

Cota Cundinamarca: revitalización de tradiciones gastronómicas a través de la Sopa de ruyas

Camilo Andrés López Duarte¹

Natali López Mejía²

Sandra Patricia Pérez Torres³

Resumen

Cota, antaño conocida como la “esmeralda verde”, enfrenta una transformación tras décadas de prosperidad agrícola. El Cabildo de Cota lidera la revitalización de tradiciones amenazadas, mientras la familia ancestral BALCERO se dedica a mantener viva la gastronomía centenaria, especialmente la sopa de ruyas. Esta delicia ancestral, rica en carbohidratos, podría inducir somnolencia según la sabiduría popular. El proceso de recuperación cultural involucró etnografía y muestreo bola de nieve, posibilitando el contacto con Sandra Balsero, portadora de técnicas culinarias únicas. A través de enfoques no convencionales, Balsero reinterpreta la receta tradicional, conectando pasado y presente. Cota

¹ Universitaria Agustiniana, Tecnología en Gestión Gastronómica, Bogotá D.C., Colombia

² Universitaria Agustiniana, Tecnología en Gestión Gastronómica, Bogotá D.C., Colombia natali.lopez@uniagustiniana.edu.co/nalopezme@gmail.com

³ Universitaria Agustiniana, Tecnología en Gestión Gastronómica, Bogotá D.C., Colombia



Cundinamarca se empeña en preservar su identidad al fusionar sabores históricos con innovaciones contemporáneas, celebrando la sopa de ruyas como un vínculo con su legado y su futuro.

Palabras clave: Cota Cundinamarca, Tradiciones, Gastronomía ancestral, Sopa de ruyas, Revitalización cultural.

Abstract

Cota, once known as the 'green emerald,' is undergoing a transformation after decades of agricultural prosperity. The Cabildo of Cota leads the revitalization of threatened traditions, while the ancestral Balcero family is dedicated to keeping alive the centuries-old gastronomy, especially the sopa de ruyas. This ancestral delicacy, rich in carbohydrates, is believed to induce drowsiness according to popular wisdom. The cultural recovery process involved ethnography and snowball sampling, facilitating contact with Sandra Balsero, a bearer of unique culinary techniques. Through unconventional approaches, Balsero reinterprets the traditional recipe, bridging the past and present. Cota Cundinamarca is committed to preserving its identity by blending historical flavors with contemporary innovations, celebrating the sopa de ruyas as a link to its heritage and future.

Keywords: Cota Cundinamarca, Traditions, Ancestral Gastronomy, Ruyas Soup, Cultural Revitalization.

Introducción

En lo profundo de los ricos paisajes de Colombia, se encuentra Cota, Cundinamarca, un municipio que alguna vez ostentó el título de "esmeralda verde" debido a su floreciente industria agrícola (González Gantivia et al., 2014). Sin embargo, a lo largo de los años, este apodo lleno de vida ha cedido paso a un cambio significativo en su identidad. Hoy en día, la grandeza que una vez caracterizó a Cota parece haber caído en el olvido, eclipsada por las rápidas transformaciones que han dado forma a su paisaje y cultura. Este artículo se adentrará en la rica historia de Cota, explorando cómo las tradiciones gastronómicas, en particular la centenaria sopa de ruyas, han surgido como un poderoso vínculo entre el pasado y el presente, impulsando esfuerzos de revitalización cultural en la región.

Desde sus inicios como un bosque virgen habitado por comunidades indígenas, hasta su conversión en un territorio agrícola próspero, la evolución de Cota es un testimonio de la interacción constante entre la naturaleza y la humanidad. Los colonizadores que llegaron a estas tierras hace siglos transformaron un paisaje cubierto de maleza en campos fértiles y lagunas fluviales abundantes en especies acuáticas (Cardona Casis et al., 2007; González Gantivia et al., 2014). Este proceso de transformación se convirtió en un crisol de culturas, donde las tribus indígenas y las influencias coloniales se entrelazaron, dejando una huella perdurable en la identidad del municipio.

El Cabildo de Cota, el más grande y jurídicamente establecido en la región de Cundinamarca, ha desempeñado un papel crucial en la preservación de las tradiciones que estaban en riesgo de desaparecer. En este contexto, la familia ancestral Balcero emerge como un destacado guardián de la memoria histórica y culinaria de Cota. Su compromiso inquebrantable con las tradiciones culinarias ha permitido que platos icónicos como la sopa de ruyas sigan siendo parte integral del patrimonio local.

La sopa de ruyas, con sus raíces que se remontan a generaciones anteriores, se ha convertido en un emblema de la identidad culinaria de Cota. Esta deliciosa preparación, rica en carbohidratos y de sabor distintivo, se ha ganado un lugar especial en el corazón de los residentes locales (*Sopa de ruyas o rullas de la cocina colombiana – El Toque Colombiano*, n.d.). La sabiduría popular atribuye a esta sopa la cualidad de inducir somnolencia, un fenómeno que, aunque sujeto a interpretación científica, ha contribuido a la persistencia de la leyenda en la cultura local.

El proceso de revitalización cultural en Cota ha involucrado enfoques metodológicos interesantes y efectivos. La aplicación de la etnografía, combinada con un muestreo de bola de nieve, ha permitido el acceso a voces y conocimientos clave en la comunidad. Este enfoque ha dado lugar a un encuentro significativo con Sandra Balsero, una cocinera tradicional que ha desempeñado un papel vital en la preservación y evolución de la sopa de ruyas. Su adopción de enfoques culinarios no convencionales ha añadido una capa de innovación a la receta tradicional, mientras mantiene un respeto por la autenticidad y el legado cultural.

A través de su trabajo, Balsero personifica el espíritu de Cota, que busca equilibrar el respeto por el pasado con una mirada hacia el futuro. La reinterpretación de la sopa de ruyas no solo es un testimonio de su habilidad culinaria, sino también un



recordatorio de que las tradiciones no son estáticas, sino fluidas y susceptibles de adaptarse a las necesidades cambiantes.

En última instancia, Cota Cundinamarca se enfrenta a la tarea de conservar su identidad única en un mundo en constante evolución. El desafío radica en encontrar el equilibrio entre honrar el pasado y abrazar el futuro, y la sopa de ruyas emerge como un símbolo poderoso de este compromiso. A medida que Cota avanza en la revitalización de sus tradiciones culturales, la sopa de ruyas no solo actúa como un vínculo con su historia, sino también como un faro que guía su camino hacia un futuro lleno de promesas y posibilidades.

El objetivo principal de este estudio es analizar y comprender la evolución de las tradiciones gastronómicas y culturales en Cota Cundinamarca, con un enfoque particular en la emblemática sopa de ruyas. A través de la exploración detallada de la historia y el contexto cultural de Cota, se busca identificar cómo las transformaciones en el paisaje y las interacciones entre diferentes influencias culturales han dado forma a las tradiciones culinarias locales. Además, el estudio tiene como propósito examinar el papel de la familia ancestral BALCERO y su compromiso con la preservación de la gastronomía centenaria, así como investigar cómo la sopa de ruyas ha actuado como un vínculo cultural entre generaciones y ha contribuido a la revitalización de la identidad local.

Marco teórico

Identidad Cultural y Tradiciones Gastronómicas

La identidad cultural de una comunidad es un entramado de tradiciones, costumbres y valores transmitidos a través de las generaciones (Lenzerini, 2011). La gastronomía, en particular, se erige como una expresión tangible de esta identidad, encapsulando la historia y el entorno de una región. En el caso de Cota Cundinamarca, una vez conocida como la “esmeralda verde”, la relación entre su identidad y su gastronomía es profunda. A medida que las sociedades evolucionan, es fundamental comprender cómo las tradiciones culinarias y culturales también se adaptan para sobrevivir y florecer (Lenzerini, 2011).

Transformación histórica y cambio cultural en Cota, Cundinamarca

La historia de Cota Cundinamarca es una narrativa de transformación. Desde sus raíces como un bosque ancestral habitado por indígenas hasta su conversión en un centro agrícola próspero, cada cambio ha dejado una marca en su identidad. Los colonizadores y sus influencias culturales introdujeron nuevas prácticas agrícolas y técnicas culinarias, enriqueciendo la base gastronómica existente. La interacción entre las tribus indígenas y los colonos generó una sinergia única, forjando las bases de la identidad cultural de Cota (Cardona Casis et al., 2007).

Sopa de Ruyas: un enlace con el pasado

La sopa de ruyas se destaca como un lazo tangible con el pasado de Cota. Esta receta ancestral, cargada de historia y sabores únicos, actúa como un vehículo para transmitir tradiciones y relatos de generación en generación. La sopa, rica en carbohidratos, no solo nutre el cuerpo, sino que también nutre la conexión emocional con la cultura y la tierra. Su persistencia en la cultura local es un recordatorio constante de la importancia de la historia en la formación de la identidad actual (*Sopa de ruyas o rullas de la cocina colombiana – El Toque Colombiano*, n.d.).

Familia BALCERO y la preservación de tradiciones

La familia ancestral BALCERO emerge como un pilar en la preservación de las tradiciones culinarias de Cota. Su compromiso y dedicación para mantener viva la gastronomía centenaria, especialmente la sopa de ruyas, han sido fundamentales para la continuidad de la cultura local. Esta familia se convierte en una metáfora de la importancia de los guardianes culturales en la transmisión y conservación del legado histórico (Giovane, 2015).



Revitalización Cultural y Adaptación en Cota Cundinamarca

La revitalización cultural en Cota implica un delicado equilibrio entre la preservación de la herencia y la adaptación a las demandas cambiantes. El proceso de revitalización no es estático, sino que implica la reinención y recontextualización de las tradiciones para que sigan siendo relevantes en la actualidad. El estudio de figuras clave como Sandra Balsero, y su papel en la reinterpretación de la sopa de ruyas, ejemplifica cómo las tradiciones pueden evolucionar sin perder su esencia fundamental.

Etnografía y Muestreo Bola de Nieve: Explorando las Voces Clave

La metodología empleada en este estudio, la etnografía y el muestreo bola de nieve, proporciona una ventana única a la comprensión de las tradiciones y la cultura de Cota. A través de la interacción con voces y figuras clave como Sandra Balsero, se revelan perspectivas y experiencias profundas que contribuyen al entendimiento del vínculo entre las tradiciones culinarias y la identidad cultural.

En resumen, la evolución de Cota Cundinamarca, desde sus raíces indígenas hasta su presente en constante cambio, ofrece un caso de estudio fascinante sobre cómo las tradiciones culinarias pueden desempeñar un papel crucial en la preservación y revitalización de la identidad cultural. La sopa de ruyas, un manjar ancestral, actúa como un hilo conductor entre el pasado y el futuro, conectando generaciones y encarnando la rica historia de la región. La familia BALCERO y la figura de Sandra Balsero ilustran la importancia de los agentes culturales en esta labor, mientras que la metodología empleada amplía nuestra visión hacia el papel de la comunidad en la preservación de su patrimonio. Este estudio tiene como objetivo arrojar luz sobre la dinámica interacción entre tradición y cambio, contribuyendo a un entendimiento más profundo de cómo las tradiciones gastronómicas moldean y mantienen la identidad cultural de una comunidad.

Metodología

Para lograr los objetivos propuestos de analizar la evolución de las tradiciones gastronómicas y culturales en Cota Cundinamarca, con énfasis en la sopa de ruyas, se adoptó una metodología integral que combinó la investigación histórica, la etnografía y el muestreo bola de nieve. Esta metodología permitió una exploración profunda de las tradiciones culinarias y su relevancia cultural en el contexto de la identidad local.

Investigación Histórica

La investigación histórica fue el punto de partida para comprender la evolución de Cota Cundinamarca a lo largo del tiempo (Giovane, 2015). Se recopilaron fuentes documentales y testimonios que abarcan desde la época indígena hasta el presente, investigando las transformaciones en el paisaje, la influencia de los colonizadores y otros eventos clave que moldearon la identidad y las tradiciones del municipio.

Etnografía y Muestreo Bola de Nieve

La etnografía se empleó como una herramienta esencial para sumergirse en la comunidad y obtener una comprensión profunda de las tradiciones actuales y su contexto social (Giovane, 2015). Se llevaron a cabo entrevistas en profundidad con miembros de la comunidad, centrándose en figuras clave como los miembros de la familia BALCERO, Sandra Balsero y Gregory Chingate. El muestreo bola de nieve se utilizó para identificar y acceder a participantes relevantes, garantizando la representación de diferentes perspectivas y generaciones. Sandra Balsero y Gregory Chingate, son figuras influyentes en la preservación y reinterpretación de la sopa de ruyas, fue un componente crucial de la metodología. A través de entrevistas y observación participante, se exploraron sus conocimientos, perspectivas y enfoques culinarios únicos. Este contacto directo permitió comprender cómo las tradiciones culinarias pueden adaptarse y evolucionar a lo largo del tiempo.



Análisis de Datos

Los datos recopilados a través de la investigación histórica, la etnografía y las entrevistas fueron analizados de manera holística. Se buscaron patrones, conexiones y contrastes que ayudaron a identificar cómo las tradiciones gastronómicas y culturales evolucionaron, cuál fue su influencia en la identidad local y cómo se adaptaron a los cambios sociales y ambientales.

Resultados

Transformación de Cota Cundinamarca desde la época indígena hasta la actualidad

La transformación de Cota, Cundinamarca, desde la época indígena hasta la actualidad ha sido un proceso marcado por cambios profundos en su paisaje, su cultura y su identidad. A lo largo de los años, este municipio ha experimentado una evolución significativa que refleja tanto las influencias históricas como las tendencias contemporáneas. Desde sus raíces indígenas hasta su posición actual como un territorio productivo, Cota ha atravesado múltiples fases que han dejado una huella en su desarrollo (Cardona Casis et al., 2007; González Gantivia et al., 2014).

En la época indígena, Cota estaba rodeada por una exuberante naturaleza que proporcionaba abundantes recursos para las comunidades locales. Los colonizadores llegaron a la región, trayendo consigo no solo cambios en el entorno físico, sino también en la estructura social y cultural de la zona. Los indígenas, quienes compartían su conocimiento ancestral sobre la tierra y sus recursos, fueron testigos de la transformación de su territorio a medida que la colonización avanzaba (Cardona Casis et al., 2007).

Con el tiempo, la agricultura se convirtió en el pilar económico de Cota, aprovechando su tierra fértil y rica en nutrientes. Esta transición hacia una economía agrícola trajo consigo la evolución de las prácticas culinarias y la consolidación de la gastronomía tradicional. La preparación de platos como la sopa de ruyas se convirtió en una manifestación tangible de la identidad cultural y el patrimonio gastronómico de la comunidad. Las tradiciones culinarias se convirtieron en un vehículo para preservar

y transmitir la historia y la cultura local de generación en generación (González Gantivia et al., 2014).

Sin embargo, el cambio no se detuvo en la época colonial. La urbanización y el crecimiento poblacional comenzaron a impactar el paisaje y la identidad de Cota. El municipio se transformó en un territorio productivo, aprovechando sus recursos naturales para satisfacer las demandas modernas. Esto, a su vez, planteó desafíos en términos de preservación de tierras agrícolas y seguridad alimentaria, ya que la urbanización amenazaba la integridad de las tradiciones y la base material de la gastronomía.

En la actualidad, Cota enfrenta el equilibrio entre la modernidad y la preservación de su identidad cultural. Las tradiciones culinarias siguen siendo un vínculo fundamental con el pasado, y la comunidad se esfuerza por adaptarse a las cambiantes circunstancias manteniendo viva su rica herencia gastronómica. La sopa de ruyas y otros platos tradicionales se convierten en símbolos de resiliencia cultural, donde la reinterpretación y la adaptación permiten que estas tradiciones perduren y sigan siendo relevantes en la sociedad contemporánea (Cardona Casis et al., 2007).

La transformación de Cota, Cundinamarca, desde la época indígena hasta la actualidad es un relato de cambios en la tierra, la cultura y la identidad. La evolución de las tradiciones culinarias, en particular la sopa de ruyas, refleja la resistencia de la comunidad para preservar su herencia cultural y adaptarse a los desafíos modernos. A través de estas transformaciones, Cota se mantiene como un testimonio vivo de la relación dinámica entre la historia, la cultura y la identidad en constante cambio.

Entrevista con Sandra Balceró

“Empezamos poniendo la olla con la agüita, se le adicionan las verduras... lleva habichuela, frijol, arveja y zanahoria. Luego se le adiciona la sustancia que le vamos a echar. carne de cerdo.

Dejamos cocinar por lo menos 45 min, mientras ablanda la verdura y la carne.

Se le adiciona después la papa.

Seguimos con nuestra sopa de ruyas. Vamos a preparar las ruyas.

Las ruyas llevan un sofrito de cebolla, tomate y ajo.

Se le echa color pero muy poquito, salecita y en el platón



vamos alistando la harina de trigo.
Debe quedar bien sofrito del guiso.
Se mezcla el guiso con la harina de trigo.
Transcurridos los 45 min de la olla hirviendo con la verdura y la carne, agregamos la papa criolla, dejamos cocinar 10 min y agregamos la ruyas las cuales previamente se amasaron y moldearon manualmente.
Dejamos cocinar unos minutos y quedó nuestra sopa de ruyas.”

Entrevista con Gregory Chingate

... “Hay algo que tradicionalmente el resguardo indígena no ha perdido y es que normalmente y tradicionalmente en sus fiestas se hace una olla comunitaria para todo el resguardo y se genera la cocción de un plato típico. El que decidía era la autoridad del cabildo... se hacía muchas ollas, muchos fogones, se hacía para todo el mundo el día de la fiesta del resguardo indígena

Esta es una forma de fortalecimiento y apropiación.

Hay otra forma que es venir al *Chon sua* las casas sagradas del resguardo indígena, lo que en otras culturas conocen como Maloka y ahí se preparan estos platos típicos con estos alimentos propios nuestros en este lugar

La seguridad alimentaria se está viendo en riesgo para toda nuestra población y para la población que se abastece de nuestra localidad.

Cota es uno de los territorios más productivos del país, en cuanto a tierra fértil, a tierra negra, a esa riqueza de nutrientes.

No se ha gestado la posibilidad de protección del suelo rural que permita generar garantías de seguridad alimentaria

Estamos tratando de gestar un proyecto de acuerdo para generar algo que se va llamar la zona de protección y conservación agrícola para el municipio, a tal fin de que no siga la construcción urbana sobre esas tierras fértiles. Eso pone en riesgo la integridad cultural y la capacidad de producción agrícola”

Discusión

Entrevista con Sandra Balcero

Preservación de Tradiciones Gastronómicas

El proceso de preparación descrito refleja una forma de preservar la tradición culinaria. Los ingredientes utilizados, como las verduras y la carne de cerdo, son elementos clave que se han mantenido a lo largo del tiempo. Esto sugiere una continuidad en la elección de ingredientes tradicionales y cómo se incorporan en el plato.

Transmisión Intergeneracional

El entrevistado menciona que el proceso implica etapas específicas, como la adición de ingredientes en momentos particulares y la elaboración de las ruyas de manera manual. Estas etapas revelan un conocimiento transmitido de generación en generación, indicando que la preparación de la sopa de ruyas es un proceso que se ha enseñado y aprendido a lo largo del tiempo.

Adaptación y Reinterpretación

A pesar de la continuidad en los ingredientes y ciertas etapas del proceso, se observan elementos de adaptación. El entrevistado menciona la adición de color y harina de trigo, lo que podría indicar una reinterpretación de la receta tradicional para incorporar elementos nuevos o influencias contemporáneas. Esto se alinea con la idea de cómo las tradiciones culinarias evolucionan y se adaptan para mantener su relevancia.

Identidad Cultural y Comunidad

El proceso descrito en la entrevista subraya la importancia de la comunidad en la preparación de la sopa de ruyas. Desde la olla comunitaria hasta la participación en la elaboración de las ruyas, se destaca la naturaleza colectiva de esta tradición. Esto refuerza la noción de que la gastronomía no solo es un acto de alimentación, sino también una forma de unir a la comunidad y reafirmar la identidad cultural compartida.

En resumen, la entrevista proporciona una visión concreta del proceso de preparación de la sopa de ruyas y ofrece información valiosa que se relaciona directamente con los objetivos planteados. A través de los detalles brindados, se pueden identificar elementos de preservación, transmisión intergeneracio-



nal, adaptación y la relación entre la tradición gastronómica y la identidad cultural en la comunidad de Cota Cundinamarca.

Entrevista con Gregory Chingate

La entrevista con Gregory Chingate ofrece una valiosa visión que se alinea con los objetivos y la metodología previamente establecidos para el estudio de la evolución de las tradiciones gastronómicas y culturales en Cota Cundinamarca. Su testimonio brinda una comprensión más profunda de la relación entre la gastronomía tradicional, la identidad cultural y la seguridad alimentaria en la región.

Preservación de Tradiciones Gastronómicas:

Gregory Chingate destaca la importancia de las tradiciones gastronómicas en el resguardo indígena. Menciona cómo las fiestas comunitarias involucran la preparación de ollas comunitarias y platos típicos, lo que refleja una práctica arraigada en la cultura. Esta observación confirma el papel de las tradiciones culinarias en la preservación de la identidad cultural a lo largo del tiempo.

Autoridad y Cultura Comunitaria:

El testimonio de Chingate también aborda cómo la autoridad del cabildo tomaba decisiones sobre la preparación de los platos tradicionales en las fiestas. Esta observación respalda la noción de que las tradiciones culinarias a menudo están ligadas a la estructura de la autoridad y a la dinámica comunitaria, reforzando aún más su importancia cultural y social.

Fortalecimiento de la Identidad:

Chingate menciona que la preparación de platos típicos en lugares sagrados fortalece la identidad cultural. Esta observación se alinea con la idea de que la gastronomía tradicional no solo es una cuestión de alimentación, sino también un medio para reforzar la conexión con la herencia cultural y espiritual de la comunidad.

Seguridad Alimentaria y Desafíos Actuales:

El entrevistado aborda la preocupación sobre la seguridad alimentaria y cómo está en riesgo para la población local y las comunidades que dependen de Cota. Esta observación concuerda con el enfoque de la metodología en considerar cómo las tra-

diciones culinarias se adaptan en respuesta a los cambios en el entorno y la sociedad. La seguridad alimentaria emerge como un tema contemporáneo relevante que afecta tanto la cultura como la supervivencia de la comunidad.

Riesgos para la Identidad Cultural:

Chingate destaca que la construcción urbana sobre tierras fértiles amenaza la integridad cultural y la capacidad de producción agrícola. Esta observación ilustra cómo la evolución del entorno físico puede tener un impacto directo en la viabilidad de las tradiciones culinarias y, en última instancia, en la identidad cultural de la comunidad.

En conjunto, la entrevista con Gregory Chingate proporciona una perspectiva enriquecedora y en línea con los objetivos y la metodología del estudio. Su testimonio destaca la intersección entre las tradiciones culinarias, la identidad cultural y los desafíos contemporáneos que enfrenta la comunidad de Cota Cundinamarca. Estos puntos de vista son fundamentales para comprender cómo las tradiciones gastronómicas y culturales se entrelazan en el tejido social de la región y cómo evolucionan en respuesta a las circunstancias cambiantes.

Conclusiones

Las entrevistas realizadas en el marco de este estudio sobre la evolución de las tradiciones gastronómicas y culturales en Cota Cundinamarca han proporcionado una perspectiva profunda y reveladora sobre la interconexión entre la gastronomía, la identidad cultural y los desafíos contemporáneos que enfrenta la comunidad. A través de la metodología de investigación histórica, etnografía y muestreo bola de nieve, se logró abordar los objetivos planteados y comprender cómo las tradiciones culinarias han evolucionado y persistido en esta región.

En primer lugar, las entrevistas han confirmado que las tradiciones gastronómicas tienen un papel fundamental en la preservación de la identidad cultural. La preparación de platos emblemáticos, como la sopa de ruyas, ha demostrado ser un medio para transmitir valores, historias y costumbres a lo largo de generaciones. La participación comunitaria en la elaboración de estos platos tradicionales no solo refleja la importancia de



la comunidad, sino que también refuerza la conexión entre la identidad individual y colectiva.

La transmisión intergeneracional de conocimientos culinarios también emergió como un tema crucial. Las entrevistas han revelado que los métodos y secretos de preparación se han transmitido a través de las familias y las comunidades, manteniendo vivas las tradiciones a pesar de los cambios en el entorno y la sociedad. Sin embargo, también se observaron elementos de adaptación y reinterpretación en las recetas, lo que sugiere que las tradiciones no están congeladas en el tiempo, sino que evolucionan para permanecer relevantes en el contexto actual.

La seguridad alimentaria se identificó como un desafío contemporáneo que afecta tanto a las tradiciones gastronómicas como a la comunidad en general. La amenaza de la urbanización y la pérdida de tierras fértiles resaltan la interdependencia entre la identidad cultural y la base material de la gastronomía tradicional. La preservación de las tradiciones culinarias está directamente vinculada a la protección de las tierras agrícolas, lo que refleja cómo los cambios en el entorno pueden tener un impacto directo en la identidad cultural.

En conclusión, las entrevistas y análisis realizados han proporcionado una visión enriquecedora de la evolución de las tradiciones gastronómicas y culturales en Cota Cundinamarca. Los resultados confirman la importancia de la gastronomía en la preservación de la identidad cultural y revelan cómo las tradiciones han persistido a través de la transmisión intergeneracional y la adaptación. Sin embargo, también se destaca la vulnerabilidad de estas tradiciones ante los desafíos contemporáneos, como la seguridad alimentaria. Este estudio contribuye a una comprensión más profunda de cómo las tradiciones culinarias moldean y reflejan la identidad cultural de una comunidad en constante cambio.



Figura 1. Evidencia fotográfica de la entrevista realizada a Sandra Balcer en Cota y de la sopa de ruyas (Cundinamarca).
Fuente. Archivo del autor

Referencias

- Cardona Casis, C., García, C. E., Londoño, J. M., & Mosquera, M. F. (2007). *El municipio de Cota y las amenazas a su autonomía*.
Giovane, M. (2015). Investigaciones Andina. *Revista Investigaciones Andina*, 1–4. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=239035878001>
González Gantivia, J. R., Guerrero García, M. Y., & Villalba Álvarez, J. M. (2014). *Agricultura familiar en Cota – Cundinamarca para el desarrollo sostenible del municipio*. Universidad Cooperativa de Colombia.
Lenzerini, F. (2011). Intangible cultural heritage: The living culture of peoples. *European Journal of International Law*, 22(1), 101–120. <https://doi.org/10.1093/ejil/chr006>
Sopa de ruyas o rullas de la cocina colombiana – El Toque Colombiano. (n.d.). Recuperado el 27 de agosto de 2023, de <https://eltoquecolombiano.com/2017/11/sopa-de-ruyas-o-rullas-de-la-cocina-colombiana/>



