

# Otros aportes

# Ensayos visuales

# De la tradición a la innovación: la resistencia culinaria de la cocina en hojas.

**Escrito por:** Diana Patricia Moreno Mazuera;  
Máster Food Innovation Program;  
sambumbe.cocina@gmail.com;  
Colombia



## Resumen

En Colombia los envueltos son preparaciones propias en cuya envoltura, cocción, preservación o transporte se emplean hojas. Cada región tiene recetas de envueltos, dulces, salados, horneados, al vapor, el inventario es tan diverso como nuestra cultura. Actualmente el conocimiento de estas preparaciones lo sostienen las generaciones mayores, entre los jóvenes existe desconocimiento, desinterés y prejuicios en torno a ellos, motivo por el cual están en vía de extinción, la oferta disminuye, conforme los gustos de los consumidores cambian y la demanda se reduce a las generaciones mayores de 60 años.

Detrás de cada preparación que desaparece, se diluyen en el olvido conocimientos ancestrales sobre el medio ambiente, la conservación de especies nativas, prácticas y técnicas culinarias sostenibles de procesamiento conservación y presentación de los alimentos, el medio económico de subsistencia de una familia.

La cocina en hojas, la cultura material asociada a los hábitos de consumo alimentarios, el plástico de un solo uso. La soberanía de las masas que se cuecen en las hojas, el desarrollo del conocimiento etnobotánico de las comunidades asociado a las preparaciones.

La economía circular, la tradición, la innovación, el diseño para la transición, todo esto converge en un envuelto, este es un ensayo visual que busca explorar y experimentar con la estética, la materialidad, forma y posibilidades de la cocina en hojas, utilizando la herramienta de estudio Four food design pillars de Francesca Zampollo para comprender a los envueltos como objeto comestible y producto cultural.

**Palabras clave:** Envueltos, prácticas sostenibles, cultura material, food design, economía circular.

### Resumo

Na Colômbia, os embrulhados são preparações típicas de nosso país em que se utilizam folhas de embrulho, cozimento, conservação ou transporte. Cada região tem receitas de wraps, doces, salgados, assados, cozidos no vapor, o estoque é tão diverso quanto a nossa cultura. Atualmente, o conhecimento destas preparações é detido pelas gerações mais velhas, entre os mais jovens existe desconhecimento, desinteresse e preconceitos à sua volta, pelo que correm o risco de extinção, a oferta diminui, à medida que os gostos dos consumidores vão mudando e a demanda reduz-se às gerações com mais de 60 anos.

Por detrás de cada preparação que desaparece, diluem-se no esquecimento os saberes ancestrais

sobre o ambiente, a conservação das espécies autóctones, práticas culinárias sustentáveis e técnicas de processamento, conservação e apresentação dos alimentos, meios econômicos de subsistência de uma família.

A cozinha em folhas, a cultura material associada aos hábitos de consumo alimentar, o plástico descartável. A soberania das massas que são cozidas nas folhas, o desenvolvimento do conhecimento etnobotânico das comunidades associadas aos preparos. A economia circular, a tradição, a inovação, o design para a transição, tudo isto converge num pacote, este é um ensaio visual que procura explorar e experimentar a estética, materialidade, forma e possibilidades da cozinha em lençóis, um exercício de alimentação design e resistência culinária.

**Palavras-chave:** Wrapped, práticas sustentáveis, cultura material, food design, economia circular.

### Abstract

In Colombia, wrapped food, are preparations typical of our country in whose wrapping, cooking, preservation or transport leaves are used. Each region has recipes for wraps, sweet, salty, baked, steamed, the inventory is as diverse as our culture. Currently, the knowledge of these preparations is held by the older generations, among young people

there is ignorance, lack of interest and prejudices around them, which is why they are in danger of extinction, the offer decreases, as the tastes of consumers change and the demand It is reduced to the generations older than 60 years.

Behind each preparation that disappears, ancestral knowledge about the environment, the conservation of native species, sustainable culinary practices and techniques for processing, preserving and presenting food, the economic means of subsistence of a family, are diluted into oblivion.

The kitchen in leaves, the material culture associated with food consumption habits, single-use plastic. The sovereignty of the masses that are cooked in the leaves, the development of the ethnobotanical knowledge of the communities associated with the preparations. The circular economy, tradition, innovation, design for the transition, all this converges in a package. This is a visual essay that seeks to explore and experiment with the aesthetics, materiality, shape and possibilities of the kitchen in sheets, an exercise in food design and culinary resistance.

**Keywords:** Wrapped, sustainable practices, material culture, food design, circular economy.



Figura 1\_ Autora: Diana Moreno.

El empleo de hojas de plantas para cubrir los alimentos es una práctica casi universal, pero en la actualidad está siendo reemplazada por el uso de materiales de origen sintético. Hoy por hoy, sobrevive una cocina ancestral que se enfrenta a la modernidad en diferentes partes del planeta. La cocina en hojas, un procedimiento culinario de origen precolombino que se practica en diferentes cocinas del mundo y se expresa en Colombia de forma muy distintiva. (1) Se adaptan a variados usos, y embellecen con su color y aroma. Se usan como: recipiente para preparar alimentos; accesorio para servir; empaque para transportar alimentos; receptáculo para preservarlos y empaque para comercializar variedad de dulces y amasijos. En Colombia, la cocina en hoja es un legado de nuestra cocina indígena; que fue transformándose con la influencia africana y española. La intención de este foto ensayo, es analizar los envueltos como una categoría de alimentos particulares descritos anteriormente. Considerándolos como un objeto comestible y parte integral de la cultura material, intrínsecamente vinculados a las tradiciones, costumbres, creencias y valores de una sociedad.

Para realizar esta indagación se usará la herramienta The four food design pillars de Francesca Zampollo (2), una guía que puede ser utilizada en el desarrollo de proyectos de Food design. En esta se determinan 4

pilares principales que conforman el diseño de alimentos como disciplina: 1) alimento, 2) sociedad, 3) tecnología y 4) medio ambiente. En este caso se tomarán en cuenta para profundizar en la comprensión de los envueltos dentro de la cultura culinaria Colombiana. Posteriormente se plantean algunas cuestiones, conectando variables de los pilares.

### 1. Los envueltos como alimento:

**La fuente alimentaria** que se encuentra en estas preparaciones es de origen vegetal, se compone de cereales, tubérculos, plátanos, entre otros.

**El contenido nutricional:** ricos en fibra, vitaminas, minerales, carbohidratos y proteínas.

### Los sentidos involucrados en el consumo y preparación:

- El olfato, por el aroma de las hojas.
- El tacto, por el contacto con las hojas y los amasijos contenidos.
- La vista, por la estética propia y única de envolver cada envuelto.
- El gusto, por los sabores a veces ácido por la fermentación, dulce o salado y su textura húmeda, seca o esponjosa.

**El contenedor primario:** las hojas de plantas, el botánico colombiano Santiago Diaz Piedrahita registró en el 2012, 136 especies entre Helechos, Monocotiledóneas y Dicotiledóneas. (3)

**La disponibilidad de este alimento:**

se encuentra en galerías o mercados y en algunas calles de las ciudades en Colombia, se venden directamente por las personas que lo preparan.

**Comercialización:** producto clave para la economía familiar principalmente liderada por mujeres cabeza de hogar, se comercializan principalmente de manera informal. Los envueltos, dinamizan las cadenas de valor de proximidad entre productores y consumidores.

**Producción:** de forma artesanal o semi industrial en espacios adecuados para la producción de alimentos que se adhieren a los espacios domésticos.

**Distribución:** en la mayoría de los casos se da de forma directa, de las manos de las artesanas culinarias\* a los consumidores sin intermediarios.

**Tipo de cocina que representa:**

cocina pre-moderna, aquella que no fue influenciada por la globalización, industrialización y la tecnología. A su vez también representa una cocina decolonial, los envueltos, son alimentos que contienen la identidad previa al proceso de colonización en medio de la estructura de poder de categorización y jerarquización que crea la epistemología colonial, según la teoría de Anibal Quijano (4) Los envueltos contienen en sí mismos el potencial de descolonizar los paladares y recordarnos el origen.

**La inocuidad de los envueltos:**

infortunadamente los envueltos en Colombia se han visto afectados por la mirada higienista hacia los alimentos de parte de las instituciones que regulan, inspeccionan, vigilan y controlan la producción y procesamiento de productos alimentarios, cuestionando el uso de las hojas como agente bacteriano.

**2. Los envueltos y el medio ambiente****Mantener o mejorar la biodiversidad en este planeta:**

los envueltos, una práctica alimentaria en sintonía con la naturaleza. Las hojas se toman del territorio donde se asentaba la comunidad y las masas se realizaban con los frutos de la despensa local. De esta forma, los envueltos son preparaciones que al ser localizadas pueden mantener y enriquecer la biodiversidad regional.

**Cambio climático, uso de recursos naturales y desechos:**

un alimento circular, que cierra el ciclo totalmente desde que se produce hasta el consumo, pues los desechos regresan a la tierra. Un alimento resiliente que sigue presente y en riesgo de extinción.

**3. La sociedad y los envueltos:**

**Asuntos relacionados a la clase social:** es un alimento percibido culturalmente como de las masas y la ruralidad con un alto contenido simbólico en las prácticas culinarias

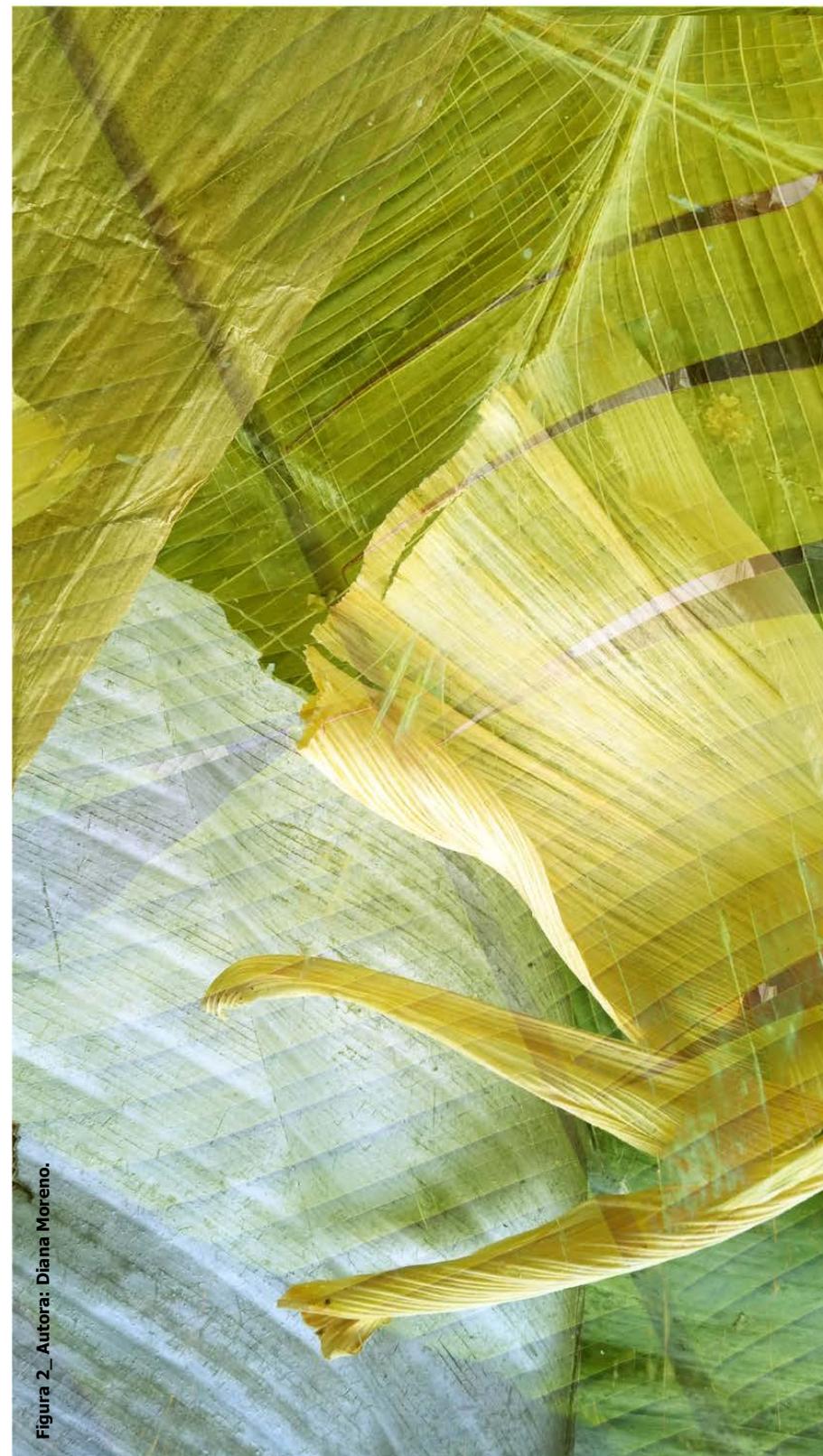


Figura 2\_ Autora: Diana Moreno.



comunitarias. El pensamiento colonial y su estructura de jerarquización a propiciado un distanciamiento entre los consumidores en la actualidad, estigmatizando a estas preparaciones como “anticuadas o pasadas de moda”

**Asuntos relacionados al género:** la cocina es una labor, espacio y saber históricamente realizado por mujeres, asociado a los trabajos de cuidado. Estas preparaciones en su mayoría son realizadas y transmitidas de generación en generación por mujeres, que además de cuidar, hacer las labores del hogar, sustentan a la familia a partir de la venta de envueltos.

**Valores y creencias:** las creencias alrededor de estas preparaciones varían principalmente entre generaciones jóvenes, adultas y mayores, en función de las experiencias y cercanía que han tenido al consumir estas preparaciones. Los envueltos son portadores de sabores y aromas únicos por acción de las hojas, son los valores agregados por excelencia a nivel culinario. Adicionalmente pueden considerarse como una expresión artística, dada su naturaleza artesanal y manual.

#### 4. La tecnología y los envueltos:

**La manufactura:** para el procesamiento de los ingredientes y producción de envueltos originalmente se utiliza horno de leña y máquina de moler manual.

**Los materiales utilizados en el procesamiento:** orgánicos, de origen vegetal y mineral.

**El consumo de energía:** mínimo por el horno de leña que se emplea y por lo tanto las emisiones de CO2 son mínimas.

En conclusión, la práctica ancestral de utilizar hojas de plantas para envolver alimentos trasciende su mero propósito culinario, convirtiéndose en un símbolo vivo de nuestra herencia cultural y una lección invaluable sobre la relación armoniosa entre el ser humano y su entorno. A medida que nos sumergimos en la modernidad, es crucial reconocer que estos envueltos no son meramente platos tradicionales, sino testimonios tangibles de una conexión profunda entre los alimentos, la tierra y las manos que moldean nuestra identidad.

Cada bocado encapsula una rica historia de valores, sabores y saberes transmitidos a lo largo de generaciones. Desde el aspecto nutricional hasta la biodiversidad preservada y la labor artesanal femenina que sustenta a muchas familias, los envueltos no solo nos alimentan, sino que también nos enriquecen con un conocimiento ancestral que merece ser honrado y respetado.

¿Cómo mantener viva esta tradición, qué puede hacer el diseño de alimentos para instalar estas



Figura 4\_ Autora: Diana Moreno.



Figura 5\_ Autora: Diana Moreno.

preparaciones en nuestras mesas y conversaciones cotidianas de nuevo? Miremos hacia el futuro con un sentido de propósito compartido. Como consumidores, como miembros de una sociedad en constante evolución, es nuestro deber mantener esta llama encendida. Valoremos los envueltos no sólo como alimentos, sino como símbolos de resistencia, sostenibilidad y unión entre la tradición y la modernidad.

En cada bocado, en cada hoja que se despliega, encontramos un recordatorio de nuestra historia, una promesa para las generaciones venideras y un llamado a preservar la esencia de lo que somos. ¿Cómo tomarlos como una fuente de inspiración y hacerlos una fuente de orgullo para las nuevas generaciones?

En resumen, los envueltos de hojas para alimentos no solo son platos tradicionales, sino vínculos tangibles con nuestra herencia cultural y la relación entre comida y naturaleza. Su valor nutricional, su conexión con la biodiversidad y el sustento de comunidades hacen que sean más que simples bocados. Al saborear estos envueltos, honramos no solo los sabores, sino también a las mujeres que han mantenido viva esta tradición. Así, estos platos se convierten en un símbolo de empoderamiento, resistencia y unidad entre el pasado y el presente.

#### Referencias:

- Estrada Ochoa, J. (2020). Origami criollo. Sabor y belleza de la cocina en hoja. *Boletín Cultural Y Bibliográfico*, 54(98), 32–43. Recuperado a partir de [https://publicaciones.banrepcultural.org/index.php/boletin\\_cultural/article/view/20976](https://publicaciones.banrepcultural.org/index.php/boletin_cultural/article/view/20976)
- Zampollo, Francesca. (2017). The four Food Design pillars. 10.13140/RG.2.2.27830.40002.
- Díaz Piedrahita, Santiago. (2012). Libro Las hojas de las plantas como envoltura de alimentos. Ministerio de Cultura. Biblioteca básica de cocinas tradicionales de colombia.
- Quijano, Aníbal 2000 “Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina” en Lander, Edgardo (comp.) Libro Cuestiones y horizontes : de la dependencia histórico-estructural a la colonialidad/descolonialidad del poder. Buenos Aires : CLACSO, 2014. ISBN 978-987-722-018-6