

Sabores y Saberes **PALAFITOS**

Experiencia sobre la cultura gastronómica de las comunidades
palafíticas en la Ciénaga Grande de Santa Marta



SENNOVA

Sistema de Investigación,
Desarrollo Tecnológico e Innovación

Sabores y Saberes **PALAFITOS**

Experiencia sobre la cultura gastronómica de las comunidades
palafíticas en la Ciénaga Grande de Santa Marta

Primera Edición

PhD. Sugey Martha Issa Fontalvo

Líder Sennova del Centro de Logística y Promoción Ecoturística del Magdalena

Director del grupo de investigación Innovadores Logísticos y Ecoturísticos del Magdalena

PhD. Gregoria del Rosario Polo de Lobatón

Docente Universitario Universidad del Magdalena

PhD. José Luis Rosenstiehl Martínez

Docente Universitario Universidad Cooperativa de Colombia campus Santa Marta

Miembro del grupo de investigación Umbrales



SENNOVA

Sistema de Investigación,
Desarrollo Tecnológico e Innovación



CRÉDITOS

Carlos Mario Estrada Molina
Director General del SENA

Víctor Hugo Armenta Herrera
Director SENA Regional Magdalena

Eduardo Junior Robles Panetta
Subdirector Centro de Logística
y Promoción Ecoturística del
Magdalena

Freddy de Jesús González Castillo
Coordinador de Formación
Profesional Centro de Logística
y Promoción Ecoturística del
Magdalena

Sugey Martha Issa Fontalvo
Líder Sennova Centro de Logística
y Promoción Ecoturística del
Magdalena

• **Grupo de Investigación Innovadores**
• Logísticos y Ecoturísticos del
• Magdalena

• **Grupo de Investigación Umbrales**

• **Semilleros de investigación CLPEM**
• SENA Magdalena

• **Diagramación:**
• Natural Travel'S
• S.A.S.

• **Proyecto de investigación:**
• Productos turísticos para la
• transformación socioeconómica de
• los pueblos palafitos de la Ciénaga
• Grande de Santa Marta.



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NonCommercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.



Catalogación en la publicación. SENA Sistema de Bibliotecas

Issa Fontalvo, Sugey Martha

Sabores y saberes palafitos : experiencia sobre la cultura gastronómica de las comunidades palafíticas en la Ciénaga Grande de Santa Marta / Sugey Martha Issa Fontalvo, Gregoria del Rosario Polo de Lobatón, José Luis Rosenstiehl Martínez. -- Santa Marta : Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA). Centro de Logística y Promoción Ecoturística del Magdalena, 2020.

1 recurso en línea (40 páginas : PDF).

Contenido: Localización de los pueblos palafitos de la Ciénaga Grande de Santa Marta -- Historias de las portadoras del saber gastronómico de la Ciénaga Grande de Santa Marta -- Diálogos gastronómicos con la comunidad -- Productos gastronómicos ancestrales de la Ciénaga Grande de Santa Marta.

ISBN: 978-958-15-0694-1.

1. Turismo gastronómico--Santa Marta (Magdalena, Colombia) 2. Gastronomía--Santa Marta (Magdalena, Colombia) I. Polo de Lobatón, Gregoria del Rosario II. Rosenstiehl Martínez, José Luis.

CDD: 641.50986116

Contenido

Agradecimientos.....	5
Prólogo.....	6
Introducción.....	7
LOCALIZACIÓN DE LOS PUEBLOS PALAFITOS DE LA CIÉNAGA GRANDE DE SANTA MARTA.....	10
HISTORIAS DE LAS PORTADORAS DEL SABER GASTRONÓMICO DE LA CIÉNAGA GRANDE DE SANTA MARTA.....	14
“... yo aprendí a cocinar porque mi mamá me enseñaba”.....	15
“Me gusta preparar todo lo relacionado con pescados”.....	16
“... uno de los trucos más importantes para cocinar es hacer las cosas con amor y dedicación”.....	18
DIÁLOGOS GASTRONÓMICOS CON LA COMUNIDAD.....	20
PRODUCTOS GASTRONÓMICOS ANCESTRALES DE LA CIÉNAGA GRANDE DE SANTA MARTA.....	23
ARROZ DE LISA.....	24
PESCADO SUDADO.....	25
PESCADO FRITO.....	26
COCTEL DE CAMARÓN.....	27
CAZUELA DE MARISCOS.....	28
COCADAS DE COCO.....	29
ANÉCDOTAS PARA LA OFERTA DE SERVICIOS GASTRONÓMICOS QUE PROMUEVAN LA OPERACIÓN TURÍSTICA DE LA CIÉNAGA GRANDE DE SANTA MARTA.....	30
Bibliografía.....	40

Agradecimientos

A Dios, por darnos la vida y la virtud para escribir y transferir el conocimiento.

A las comunidades de Nueva Venecia, Buenavista y Bocas de Cataca, quienes compartieron sus conocimientos gastronómicos para que siempre quede en el recuerdo de los interesados.

Al SENA y Sennova, porque siempre apoyan las investigaciones que contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida de las comunidades.

Al director del Sena Magdalena, Victor Hugo Armenta Herrera, quien lidera, conoce y apoya las iniciativas que aporten a las necesidades de la región.

Al subdirector del Centro de Logística y Promoción Ecoturística del Magdalena, Eduardo Junior Robles Panetta, quien respalda cada propuesta que genere oportunidades para el territorio y contribuya al bienestar socioeconómico de las comunidades del Magdalena.

A la Universidad Cooperativa de Colombia, quien participa como entidad aliada de este proyecto, apoyando los modelos solidarios que aporten a soluciones integrales para las comunidades palafíticas del departamento.

A Gabriela Moreno, aprendiz del programa Tecnólogo en Guianza Turística, habitante en los pueblos palafitos, por su apoyo y dedicación para la recolección de la información primaria en tiempos de pandemia.

A todas las personas que hicieron posible el desarrollo de cada una de las actividades generadas, lo cual sin su apoyo no habría sido alcanzable.



Introducción

La Ciénaga Grande de Santa Marta, Colombia, se encuentra ubicada en el extremo del noroccidente del Departamento del Magdalena frente al mar Caribe, es la laguna costera más grande e importante del país, con un enorme valor ecológico y socioeconómico, se ha visto profundamente transformada en los últimos años por políticas nacionales y regionales de Desarrollo, así como por una inadecuada gestión basada en una comprensión parcial del Sistema. (Vilardy et. al., 2011) citando a (MAVDT y Corpamag, 2002).



En el complejo lagunar se encuentran ubicadas, las poblaciones palafíticas: Nueva Venecia, Buenavista y Bocas de Cataca, las que han sufrido en los últimos cincuenta años conflictos ambientales, según Polo, Lobatón y Rosenstiehl (2019).

Por otra parte, situaciones de desplazamiento forzado por la violencia, las demarcaciones culturales expresadas en pobreza, imprimidas por el inmediateismo dada a la forma de subsistencia centrada en la pesca artesanal heredada de sus ancestros, han fijado una condición de recolector; asimismo la desesperanza aprehendida por continuas frustraciones expuestas por el no cumplimiento de expectativas generadas por el estado representados en agentes externos, impiden el Desarrollo de estas poblaciones de acuerdo a lo señalado por Polo, Expósito y Lobatón (2019) en el III congreso científico Internacional Uniandes en Ecuador.



En este sentido, con el fin de aportar a la reducción de la brecha de la pobreza en la cual subsisten los pobladores de la Ciénaga Grande de Santa Marta, se contempla la posibilidad de generar productos turísticos para la transformación socioeconómica de estas comunidades palafíticas, que entre éstos la gastronomía se presenta como un componente fundamental para la promoción turística de esta región, fortaleciendo la Economía Naranja definidas en la Ley 1834 de 2017 como políticas definidas por el Estado Colombiano.

La Ley en mención pretende desarrollar, fomentar, incentivar y proteger las industrias creativas, entendidas como aquellas que generan valor, al tiempo que se manifiesta como el pacto por la protección y promoción de nuestra cultura y desarrollo de la Economía naranja; también lo definido en el Plan Nacional de Desarrollo 2018 - 2022 para la promoción y desarrollo de la economía naranja, argumentos que justifican esta iniciativa para el desarrollo del empleo en el país, mediante la oferta gastronómica como aporte a la promoción del turismo en la Ciénaga Grande de Santa Marta.

La gastronomía de la Ciénaga Grande, puede ser potencializada como atractivo turístico en las poblaciones palafíticas para la oferta turística, los cuales favorecerán en los pobladores las iniciativas de emprendimiento social y empresarial para la creación, preparación y puesta en marcha de negocios basados en la filosofía de la Economía Social y solidaria, a través de las cooperativas creadas en estas poblaciones para el propósito de ofertar la riqueza gastronómica como un producto turístico único y autóctono de la región.



De importancia reconocer que, las características y condiciones de los pobladores de la Ciénaga Grande, se han identificado culturalmente por sus vocaciones productivas expresadas en la pesca artesanal ancestral, gastronomía originaria de la región, el apego a la naturaleza y ecosistemas, que por su misma condición palafítica han manifestado expresiones de solidaridad..



Las comunidades palafíticas han expresado aceptar otras actividades para mejorar su calidad de vida, identificando productos turísticos, como la gastronomía, sin descuidar sus costumbres ancestrales. Es así como, el recurso gastronómico es considerado como un producto turístico capaz de promover el turismo como un renglón alternativo a su principal fuente de ingresos, disminuyendo los niveles de pobreza e inequidad y dando un salto a la reconciliación social con base en la transformación económica del territorio.

LOCALIZACIÓN DE LOS PUEBLOS PALAFITOS DE LA CIÉNAGA GRANDE DE SANTA MARTA





Cortesía: BioEspacial (2020)

La Ciénaga Grande de Santa Marta tiene un área de extensión de 3.487 Km², según estudio realizado por Corpamag (2020), y está circunscrito entre el nacimiento del caño Schiller en la Ciénaga del Cerro de San Antonio por el Sur, el río Magdalena por el Oeste, el Mar Caribe al Norte y al Este por la desembocadura de los ríos Fundación, Aracataca, Sevilla y Frío, que nacen en la Sierra Nevada de Santa Marta y desembocan en la Ciénaga Grande de Santa Marta.

Tiene una Tasa de Crecimiento anual del 5%, el índice de las Necesidades Básicas Insatisfechas es del 70%, lo cual determina que existen carencias críticas en la población por su alto índice de pobreza, su principal fuente de ingresos es la pesca artesanal y dispone de aproximadamente 4030 pescadores permanentes según Corpamag (2020).



Personas provenientes de Sitio Nuevo, Remolino y Malambo comenzaron a asentarse al interior del complejo lagunar, sobre casas palafíticas construidas por ellos mismos, gracias a los conocimientos tradicionales que habían adquirido desde la presencia de comunidades indígenas en la zona siglos atrás, que ayudaban a retomar su realidad anfibia. Fueron tres los poblados palafitos creados: Nueva Venecia (1847), Buenavista (1850) y Trojas de Cataca (1870); los dos primeros adjudicados al municipio de Sitio Nuevo y el último a Pueblo Viejo. Desde aquí se han librado unas dinámicas culturales locales que se han co-producido con diferentes conflictos y problemáticas sociales, ambientales, económicas y políticas en la zona. (Ariza, Rosenstiehl & Londoño, 2016).



Por otro lado, según Aguilera (2020) referenciando a Romero (1970), la descripción de los tres pueblos de palafitos es la misma que se conserva en la actualidad. El poblado palafito más grande es Nueva Venecia que tiene iglesia, inspección de policía, escuela, tienda, botica, gallera y cantina con billares (lugar que llaman “clu”). A los sectores los denominan barrios, cuyos nombres coinciden con un punto de tierra firme o con la ubicación geográfica. Por ejemplo, en Nueva Venecia, barrio “arriba” para referirse al sur; barrio “abajo” al norte. El poblado es de forma circular y en el centro es donde está el mayor movimiento de comercio y sitios de diversión. De ahí que las entradas de las casas miran al centro.



Las calles son lacustres y el medio de transporte es la canoa, y con frecuencia la comparten con los vecinos. El medio de comunicación directa es la voz alta para superar el obstáculo del agua e interactuar con los vecinos. Las construcciones están hechas con estacas, las paredes son de maderas, los techos de paja o tejas de eternit. Las viviendas tienen cuartos, letrinas, tambos con techados de paja donde tienen cocina, paila para lavar, animales domésticos y el lugar donde comen y reciben visitas, además algunas cuentan con patios donde guardan las canoas. Las mejores construcciones pertenecen a los comerciantes o “fresqueros” (compradores de pescado).

El mobiliario está conformado por hamacas, catres, baúles o escaparates, sillas, mecedoras y mesas. Algunas casas están pintadas de colores vivos, tanto en el exterior como en el interior.



Los primeros habitantes de estos pueblos de palafitos escogieron estos espacios para la explotación pesquera que les facilitaba un producto de subsistencia. Los de hoy también siguen dependiendo del medio ambiente para el desarrollo de la pesca, su principal actividad económica, pero no solo para el autoconsumo sino para la venta en ciudades como Barranquilla, Santa Marta y poblaciones aledañas, de la cual obtienen ingresos para otras necesidades básicas. Además, han superado obstáculos como la provisión de energía eléctrica.

HISTORIAS DE LAS PORTADORAS DEL SABER GASTRONÓMICO DE LA CIÉNAGA GRANDE DE SANTA MARTA



“... yo aprendí a cocinar porque mi mamá me enseñaba”

Por: Guillermina Mejía ~ Portadora del saber gastronómico de la CGSM

Bueno yo aprendí a cocinar porque mi mamá me enseñaba, cuando ella estaba cocinando ella me llamaba y me decía: “esto es así” y yo le prestaba mucha atención y me fue gustando la cocina. Después, al poco tiempo mi mamá fallece y yo era la mayor de todos mis hermanos y me toco hacerme cargo de mi familia.

Antes, las comidas eran muy diferentes, las costumbres se han perdido mucho, ya no se ven casi las comidas que preparaba antes, en los tiempos pasados preparábamos comidas con pescados muy grandes, había muchas cantidades de toda especie y eso ha ido disminuyendo mucho.



Sin embargo, en unos años para acá como veía que en el pueblo nos estaban visitando muchos visitantes, se me dio la idea de hacer comidas típicas de acá del pueblo y tuvo mucha acogida y, pues la idea es rescatar todas esas comidas típicas que ya se han ido perdiendo con el tiempo.

“Me gusta preparar todo lo relacionado con pescados”

Por: Julieth Orozco ~ Portadora del saber gastronómico de la CGSM

Yo me casé de 18 años de edad y me fui a vivir a la casa de mi suegra, la señora Guillermina, y yo no sabía cocinar, pero ella es una experta en la cocina y al pasar el tiempo ella me fue enseñando y aprendí a preparar muchos platos de comidas típicas del pueblo.

Me gusta preparar todo lo relacionado con pescados, esta es una actividad muy hermosa que consta de mucho tiempo y dedicación, pero, sobre todo, para que los platos queden perfectos se necesita hacer las cosas con mucho amor.



En la cocina pasa de todo, hay momentos de alegría, de tristeza, recuerdo siempre algo que me pasó, como acá en el pueblo se cocina es con fogón de leña, yo estaba preparando un sancocho de pescado y se rodó un binde del fogón y se derramo todo el sancocho, me quemé un poquito y así pasan muchas cosas, pero todo sirve como una enseñanza.

“... uno de los trucos más importantes para cocinar es hacer las cosas con amor y dedicación”

Por: Luz Elena Mejía

Desde niña me gustaba estar en la cocina y al pasar el tiempo fui creciendo y mis hermanas me fueron enseñando y así aprendí a cocinar.

Hace más de siete años, como acá en el pueblo no hay restaurante, acá a mi casa llegaron unos profesores y estudiantes de una universidad de Bogotá para que yo les preparara los alimentos y, pues yo les dije que sí y les gustó mucho la comida de acá, y así inicie a trabajar en esta actividad. Ellos me siguieron recomendando, he cocinado para mucha gente que ha visitado el pueblo, es una actividad que genera ingresos buenos.



Tengo tantos recuerdos muy bonitos de la cocina, he conocido mucha gente, uno de los trucos más importantes para cocinar es hacer las cosas con amor y dedicación y hay que tener mucha responsabilidad.

Tengo ganas de capacitarme para aprender técnicas y cosas nuevas para mejorar en todo y prestar un mejor servicio, pero acá en el pueblo no hay donde poder estudiar.





DIÁLOGOS GASTRONÓMICOS CON LA COMUNIDAD



En intercambio de información con la comunidad palafítica de la Ciénaga Grande de Santa Marta, específicamente con los pobladores de las comunidades de Buenavista y Nueva Venecia, la investigadora Gregoria Polo realza entonces aquel encuentro donde la comunidad escucha y opina sobre acontecimientos planteados. A ello, responde con autonomía y basado en su práctica rústica en la que hoy gastronómicamente se destacan. A partir de ello se genera el siguiente diálogo:



¿Cuáles serían los productos turísticos? tenemos identificado por parte de ustedes uno, que es la gastronomía cultural, en este caso, me gustaría ampliar sobre los platos de la gastronomía, ya hemos identificado el arroz de lisa, como plato típico de la región, que tiene un sabor diferente a cualquier arroz de lisa ubicado en cualquier otra parte de la región.

Pescado asado



Tenemos el arroz de lisa, el pescado a la ciénaga grande se me ocurre, no sé si ustedes estén de acuerdo por los nombres; pescado asado a la ciénaga grande, ése tengo entendido, según ustedes nos explicaban, la vez anterior, es el pescado que se hace en las raíces del mangle.

A la parrilla



¿En qué se diferencia el arroz de camarón de aquí al arroz de camarón de Ciénaga? y, de otra parte, ¿Pueblo Viejo, Tasajera?, ¿cuál sería el distintivo de ese arroz?

Que el camarón aquí es criollo, cogido aquí mismo, mientras que allá el camarón es traído de otro lado. Y allá el camarón lo preparan enhielado, y aquí se hace fresco, recién sacado de la ciénaga.





Pero es arroz nada más

Arroz, también se puede hacer cevichería de camarón, arroz de Jaiba, Perico de camarón, Ensalada, Huevos con camarón. Camarón guisadito.



Y el pescado éste que es asado en la raíz del mangle, ¿qué tipo de pescado se hacen allí?

Sí, puede ser el sábalo, la mojarra, lebranche.



Bueno, tenemos hasta ahora el arroz de lisa, el pescado a asado en la raíz de mangle, que sería con el sábalo, lebranche la mojarra y el chivo. Y ¿el robalo? ¿qué hacen ustedes así de especial con el robalo?

Guisado, guisadito es sabroso. Lo frita uno y lo guisa.



Y ¿cómo se llama el pescado cuando lo fritan y lo guisan después? no tienen nombre especial?

Pescado guisado aquí lo llaman viuda.



Robalo guisado, pasado por frito. Y ¿las sopas? ¿son varias o una sola?

Hay sopa de chivo. De Chivo mozo, chivo grande que es el mejor, o chivo cabezón.



Si el turista se queda aquí, ¿qué les ofrecen de desayuno?

Pescado frito, camarón, ensalada de camarón, el plato favorito de acá es el camarón. Y aves.





**PRODUCTOS GASTRONÓMICOS
ANCESTRALES DE LA CIÉNAGA GRANDE
DE SANTA MARTA**



ARROZ DE LISA

Definición ancestral

Es un plato típico de acá del pueblo, ya que acá se hace el proceso del seco salado. Es una comida de extracción popular a base de lisa, pez de mar que desova en aguas salobres.

Receta ancestral

Además de las lisas, las cuales se secan y se salan previamente, el arroz lleva verduras (cebolla, ají dulce, pimentón, cebollín) y condimentos (comino, sal, y pimienta).

Se sirve en hoja de bijao acompañado de bollo de yuca, ensalada de aguacate y agua de panela.





Pescado Sudado

Definición ancestral

Una de las mejores cosas del sudado de pescado, es que se trata de un plato fácil y rápido de preparar, y muy nutritivo.

Receta ancestral

Siendo el pescado el principal ingrediente, también utilizamos verduras (cebolla, ají, tomate, cilantro) y condimentos (comino, sal, pimienta, ajo, trisazón)

En una sartén echamos aceite, cuando esté caliente incorporamos las verduras, cuando se doren incorporamos el pescado, se le agrega agua, se le echan los condimentos y dejamos hervir unos 30 minutos de cocción.

Este plato viene acompañado de una porción de arroz con ensalada y patacón.





Pescado Frito

Definición ancestral

Es una de las preparaciones más comunes de acá del pueblo, ya que todos los días los pescadores traen el pescado fresco y pues la forma más rápida es fritarlo.

Receta ancestral

Los ingredientes son pescado fresco y aceite. Lo primero es lavar el pescado muy bien y en una sartén le agregamos el aceite. Ya cuando esté caliente, incorporamos el pescado y esperamos que dore por ambas partes, este plato se acompaña con patacones de guineo verde y ensalada.





Coctel de Camarón

Definición ancestral

El coctel es una preparación muy rica que acá en el pueblo lo utilizamos para una picada en las fiestas y eventos que se hacen. .

Receta ancestral

Los ingredientes para esta preparación son camarones frescos previamente cocinados y pelados, limón, cebolla, pimienta, cilantro, sal, salsa de tomate, salsa rosada y mayonesa.

Lo primero, en un recipiente introducimos los camarones y le agregamos el jugo de los limones, revolvemos y le agregamos los demás ingredientes y revolvemos. Se acompaña de patacones o galletas de sal.





Cazuela de Mariscos

Definición ancestral

Es un plato fuerte típico de la región caribe. Su preparación, así como sus ingredientes, suelen variar ligeramente. Una sopa exquisita, con mucho sabor y color para los amantes de la comida de mar.

Receta ancestral

Incluye ingredientes como langostas, langostinos, camarones, pescados, almejas, calamares, guiso sofrito de verduras (cebolla, zanahoria, pimiento, tomate y especias) y opcional crema de leche, todo cocinado en leche de coco





Cocadas de Coco

Definición ancestral

Los dulces para nosotros son una preparación muy importante, ya que estas preparaciones se vendían casa a casa después de un almuerzo con pescado, que más que una cocada de coco.

Receta ancestral

Las cocadas se elaboran con coco maduro rallado, leche, canela y azúcar. Se revuelven todos los ingredientes y se ponen a cocinar hasta que lleguen a su punto.





ANÉCDOTAS PARA LA OFERTA DE
SERVICIOS GASTRONÓMICOS QUE
PROMUEVAN LA OPERACIÓN TURÍSTICA
DE LA CIÉNAGA GRANDE DE SANTA
MARTA



Guillermina Esther Mejía Suarez, también conocida como Mina, residente en Nueva Venecia, cuyo plato preferido es el arroz de lisa, manifiesta que le gustaría mucho participar como persona que oferte a los turistas su plato preferido *“porque sería una oportunidad para poder mostrar todo lo que yo sé hacer”*.

De igual manera, manifiesta que cree que puedan gustarles a los turistas *“porque son unas ricas preparaciones heredadas de nuestros ancestros y además son platos muy saludables”*. A ella, le gustaría colocarle *“Arroz de lisa de Venecia”* como el sello del plato y cree que la puedan preferir ante las otras personas que también ofrezcan otro o el mismo plato porque *“pienso que hay mucha gente que están cambiando mucho la receta original y eso es algo que yo no lo haría si no que trato de conservar la misma receta”*.



“Bueno además de cocinar también trabajo en el proceso del seco salao, que es coger la lisa y hacerle todo el proceso, entonces ya llevo muchos años en este proceso y como yo misma hago el proceso de la lisa que es un negocio heredado de mi papa, yo veía que mi mama hacia este plato y yo viendo aprendí de ella. Con el tiempo uno trata de cambiar cosas, pero estoy tratando de implementar cosas nuevas, pero con la receta original”.

“Bueno el primer día que yo hice el arroz le agregué demasiada sal no acordándome que este es un arroz que hay que bajarle la cantidad de sal que lleva un arroz normal porque el pescado ya trae un alto nivel en sal y ese arroz me quedó salao y nadie se lo pudo comer, entonces vemos que de los errores se aprende”.

“De este plato su principal componente es el pescado que aporta una alta fuente de fósforo, hierro y calcio” y para la preparación, “lo primero es despulpar la lisa, después picar todos los vegetales y lavarlos muy bien, luego se mezclan los vegetales con la lisa y se colocan al fuego y se fritan, se agrega agua y después el arroz y se cocina a fuego medio. Es un plato saludable que aporta mucho calcio, fosforo que son fundamental para los huesos”.

Con relación al recorrido de la ruta turística, *“sería muy bueno poder tener esa comunicación anticipada con los operadores para que las cosas se den mucho mejor”, y conforme a programar con anterioridad la atención gastronómica al visitante manifiesta que “esa sería la mejor opción porque así uno prepara todo con más tranquilidad y puede que las cosas salgan mejor. Se le puede ofrecer todo el menú que manejamos y que ellos decidan y también hay que tener en cuenta la cantidad de personas”.*

Con respecto a los platos especiales o palafitos que los diferencie de las zonas alrededor de la CGSM, estarían el *“pescado frito, pescado asado, arroz de lisa, albóndigas de pescado, sudado de pescado, ceviche de camarón, sopas de pescado, cocadas de coco”.*

Como tratamiento innovador para el pescado asado, *“bueno creo que sería marinar el pescado y después asarlo y se le podría llamar Pescado marinado a la parrilla, ya que la mayoría de pescado de acá de la ciénaga se pueden asar”.*

Se llamaría, *“pescado a la parrilla y me gustaría pescado a la parrilla del mangle, o también podría ser pescado a la parrilla en leña de mangle”.*

Con respecto al arroz: *“Todos los pueblos y ciudades tienen alguna diferencia en las preparaciones y creo que acá preparamos el arroz un poco diferente porque usamos diferentes ingredientes”.*

Además, se podrán ofrecer otros platos como: *“Mazamorra de plátano, masato, dulces”. También, hacer cevichería de camarón, arroz de jaiba, perico de camarón ya que “todo eso lo he preparado y son platos muy ricos y además son productos de acá”.*

“Cada quien tiene una manera diferente de preparar los platos y creo que acá en el pueblo tenemos una manera única de preparar los alimentos y es que cocinamos en fogón de leña”.

Con respecto a las sopas de Camarón, *“es una sopa muy rica y además aporta mucha energía para el cuerpo, por eso se puede ofrecer como un plato especial”.*

Por otro lado, con relación a las sopas de chivo, *“es una sopa que yo preparo mucho por eso es mi especialidad”.*

Asimismo, dentro de las preparaciones con pescados de la región se pueden hacer *"Pescado frito, sudado y el sábalo que sirve para asar, también sancocho de pescado"*.

Si el turista pernocta en la zona, como desayuno le ofrecen *"Bollo con pescado frito y café – albóndigas de pescado con bollo y jugo"*.





Julieth Paola Orozco Suarez, también conocida como La niña, residente en Nueva Venecia, cuyo plato preferido es el coctel de camarón y la jaiba, manifiesta que le gustaría mucho participar como persona que oferte a los turistas su plato preferido *“porque lo veo como una oportunidad de trabajo ya que acá en el pueblo son muy pocas las oportunidades”*.

De igual manera, manifiesta que cree que puedan gustarles a los turistas *“porque son preparaciones muy ricas hechas con amor y productos que nos brinda nuestra ciénaga”*. A ella, le gustaría colocarle *“Cocteles de la ciénaga”* como el sello del plato y cree que la puedan preferir ante las otras personas que también ofrezcan otro o el mismo plato *“pues yo les pongo un toque único y también creo que, aunque dos cosas sean iguales el sabor cambia de alguna u otra forma”*.

“Preparo este plato Hace como 7 años y aprendí viendo de otras personas y decidí hacerlo también y me gustó y desde entonces cada día trato de innovar. He tratado de implementar cosas nuevas y hacer que cambie mucho más para que sea una buena opción”.

“Tengo muchos recuerdos bonitos de la cocina porque uno comparte con la familia, amigos y además da a conocer a otras personas”.

“De estos platos su principal fuente son los mariscos que aportan un alto contenido en potasio, sodio, fósforo y vitamina A, que ayudan a tener una mejor visión” y para la preparación, “Se deben cocinar los camarones con agua y sal, después enfriar a temperatura de nevera reservar, picar la cebolla, después en un recipiente agregar los camarones, la cebolla, el jugo de limón, la pimienta, sal, todas las salsas y revolver muy bien. Este plato aporta un grado alto en potasio, sodio y vitaminas que son fundamentales para el buen funcionamiento del cuerpo”.



Con relación al recorrido de la ruta turística, *“sería muy bueno poder tener esa comunicación anticipada con los operadores, esa sería la mejor opción y más adecuada porque las cosas habladas anticipadamente salen mejor”, y conforme a programar con anterioridad la atención gastronómica al visitante manifiesta que “así uno tiene tiempo de organizar todo con más calma y prestar un mejor servicio. Se le puede ofrecer todo el menú que manejamos y que ellos decidan y también hay que tener en cuenta la cantidad de personas para comprar los productos a la medida”.*

Con respecto a los platos especiales o palafitos que los diferencie de las zonas alrededor de la CGSM, estarían el *“pescado frito, pescado asado, arroz de lisa, albóndigas de pescado, sudado de pescado, ceviche de camarón, sopas de pescado, cocadas de coco”.*



Como tratamiento innovador para el pescado asado, *“tratar de cambiar un poco la receta original y probar con otros ingredientes”. Se llamaría, “Asado de pescado o me gustaría pescado al mangle, también Pescado al mangle asado”.*

Con respecto al arroz: *“Creo que en todas las partes cambia el sabor de pronto puede cambiar la cantidad, el precio y también pueda que cambie mucho el sabor”.*

Además, se podrán ofrecer otros platos como: *“Mazamorra de plátano, sopas de pescados, dulces, cocadas, salpicón de pescado”.* También, hacer cevichería de camarón, arroz de jaiba, perico de camarón ya que *“Por supuesto que si son preparaciones muy ricas que se pueden ofrecer a los turistas”.*

“Todo puede variar y creo que acá conservamos la receta original con productos naturales y muy frescos y eso les da un toque único a nuestros platos”.



Con respecto a las sopas de Camarón, *"la verdad nunca he preparado esa sopa, he escuchado que es una sopa muy rica, pero yo no la he probado"*.

Por otro lado, con relación a las sopas de chivo, *"esta sopa si hace con mucha frecuencia acá en el pueblo, para el almuerzo más que todo y yo si la se preparar"*.

Asimismo, dentro de las preparaciones con pescados de la región se pueden hacer *"Pescado frito, sudado, sopas y el sábalo que también sirve para asar, también sancocho de pescado, y lo preparamos más que todo con mojarra, sábalo, lebranche y robalo y se acompaña de arroz y patacones"*.

Si el turista pernocta en la zona, como desayuno le ofrecen *"Mote de guineo verde con perico de camarón y jugo o café - Bollo con pescado asado o frito y café con leche"*.



Luz Elena Mejía Suarez, también conocida como La chochi, residente en Nueva Venecia, cuyo plato preferido es el Sudado de pescado, manifiesta que le gustaría mucho participar como persona que oferte a los turistas su plato preferido *“porque ese es uno de mis anhelos de dar a conocerle a Colombia y al mundo nuestros productos y que se puedan deleitar de todos nuestros platos”*.

De igual manera, manifiesta que cree que puedan gustarles a los turistas *“Porque son platos únicos, preparados con mucho amor y sobre todo con productos muy frescos como, por ejemplo, los pescados que utilizamos son recién salidos de la Ciénaga directo para la cocina y eso hace que todo sea mucho más saludable”*. A ella, le gustaría colocarle *“Sudado de pescado de la Ciénaga”* como el sello del plato y cree que la puedan preferir ante las otras personas que también ofrezcan otro o el mismo plato *“Porque le pondría uno de mis secretos para cocinar y le dé un toque único que los visitantes puedan identificar ese sabor”*.



“Este es un plato que mi hermana lo preparaba mucho y era uno de mis preferidos y desde que yo empecé a ofrecer platos típicos decidí incluir este plato, ya llevo más de 10 años ofreciendo. Este plato y todo lo que preparo, es gracias a mis hermanas que aprendieron de mi mamá y ellas me enseñaron a cocinar. Con el tiempo todo va cambiando y así pasa con los platos, he tratado de cada día mejorar en lo que hago tratando de implementar nuevas técnicas y nuevos ingredientes”.

“Recuerdo que este plato es conocido acá en el pueblo como sancocho de pescado y una vez llegaron unos visitantes acá al pueblo y me buscaron para que les cocinara y me dijeron que les preparara, sancocho de pescado y yo les decía eso es sudado de pescado, pero me dijeron: como algunas personas nos dicen que teníamos que probar el salcocho de pescado”.

“De este plato su principal componente es el pescado que aporta una alta fuente de fósforo, hierro y calcio” y para la preparación, “Lo primero es lavar muy bien el pescado, luego lavar muy bien los vegetales y después en una olla al fuego poner agua y agregar los vegetales, añadir sal, pimienta y demás condimentos después agregar el pescado y por último añadir un toque de cilantro. Es un plato saludable bajo en grasa y con un alto porcentaje en fósforo, proteína que aporta mucho calcio para los huesos”.

Con relación al recorrido de la ruta turística, *“sería muy bueno poder tener esa comunicación anticipada con los operadores porque así se podría ofrecer mejor los platos ya que con más tiempo se puede coordinar mejor las cosas”, y conforme a programar con anterioridad la atención gastronómica al visitante manifiesta que “Claro que si porque con una buena comunicación se puede organizar todo y nosotros podemos saber a cuántas personas se les va a ofrecer el servicio y qué plato van a querer. Todo depende de la cantidad de personas a la que se le vaya a ofrecer el servicio y así uno puede calcular precio y poder hacer descuentos y ofrecer un mejor producto”*.

Con respecto a los platos especiales o palafitos que los diferencie de las zonas alrededor de la CGSM, estarían el *“Arroz de lisa, pescado frito, pescado asado, albóndigas de pescado, sudado de pescado, ceviche de camarón”*.

Como tratamiento innovador para el pescado asado, *“Una idea que tengo es de crear hamburguesas de pescado, pero solo hay un pescado especial para esto que creo que sería algo innovador y se le podría llamar Hamburguesas de carne de pescado, ya que la mayoría de pescado de acá de la ciénaga se pueden asar.”*

Otra forma sería, *“asado de pescado a la parrilla y me gustaría pescado a la parrilla del mangle, o también podría ser pescado a la parrilla en leña de mangle.”*

Con respecto al arroz: *“Por una parte, todas estas poblaciones estamos en cierta parte unidas porque dependemos de la misma Ciénaga y son los mismos productos que utilizamos, pero acá nosotros aportaríamos diferentes especies naturales como por ejemplo orégano y cosas así que las vemos insignificantes pero que le dan un sabor diferente.”*

Además, se podrán ofrecer otros platos como: *“Sopas de pescado, empanadas de salpicón de pescado, pasabocas, ensaladas de mariscos.”* También, hacer cevichería de camarón, arroz de jaiba, perico de camarón ya que *“todas estas son preparaciones muy ricas que preparamos acá, por ejemplo, un ceviche de camarón después del almuerzo, o el arroz de jaiba para un almuerzo es una muy buena opción, o para desayunar un perico de camarón acompañado de bollo limpio y café con leche.”*

“Los restaurantes de la ciudad compran los mariscos en supermercados donde a veces esos mariscos duran tiempo en refrigerador y eso hace que pierdan mucho el sabor y las proteínas, en cambio acá utilizamos productos muy frescos que salen del agua directos para ser preparados, y algo muy importante, conservamos la preparación convencional.”

Con respecto a las sopas de Camarón, *“es una sopa que resalta mucho el color y el sabor que es muy agradable, además es una sopa que aporta muchos nutrientes y vitaminas que le ayudan al cuerpo, puede ser una muy buena opción para ofrecerse como un plato especial.”*



Por otro lado, con relación a las sopas de chivo, *"es una sopa que se prepara con más frecuencia acá en el pueblo y creo que todas las mujeres que cocinan bien saben hacer una exquisita sopa de chivo, por mi caso me especializo más en esta sopa"*.

Asimismo, dentro de las preparaciones con pescados de la región se pueden hacer *"Más que todo con estos pescados los ofrecemos como pescado frito y sudados. Para hacer un delicioso plato de estos, los mejores pescados son la mojarra, el bocachico, el sábalo, el róbalo y, este plato se puede acompañar con arroz blanco, patacones y agua de panela"*.

Si el turista pernocta en la zona, como desayuno le ofrecen *"Empanadas de salpicón de pescado con jugo de maracuyá – Bollo con perico de camarón y café con leche – lisa asada con yuca y jugo o café"*.

Bibliografía

- Aguilera, M. (2011). La economía de las ciénagas del Caribe colombiano. Colección de Economía Regional. Banco de la República.
- Aguilera, M. (2011). Habitantes del agua: el complejo lagunar de la Ciénaga Grande de Santa Marta. <https://repositorio.banrep.gov.co/bitstream/handle/20.500.12134/467/1.%20Habitantes%20del%20agua.%20El%20complejo%20lagunar....pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ariza, M; Rosenstiehl, J. & Londoño, W. (2016). Un caso de construcción de lugar en la Ciénaga Grande de Santa Marta: El Oasis. Memorias. Revista Digital de Historia y Arqueología desde el Caribe, núm. 28. Universidad del Norte. DOI: <https://doi.org/10.14482/memor.28.8102>
- Polo, G., Expósito, M., y Lobatón, D. (2019). Gerencia social: Estrategia de innovación social con enfoque economía solidaria, para el turismo comunitario en las poblaciones palafíticas de la Ciénaga Grande de Santa Marta. Presentado para el III Encuentro Internacional de Investigadores y Estudiantes de REOALCel, Popayán - Colombia del 01 al 07 de diciembre de 2019.
- Polo, G., Expósito, M., Y., Lobatón, D., (2018). Espiritualidad para la paz, como fortaleza de los proyectos sociales en las comunidades vulnerables. Revista Universidad del Zulia (LUZ) Revista Venezolana de Gerencia (RVG) Año. 23, No. 84, 2018, 872-885 Maracaibo, Venezuela.
- Lobatón, D., Polo, G. y Rosenstiehl, J. (2019). Percepción de las condiciones de calidad de vida en las comunidades palafíticas de la Ciénaga Grande de Santa Marta, presentado en el Congreso Internacional de CUICID versión 2019.
- Vilardy, S. et. al. (2011). Repensando la Ciénaga, Nuevas miradas y estrategias para la sostenibilidad de la Ciénaga Grande de Santa Marta.



SENNOVA

Sistema de Investigación,
Desarrollo Tecnológico e Innovación