olla de presión
- Caldero
- Cuchara de madera

Procedimiento

- Colocar la carne en olla presión para poder mechar y aparte hacer un haogado para la carne.
- Cocinar el arroz que quede cocinado.
- Colocar las caraotas en agua y lavarlas y dejarlas en agua por un día entero para eliminar todo lo feo de las bacterias y luego ponerla en olla presión para cocinar.
- Hacer las tajadas y por último cortar el aguacate a gusto.

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Toda mi familia la realiza.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Es de unión familiar y cultura venezolana

Galletas de avena

Ariadna Nicholle Rojas Salazar

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 40 minutos

Semestre: 7mo

Lugar de origen: Cali, Región del Pacífico, Colombia

Ingredientes

- 200g avena en hojuelas
- 83g harina
- 1/2 cda polvo de hornear
- 30g coco rallado (sin azúcar)
- 100g azúcar blanca
- 1 huevo mediano (50g)
- 100ml aceite neutro
- 67ml jugo de naranja
- Pizca de sal
- Pizca de vainilla
- Canela en polvo
- Chispas de colores o de chocolate al gusto

Utensilios requeridos para la preparación

- Bol
- Espátula
- Cuchara

Procedimiento

- Mezclar los ingredientes secos en un bowl y los húmedos en otro.
- Incorporar los ingredientes húmedos en los secos y revolver hasta obtener una masa homogénea y ligeramente espesa (agregar leche o líquido si es necesario).
- Adicionar las chispas a la mezcla.
- Disponer de a cucharadas la mezcla en una bandeja, formando círculos con distancia entre sí.
- Hornear a 180°C por 10-12 min (revisar ya que dependiendo del horno puede tardar más o menos)

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? A mi mamá siempre le ha gustado cocinar, pero eso sí, sin seguir recetas sino creando las propias o modificando las que le gustan. Así, llegó a crear esta receta, que se convirtió en una de las primeras que me enseñó a preparar cuando era pequeña, en aquellos momentos que teníamos antojo de estas galletas y ella tenía el tiempo para entrar a la cocina conmigo y quedarnos charlando y cocinando sin que nada más importara.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar.

Torta de Milo

José Daniel Ruiz Blanco

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 45 minutos

Semestre: 8vo

Lugar de origen: Cali, región pacífica, Colombia

Ingredientes

- Milo
- Huevo
- Harina
- Azúcar
- Esencia de vainilla
- Sal
- Polvo para hornear
- Chispas de colores

Utensilios requeridos para la preparación

- Microondas
- Tenedor
- Recipiente hondo

Procedimiento

- Incorporar todos los ingredientes en el recipiente y mezclar muy bien con un tenedor hasta que el Milo se disuelva casi por completo, agregar un poco más de Milo pero no revolver.
- Llevar a microondas por 30 minutos a media potencia.
- Dejar enfriar y disfrutar con helado.

¿Hay alguna variación? La adición de chispitas de colores y el orden de mezclado de los ingredientes.

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Fue un postre que mi mamá me enseñó en un momento en el que no teníamos para horno de cocina, no podíamos comprar una torta de chocolate y no teníamos las herramientas correctas para hacerlo.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar y memoria

Lasagna de doña Luz

José Daniel Ruiz Blanco

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 2 horas

Semestre: 8vo

Lugar de origen: Cali, región pacífica, Colombia

Ingredientes

- Pollo
- Pimentón
- Pasta de lasagna
- Pasta de tomate
- Albahaca
- Queso parmesano
- Queso mozzarella
- Sal
- Pimienta
- Aromáticos
- Salsa bechamel

Utensilios requeridos para la preparación

- Horno de gas
- Estufa de gas
- Olla
- Cuchara
- Licuadora

Procedimiento

- Cocinar las pechugas de pollo con los aromáticos hasta que se cocine bien. Retirar y desmechar.
- Licuar el pimentón, albahaca, la pasta de tomate, agregar la mezcla al caldo del pollo y dejar reducir.
- Agregar la salsa bechamel y el pollo desmechado, agrega la albahaca.
- Cocinar la pasta para hacer 3 capas de pasta.
- Poner una capa de pasta, relleno del pollo, queso mozzarella, albahaca, repetir el proceso 2 veces más y terminar con una capa de queso mozzarella y parmesano para gratinar.
- Llevar a horno por 30 minutos a alta temperatura y disfrutar.

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Es un plato que mi abuela aprendió y es su plato estrella, no hay lasagna que la supere por más que lo busque.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Es el primer plato que me acerco a la cocina y se usa en celebraciones especiales.

Arroz con leche

Juan David Padilla Cespedes

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación:

Semestre: 7mo

Lugar de origen: Tolima

Ingredientes

- 1 taza de arroz
- 4 tazas de agua
- Canela
- Clavos
- 1 bolsa de leche
- 500 ml de crema de leche
- Leche condensada al gusto
- 500 g de queso cuajada

Utensilios requeridos para la preparación

- Olla antiadherente
- Cuchara grande

Procedimiento

- Cocinar el arroz en el agua hasta que esté blandito junto con las especias.
- Añadir el resto de los ingredientes una vez esté blandito y dejar espesar.

¿Hay alguna variación? Adición de pasas, coco, entre otras

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Me la enseñó mi mamá, era de mis postre favorito de la infancia y el primero que empecé a preparar por mi cuenta. Lo hacía no necesariamente en ocasiones especiales, pero me hacía muy feliz.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Herencia

Frijoles

Bairon Bolaños

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 60 minutos

Semestre: 8vo

Lugar de origen: Suárez, Cauca, Colombia.

Ingredientes

- Frijoles
- Zanahoria
- Zapallo
- Azúcar
- Cebolla larga

- Ajo
- Tomate

Utensilios requeridos para la preparación

- Pitadora
- Sartén
- Cuchara de palo
- Licuadora

Procedimiento

- Remojar los frijoles la noche anterior.
- Cocinar los frijoles con zanahoria y el zapallo (en trozos).
- Sofreír cebolla larga, ajo y tomate, cuando el frijol esté en su punto retirar la zanahoria y el zapallo y licuar con un poquito de agua de cocción y frijoles.
- Poner todo nuevamente en la pitadora (sofrito y la mezcla licuada) y cocinar durante 5 minutos sin tapar.
- Rectificar sal y servir.

¿Hay alguna variación? Algunos le ponen más especias, plátano o papa.

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Mi mamá, los preparaba más que todo para el almuerzo de fines de semana que estábamos todos en casa.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar.

Tamal Tolimense

Adalberto Triana

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación:

Semestre: 7mo

Lugar de origen: Tolima

Ingredientes

- Cerdo
- Pollo
- Res
- Zanahoria
- Papa
- Alverja
- Guiso
- Huevo
- Maíz

Utensilios requeridos para la preparación

- Ollas
- Fogón
- Cucharas

Procedimiento

- Cocinar previamente los ingredientes, luego armado en la hoja y nuevamente cocción

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta?

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia?

Leche con bizcocho

Valeria Gómez

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 40 minutos aproximadamente

Semestre:

Lugar de origen: Marinilla, Antioquia

Ingredientes

- Tostada
- Leche
- Panela

Utensilios requeridos para la preparación

- Olla
- Cucharon
- Pocillos

Procedimiento

- Agregar la leche con la panela, dejar que se diluya.
- Cuando ya esté completamente diluido, agregar las tostadas y dejar solo un minuto más en el fuego.
- Servir y comer de una para que no se ponga aguada la tostada.

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Esta receta me la enseñó mi mamá, la realizaba mi abuela los domingos luego del almuerzo para tener esa media tarde dulce; Debido a que no había tanto dinero, optaban por algo fácil, usando leche de la vaca que tenían, la panela que era económica en zonas rurales y el pan que les quedaba de paso luego de la misa. Cada que como eso con mi familia, por ley me quemo la lengua porque se come recién bajado del fogón.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Es el plato que siempre me hace mi mami los domingos cuando queremos cenar algo dulce y liviano.

Arroz con lentejas

Juan Esteban Uribe Obando

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 30 – 45 minutos

Semestre: 2do

Lugar de origen: Putumayo

Ingredientes

- Lentejas
- Arroz
- Maduro
- Carne

Utensilios requeridos para la preparación

- Olla
- Paila
- Cuchara

Procedimiento

- Sofreír la carne.
- Realizar el arroz.
- Freir los plátanos.
- Servir.

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Me la enseñó mi mamá y lo suele preparar esporádicamente

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar

Envueltos de choclo

Fernanda Sofía Lucano Osorio

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 2 horas

Semestre: 2do

Lugar de origen: Nariño

Ingredientes

- Maíz
- Queso
- Hojas de maíz
- Panela

Utensilios requeridos para la preparación

- Molino
- Ollas

Procedimiento

- Desgranar el maíz y molerlo, guardar la tusa.

- Rallar la panela e incorporar al maíz hasta formar una masa.
- Rallar el queso.
- Dar forma al envuelto, rellenar con queso y envolver.
- Llevar las tusas a una olla con agua y sal, hervir.
- Cocinar en los envueltos en la olla tapada.

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Mi abuela los prepara cuando se reúne toda la familia ya que los integrantes de mi familia viven a distancia por motivos de estudio o trabajo entonces reunirnos en algún cumpleaños o navidades todos juntos es muy importante para ella entonces los prepara con mucho amor.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar

Caldo de huevo

Juan Andrés Quimbay

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 45 minutos

Semestre: 2do

Lugar de origen: Bogotá, Colombia

Ingredientes

- Huevo
- Cebolla
- Papa

Utensilios requeridos para la preparación

- Olla presión
- Tabla para picar
- Cuchillos

Procedimiento

- Picar la cebolla y la papa
- Calentar una olla con agua y agregar los ingredientes picados.

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Mi abuela me enseñó se prepara en el desayuno.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar.

Bongos de tollo

Juan Camilo Valderrama

Transmitida por otra figura significativa

Tiempo aproximado de preparación: 1 hora

Semestre: 2do

Lugar de origen: Chocó

Ingredientes

- Tollo
- Aceite achiotado
- Cebolla larga
- Ají dulce
- Albahaca negra
- Cimarrón
- Poleo
- Oreganon
- Leche de coco
- Plátano verde

Utensilios requeridos para la preparación

- Sartén
- Estufa
- Cuchillo
- Tbla de picar
- Miserable

Procedimiento

- Picar la cebolla y él aji dulce, y sofreírlo en una sartén, hacer el aceite achiotado.
- Agregar las hierbas al sartén, cocinar por 8 mn, agregar leche de coco, y de último el tolo
- Dejar cocinar por 15 minutos.
- Pelar y cortar el plátano, realizando una primera fritura y con ayudar de un exprimidor de limones, realizar las canastas y darles forma de canoa con las manos y realizar la última fritura.
- Servir

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Mi abuela lo preparaba y me la enseñó.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar.

Bandeja Paisa

Santiago Rodríguez Palomino

Personal

Tiempo aproximado de preparación:

Semestre: 2do

Lugar de origen: Antioquia

Ingredientes

- Chorizo
- Arroz

- Frijoles
- Aguacate
- Chicharrón
- Carne molida
- Maduro
- Huevo

Utensilios requeridos para la preparación

- Olla a presión
- Cuchillos
- Tabla
- Sartenes
- Cuchara de palo

Procedimiento

- Lavar los frijoles, dejarlos en agua una noche antes de su preparación al otro día cocinarlos en la olla a presión
- Preparar el arroz, primero se lo lava, se lo bacará un poco en aceite se lo deja cocinar en agua a fuego bajo.
- Sofreír la carne en tomate, cebolla y ajo luego el chicharrón se lo cortan en tiras
- Freír el chorizo,
- Cortar el maduro en tajadas y se fríe, se fritan un huevo y se parte un pedazo de aguacate.
- Servir

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Esta es una comida muy tradicional y se prepara todos los viernes de la semana.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Para mí es la importancia de las vidas campesinas y como cada uno de los ingredientes de este plato complementan ninguno sobra.

Encocado de Tollo

Luisa Colorado

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 1 hora

Semestre: 3ro

Lugar de origen: Pacífico

Ingredientes

- Tollo ahumado
- Leche de coco
- Cebolla
- Ajo

- Tomillo
- Orégano
- Cimarrón

Utensilios requeridos para la preparación

- Cuchillo
- Olla
- Estufa
- Cuchara
- Rallador
- Colador

Procedimiento

- Desmechar el tolo ahumado
- Hacer el guiso y agregar el tolo
- Rallar el coco y agregar agua y sacar la leche de coco maserando con las manos colar y agregar la primera leche al tolo.

¿Hay alguna variación? Mis variaciones serían la forma como se hacen estos ingredientes algunas personas agregan o cambia la técnica de cómo se preparan por ejemplo usan huevo revuelto en vez de frito, cambian la carne molida por carne asada

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Mi mamá me la hacia mucho de pequeña y mi abuela igual

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Identidad cultural, celebracion

Envueltos de yuca

Francisco Checa

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 2 horas

Semestre: 7mo

Lugar de origen: Cumbitara Nariño

Ingredientes

- Yuca
- Panela
- Agua
- Queso
- Hoja de plátano

Utensilios requeridos para la preparación

- Rallador
- Bowls
- Miserable

- Olla tamalera

Procedimiento

- Se pela la yuca, después se ralla hasta lograr tener una consistencia líquida
- Reducir la panela con un poco de agua y se incorpora poco a poco a la yuca y una pizca de sal
- Curar la hoja y se arman cuadrados, se poner la mezcla en el centro, se esparce y se pone el queso en el medio, y por último se termina cerrando, haciendo dobleces y amarrándolo.

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Es la receta que mi abuelita siempre hacía cuando llegábamos de visita, junto con empanadas y sancocho, es como el postre dulce que se toma con café.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar

Bandeja paisa

Felipe Gómez

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 1 hora

Semestre: 6to

Lugar de origen: Antioquia, marinilla, Colombia

Ingredientes

- Frijoles
- Huevo
- Carne molida
- Chorizo
- Maduro
- Aguacate
- Arepa

Utensilios requeridos para la preparación

- Ollas
- Sartenes

Procedimiento

-

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Me la enseñó mi abuela por parte de mi padre, siempre lo hacía cuando había una reunión familiar o festividad, la calidez que lo hacía ella

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Unión familiar

Caldo de Costilla

Sofía Posada

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 1 hora

Semestre: 7mo

Lugar de origen: Bogotá, Colombia

Ingredientes

- Costilla de res
- Papa
- Cilantro

Utensilios requeridos para la preparación

- Olla
- Cuchara de palo

Procedimiento

- Poner a hervir todo en una olla y esperar

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Mi abuela me la enseñó, siempre lo hacía cuando íbamos a la casa a almorzar.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Es más una unión entre mi abuela y yo.

Envueltos de plátano maduro

Angélica M. Rodríguez M.

Transmitida por un familiar directo

Tiempo aproximado de preparación: 1 hora

Semestre: 7mo

Lugar de origen: Palmira, Valle del Cauca, Colombia

Ingredientes

- 300 g de plátano maduro guayabo
- 150 g de queso campesino
- Pizca de sal
- 25 g de panela (si el plátano está muy maduro, reducir la cantidad)
- 25 g de agua
- 3 calvos
- 1 astilla de canela
- Hojas de plátano

Utensilios requeridos para la preparación

- Sartén pequeña
- Bowl

- Tenedor
- Tabla
- Cuchillo
- Vaporera

Procedimiento

- Pelar los plátanos y cortar en trozos.
- Aplastar con la mano o con un tenedor los plátanos con el queso lograr una masa homogénea.
- Hacer una reducción de panela con canela y clavos.
- Limpiar y cortar las hojas de plátano del tamaño necesario.
- Disponer la mezcla en las hojas de plátano y doblar.
- Llevar a una vaporera por 45 minutos, dependiendo del tamaño.

¿Hay alguna variación? Cuando no hay queso campesino, se usa el que este disponible en la casa

¿Cuál es la historia u origen familiar de esta receta? Los envueltos de plátano maduro guayabo son una herencia que viene de Palmira, donde mi familia tiene sus raíces. Era una receta que mi tía abuela preparaba y la casa se llenaba de ese aroma dulce del plátano mezclado con el de las hojas calientes. No era necesario que hubiera una celebración específica, bastaba con que alguien trajera plátanos maduros para que ella los hiciera. Con el tiempo, la preparación se convirtió en una especie de ritual familiar, un momento de reunión en la cocina donde cada uno tenía un papel, unos pelaban, otros molían, otros envolvían, y entre risas y conversaciones se tejían recuerdos. Cuando la familia se mudó a Cali, los envueltos siguieron siendo un lazo con el origen y una manera de mantener viva la presencia de quienes ya no están. Aún hoy, al preparar la masa o al oler las hojas de plátano al vapor, se siente que todos está ahí, guiando las manos y llenando de memoria cada bocado.

¿Qué valor simbólico tiene esta receta para ti o tu familia? Esta receta tiene un valor profundamente emocional y simbólico, es una forma de recordar de dónde venimos y de mantener unida a la familia a través del tiempo y la ausencia. Los envueltos no solo representan un sabor del Valle, sino también la calidez del hogar, la transmisión silenciosa de saberes y el amor que se cocina sin medidas exactas. Cada vez que se preparan, se revive una parte de la historia familiar, las reuniones en casa, las voces que ya no se escuchan, la unión alrededor de una mesa sencilla pero llena de significado. Son más que un alimento, son una herencia viva, un puente entre generaciones, un gesto que reafirma que la memoria también se saborea.

Anexo 2: Fotografías recetas recopiladas



Galletas de avena. Ariadna Rojas.



Pasta bolognesa. Eduardo Salgado.



Leche con bizcocho. Valeria Gómez.



Envueltos de plátano maduro. Angélica M. Rodríguez.



Bongos de tolo. Juan Camilo Valderrama.

Anexo 3: Narrativa

Convertir lo íntimo de la cocina familiar en un patrimonio compartido

María siempre decía que la memoria tenía olor. Para ella, la casa a olía a maíz recién molido, a guiso burbujeando en una olla y a café recién colado. Creció entendiendo que la cocina era más que un lugar para preparar comida, era un espacio donde se tejían las historias de su familia. Y allí, mientras ayudaba a picar cebolla, a amasar o cuidar que nada se quemara, aprendió que cada plato llevaba consigo un pedazo de la vida de quienes lo cocinaban antes.

Con los años, María descubrió que ese legado no estaba escrito en ningún libro, vivía en los gestos de su madre, en la voz de su tía recordando medidas “al ojo” y en las risas que acompañaban cada sobremesa.

Sin embargo, también vio cómo esa memoria podía desvanecerse, algunas recetas dejaron de prepararse, otras se olvidaron con el paso del tiempo y las palabras que antes bastaban para transmitirles ya no encontraban eco. La oralidad, que durante generaciones fue el puente de la memoria, se fragmentaba con la prisa de la vida moderna.

Fue entonces cuando entendió que lo que estaba en riesgo no era solo un plato perdido, sino la ruptura de un hilo que unía a su familia con sus raíces. Y fue como ese dolor se transformó en una pregunta, *¿cómo hacer que la memoria culinaria no desaparezca?*

De esa búsqueda nace **Legado de Sabor**, un sistema de registro digital interactivo donde María, y tantos otros como ella, pueden resguardar no solo recetas, sino también las historias, las emociones y los símbolos que las sostienen. Este proyecto no se limita a guardar ingredientes y pasos; se convierte en un refugio vivo donde la memoria encuentra nuevas formas de existir y de compartirse.

Imaginemos que la receta de envueltos de plátano de la tía de María ya no se pierde en la distancia, sino que cobra voz en un espacio colectivo. Que al registrarla no solo queda la técnica, sino también el recuerdo de los días especiales en los que se preparaba juntas, el olor a las especias y la sensación de pertenencia que ese acto transmitía. En ese gesto, lo íntimo se convierte en patrimonio común.

Porque cada estudiante que se suma al proyecto, como María, entrega algo más que un plato, ofrece un fragmento de su identidad. El sistema se convierte en un mosaico de memorias donde el maíz, la panela, las especias y los dulces dialogan con voces y geografías diversas, recordándonos que la cocina es también una manera de narrar quiénes somos.

Así, **Legado de Sabor** no solo preserva recetas, preserva abrazos, sobremesas, silencios y afectos. Cada receta registrada es una historia que se multiplica en la mesa de lo común, un patrimonio vivo que seguirá alimentando a quienes vendrán después.

Anexo 4: What? So What? Now What?



What? So What? Now What?

¿Qué ocurre?

María recuerda cómo las recetas de su abuela eran transmitidas de manera oral, en la cocina familiar, entre olores, gestos y palabras. Sin embargo, se da cuenta de que muchas de esas memorias comienzan a desvanecerse con el tiempo, porque la tradición oral ya no garantiza que las historias se conserven. A partir de esa reflexión, surge Legado de Sabor, un sistema digital interactivo que permite registrar no solo las recetas, sino también las historias, emociones y símbolos que las rodean.

¿Por qué importa?

Porque lo que está en riesgo no es solo un plato olvidado, sino la ruptura de la historia que une a las familias y comunidades. La experiencia toca directamente las emociones de los estudiantes de gastronomía, quienes encuentran en cada receta un vínculo con su identidad y con su memoria afectiva. Preservar estas recetas significa mantener vivos los abrazos, las sobremesas y los relatos que construyen pertenencia. La herramienta convierte lo íntimo en colectivo y transforma lo personal en patrimonio compartido.

¿Qué se puede mejorar?

Facilitar la participación activa de los estudiantes para que cada receta se acompañe de narraciones orales, fotografías o videos que potencien la experiencia sensorial.

Diseñar dinámicas de comunidad dentro del sistema para que los usuarios no solo registren, sino también interactúen, comparen y celebren sus memorias culinarias.

Incorporar mecanismos de continuidad (retos, talleres, encuentros presenciales) que hagan que las memorias no se queden solo en el registro digital, sino que sigan vivas en la práctica cotidiana.

Ajustar el diseño para que cada contribución sea percibida como parte de un mosaico mayor: un patrimonio vivo en constante construcción.

Anexo 5: Usuario



‘Una receta no es solo comida; es la voz de mi abuela en mi cocina, es una historia que quiero que siga viva.’

María Gómez
20 años
Estudiante de 5° semestre de Gastronomía y Artes Culinarias – Pontificia Universidad Javeriana Cali

Vive en Cali, su familia es del norte del Valle, pasa temporadas con su abuela, quien guarda cuadernos con recetas, pero hay otras que recuerda solo de memoria.

María Gómez

María estudia Gastronomía porque siente que cocinar es una manera de contar historias. Creció viendo a su madre y abuela preparar platos típicos y tradicionales en celebraciones familiares. Aunque conoce técnicas modernas gracias a su carrera, siente que hay un vacío: muchas de esas recetas familiares nunca fueron escritas o compartidas. Y se ha dado cuenta que algunas ya se han perdido porque no hubo tiempo de escucharlas o preguntarlas, y teme que se desvanezcan para siempre.

Motivaciones

- Conectar con sus raíces y mantener vivo el legado de su abuela.
- Asegurarse de que las recetas de su familia no desaparezcan.
- Formar parte de una comunidad que valore la memoria culinaria y la preserve colectivamente.

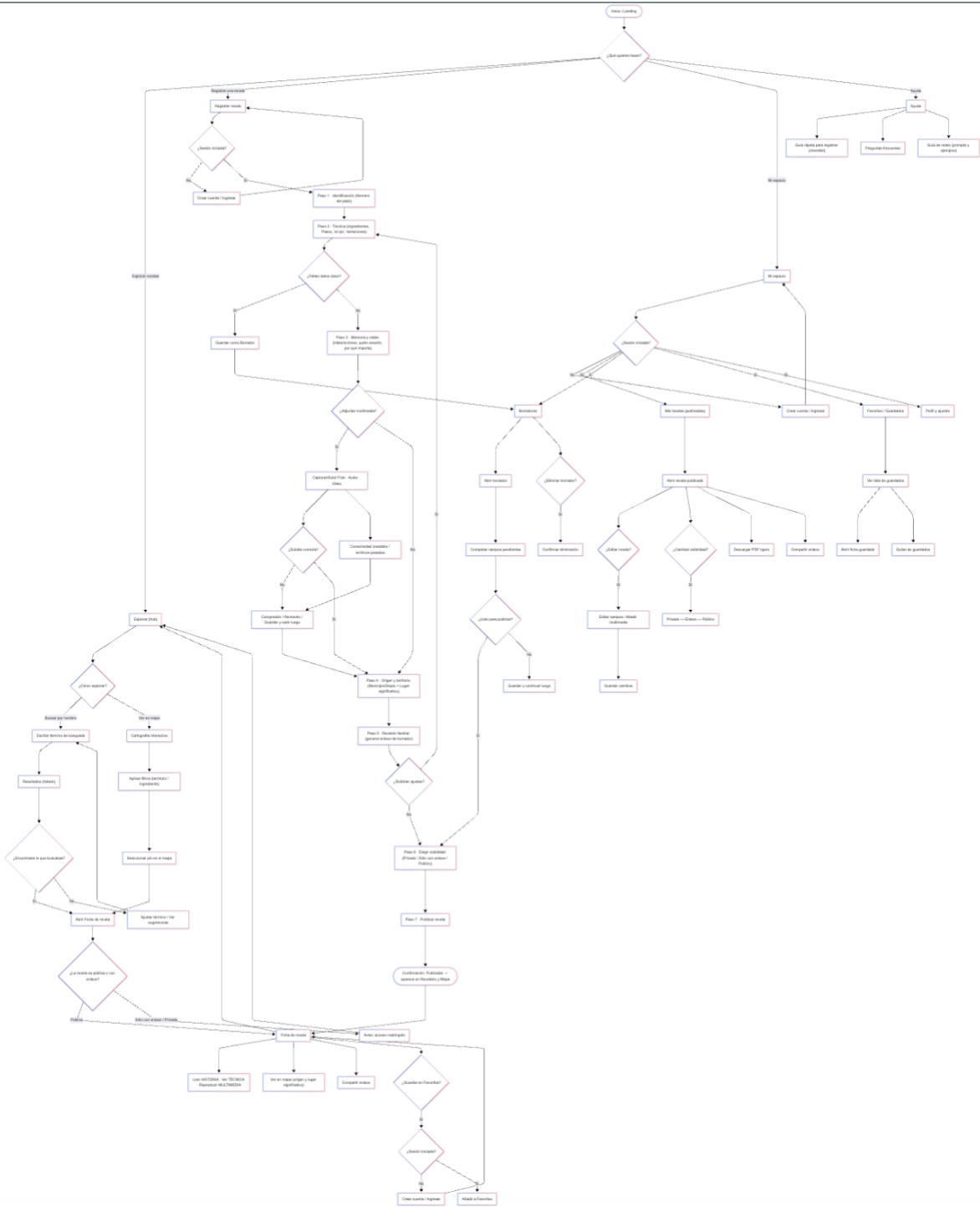
Frustraciones

- La tradición oral se pierde con el paso del tiempo.
- Las nuevas generaciones de su familia no muestran tanto interés en aprender las recetas.
- Siente que los recetarios escritos no logran capturar el “alma” de las preparaciones.

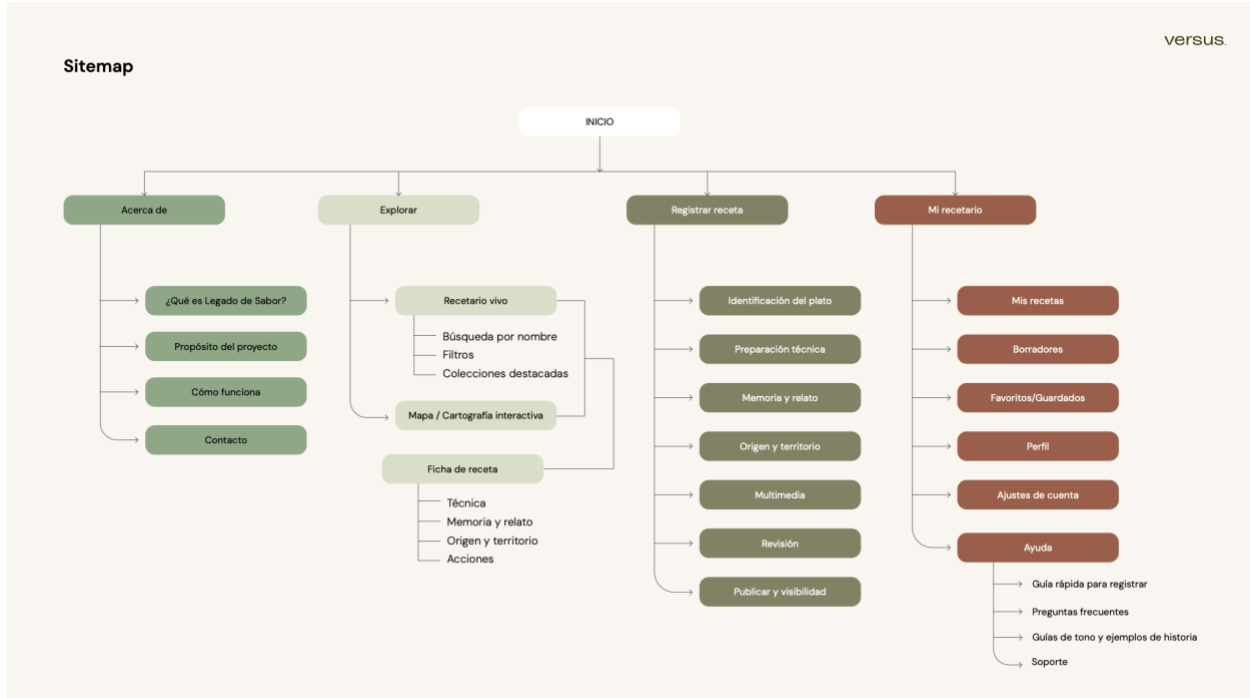
Necesidades

- Un espacio accesible para documentar y conservar las recetas de su familia.
- Poder registrar no solo ingredientes, sino también historias, emociones y los símbolos de cada plato.
- Compartir con otros estudiantes y aprender de sus tradiciones, enriqueciendo su identidad culinaria.

Anexo 6: Userflow



Anexo 7: Site Map



Anexo 8: Task Flow

A) Registrar receta (borrador → publicado)

1) Crear receta → 2) Completar técnica (ingredientes/pasos/variaciones) → 3) Completar historia (quién, cuándo, por qué) → 4) Origen (municipio/departamento) → 5) Multimedia (1 foto + audio/video opcional) → 6) Revisión familiar (link privado) → 7) Elegir visibilidad → 8) Publicar.

B) Explorar y consultar

Dos rutas:

1) Inicio → 2) Recetario (búsqueda por nombre/territorio/ingrediente) → 3) Ficha → 4) Ver en mapa → 5) Compartir/Guardar.

1) Inicio → 2) Ver mapa → 3) Recetario de la ciudad (búsqueda por nombre/ingrediente) → 4)

Ficha 5) Compartir/Guardar.

Anexo 9: Formato de validación



Valoración de experiencia y plataforma

1. ¿Qué tanto cree que puede contribuir la plataforma a motivar a los estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias a la salvaguarda de recetas familiares?
(Por favor valore de 1 a 5, siendo 1 = nada y 5 = mucho)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

2. ¿Qué tan atractiva cree que puede resultar la plataforma para incentivar la interacción de los estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias con ella?
(Por favor valore de 1 a 5, siendo 1 = nada y 5 = mucho)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3. ¿Qué tanto cree que la plataforma puede transmitir el valor emocional de las recetas familiares?
(Por favor valore de 1 a 5, siendo 1 = nada y 5 = mucho)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

4. ¿Cree que la integración entre lo sensorial y lo digital es coherente y significativa?
(Por favor valore de 1 a 5, siendo 1 = nada y 5 = mucho)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5. ¿Qué tanto cree que la plataforma contribuye a hacer sentir que lo íntimo de la cocina familiar se convierte en un patrimonio compartido?
(Por favor valore de 1 a 5, siendo 1 = nada y 5 = mucho)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6. Considerando que Legado de Sabor está dirigido a estudiantes de Gastronomía y Artes Culinarias, por favor evalúe su contenido eligiendo para cada región la opción que más se aproxime al término de su preferencia:

	1	2	3	4	5
Frío					Cercano
Monotono					Estimulante
Olivadable					Memorable
Irrelevante					Relevante
Complicado					Intuitivo
Aburrido					Atractivo
Confuso					Claro
Lento					Ágil

7. ¿Qué piensa que funciona muy bien de la propuesta y la experiencia?

8. ¿Piensa que se debe mejorar algún aspecto de la propuesta y la experiencia?

Anexo 10: Respuestas abiertas

	Pregunta 7	Pregunta 8
1	Es una herramienta útil y novedosa, que debemos utilizar.	Creo que todo está bien planteado. Debemos utilizar todos los recursos para proteger nuestra identidad cultural y esta es una buena herramienta.
2	La conexión emocional entre ambas y el poder sentimental que cada persona le ocasiona.	Si es posible con el avance del proyecto hacer uso de imágenes reales.
3	Pienso que funciona muy bien combinar la parte tecnológica ya que los jóvenes se van a sentir más llamados a salvaguardar esas recetas que han marcado la vida de ellos.	Considero que la propuesta está muy bien porque se logra entender del todo que la idea es cuidar la memoria que nos ha acompañado.
4	Creo que la narrativa y forma como funciona la plataforma lleva a sentirse en un ambiente familiar y abrir las puertas de nuestra cocina, historia y memorias para entrar a un patrimonio colectivo en construcción.	Creo que la propuesta se encuentra bien construida y los elementos como diseño, narrativa, funcionalidad, entre otros, concuerdan con la idea central de la propuesta.
5	Propuesta innovadora con carácter y con una experiencia de mucho valor.	Seguir insistiendo en lo planteado.
6	El concepto de restauración a través de la memoria y el encuentro que permiten las nuevas tecnologías y los sabores familiares reunidos en esta plataforma. Creo que has sembrado la semilla de algo grande.	Es paradójico, pero me pregunto por el cuidado y salvaguarda de los derechos de autor de Angélica y sus compañeros.
7	La propuesta permite que entre los estudiantes haya mayor cercanía, que no haya barrera o límite por la procedencia de las recetas. La experiencia reúne lo emocional y sensorial, el relato te atrapa y evoca sentimientos entorno al hogar y la familia.	La propuesta puede incluir imágenes reales de algunas recetas como referencia para cautivar más la atención. La propuesta muy bien diseñada y conmovedora, ningún comentario al respecto.