

BOLETÍN INFORMATIVO

Recetas de tierra y vida

Viaje a través de las memorias individuales y colectivas de los huerteros y huerteras



Entre el 8 y el 22 de octubre la Corporación GAIA y el Museo Casa de la Memoria llevaron a cabo el proyecto denominado **“Recetas de tierra y vida”**, dirigido a huerteros y huerteras de **Huertas de Paz**, en el barrio Santo Domingo Sabio, Comuna 1 y en la huerta **Chagualón** de la Comuna 60, personas en su mayoría desplazadas por el conflicto armado.

“Recetas de tierra y vida” lo consideramos como una oportunidad de propiciar un viaje a través de las memorias individuales y colectivas de los huerteros y huerteras, que permite un encuentro entre los sabores ancestrales y la construcción de memoria para la restauración del tejido social y el restablecimiento de las relaciones entre las personas y la naturaleza, además de propiciar el arraigo en territorios, así como la generación de oportunidades para otras sensibilidades territoriales en espacios de ciudad.

Con Quiénes

60 personas de las dos comunas, que provienen de los departamentos de Nariño, Córdoba, Bolívar y del Urabá antioqueño, además de un grupo considerable de niños, niñas y adolescentes que acompañaron a sus madres.

Razones y antecedentes



Las huertas ayudan en la defensa de la autonomía alimentaria de los grupos de huerteros y huerteras.

Atender las ausencias institucionales que allí ser reflejan aportaría en gran medida, a un trabajo de memoria restaurativa y activa sobre la vida en los territorios, que traiga consigo adaptaciones a lugares urbanos, defensa de los alimentos de cara a los retos del cambio climático, y aportaría en la consolidación de territorialidades que propendan a la vida digna y la convivencia.

Consideramos necesario realizar ejercicios de formación y acompañamiento en torno a la memoria histórica del conflicto, a las huellas que este ha dejado en los territorios y sus implicaciones en las vidas de los individuos, como herramienta para la superación de barreras sociales, además de la construcción de nuevos arraigos que faciliten otras territorialidades en espacios urbanos en los que se ubican las huertas y todas las dinámicas de cohesión social que estas jalonan.

Las huertas

En ellas se entretajan tejidos comunitarios fuertes y son espacios para el encuentro, el diálogo, la cohesión social y el cobijo de unos y otros en comunas que siguen bajo el influjo de violencias y dinámicas de desigualdad social.



Objetivos

El objetivo general de este proyecto fue promover procesos de recuperación de la memoria histórica con grupos organizados de huerteros y huerteras residentes en Medellín, que aporten en la adaptación a la ciudad, la construcción y mantenimiento de redes sociales, la gestión de riesgos sociales y ambientales y a la reparación de las víctimas del conflicto armado, por medio de la formación y el acompañamiento institucional.

Además de esto, se plantearon como **objetivos específicos:**

- Desarrollar con ellos procesos de formación sobre memoria histórica.
- Fomentar la construcción de memoria histórica para el restablecimiento del tejido social y la dignificación de la vida de estas personas por medio de acciones pedagógicas y trabajos de co-creación.
- Aportar a su seguridad y autonomía alimentaria mediante la sensibilización sobre consumo responsable y economía circular para la optimización de los recursos de los que se dispone.
- Promover la apropiación de nuevos saberes en torno a las cocinas, promovidos por la diversidad que resulta del encuentro entre diferentes cosmovisiones, como resultado de los desplazamientos humanos entre los diferentes territorios.

Cómo lo hicimos

El proyecto se desarrolló a través de la ejecución de tres talleres:

Taller 1: Una vida campesina en la ciudad

Buscó reconocer las dinámicas de adaptación de personas en situación de desplazamiento y otras violencias a las formas de vida propuestas por la ciudad y sus espacios, en diálogo con sus memorias y experiencias de vida en las ruralidades.

En el taller se realizaron actividades orientadas a reconocer sabores y conocimientos que las personas trajeron en los procesos de desplazamiento y que pudieron incorporar en las dinámicas sociales y alimenticias de los nuevos territorios.

Igualmente se realizó un ejercicio de memoria a partir de relatos colectivos y personales en torno a una narración detonante acerca de las plantas forrajeras y su similitud con la naturaleza humana. Este ejercicio permitió abordar el tema de los procesos migratorios teniendo como eje conductor la posibilidad humana de construcción de nuevas territorialidades y se expuso el concepto de “territorio”, argumentando



que el territorio es vivido, significado, apropiado y narrado, y está constituido en interacciones entre sujetos, objetos y discursos que se despliegan en el espacio.

Por otro lado, a través de la construcción de una cartografía emocional las y los participantes expresaron las emociones negativas y positivas de su llegada y adaptación a los espacios de ciudad.

Cómo lo hicimos

A través de ejercicios prácticos se discutió el papel de campesinas y campesinos en las adaptaciones de las plantas a los espacios y sobre el uso que las gentes dan a los productos alimenticios en los territorios.

Taller 2: La producción y preparación de alimentos, memorias sobre cambios y adaptaciones

Tuvo como objetivo propiciar diálogos relacionados con la producción de alimentos, con el papel de las huertas en la soberanía alimentaria y con las prácticas culturales en torno a la alimentación, en clave de memoria y procesos de cambio y adaptación.



También se conversó sobre las formas en la que se producían los alimentos en los lugares de origen de las y los participantes, sus experiencias previas sobre el acceso a la comida y las adaptaciones implementadas en sus huertas comunitarias o familiares.

Además, ellos y ellas compartieron algunas recetas ancestrales que trajeron como legado a la ciudad y otras que aún recuerdan y añoran.

Cómo lo hicimos

Taller 3: La construcción de territorio y territorialidades posterior al desplazamiento forzado

El objetivo de esta actividad fue indagar las construcciones de territorio y territorialidades en espacios reclamados y el papel que cumplen las huertas y la asociatividad en dichas construcciones.

Mediante la construcción de cartografía social se propició la comprensión de las herramientas sociales que permiten la apropiación del territorio y las adaptaciones a nuevos espacios que se cargan de emociones y significados.

Se hizo un recorrido por las huertas que permitió conocer los principales alimentos que cultivan, sus peligros y la proveniencia de las semillas que utilizan, así como algunas recomendaciones para los insumos que reciben de las instituciones públicas.

Los dos primeros talleres concluyeron en un espacio en el que se compartieron alimentos de la huerta y se socializaron diversas formas de prepararlos, como aporte a la seguridad alimentaria, a la economía circular y a la recuperación de memorias.

En el último taller las comunidades prepararon sus propias comidas, un sancocho, en las huertas de paz, Comuna 1 y un chocolate en el Chagualón.



Algunas fotos y recetas

Torta de ahuyama

Ingredientes:

- 4 huevos
- 1 taza de aceite
- 1/3 de taza de leche
- 2 cucharaditas de esencia de vainilla
- 2 tazas de puré de ahuyama
- 2 cucharaditas de sal
- 1,5 tazas de azúcar
- 1 cucharadita de clavos de olor molido
- 4 cucharaditas de canela en polvo
- 2 cucharaditas de nuez moscada.
- 3 tazas de harina
- 2 cucharaditas de bicarbonato
- 1/2 cucharadita de polvo para hornear
- Nueces al gusto (podrían ser otros frutos secos o incluso las semillas de la ahuyama tostadas previamente).

Preparación:

Mezclar los ingredientes húmedos hasta integrar, luego agregar los ingredientes secos (con la harina, el bicarbonato y el polvo para hornear tamizados). Precalentar horno a 180 grados centígrados y hornear durante una hora.



Algunas fotos y recetas



Sánduches de proteína de lenteja

Ingredientes:

- 1 libra de lentejas remojadas desde la noche anterior.
- 1 pimentón
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 taza de harina de garbanzo o trigo
- 1 cucharada de sal
- 1 cucharada de curry
- 1 cucharada de paprika.

Preparación:

Se saltea el pimentón, la cebolla y el ajo con un poco de aceite. Posteriormente se licúa con las lentejas previamente escurridas y se agregan los condimentos y la harina. Se amasa durante un momento y se refrigera por una hora. Por último, se hacen arepitas y se llevan a la sartén. Para la preparación de los sánduches se tuestan un poco los panes, se agrega mayonesa y una lechuga, en compañía de las arepitas de lenteja.