

# COCOMACIA TE INFORMA

10 DE ABRIL DE 2023



## ENCUENTROS CULINARIOS, CONECTAR SABERES CON SABORES

La cocina tradicional para las comunidades afrocolombianas se caracteriza por su gran variedad de sabores, olores, colores y sazones, además de un sin número de frutos locales que permiten que la hora de comida, bien sea en su preparación como en la degustación sea un momento placentero al igual que un espacio donde se transmiten todos los conocimientos que recubren el grandioso arte de la cocina. Con el pasar de los años nuestros hábitos en la alimentación han sufrido un cambio drástico debido a la inclusión de comida poco saludable a nuestro menú, por ello, es importante reactivar los saberes ancestrales de nuestro territorio, saberes que nos permitirán continuar el proceso de redescubrir el potencial de nuestras comunidades priorizando el suelo y sus beneficios para la soberanía alimentaria de nuestra región.

Desde el proyecto “Desarrollo de una economía forestal integral del Atrato medio, valorizando los múltiples productos de los bosques con cultivos de sostenibilidad y legalidad en Vigía del Fuerte” financiado por ONF ANDINA implementado por el Consejo Comunitario Mayor de la Asociación Campesina Integral del Atrato-COCOMACIA se han venido desarrollando espacios llamados “Encuentros culinarios”, los cuales permiten la participación de toda la comunidad en general, inicialmente solo se contaba con la participación de los beneficiarios, con el tiempo se fueron sumando otras personas de la comunidad.

Los objetivos de los encuentros han sido se enmarcan en rescatar los saberes de la cocina chocona y antioqueña, potencializar el uso de los productos de las parcelas y de las azoteas, de igual forma promover el compartir entre los asistentes generando una buena energía en la comunidad, finalmente promover el uso y consumo de productos orgánicos que se dan en la región.



Es de mencionar que, uno de los pilares de las comunidades participantes es dar a conocer todos los conocimientos que las revisten, por tal motivo participaron de un intercambio con un grupo de mujeres de Nuquí – Chocó y una capacitación en la Escuela de Gastronomía el Gato Dumas, en la ciudad de Bogotá; en ambos asistieron representantes de las comunidades a aprender recetas y detalles de la manipulación y preparación de alimentos. Los asistentes fueron replicando los conocimientos adquiridos con las demás personas de las comunidades.

En la ciudad de Quibdó, se llevó a cabo una Muestra Culinaria que tuvo lugar en la sede de COCOMACIA, en esta actividad se realizó una gran degustación de recetas preparadas por las mujeres que vienen en este proceso, además se analizó potencial y calidad de las recetas, esto con el ánimo de apoyarlas en los procesos de comercialización y divulgación. Por otro lado, se han desarrollado mercados campesinos, en donde se han ofertado los productos locales los cuales han tenido muy buena acogida y comercialización.

Finalmente, estos espacios han permitido que la comunidad en general pueda asumir diferentes iniciativas económicas que les permitan la sostenibilidad de sus hogares y la puesta en marcha de una economía solidaria con el medio ambiente.