

De sur a sur: Elaboración de alfajores artesanales con relleno de chilacuan y de guínul como estrategia gastronómica para la recuperación y la remembranza de los ingredientes y las tradiciones dulceras nariñenses en un grupo de personas oriundas de Nariño vinculadas a la Pontificia Universidad Javeriana Cali.

Autoras: Camila Alejandra Carreño Saa

Nancy Camila Salazar Lleras

Pontificia Universidad Javeriana Cali

Facultad de Creación y Hábitat

Carrera de Gastronomía y Artes Culinarias

Tutora: Yurany Guevara Sotelo

9 de mayo del 2025

Agradecimientos

Le agradecemos principalmente a nuestros padres por apoyarnos desde el inicio de la carrera de Gastronomía y Artes Culinarias, la cual ha sido fundamental para ir acercándonos más a nuestros sueños. También les agradecemos a algunos de nuestros profesores que hicieron más ameno y fueron fundamentales para nuestro aprendizaje como lo son Juliana Llanos, Christian Oviedo y Florisalba Mosquera.

Agradecemos también la unión que hemos tenido desde el inicio de la carrera, en donde cada semestre fuimos creciendo, apoyándonos mutuamente y aprendiendo de la otra, lo que nos llevó a construir este lindo trabajo.

Agradecemos al universo por ir abriéndonos las puertas para ir acercándonos cada vez más al propósito que tenemos y permitirnos llegar hasta donde estamos el día de hoy.

Tabla de contenido

| | |
|--|-----------|
| Resumen..... | 5 |
| Planteamiento del problema y justificación de la propuesta..... | 7 |
| Objetivo General..... | 13 |
| Objetivos Específicos | 13 |
| Marco Teórico..... | 14 |
| Departamento de Nariño: | 14 |
| Gastronomía nariñense: | 14 |
| El guínul..... | 14 |
| Caracteres diagnósticos..... | 14 |
| Usos del fruto | 14 |
| Entorno..... | 14 |
| Mitología..... | 14 |
| El chilacuan..... | 14 |
| El chilacuan en Nariño..... | 14 |
| Origen del dulce de chilacuan..... | 14 |
| El futuro del chilacuan..... | 14 |
| Descripción | 14 |
| Información nutricional..... | 14 |
| Alfajor..... | 14 |
| Patrimonio Culinario | 14 |
| Soberanía alimentaria | 14 |
| Memoria cultural..... | 14 |
| Estado del arte..... | 14 |
| Materiales y Métodos..... | 16 |
| Fase 1: Documentación..... | 16 |
| Fase 2: Elaboración de Rellenos y alfajores | 17 |
| Fase 3: Encuentro | 18 |
| Consideraciones éticas:..... | 19 |
| Resultados..... | 20 |
| Resultados de la Fase 1: Documentación Fuentes consultadas | 20 |
| Resultados de la Fase 2: Elaboración de Rellenos y alfajores..... | 22 |
| Fase 3: Encuentro - Unión de recuerdos | 23 |
| Discusión | 27 |

| | |
|--|-----------|
| Fase 1: Documentación y Fuentes Consultadas | 27 |
| Fase 2: Elaboración de Rellenos y Alfajores..... | 27 |
| Fase 3: Encuentro - Unión de Recuerdos | 28 |
| Conclusiones y Perspectivas futuras..... | 30 |
| Bibliografía. | 31 |
| Anexos | 33 |

Resumen.

El proyecto aborda la problemática del desconocimiento y la limitada comercialización de frutos autóctonos de Nariño, como el chilacuan y el guínul, a pesar de su riqueza cultural y gastronómica. Se propone la elaboración de alfajores artesanales con estos rellenos como una estrategia para promover su consumo y recuperar tradiciones dulceras de la región. Esta solución se basa en el potencial de la gastronomía para fortalecer la identidad cultural y dinamizar la economía local, mediante la reinterpretación de ingredientes tradicionales en productos de consumo popular.

El objetivo general del proyecto es elaborar alfajores artesanales con relleno de chilacuan y guínul, como estrategia gastronómica para la recuperación y la remembranza de los ingredientes y las tradiciones dulceras nariñenses, en un grupo de personas oriundas de Nariño vinculadas a la Pontificia Universidad Javeriana Cali (PUJ) Cali. La metodología incluyó la documentación de tradiciones dulceras nariñenses, el registro organoléptico del proceso de elaboración de los alfajores, y la realización de un encuentro de intercambio y rememoración de saberes con la comunidad objetivo.

Los resultados más relevantes incluyen la estandarización de recetas para la elaboración de alfajores con chilacuan y guínul, la valoración positiva del producto por parte de un grupo de 9 personas de Nariño vinculadas a la Pontificia Universidad Javeriana Cali, y la identificación de oportunidades para la promoción y comercialización de estos ingredientes. Se concluye que la elaboración alfajores por sí

solo no garantiza fortalecer la identidad, pero junto a una actividad de memoria y emociones sí puede desencadenar recuerdos y relatos identitarios.

Se sugiere explorar el desarrollo de otros productos derivados de estos frutos, investigar sus propiedades nutricionales, y analizar el potencial turístico de la gastronomía nariñense, como perspectivas de nuevos trabajos.

Planteamiento del problema y justificación de la propuesta

Nariño es un departamento de Colombia ubicado en la zona suroccidental del país que cuenta con una amplia biodiversidad geográfica destacándose por la composición de ríos y montañas que permiten la expansión agrícola y comercial. Por otro lado, se menciona que en el sur de Colombia se encontró al departamento de Nariño, en la Frontera con la República del Ecuador, haciendo parte de la región Andina.

Entre sus tradiciones culinarias, se destaca una gran diversidad de preparaciones, entre las cuales se encuentran los productos de repostería como el dulce de chilacuan, dulce de mora, dulce de guayaba, dulce de calabaza.

La cultura nariñense se expresa en su gastronomía, donde ingredientes autóctonos y técnicas ancestrales se entrelazan en cada plato, celebrando su patrimonio (López y Martos, 2002). Este departamento cuenta con una increíble cocina que se destaca por la rica mezcla de sabores de los pueblos originarios, la migración africana y la herencia española.

Esta región se caracteriza por el desarrollo económico a través de actividades de agricultura en las que el cultivo de frutas es de relevancia. Algunas de las frutas mayoritariamente cultivadas en esta región son: chilacuan y guínul.

El guínul (*Astrocaryum standleyanum*). Hace parte de los productos forestales no maderables del sector bajo mira y frontera. Es un fruto que proviene de una palma, las características de este fruto suelen ser de un tamaño pequeño, de

forma redonda y crece en racimo; Puede llegar hacer muy fibrosa. La palma en la que crece llega a medir de 5 a 15 m de alto y se desarrolla en clima tropical húmedo (Canchig, 2023).

Figura 1: Fruto de guínul



Nota: fruto del guínul. **Fuente:** (Salazar, 2023)

El guínul, un fruto local que hace parte de los productos no maderables, con un gran potencial, no está siendo aprovechado en el sector gastronómico. A pesar de su versatilidad, el desarrollo gastronómico a partir de este fruto es limitado debido al desconocimiento de preparaciones que utilicen todas sus partes. Actualmente, su uso es escaso, principalmente solo se usa para la creación de artesanías, lo que limita la variedad de productos comestibles a base de guínul (Araujo, 2020).

Figura 2: El encanto del chilacuan y la mora de El Encano en Pasto



Nota: Fruto del chilacuan. Tomado de: (Radio Nacional de Colombia, 2021)

El chilacuan, o también conocido en otras zonas del continente como papayuela, es una fruta ácida y fuerte, para poder manipularla se debe tener cierta precaución para evitar que no le dañe las manos debido a la composición de la cascara de este fruto (Burgos, 2021).

Desde la gastronomía, se pueden implementar estrategias para promover el conocimiento y consumo del chilacuan y el guínul, como la investigación y documentación de recetas tradicionales que utilizan estas frutas son fundamentales para preservar el patrimonio cultural y gastronómico asociado a ellas. Al resaltar su importancia cultural y su potencial gastronómico, se puede generar un mayor interés en estas frutas y facilitar su comercialización.

Para la sostenibilidad y la soberanía alimentaria se requiere una mirada interdisciplinar debido a que el cuidado de los cultivos de estos dos frutos va de la mano con la versatilidad y posibilidad de utilizar los alimentos para un consumo local y externo que genere estabilidad económica a la población campesina y que

las tradiciones a su vez se puedan replicar, de igual manera que dar a conocer al resto de la población y no se queden solo los nariñenses.

Esto se puede ver reflejado en narrativas como la siguiente, en la que la población nariñense menciona aspectos sobre el uso de los alimentos que se cultivan en el territorio “Antes mirábamos como el chilacuan, cuando se iba a los cultivos, estaban botados y se podrían porque nadie les daba algún uso, entonces yo vendía dulces y decidí emprender la producción de este fruto y tuve buenos resultados. A los turistas les empezó a gustar y a partir de ahí las demás personas que trabajan en la vereda empezaron a venderlos” (Burgos, 2021).

Los alfajores tienen una historia y tradición variada en distintos países, comenzando en Argentina, donde se considera que tienen su cuna (Vázquez, 2023). Aunque su popularidad se extiende a otros lugares, en Argentina se consolidaron como una golosina de producción masiva desde la década de 1950, especialmente en la costa atlántica (Revista Ferreteros, 2023).

El patrimonio cultural de una ciudad llega hacer su esencia e historia, por lo que es necesario conocer y seguir manteniendo el legado, los dulces y frutos hacen parte de la tradición convirtiéndose en un símbolo de representación. Es difícil reconocer que no se le la dé debida importancia y esa herencia cultural se esté desvaneciendo (Fiollas, 2022).

Ahora bien, es importante tener presente que Nariño ha sido un territorio golpeado históricamente por tensiones que se relacionan con la posesión, el uso y la distribución de las tierras resultando en prácticas de conflicto (incluyendo el

conflicto armado), lo que a su vez ha causado un impacto negativo en los procesos de producción de la comunidad campesina (Majbub, 2024).

Aun así, hoy en día la comunidad de campesinas/os se han organizado para comunicar sus necesidades respecto a los alimentos, prácticas y ciclos de cultivo buscando que se genere un reconocimiento social, político y económico a su labor y a sus alimentos. Esta población campesina también replica las tradiciones culinarias utilizando estrategias para el aprovechamiento de los alimentos cultivados en el caso del chilacuan y el guínul. Un ejemplo de esto es lo ocurrido en el Puerto donde se utilizaron los recursos agrícolas para el sustento económico a su vez para la preservación de la tradición.

A pesar de la riqueza frutal del sector andino, algunas frutas como el chilacuan y el guínul enfrentan desafíos para su comercialización en ciudades como Cali. La demanda de estas frutas puede ser limitada en comparación con otras más comunes, lo que dificulta su acceso para los consumidores. Además, el desconocimiento sobre estas frutas y sus usos culinarios puede influir en su baja demanda de consumo.

Es por lo anterior que en el presente proyecto de investigación en Gastronomía, se ha planteado la necesidad de reinterpretar de manera creativa dos alimentos tradicionales en Nariño que han tenido dificultades para su comercialización y difusión como el guínul y el chilacuan, esto por medio de un producto de repostería que alto consumo como lo es el alfajor, convirtiéndose como una posible estrategia gastronómica para la recuperación y la remembranza de los ingredientes y las tradiciones dulceras nariñenses. Así mismo, además de la elaboración de una pieza

gastronómica se propone acercar a un grupo de personas migrantes de Nariño en Cali que estén vinculados a la PUJ Cali a estos ingredientes por medio del alfajor como una forma de promover el uso, el consumo y la producción de las tradiciones en lugares distantes al territorio Nariñense.

Objetivo General

Elaborar alfajores artesanales con relleno de chilacuan y de guínul como estrategia gastronómica para la recuperación y la remembranza de los ingredientes y las tradiciones dulceras nariñenses en un grupo de personas procedentes de Nariño vinculadas oriundas a la PUJ Cali.

Objetivos Específicos

- Documentar las tradiciones dulceras en Nariño que incluyen el chilacuan y el guínul para revisar los antecedentes sobre la recuperación y reinterpretación de estos ingredientes.
- Registrar a nivel organoléptico el proceso de elaboración de alfajores con relleno de chilacuan y guínul para fomentar la posibilidad de réplica del consumo y uso de los ingredientes en el ámbito cotidiano y de la gastronomía.
- Realizar un encuentro de intercambio y rememoración de saberes sobre los ingredientes y las tradiciones dulceras nariñenses dirigido a la población migrante de Nariño vinculada a la PUJ Cali.

Marco Teórico

Estado del arte

Como antecedentes respecto al estudio de la gastronomía dulcera de Nariño, el patrimonio alimentario y la sostenibilidad de ingredientes autóctonos, se deben mencionar los siguientes estudios:

Este proyecto “Preservación de la gastronomía propia desde los diferentes escenarios de aprendizaje” etnoeducativo se implementó con estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Técnica Comercial San Juan Bautista en El Charco, Nariño. Su objetivo principal fue preservar la gastronomía tradicional del Pacífico colombiano, fortaleciendo la cultura y los valores sociales de la comunidad. Se utilizaron metodologías cualitativas basadas en la investigación-acción, que incluyeron entrevistas, prácticas directas de cocina, identificación de platos típicos y la participación de la comunidad. La propuesta etnopedagógica se fundamentó en teorías de autores como María Montessori y Vygotsky, adaptadas al contexto local. Los resultados mostraron una mejora significativa en la apropiación cultural por parte de los estudiantes, el fortalecimiento de la identidad y la promoción de valores comunitarios como la convivencia y el trabajo en equipo (Álvarez y Sinisterra, 2019).

El estudio “Caracterización morfológica del chilacuan (*Vasconcellea pubescens*) en Nariño, Colombia” se centró en la caracterización morfológica de diferentes genotipos de chilacuan en Nariño. Se evaluaron aspectos como el número de frutos por árbol y el peso de estos, identificando genotipos con mayor productividad y calidad de fruto. Los resultados proporcionan información valiosa para la selección y mejoramiento de esta especie en la región (Criollo, Muñoz y Portilla, 2004).

En el IV Concurso de Escuelas Gastronómicas de unicomfacauca, se presentaron investigaciones que abordan la sostenibilidad alimentaria, el diseño de nuevas ofertas gastronómicas centradas en las necesidades del consumidor y el uso de fermentos naturales en la panadería. Se destacó la importancia de la innovación y la tradición en la gastronomía, promoviendo prácticas sostenibles y respetuosas con el medio ambiente (*Gastronomía, Sostenibilidad, Innovación y Tradición En El Segmento Académico e Investigativo de Nuestro IV Concurso de Escuelas Gastronómicas, 2024*).

Este trabajo “**Propuesta de investigación para salvaguardar la gastronomía de Yopal**” identificó los saberes gastronómicos de los corregimientos de Morichal y Tilodirán en Yopal, analizando la influencia cultural y las razones de la pérdida de preparaciones culinarias tradicionales. Se documentó la dinámica social y gastronómica con el fin de salvaguardar el patrimonio cultural inmaterial de la región (Holguín y García, 2022)

Materiales y Métodos

La metodología que se llevará a cabo en esta investigación será de carácter cualitativo con un acercamiento al diseño documental y al diseño etnográfico utilizando herramientas de recolección de datos como la entrevista informal y el grupo focal (interactivo y participativo).

Debido a que se realizará la creación de un producto nuevo, el cual es un alfajor de dos diferentes rellenos, los cuales sus ingredientes principales son dos frutas autóctonas de Nariño el guínul y el chilacuan, se optará por realizar un ejercicio participativo con un grupo de personas oriundas de Nariño vinculadas a la Javeriana Cali.

A continuación, por cada objetivo específico planteado se va a desarrollar la propuesta metodológica, al igual que las estrategias para recolectar la información y se establecieron las siguientes fases proyectuales:

Fase 1: Documentación

Objetivo Específico: Documentar las tradiciones dulceras en Nariño que incluyen el chilacuan y el guínul para revisar los antecedentes sobre la recuperación y reinterpretación de estos ingredientes.

A. En esta primera fase, se revisó y se realizó una búsqueda de literatura sobre la gastronomía de Nariño, artículos de investigación y periodístico utilizando palabra claves como “memoria”, “Nariño”, “Patrimonio”, “dulces”, “tradición” “soberanía alimentaria” y “Memoria cultural”. Centrándose en las tradiciones dulceras y el uso de ingredientes como chilacuan y guínul.

B. Se revisó y recopiló información recabada en un documento que permita sintetizar las tradiciones dulceras en Nariño, que incluya descripciones

de los frutos que son el chilacuan y el guínul para analizar los antecedentes sobre la recuperación y reinterpretación de estos ingredientes, además del significado cultural de los productos.

C. Se diseñó una infografía que permita sintetizar toda la información, que quede muy claro al momento de la presentación.

Fase 2: Elaboración de Rellenos y alfajores

Objetivo específico: Registrar a nivel organoléptico el proceso de elaboración de alfajores con relleno de chilacuan y guínul para fomentar la posibilidad de réplica del consumo y uso de los ingredientes en el ámbito cotidiano y de la gastronomía.

A. Para comenzar esta fase se realizó la selección y búsqueda de los proveedores, teniendo en cuenta que deben ser nativos de la región de Nariño.

B. Desarrollar pruebas (2) con los dos diferentes frutos el chilacuan y el guínul, donde se establecerán parámetros organolépticos como textura, sabor, olor y temperatura, además de fijar las proporciones y la calidad de los frutos.

C. Evaluación organoléptica como textura, sabor, olor, apariencia y temperatura de los alfajores como tal, teniendo en cuenta la textura de la galleta y su armonía en boca de los dos sabores juntos y registrar cada una de ellas.

D. Para finalizar con esta fase se realizó la validación por parte del asesor gastronómico asignado, para continuar con la creación del documento soporte de la elaboración de la receta de los alfajores artesanales.

Fase 3: Encuentro

Objetivo específico: Realizar un encuentro de intercambio y rememoración de saberes sobre los ingredientes y las tradicionales dulceras nariñenses dirigido a la población migrante de Nariño vinculada a la PUJ Cali.

A. Se definieron las características y los criterios de los participantes, que sean mayores de edad, provenientes de Nariño y formen parte de la Javeriana como estudiantes o colaboradores, además de la cantidad de participantes y el formato del encuentro. que será una charla y degustación.

B. Se creó una base de datos con posibles participantes, donde se encontrará datos personales como su nombre, correo electrónico, teléfono, de que parte de Nariño es y cuál es su estatus dentro de la universidad. Para así realizar una previa convocatoria con dichos participantes.

C. Diseñar un encuentro para la presentación del proyecto que facilite la dinámica del evento, garantizando un espacio para compartir relatos, recetas y experiencias sobre los ingredientes y propias, además de la degustación de los alfajores.

D. Realizar el encuentro para desarrollar la presentación como tal al producto y se lleve a cabo la dinámica organizada para este. Al finalizar se realizará una recolección de datos y resultados sobre el encuentro. Al igual que los testimonios por parte de los participantes y guardar el registro. Para esta fase se construyó un consentimiento informado y una autorización de la imagen para entregar a las/os participantes.

Consideraciones éticas:

Es importante destacar que, dado que la población objetivo de este proyecto estuvo compuesta por personas mayores de edad, se tuvieron en cuenta consideraciones éticas fundamentales para el desarrollo del trabajo. Los participantes contaron con un consentimiento informado (Ver Anexo I), firmado de manera voluntaria antes de su participación, en el cual se les explicó con claridad el propósito del estudio, la naturaleza de su participación, el tratamiento confidencial de la información y su derecho a retirarse en cualquier momento sin repercusiones.

Asimismo, se garantizó la confidencialidad de los datos recolectados, asegurando el anonimato de los participantes y el uso exclusivo de la información para fines académicos. El lenguaje utilizado en las preguntas fue respetuoso y adecuado, procurando generar un ambiente de confianza y respeto mutuo. Estas medidas permitieron asegurar un proceso ético, transparente y respetuoso con los derechos y la dignidad de quienes participaron en el proyecto.

Resultados

Resultados de la Fase 1: Documentación Fuentes consultadas

Se identificaron y analizaron artículos académicos y reportajes periodísticos y documentos históricos sobre la gastronomía dulcera de Nariño.

Se utilizaron palabras clave como: memoria, Nariño, patrimonio, dulces, tradición, soberanía alimentaria y memoria cultural para la búsqueda de información.

A. Se encontraron registros históricos como cuál fue el primer dulce de la historia: La primera presentación de lo que es un dulce fue frutas y flores cubiertas de miel, la miel siendo la estrella de esta presentación lo cual se extendió por las diferentes culturas de la antigüedad, además de la importancia de la caña de azúcar y actuales de la preparación de dulces tradicionales. Los dulces casi siempre simbolizan la felicidad y la celebración, sabemos que, en muchas culturas, su consumo está asociado a eventos especiales, como festividades religiosas, bodas cumpleaños, como, por ejemplo, el natilla que en Colombia se prepara para las festividades navideñas (Señal Colombia, 2024).

B. Identificación de los principales ingredientes y métodos de preparación utilizados en la cocina nariñense la región.

- Los principales ingredientes de la cocina de Nariño son productos agrícolas como: Papa, Maíz, Fríjol, Plátano, Cacao, Cebada, Trigo, Arveja, Haba, Caña panelera. Productos de la gastronomía Locro, una sopa tradicional indígena Cuy asado, un manjar autóctono Ensaladas a punta de ullucos y arracachas Pusandao, un plato del litoral Chuspa, también conocida como arracadas Chuya, un aperitivo sin igual que en realidad es

una mazamorra, pero no lleva dulce sino por el contrario sal Sancochos de gallina criolla Juanesca, una sopa tradicional de Semana Santa Poleada Crema de maíz.

- La cocina nariñense combina técnicas tradicionales con ingredientes locales, sus métodos de preparación son:
 - Asado: El cuy se asa a la brasa con condimentos especiales.
 - Frito: El frito es un fricasé de carne, generalmente de cerdo, que se acompaña con mote, maíz tostado, papas con cáscara o arracacha.
 - Encocado: Pescados y mariscos aderezados con coco.
 - Ceviche: Camarón, pescado o mariscos marinados en limón, aceite y especias.
 - Sancochos: Sancochos de gallina criolla.
 - Sopas: Sopas de harina de plátano, sopa de cebada, juanesca, crema de maíz.
 - Guisos: Guiso de arroz, pellejo de marrano, cebolla, achiote y lenteja.
 - Arepas: Arepas de mote, preparadas con masa obtenida del mote molido y se asan en cayana.
 - Coladas: Colada de aco, colada de harina de haba, colada morada.

(del Castillo Matamoros et al., 2014)

C. **Infografía final:** Se diseñó una infografía que sintetiza toda la información, facilitando su comprensión y difusión (Ver el anexo 2).

Resultados de la Fase 2: Elaboración de Rellenos y alfajores

A. Para esta fase se realizó la búsqueda de los proveedores de los dos frutos el chilacuan y el guínul los dos en diferentes zonas de Nariño, como lo es Pasto y Tumaco, a los dos frutos se le hizo selección de calidad una de ellas fue que no estuvieran en alto estado de maduración, para que soportaran el viaje ya que viajarían desde Nariño a Cali en su estado natural. En la transportación se evidenció problemas en la movilidad, lo que llevo a que los productos llegaran un poco deteriorado.

B. Se llevaron a cabo dos pruebas gastronómicas con el objetivo de perfeccionar el producto final. Cada ensayo permitió ajustar técnicas, sabores y presentaciones, logrando así un resultado prolijo que refleja cuidado, dedicación y atención al detalle.

1. Prueba 1: Se realizó la primera prueba en nuestro hogar donde una de las investigadoras llevaba registro de las preparaciones, en este primer laboratorio se evidencio que los rellenos el dulce de chilacuan y de guínul, todavía no tenían la consistencia adecuada para el alfajor (Ver Anexo 3).

2. Prueba 2: En la prueba dos se siguió lo propuesto por el asesor gastronómico, desde el momento que se comenzó la elaboración de los rellenos, se le redujo la cantidad de agua y se aumentó el tiempo de cocción, el resultado fue dos rellenos con buena consistencia. (Ver Anexo 4)

C. En la finalización de esta fase de prueba que fue validada junto con el asesor gastronómico, donde se expuso temas de textura, sabor, color y olor. El asesor gastronómico proporcionó su aprobación, declarando que el producto cumple con los estándares organolépticos propuestos. (Ver Anexo 4).

Fase 3: Encuentro - Unión de recuerdos

Se comenzó a esta fase definiendo las características, los criterios y las consignas de participación:

1. Criterios y consignas de participación:

- a. Mayores de edad: todos los participantes debían ser mayores de 18 años.
- b. Disponibilidad de tiempo para realizar actividad participativa e interactiva.
- c. Un máximo estipulado de 14 participantes para la actividad.
- d. Procedencia: los participantes debían ser (nacidos) de Nariño.
- e. Vinculación a la Javeriana: debían ser estudiante, docente o colaborador de la Universidad Javeriana.
- f. Actividad convocada en la Universidad Javeriana en un espacio al aire libre.
- g. Espacio para la degustación.

2. Cantidad de Participantes:

- a. Se obtuvo la participación de un total de 9 personas, lo que permitió una interacción dinámica durante el encuentro.

3. Formato del Encuentro:

- El evento consistió en una charla en la que se abordaron temas relacionados con tradiciones, actividades y una degustación del producto, fomentando que este espacio sea de intercambio cultural y aprendizaje.

- A. La base de datos para registrar a los participantes interesados, tuvieron

los siguientes campos de registro:

- Nombre: Nombre completo del participante.

- Correo Electrónico: Dirección de correo electrónico del participante.
- Teléfono: Número de teléfono de contacto.
- Localidad: Región específica de Nariño de la que proviene el participante.
- Estatus en la Universidad: Indicador de si el participante es estudiante, profesor o colaborador. (Ver anexo 5)

B. Para la presentación del proyecto, se diseñó un encuentro especial dirigido por las investigadoras, que permitió crear un espacio cálido para compartir relatos, recetas y experiencias personales en torno a los ingredientes y tradiciones. La jornada inició con una charla inaugural que introdujo a los participantes en el propósito del evento, seguida de una mesa redonda llamada "*Dulces de infancia*", en la cual se mencionaron memorias y saberes entrañables. Luego, se llevó a cabo una actividad de decoración de dulces, impulsando la creatividad de los participantes, y la construcción colectiva de un recetario con las historias y recetas compartidas. El encuentro cerró con una retroalimentación abierta, donde los participantes valoraron positivamente la dinámica y destacaron la degustación de los alfajores como un momento especial de conexión y disfrute (Ver Anexo 6).

C. Se realizó el encuentro destinado a la presentación del producto final y al desarrollo de la dinámica planificada para este propósito. Durante la jornada, se llevaron a cabo las actividades organizadas, promoviendo la participación y la interacción entre los asistentes. Al finalizar el encuentro, se procedió a la recolección de datos y resultados, incluyendo los testimonios de los participantes y el registro de

la actividad mediante soportes visuales y escritos. Para garantizar la ética del proceso, previamente se construyó y entregó a cada participante un consentimiento informado y una autorización para el uso de su imagen, asegurando así la protección de sus derechos y la transparencia en el manejo de la información recolectada.

1. Charla Inaugural: Las investigadoras abrieron el encuentro con una charla sobre la importancia de la cultura y las tradiciones dulceras en nuestra identidad comunitaria, incluyendo aspectos históricos de las tradiciones dulceras nariñenses (Ver Anexo 7).

2. Mesa Redonda: “Dulces de Nuestra Infancia”: Los participantes compartieron experiencias y recuerdos asociados a sus dulces favoritos de la infancia. En este espacio se reflexionó sobre cómo los dulces o gastronomía marcan momentos clave en nuestra vida y cultura (Ver Anexo 8).

3. Decoración de Dulces: Los participantes recibieron las diferentes partes del alfajor con dos tipos de relleno (dulce de guínul y dulce de chilacuan). Teniendo la libertad de organizar y personalizar sus alfajores y disfrutarlos al final. Los participantes elogiaron su sabor y la dinámica. Muchos manifestaron que les recordó a recetas familiares, lo que generó un ambiente de nostalgia y calidez (Ver Anexo 9).

4. Creación de Recetario: Se ofreció un espacio para que cada participante compartiera su receta de un dulce tradicional. Las recetas se recopilaron en un documento y se distribuirán como recuerdo del encuentro, promoviendo la cultura compartida. Durante la actividad de reconstrucción de recetas, los participantes compartieron sus experiencias

y tradiciones culinarias. Lo que permitió capturar su entusiasmo y el proceso colaborativo, pudiendo evidenciar como todos tienen una historia muy nostálgica alrededor de la preparación de una receta. (Ver Anexo 10 y 11).

5. Para finalizar en la retroalimentación recopilada a través de un formulario. Indicó que los participantes se sintieron como en familia durante el encuentro. Comentaron que la experiencia no solo les permitió reconectarse con su pasado, sino que también les brindó valiosas sugerencias sobre el producto. (Ver Anexo 12).

Discusión

En esta sección, realizó la compilación de los análisis conceptuales y personales sobre el proyecto de grado. Mediante este estudio, se ha podido identificar aspectos significativos que surgieron, los cuales no se habían considerado al inicio del proyecto. Estas nuevas perspectivas innovadoras han aportado significativamente el análisis y han proporcionado un valor añadido a la comprensión de la gastronomía dulcera de Nariño.

Fase 1: Documentación y Fuentes Consultadas

La investigación inicial sobre la gastronomía dulcera de Nariño reveló registros históricos importantes, como el origen de los dulces, que remonta su historia a frutas y flores cubiertas de miel. Este hallazgo sugiere que los dulces han estado vinculados a la celebración y la felicidad a lo largo de toda la historia, un punto que se alinea con estudios de autores como (Appadurai, 1986), quien sostiene que la comida actúa como un marcador cultural y un vehículo de memoria. Como, por ejemplo, los dulces tradicionales, como el natilla durante las festividades navideñas en Colombia, refuerzan la conexión entre la gastronomía y la identidad cultural.

Se sugiere explorar en investigaciones futuras respecto a cómo la gastronomía puede servir no solo como un medio de sustento, sino también como un vehículo para la memoria cultural y la soberanía alimentaria, examinando cómo estos dulces continúan evolucionando en el contexto contemporáneo.

Fase 2: Elaboración de Rellenos y Alfajores

A lo largo de la elaboración de los rellenos de dulce de chilacuan y guínul, los problemas iniciales de consistencia llevaron a una exploración en el proceso de cocción. Las variaciones propuestas por el asesor gastronómico resultaron en una

mejora notable exactamente en la textura de los rellenos. Este ajuste práctico se refiere a la importancia del aprendizaje reiterativo en la gastronomía, que destacan cómo la práctica y la modificación de técnicas son esenciales para alcanzar buenos resultados.

Para posteriores iteraciones del producto, se recomienda establecer un protocolo más vigoroso para la selección y transporte de ingredientes, reduciendo el deterioro y asegurando la calidad en la producción. Además, el uso de técnicas de cocción tradicional debe ser atentamente registrado para preservar el conocimiento de las prácticas culinarias tradicionales.

Fase 3: Encuentro - Unión de Recuerdos

El encuentro realizado en la Universidad Javeriana logró fomentar un sentido de comunidad y pertenencia entre los participantes a través del intercambio de vivencias, relatos y degustaciones. Muchos expresaron que la actividad les recordó diferentes recuerdos de su infancia alrededor de su cultura, creando un ambiente de nostalgia.

Sugerimos para próximos talleres se incluyan una mayor variedad de actividades que fomenten aún más la interacción, como talleres de cocina en directo o sesiones de narración de relatos, donde los participantes puedan compartir no solo recetas, sino también las historias que las originaron.

Los hallazgos logrados durante las diferentes fases del proyecto demuestran que la gastronomía no solo se refiere un grupo de prácticas alimenticias, sino también una valiosa forma de manifestación cultural que aporta a la memoria colectiva. El contacto de los participantes en el taller con los dulces típicos de Nariño permitió conectarse con sus raíces,

evidenciando cómo la comida puede influir en la identidad cultural, pudimos observar y escuchar cómo cada uno de los participantes evocó recuerdos significativos reafirmando su identidad cultural. Se alienta a próximas investigaciones a seguir explorando el papel de la gastronomía en el fortalecimiento de la identidad cultural y a evaluar cómo las tradiciones culinarias pueden adaptarse a las necesidades sociales y económicas contemporáneas.

Conclusiones y Perspectivas futuras.

La investigación demostró que la elaboración de alfajores artesanales con rellenos de chilacuan y guínul no solo permite visibilizar ingredientes autóctonos de Nariño, sino que, al ser acompañada de actividades de memoria y evocación emocional, se convierte en una herramienta efectiva para fortalecer la identidad cultural y promover la preservación de tradiciones dulceras.

La clave del proyecto radicó en integrar la gastronomía con experiencias que despertaran recuerdos colectivos y personales, generando un espacio significativo de conexión con el patrimonio cultural. Esta estrategia no solo valoró la riqueza gastronómica local, sino que también fomentó la innovación culinaria, demostrando que es posible reinterpretar las tradiciones de manera creativa y contemporánea.

La positiva acogida del producto y del encuentro participativo evidenció el potencial de mercado para propuestas gastronómicas que, además de su valor sensorial, aporten significado cultural y emocional. A futuro, se recomienda seguir desarrollando productos y actividades que integren gastronomía y memoria como un camino sostenible para la salvaguarda de las identidades locales.

Bibliografía.

- Amigos de la Tierra Internacional. (2007). *Soberanía alimentaria*. <https://Www.Foei.Org/Es/Que-Hacemos/Soberania-Alimentaria/>.
- Arjun Appadurai. (1986). *La vida social de las cosas*. <https://Www.u-Cursos.Cl/Fau/2012/0/DH-107/2/Foro/r/Appadurai-La-Vida-Social-de-Las-Cosas.Pdf>.
- Arteaga, G., & Vicuña, P. (2012). *La Cocina Fusión: Antecedentes y nuevas propuestas en 8 recetas aplicada en la cocina Italiano- Ecuatoriano*.
- Banco mundial. (2024). *contexto-migratorio-narino-2024*.
- Bernal, R. , G. G. A. R. H. S. y M. Gutiérrez. (2012). *Chilacúan. (Vasconcellea pubescens - Caricáceas)*. <http://Www.Biovirtual.Unal.Edu.Co/Nombrescomunes/Es/Detalle/Ncientifico/7956/>.
- BRAVO, SALAMANCA, A., BURBANO PEREZ, J. J., HOYOS VELASCO, A. C., & PINCHAO CRIOLLO, V. L. (2019). ESTUDIO PARA LA CREACIÓN DE UN RESTAURANTE DE COMIDA TIPICA DENOMINADO VIVE NARIÑO EN LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO. <https://Expeditiorepositorio.Utadeo.Edu.Co/Bitstream/Handle/20.500.12010/8494/Trabajo%20de%20grado.Pdf?Sequence=1&isAllowed=y>.
- Burgos, D. C. (2021). *El encanto del chilacuan y la mora de El Encano en Pasto*. <https://Www.Radionacional.Co/Cultura/Tradiciones/Dulce-Chilacuan-y-Mora-El-Encano-Pasto>.
- Canchig, D. (2023). *Mocora (Astrocaryum standleyanum)*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8436968>
- Cavallera, M. J. (2006). *Sector golosinas - Alfajores*. https://Alimentosargentinos.Magyp.Gob.Ar/HomeAlimentos/Golosinas/Productos/Alfajor/Golosinas_Alfajores.Htm#:~:Text=El%20art%C3%ADculo%20132%20del%20C%C3%B3digo,Un%20ba%C3%B1o%20o%20cobertura%20exterior.%E2%80%9D.
- Criollo, H., Muñoz, J., & Portilla, P. (2004). *CARACTERIZACION MORFOLOGICA DEL CHILACUAN (Vasconcellea cundinamarcensis) EN EL MUNICIPIO DE PASTO, DEPARTAMENTO DE NARIÑO*.
- del Castillo Matamoros, S. E., Zea León, M. del P., & Suárez Higuera, E. L. (2014). *C.Nut-Seg_Manual-Sabores-saberes-comunidades-andinas-narinenses*.
- Diario Rio Negro. (2002, May 5). *Ahora sí se lo puede llamar «alfajor»*. <https://Www.Ciad.Mx/Estudiosociales/Index.Php/Es/Article/View/881>.
- Dulce de Chilacúan Un Tesoro Gastronómico de Nariño*. (2024, November 13). <https://Surdestino.Com/Dulce-de-Chilacuan-Un-Tesoro-Gastronomico-de-Narino/Narino-Magico/>.

- Fiollas Coba Marily Stefany. (2022). *UNIANDES*. https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/personal/yurany_guevara_javerianacali_edu_co/_layouts/15/onedrive.aspx?id=%2Fpersonal%2Fyurany%5Fguevara%5Fjaverianacali%5Fedu%5Fco%2FDocuments%2FDatos%20adjuntos%2FPatrimonio%20y%20recuperaci%C3%B3n%20culinaria%2Epdf&parent=%2Fpersonal%2Fyurany%5Fguevara%5Fjaverianacali%5Fedu%5Fco%2FDocuments%2FDatos%20adjuntos&ga=1
- García Néstor. (2013). *Güérregue (Astrocaryum standleyanum)*. <https://www.researchgate.net/publication/279205064>
- Gastronomía, sostenibilidad, innovación y tradición en el segmento académico e investigativo de nuestro IV Concurso de Escuelas Gastronómicas*. (2024). https://Www.Unicomfacauca.Edu.Co/Gastronomia-Sostenibilidad-Innovacion-y-Tradicion-En-El-Segmento-Academico-e-Investigativo-de-Nuestro-Iv-Concurso-de-Escuelas-Gastronomicas/?Utm_source=chatgpt.Com.
- Gobernación de Nariño. (2024). *Plan de Desarrollo Departamental 2024-2027*. https://Plandedesarrollo.Narino.Gov.Co/Wp-Content/Uploads/2024/07/Plan_de_Desarrollo_Departamental_2024-2027.Pdf.
- González Torres, S. (2020). *Soberanía alimentaria, una alternativa para el reconocimiento de derechos del campesinado. la experiencia de Inzá, Cauca (Colombia)*. https://Repositorio.Unal.Edu.Co/Handle/Unal/78927?Utm_source=.
- Holguin Marino, M. J., & García Rodríguez, H. L. (2022). *Propuesta de investigación salvaguardar de la gastronomía de Yopal*. <http://Biblioteca-Repositorio.Clacso.Edu.Ar/Handle/CLACSO/20797>.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2018). *Tabla de Composición de los Alimentos Colombianos*. https://Www.Icbf.Gov.Co/System/Files/Tcac_web.Pdf.
- Jairan Sánchez Gutierrez. (2008). *Caracterización-Tumaco (3)*. [file:///C:/Users/HP/Downloads/Caracterizaci%3Bn-Tumaco%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/Caracterizaci%3Bn-Tumaco%20(3).pdf)
- Jurado, J. (2017, November 2). *Gastronomía nariñense: una despensa de sabores para degustar*. <https://Www.Radionacional.Co/Cultura/Gastronomia-Narinense-Una-Despensa-de-Sabores-Para-Degustar>.
- López Alonso, M. Á., & Martos García, A. (2002). *LA ORGANIZACIÓN DEL CONOCIMIENTO CULTURAL A PARTIR DE LA LEY DE PATRIMONIO HISTÓRICO ESPAÑOL*.
- Majbub, S. (2024, October 24). *Paz territorial de las comunidades del Pacífico Nariñense*. <https://Indepaz.Org.Co/Paz-Territorial-de-Las-Comunidades-Del-Pacifico-Narinense-Salomon-Majbub/>.
- Nelly, A., Basante, M., Diana, N.-D., & Mera Pineda, V. (2021). *Carta de color desde la madurez comercial hasta la senescencia de las frutas autóctonas de Nariño*.

- Nestle Professional. (2024). *Alfajores*. <https://Www.Nestleprofessional-Latam.Com/Pe/Recetas/Alfajores>.
- Nohemí Álvarez Montaña, & Luis Enrique Sinisterra Arrechea. (2019). *Preservación de la gastronomía propia desde los diferentes escenarios de aprendizaje, a través de una propuesta etnopedagógica con los estudiantes de grado 5° de básica primaria de la Institución Educativa Técnica Comercial San Juan Bautista Del Municipio de El Charco-Nariño, en el área de etnoeducación*. <https://Repository.Unad.Edu.Co/Bitstream/Handle/10596/26245/Nalvarezmo.Pdf?Sequence=1&isAllowed=y>.
- ODHANA Nariño. (2018). *PLATOS TÍPICOS NARIÑENSES*. www.observatorio-odhana.wixsite.com/siweb
- Pérez, R. y C. R. (2003, September 20). *Portal de investigación de STRI: Astrocaryum standleyanum*. <https://panamabiota.org/stri/taxa/index.php?taxon=62136&clid=64>
- Revista Ferreteros. (2023). *El Alfajor, Una Pasión Argentina de Casi 2 Siglos*. https://Revistaferreteros.Com.Ar/Alfajor-Pasion-Argentina/?Utm_source=chatgpt.Com.
- Señal Colombia. (2024). *Natilla y buñuelos en navidad: el origen*. <https://Www.Senalcolombia.Tv/Cultura/Navidad-Colombia-Tradicion-Natilla-Bunuelos>.
- Tu Barco. (2024). *Descubra los dulces y postres típicos de Nariño*. <https://Tubarco.News/Descubra-La-Riqueza-de-Los-Dulces-y-Postres-Tipicos-de-Narino/>.
- Vázquez Noya, I. (2023). *Qué son los alfajores, cuál es su origen y en qué se diferencian en cada país*. <https://Www.Directoalpaladar.Com/Cultura-Gastronomica/Que-Alfajores-Cual-Su-Origen-Que-Se-Diferencian-Cada-Pais>.

Anexos

Anexo 1:

Para la elaboración del proyecto, se tomó como guía el Código Deontológico de la Gastronomía propuesto por la Universidad Francisco de Vitoria (UFV). Este código

proporcionó un marco ético centrado en los principios de una gastronomía satisfactoria, saludable, sostenible y solidaria. De esta manera, se garantizó que el producto desarrollado en el marco del proyecto no solo respondiera a criterios de calidad, salud y responsabilidad social, sino que también respetara la dignidad, autonomía y diversidad de los participantes adultos, promoviendo una experiencia gastronómica consciente, creativa y respetuosa con el entorno y las personas involucradas (Universidad Francisco de Vitoria, 2021).

Anexo 2:

Resultado de la infografía informativa sobre los temas tratantes en el trabajo.

Figura 9 Infografía informativa.



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 3:

En esta primera prueba se realizó tanto los dos rellenos como las galletas del alfajor y se evidencio junto con el asesor gastronómico que aún no estaban en un 100% para la

presentación como el producto final. Hubo sugerencias por parte de los dulces como sus texturas y su fluidez, en la galleta fue por su forma desigual y distintos grosores que había entre sí. Por este motivo el asesor gastronómico propuso aumentar el tiempo de cocción y reducir la cantidad de líquido en los dulces y en las galletas utilizar como ayuda bases de una misma altura para que sea del mismo grosor.

Figura 10 :Primer laboratorio y presentación al asesor gastronómico.



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 4:

En esta prueba final, se siguieron las recomendaciones que fueron sugeridas por parte del asesor. Se evidenciaron cambios en la apariencia y consistencia de los rellenos, el grosor de la galleta en términos de se vieron los cambios en su sabor, texturas de los rellenos y tamaños de las galletas y ya se obtuvo un producto prolijo y fue validado para su presentación tanto a los participantes como a los jurados.

Figura 11: Prueba final con las recomendaciones del asesor gastronómico.



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 5:

Se realizó una base de datos con los posibles participantes del encuentro, en donde se obtuvieron los siguientes resultados, teniendo en cuenta su estatus dentro de la universidad, la parte de donde son provenientes, su género y su edad.

Figura 12: Base de datos de los participantes.

| Estatus en la Universidad | ¿De qué parte de Nariño es? | Genero | Edad |
|----------------------------------|------------------------------------|---------------|-------------|
| Colaborador | Pasto | Femenino | 46 - 55 |
| Estudiante | Pasto | Femenino | 15 - 25 |
| Colaborador | Ipiales | Femenino | 46 - 55 |
| Estudiante | ExProvincia de Obando | Masculino | 15 - 25 |

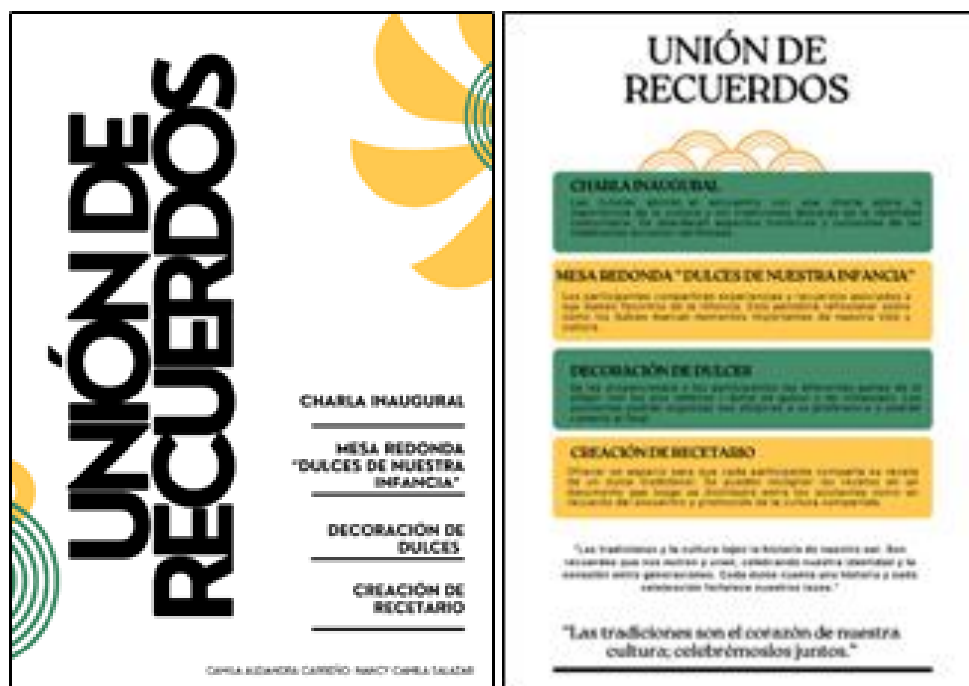
| | | | |
|-------------|---------|-----------|----------------|
| Profesor | Pasto | Masculino | 55 en adelante |
| Estudiante | Pasto | Masculino | 15 - 25 |
| Colaborador | Pasto | Femenino | 26 - 35 |
| Estudiante | Pasto | Masculino | 15 - 25 |
| Estudiante | Sandoná | Masculino | 15 - 25 |
| Estudiante | Pasto | Masculino | 15 - 25 |
| Estudiante | Pasto | Masculino | 15 - 25 |
| Estudiante | Pasto | Femenino | 15 - 25 |
| Estudiante | Pasto | Masculino | 15 - 25 |

Fuente: Elaboración propia.

Anexo 6: canva de organización

Se realizo un cronograma para el día del encuentro con nuestros participantes, en el cual se abordará distintos temas y se realizaran diferentes actividades.

Figura 13: Cronograma del encuentro.



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 7:

Este fue el inicio de nuestro encuentro con los participantes, en donde las investigadoras comenzaron explicando sobre el tema del proyecto y cuál fue la inspiración que se tomó para realizarlo. Se realizó una contextualización a las/os participantes respecto a los frutos que se utilizaron y el enfoque participativo de la actividad.

Figura 14: Charla inaugural.



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 8:

Se realizó una mesa redonda en donde se dio paso a que los participantes se presentaran diciendo cuál era su nombre, su edad y su ocupación. Posterior a esto se les hablo un poco sobre la importancia de conservar tradiciones. Seguido a esto, se dio paso para que las/os participantes narraran sobre una receta de importancia para ellas/os y el porqué de su importancia.

Figura 15: Tabla de recopilación de información

| Participante | Edad | Ocupación/carrera | Receta | Forma de identificación. |
|----------------|------|---------------------------|-------------|--|
| Participante 1 | 23 | Estudiante - Gastronomía | Poleada | Receta que siempre hacia su abuela cuando llegaban a visitarla y quiso aprender hacerla para que sea una costumbre que no muera con las generaciones. |
| Participante 2 | 24 | Estudiante - Arquitectura | Cuajada | Lo prepara junto a su abuela durante su niñez, era para consumo en la casa y también para los trabajadores de sus tierras. |
| Participante 3 | 25 | Estudiante – Posgrado | Rusiao | Plato típico de su familia, que es de un pueblo de Nariño llamado San José y dijo sentirse conectado con este plato, por los buenos recuerdos que tiene de cuando lo come. |
| Participante 4 | 35 | Psicóloga | Quimbolitos | Su abuela los prepara y le enseñó a su madre como prepararlos, es un plato que no come consecutivamente, pero cuando lo come revive alegrías. |

Fuente: Elaboración propia.

Figura 16: Mesa redonda con participantes.



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 9:

Este momento del encuentro fue grato y lleno de alegrías, risas, conversaciones, recuerdos y relatos, como describían ellos estas tenían un gran vínculo con su infancia, con sus madres y abuelas. Momentos que describen escenarios como la realización de esas diferentes recetas donde compartieron con sus seres queridos, convirtiéndose en recuerdos que los llevaba un poco a su niñez, comentan que pueden recordar exactamente los ingredientes o técnicas que usaban sus familiares a la hora de realizar estas, en el momento de elaborar sus propios alfajores, al igual que se recibieron muy buenos comentarios desde

la parte de organoléptica de estos, ya que podían probar por separado los rellenos y las galletas, al igual que ya sus sabores combinados, después de haberlos armados.

Figura 17: Realización de alfajores.



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 10:

Este espacio se realizó ya finalizando el encuentro y en donde se llevó a cabo la creación de un recetario, con la ayuda de los participantes, donde cada uno obtuvo un documento que tenían un formato el cual indicaba que cada uno debía escribir su nombre, el

nombre de la receta, los ingredientes, el paso a paso y el por qué se identificaba con ella. Se obtuvo un gran resultado por parte de los participantes.

Figura 18: Los participantes realizan el recetario



Fuente: Elaboración propia.

Figura 19: Información de los recetarios.

| Recetas | Forma de identificación |
|----------------------|---|
| Ratón con sabor amor | <ul style="list-style-type: none"> • Lo relacionan con su niñez. • Lo vincula con recuerdos felices. |
| Sopa de abuela | <ul style="list-style-type: none"> • Le recuerda a su familia unidad. • Le recuerda a su infancia. |
| Achiote | <ul style="list-style-type: none"> • La abuela se lo prepara. • Le recuerda a su hogar. • El sabor le trae recuerdos de su infancia. |
| Lapinganchos | <ul style="list-style-type: none"> • Porque es familiar. |

| | |
|----------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Por tradición. • La preparación le recuerda a su mamá |
| Quimbolitos | <ul style="list-style-type: none"> • Porque la mamá se lo prepara siempre. • Siento que es sinónimo de unión y familia. |
| Desamargado de limón | <ul style="list-style-type: none"> • Por la niñez. • La navidad en familia. • La unión con su abuela. |
| Queso | <ul style="list-style-type: none"> • Le trae a la mente momentos de su niñez con su abuela. |

Fuente: Elaboración propia.

Anexo 11:

Se obtuvo como resultado la recopilación de grandes recetas proporcionadas por los participantes como quimbolitos, rapingachos, rusiado, desamargado de limón, también la realización de queso y achiote. Para cada uno de los participantes es de gran afecto y cariño, ya que los conecta con sus familias y que han venido de generaciones en generaciones.

Como anexo externo se agrega el recetario, ya que son una a una de las recetas escritas a mano por los participantes.

Anexo 12:

Ya finalizado el encuentro se realizó una pequeña encuesta del cómo se habían sentido durante este, de cómo les pareció y que tan de su agrado llegó ser. Se obtuvieron comentarios por parte de los participantes en donde algunos fueron:

- Participante 1: “Fue un encuentro muy bonito, me llevo a mi niñez, en donde me trajo un poco de nostalgia revivir el como yo prepara algunas comidas con mi abuela”.

- Participante 2: “Es una dinámica diferente, que puedes explorar con los sabores dados y por mi parte les agradezco por hacerme parte de su proyecto. Es un honor y solo puedo decirles que está muy rico todo”.

Figura 20: Encuesta hecha a los participantes.

| ¿Conocías previamente el dulce de chilacuan y el arequipe de guínul? | ¿Te gustó descubrir nuevos dulces y sabores durante el encuentro ? | ¿Consideras que la información proporcionada sobre los dulces y frutos fue suficiente? | ¿Te gustaría probar más recetas que incluyan el chilacuan y el guínul en el futuro? | ¿Cómo calificarías tu experiencia en la mesa redonda? | En general, ¿cómo calificarías el encuentro completo? |
|--|--|--|---|---|---|
| No | Si | Si | Si | Excelente | Excelente |
| No | Si | Si | Si | Buena | Excelente |
| No | Si | Si | Si | Excelente | Excelente |
| Si | Si | Si | Si | Excelente | Excelente |
| No | Si | Neutral | Si | Excelente | Excelente |
| No | Si | Si | Si | Excelente | Excelente |
| No | No | Si | Tal vez | Excelente | Excelente |
| No | Si | Si | Si | Excelente | Excelente |

Fuente: Elaboración propia.