

Dulces Recuerdos de Teusaquillo

7 ENTORNOS
PATRIMONIALES



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

INSTITUTO DISTRITAL DE
PATRIMONIO CULTURAL



CRÉDITOS

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ
SECRETARÍA DE CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE
INSTITUTO DISTRITAL DE PATRIMONIO CULTURAL

ALCALDESA MAYOR DE BOGOTÁ
Claudia López Hernández

SECRETARÍA DE CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE
Catalina Valencia Tobón

DIRECTOR INSTITUTO DISTRITAL DE PATRIMONIO CULTURAL
Patrick Morales Thomas

SUBDIRECCIÓN DE GESTIÓN TERRITORIAL DEL PATRIMONIO
Ana Milena Vallejo Mejía

SUBDIRECTORA DE DIVULGACIÓN Y APROPIACIÓN DEL PATRIMONIO
Camila Medina Arbeláez

Equipo Activación de 7 entornos patrimoniales

Mónica Mercado Díaz
Joana Alexandra Peña Bautista
Sandra Carolina Noriega Aguilar
Sol Miyery Gaitán Martínez
Diana Sophia Rayo Torres
Andrés Forero Rueda

COORDINACIÓN EDITORIAL
Joana Alexandra Peña Bautista
Mónica Mercado Díaz

DISEÑO GRÁFICO
Diana Sophia Rayo Torres

FOTOGRAFÍAS
Camilo Andres Rodríguez Angulo

INVESTIGACIÓN Y TEXTOS
Piedad Ávila Romero
Gabriela Duarte Méndez
Dora Forero Bernal
Nilsa Gómez Tache
Clemencia Guzmán Martínez
Javier Irenarco Pinzón
Beatriz León Escalante
Victoria Naranjo Pérez
Isabel Pérez Quintero
Ivonne Quintana Urrea
Susana Restrepo Restrepo
Patricia Zapata Barco

Año 2023
INSTITUTO DISTRITAL DE PATRIMONIO CULTURAL
www.idpc.gov.co

7 ENTORNOS
PATRIMONIALES



INSTITUTO DISTRITAL DE
PATRIMONIO CULTURAL



CONTENIDO

Introducción

Recetario

- Dulce de papayuela..... 01
- Postre de curubas..... 02
- Dulce de ruibarbo..... 03
- Pie de la esposa perezosa..... 04
- Esponjado de mora..... 05
- Jalea de guayaba..... 06
- Mermelada de uchuva..... 07
- Dulce de fruto de sauco..... 08
- Mermelada de eugenia y frutos rojos..... 09
- Melao de panela..... 10
- Dulce de brevas..... 11
- Esponjado de guanábana..... 12



INTRODUCCIÓN

En el marco del proyecto de Activación de Entornos Patrimoniales del Instituto Distrital de Patrimonio Cultural - IDPC se definió como uno de los entornos priorizados el Sector de Interés Urbanístico - SIU Teusaquillo, que se encuentra en el área afectada del Plan Especial de Manejo y Protección - PEMP de Teusaquillo. Atendiendo los objetivos del proyecto y bajo el enfoque de patrimonios integrados, se han propuesto algunos espacios de encuentro con la ciudadanía, orientados a la activación colectiva de saberes y memorias ligadas a la cultura culinaria, específicamente a los dulces tradicionales preparados a partir de árboles frutales.

Los diálogos alrededor de las recetas de dulces tradicionales fueron la antesala para la realización de un ejercicio colectivo de cocina, que permitió la exploración de sentidos,





estéticas, significados y dinámicas propias del territorio. Esta experiencia sirvió para identificar y comprender las relaciones de dependencia entre los dulces frutales y algunos elementos y prácticas sociales del entorno patrimonial de Teusaquillo, entre los que se cuentan la presencia de árboles en patios, antejardines y espacios públicos, el cuidado de huertas y manejo de suelos, así como la celebración de acontecimientos familiares y sociales alrededor de los cuales se preparan y consumen estas recetas.

Activar la memoria colectiva desde la cultura culinaria, además de constituir una acción de salvaguardia, contribuye a evidenciar los elementos, prácticas y saberes ligados al territorio que allí se articulan. Este recetario reúne parte de la memoria y experiencias de algunas personas que residen en Teusaquillo y que acompañaron este ejercicio de activación; las preparaciones sugeridas por quienes participaron evocan Dulces Recuerdos que dan vida a la cultura culinaria. Constituye además, una invitación para mantener viva una tradición.

Dulce de papayuela

Ingredientes

- 12 papayuelas
- 1 taza de azúcar
- Canela al gusto
- Clavos al gusto

Preparación

Se pelan las papayuelas, luego se parten por la mitad y se sacan las pepas.

Se cortan en casquito y se echan en la olla a presión sin agua, ya que estas sueltan agua, se le agrega azúcar, se revuelve y se tapa la olla. Cuando pite se deja cinco minutos. Después se abre y se le puede agregar canela y clavos.

Al destapar la olla mire si están blanditas; déjelas otro poquito si están duras.



“Parte de la memoria y la tradición que tenemos es oral y se ha perdido porque no hablamos con los abuelos, con los papás.”

Ivonne Quintana Urrea

Postre de curubas

Ingredientes

- 4 claras de huevo
- 1.5 tazas de azúcar
- 1/2 litro de leche
- 8 hojas de colapiscis
- Media taza de agua
- Jugo de 12 curubas

Para la crema:

- 2 tazas de leche
- 3 yemas de huevo
- 1 cucharada de maicena
- 1/2 taza de azúcar

Preparación

A las claras de huevo muy batidas se le agrega el azúcar, la leche, las hojas de colapiscis, remojadas en agua fría y disueltas luego en media taza de agua hirviendo, y el jugo de las curubas. Se pone en un molde; cuando esté cuajado se saca y se sirve con crema inglesa.

Crema inglesa sencilla: Se mezcla la leche, las yemas batidas, la maicena y el azúcar. Se pone al fuego y se revuelve hasta que espese. Se perfuma con vainilla u otra esencia.



“Es importante buscar la memoria de las frutas de la localidad. Por eso me gusta participar en estos espacios.”

Isabel Pérez Quintero

Dulce de ruibarbo

Ingredientes

- 1 libra de ruibarbo
- 250 gr de azúcar
- 1 limón
- 1/4 taza de agua
- Canela en astilla al gusto

Preparación

Se alistan los tallos de ruibarbo quitando las fibras más gruesas. Se cortan en trozos alargados y se dejan con el azúcar y el jugo de limón durante unas dos horas o durante toda

la noche. Se ponen al fuego con un poquito de agua, se agregan las astillas de canela y se deja hervir durante unos 30 minutos o hasta que tome consistencia de almíbar y los tallos se vean “espelucados”.

Se guarda en frasco o en refractaria. Se enfría en nevera y se sirve acompañado de cuajada, queso, almojábana o bizcochuelo.



“Ha sido tradicional en mi casa la cocina. Se ha heredado el manejo de diferentes recetas y tengo una paila de cobre que la mandó a hacer mi papá para los dulces especiales.”

Gabriela Duarte Méndez

Pie de la esposa perezosa

Ingredientes

- 1/4 de libra de margarina derretida
- 1 taza de azúcar
- 1/2 taza de leche
- 1 taza de harina de trigo
- 1/4 de cucharadita de sal
- 1 cucharadita de royal
- 1 libra de mora



Preparación

Primero se combinan todos los ingredientes secos, luego se añade la leche y después, encima de la masa, se pone la mantequilla derretida. Se agregan las moras sin cocinar pero con el agua que les queda al lavarlas. Encima se les pone 1/2 taza de azúcar.

“Las familias se juntaban una semana antes y cocinaban toda la comida de semana santa. Dentro de eso, lo que ellos llamaban los dulces de plato: la papayuela, el durazno, las moras, pero las moras chiquitas.”

Piedad Ávila Romero

Esponjado de mora

Ingredientes

- 1 libra de moras
- La clara de 1 huevo batida a punto de nieve
- Azúcar o lechera al gusto
- 1/2 litro de leche
- 1 caja de gelatina sin sabor (4 sobres)*
- 250 gr de crema de leche.
- 1 limón grande

Preparación

Se lavan las moras, quitando las hojas, para licuar con poca agua y colar. Este zumo se lleva de nuevo a la licuadora y se agrega azúcar o lechera. Enseguida se pone la crema de leche y la gelatina sin sabor (diluida y a temperatura ambiente, para que el postre no se corte).

Finalmente, se agrega el zumo de medio limón, con el fin de mantener el color rosado de las moras y de que resalte el sabor. Este batido se coloca en una taza amplia donde se agrega, con una espátula y despacio, la clara a punto de nieve revolviendo con cuidado para dar el punto del esponjado. Finalmente, la mezcla se vierte en la refractaria para refrigerar hasta que quede firme. Se puede decorar con dulce de frutos rojos, crema de chantilly o salsa de chocolate.

* Preparación de la gelatina sin sabor: en un pocillo, bajito de agua al clima, se agrega de a poco la gelatina y se va revolviendo. Luego, se lleva al horno microondas por 30 segundos dos o tres veces, hasta disolver completamente; también se puede calentar en una olla al baño maría.



“Cuando usted se come algo dulce, el rato se le endulza, se le alegra.”

Victoria Naranjo Pérez

Jalea de guayaba

Ingredientes

- 2 libras de guayabas maduras
- Azúcar morena al gusto
- Una pizca de sal
- Agua

Preparación

Se lavan las guayabas bien y se parten en 4 partes cada una. En una olla, que esté hecha de un material pesado como el hierro, se ponen a cocinar las guayabas con una pizca de sal, azúcar y poca agua hasta que estén blanditas.

Luego se licua todo y se cuela para retirar las pepas de la fruta. En la misma olla donde se cocinó al inicio, se pone la fruta licuada a fuego bajo, revolviendo constantemente para que espese y no se pegue. Cuando la olla esté haciendo "ojitos" y se vea especita la mezcla será el momento de apagar el fuego.

Se deja enfriar y se sirve con cuajada como acompañamiento.

"Preparar dulces me recuerda la juventud... Cuando estaba con los padres y aprendí a cocinar los dulces."

Susana Restrepo Restrepo



Mermelada de uchuva

Ingredientes

- 500 gramos de uchuvas bien lavadas y escogidas
- 200 gramos de azúcar
- 2 astillas de canela delgadas
- 1 limón
- Sal

Preparación

Se ponen las uchuvas en una olla y se agrega el jugo del limón, poniendo a cocinar a fuego medio mientras se va revolviendo. Apenas se esté calentando el preparado se agrega poco a poco el azúcar, se revuelve suavemente y se baja la llama, para que el azúcar vaya integrándose al líquido que empiezan a soltar las uchuvas.

Luego se agregan las astillas de canela y una pizca de sal con la punta de un cuchillo. Se deja hervir para que calen las uchuvas. Seguimos revolviendo con el fuego a término medio hasta que espese. Se apaga y se deja enfriar un poco.

La preparación tarda aproximadamente 25 minutos. Se puede pasar por una licuadora de mano, luego se envasa y a la nevera una vez esté fría. Cada vez que se use se debe refrigerar, aunque se debe gastar pronto ya que no lleva espesantes ni conservantes.



“Con el tiempo, para mis nietas, yo fui armando un libro. Lo tengo hecho a mano y ese es mi legado para ellas.”

Patricia Zapata Barco

Dulce de fruto de sauco

Ingredientes

- Frutos bien maduros del sauco
- Limón
- Canela o esencia de vainilla
- Agua

Preparación

Se deben cosechar los frutos cuando estén lo más maduros posibles (de color negro) y se lavan muy bien con un poquito de vinagre y bicarbonato; al final se juagan muy bien los futos.

Se ponen a cocinar, sin agua, y en una olla donde no se vayan a pegar. Cuando hayan soltado el agua de los frutos le pones unas gotas de limón, el azúcar o panela, le pones un poquito de canela en polvo o si prefieres puedes poner un poquito de esencia de vainilla. Se deja hasta que al remover con la cuchara el fondo se vea blanco.

Puedes hacer un pie usando este dulce, untar en galletas, pan o puedes ponérselo al cerdo, al pollo o en general a las carnes blancas.



“Los dulces son hogar, cariño. Los dulces son familia para mi.”

Nilsa Gómez Tache

Mermelada de eugenia y frutos rojos

Ingredientes

- Frutos de eugenia
- Panela o azúcar al gusto
- Agua
- Frutos rojos

Preparación

Se toman los frutos maduros de color vivo del árbol de eugenia, se lavan y antes de poner a cocinar en suficiente agua, se les quita la semilla y ambos extremos del fruto, se cortan en mitades o cuartos. También se puede añadir otros frutos rojos como moras o fresas.

Se reduce la cocción a fuego bajo cuando hierva el agua y se añade panela o azúcar para espesar la mermelada. Se revuelve siempre, preferiblemente con cuchara de madera hasta que alcancen la textura ideal.

Se deja reposar y se puede servir sola o sobre pan u otro postre como la natilla. También se puede almacenar en frasco de vidrio anotando la fecha de preparación y guardándolo en la nevera.



“Me animó compartir memorias y hacer la construcción colectiva de nuestra pertenencia al territorio (...) los dulces hacen parte de la tradición y nuestra herencia gastronómica.”

Javier Irenarco Pinzón

Melao de panela

Ingredientes

- Panela
- Agua
- Canela
- Clavos

Preparación

Se debe poner la panela en una olla, se le agrega el agua y se pone a fuego bajo hasta que la panela esté disuelta.

Se debe revolver constantemente para que no se pegue y hasta que la mezcla espese lo suficiente. Cuando llegue al punto deseado se debe bajar del fuego.

Se puede acompañar con cuajada, queso o plátano maduro.



“Es importante que se hayan sembrado tantos frutales en el espacio público. Ahora con este ejercicio se pueden poner en práctica saberes y tradiciones, ligando esto a una práctica urbana de siembra.”

Beatriz León Escalante

Dulce de brevas

Ingredientes

- 10 brevas
- 1 panela
- 1 astilla de canela
- 1 estrella de anís
- 2 a 3 clavos de olor

Preparación

Se limpian muy bien las brevas, se retira el cogollo que las une al tronco y se parten en cruz por la parte superior. Se colocan en la olla a presión con agua hasta que las cubra y luego de un hervor se retiran del fuego, se escurren y se reservan.

En otra olla se colocan de 3 a 4 pocillos grandes de agua junto con la panela, las astilla de canela, el anís y los clavos. Cuando esta mezcla empieza a tomar consistencia se agregan las brevas y, si se hace necesario, se va colocando poco a poco más agua. Cuando se obtenga un melao, la preparación se retira del fuego. Se sirven frías. Se pueden servir acompañadas de cuajada bañada con el melao.



“La preparación de dulces, es honrar a nuestros antepasados que nos deleitaban y consentían con ellos.”

Dora Forero Bernal

Esponjado de guanábana

Ingredientes

- 6 claras de huevo
- 1 pocillo de limonada
- 4 sobres de gelatina sin sabor
- 1/2 libra de azúcar
- 1 taza de pulpa de guanabana

Preparación

Se batan las claras de huevo hasta llegar al punto de nieve. Aparte se disuelve la gelatina en agua fría y luego se le añade la limonada caliente, se agregan poco a poco a las claras, se añade el azúcar y la pulpa de guanabana incorporando muy bien a la mezcla. Se pasa a un molde humedecido en agua fría y se lleva a la nevera hasta cuando esté completamente frío. Se puede cubrir con salsa de mora o de arándanos.

Esta es una receta que heredé del fogón de mi abuela paterna Eulalia González de Guzmán.

“En mi casa preparaban soufflé de lengua y lo regaban con dulce de mora o de papayuela. A la gente se le hace raro pero eso es muy de la cocina bogotana.”

Clemencia Guzmán Martínez



AGRADECIMIENTOS

Este recetario fue posible gracias a los valiosos aportes de ciudadanas y ciudadanos que compartieron sus conocimientos asociados a la preparación de dulces tradicionales:

Ivonne Quintana Urrea, Isabel Pérez Quintero, Gabriela Duarte Méndez, Piedad Ávila Romero, Victoria Naranjo Pérez, Susana Restrepo Restrepo, Patricia Zapata Barco, Nilsa Gómez Tache, Javier Irenarco Pinzón, Beatriz León Escalante, Dora Forero Bernal, Clemencia Guzmán Martínez, Olga Moreno, Estephanie Izquierdo Gómez y Edgar Lara.





7 ENTORNOS
PATRIMONIALES



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

INSTITUTO DISTRITAL DE
PATRIMONIO CULTURAL

