IDENTIFICADOR	https://pacifista.tv/notas/cocina-paz-coca-cultivos-sustitucion-alejandro-cuellar/
FECHA ORIGINAL	25 de enero de 2019 (publicación original en el archivo)
AUTORÍA / FIRMA	Andrés Bermúdez Liévano
CLASIFICACIÓN	/notas/ · Nota · Leer
HUELLA SHA-1	**9f8f44ce1dcaf1b4** — huella del cuerpo archivado, calculada el 30 de septiembre de 2026. No acredita el estado de la página en su publicación original.
DESCRIPTORES	Alejandro Cuellar · Alejandro Gutierrez · Canasto · Coca · Cocina · Gastronomia · Mini Mal · Salvo Patria · Tomas Rueda
ILUSTRACIÓN	12 figuras incrustadas

NOTA

La sustitución de coca está poniendo a pensar -y cocinar- a los chefs colombianos

Por **Andrés Bermúdez Liévano** · Publicado originalmente el **25 de enero de 2019** en *¡PACIFISTA!*

Hablamos con el chef Alejandro Cuéllar sobre el rol que puede jugar la cocina colombiana en fortalecer procesos de sustitución de coca.

A lo largo y ancho de Colombia, miles de campesinos que han dejado atrás cultivos como la coca y la amapola luchan por encontrar mercados para sus productos, en medio de vías precarias, centros de acopio inexistentes y poco acompañamiento estatal.

Aunque el panorama sigue siendo complejo, la cocina colombiana ha venido tomando nota de este problema. Una nueva generación de chefs colombianos —que está llamando la atención de medios extranjeros desde El País y el New York Times hasta Eater— se enorgullece de estar redescubriendo decenas de ingredientes nativos de todo el territorio nacional —incluyendo muchos que han servido para sustituir cultivos de uso ilícito— y experimentar con ellos en los fogones. Mini-mal, Salvo Patria

y Abasto son algunos de los restaurantes bogotanos donde el menú incluye platos con palmitos, frutos amazónicos o pimienta que viene de campesinos que le dijeron adiós a la coca.



Alejandro Cuéllar es uno de esos chefs que ha venido dándole vueltas a cómo apalancar estos procesos sociales desde las tablas de cortar y los sartenes. En su oficina, apeñuscado entre decenas de libros de cocina de grandes chefs latinoamericanos como el mexicano Enrique Olvera, el peruano Rafael Osterling o el chileno Rodolfo Guzmán, hay uno que él mismo lideró hace con once cocineros amigos. Más que un libro de mesa, 'Cocina y paz' es un recetario que Cuéllar y once amigos idearon usando productos de sustitución de coca y amapola.

Proyecto Coca habló con Cuéllar —conocido por sus restaurantes Canasto y El Pantera, su negocio de catering 5 Sentidos, sus apariciones como jurado en Master Chef y su cuenta de Instagram con 32 mil seguidores— sobre cómo la culinaria puede ayudar a los campesinos cocaleros a encontrar nuevas oportunidades.





¿Usted cree que los platos de un restaurante pueden contar la historia de los campesinos que han sustituido coca?

Todo esto comenzó justamente porque mi catering tiene una primicia: utilizamos la gastronomía como una herramienta y un lenguaje a través del cual podemos comunicar ideas.

Esto es así porque hay algo que se llama el ‘efecto Proust’: cuando un recuerdo tiene adjunto un aroma —y la comida son aromas— se deteriora menos en el tiempo y tiene adjuntas muchas más emociones. Uno cree que los recuerdos tienen emociones, pero no.

Es decir, usted pensó en el personaje de Marcel Proust en *En busca del tiempo perdido* que hunde la magdalena en el café y eso le dispara todos los recuerdos…

Exactamente. Se trata de saber por qué cuando uno huele algo le da emoción y cómo se puede usar esto como herramienta comercial, todo esto basado en estudios de neurociencia. Si uno utiliza la gastronomía como una herramienta de comunicación, el mensaje queda más claro, con más detalle y con más emoción adjunta.

De las cosas más contagiosas en el ser humano es la emoción. Cuando alguien llega todo emocionado a contarle ‘Oiga, no sabe lo que pasó’ uno se emociona antes de que le cuente. O cuando uno oye a hablar a alguien apasionado: así no tenga idea de qué está hablando el tipo, si está apasionado uno se contagia y le pone atención.

¿Eso cómo lo aterrizan cuando hacen un libro con recetas usando cacao, miel, chontaduro o coco de sustitución?

La reflexión, para mí, era ¿por qué no contamos la historia de todo el proceso a través de los platos? Usemos la comida como una excusa para tener la atención de la gente y contar esas historias.

En ese momento los cocineros no estábamos trabajando juntos en casi nada. Muchos de nosotros teníamos la idea de trabajar en grupo y esta fue una oportunidad para hacerlo. El resultado fue este libro que reúne más de 30 recetas y que fueron pensadas según cada una de las regiones de Colombia y el contexto sociocultural de cada una. Las recetas reflejan tanto un sabor colombiano como la identidad de cada cocinero.





¿Quiénes estuvieron en ese proyecto?

El grupo incluía a Daniel Castaño de Julia, Gordo, Emilia Grace y Lorenzo el Griego. Marcela Arango y Camilo Ramírez, que eran de El Ciervo y el Oso en ese momento y ahora son mis socios en la taquería El Pantera. Eduardo Martínez de Mini-mal. Juan David Gracia que tiene Primitivo y que acaba de abrir Empanadas La Regional en el centro de Bogotá.

Juan Pablo Parra de Cacio y Pepe. Nicolás Hoyos que tiene una panadería llamada Suculenta. Tomás Rueda de Donostia y Libertador. Alejandro Gutiérrez de Salvo Patria.Y por último Liliana Cano y Leonardo Morán, que llegaron [al libro] porque yo en ese momento estaba filmando Master Chef: contamos de estos procesos [de sustitución de coca] en televisión e incluimos a los cocineros de los dos platos que ganaron el reto.

¿Qué problemas de la sustitución y de la vida rural puede ayudar a solucionar la cocina?

Uno de los problemas —que yo creo es el más grave— es que los campesinos llegan a vender un producto y dicen 'cuesta $6.000 el kilo'. Pero les responden 'le pago $5.000´ y ellos no tienen la capacidad comercial de explicar que son una cooperativa, que vienen de estos procesos, que trabajan así.

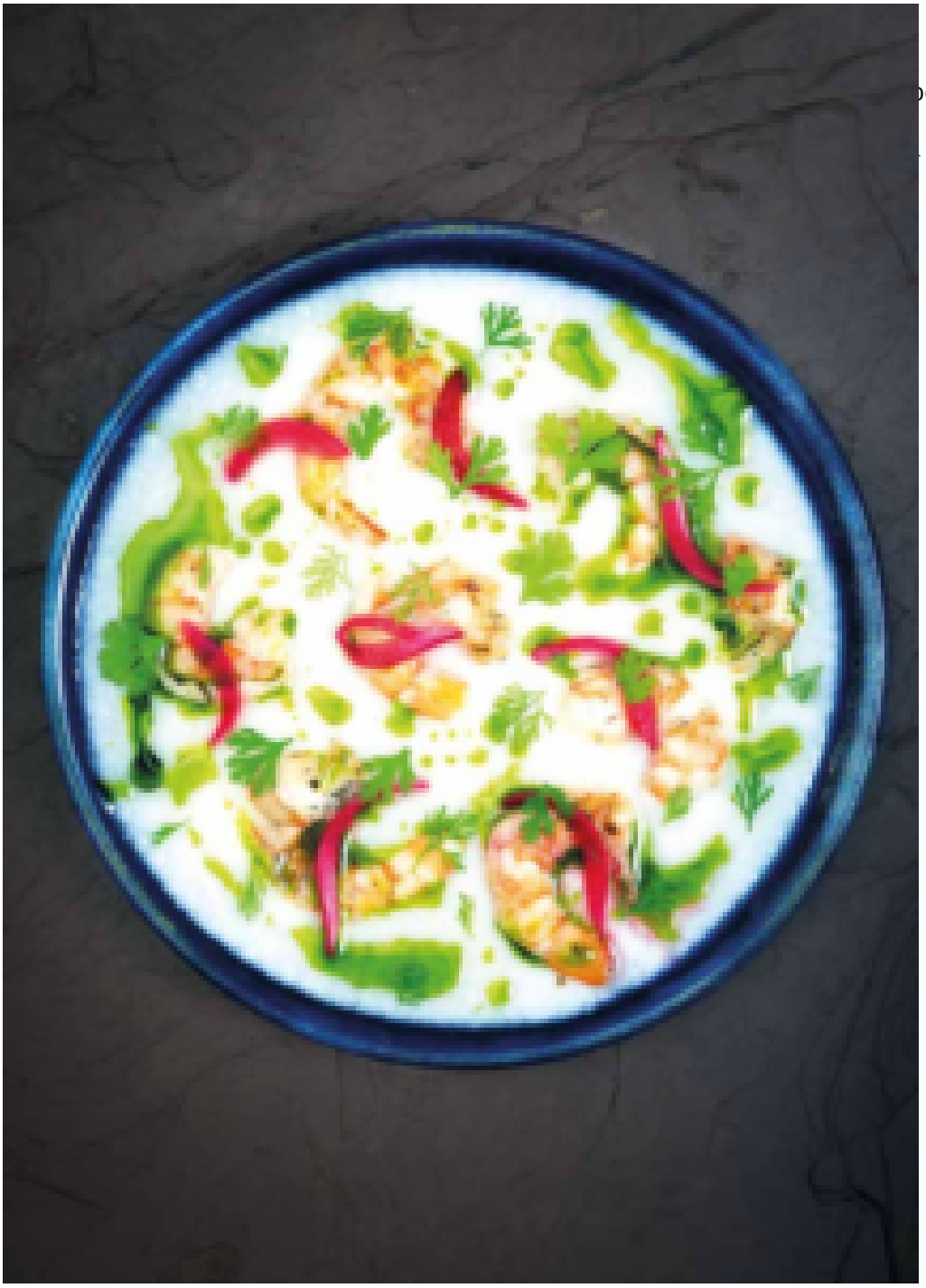
Entonces tienen dos opciones: se lo venden a $5.000 y pierden todo el sobrecosto de infraestructura y de trasladar el producto o no se lo venden y se les daña el producto, porque muy pocos no son perecederos. Muchas veces sólo hay uno que compra, que les baja aún más el precio.

A partir de este libro, creamos un colectivo que se llama *Cocineros a punto*: fuimos durante dos años una cooperativa que usaba los restaurantes como centro de acopio. Las papas llegaban a Mini-mal, el pescado a Salvo Patria o Mesa Franca y así sucesivamente. Porque a la gente no le servía que le compráramos 2 kilos sino mínimo 200 kilos, pero cada uno de nosotros nunca podría usar esos volúmenes. Además, a veces los productos —como el pescado— tocaba que recogerlos en el aeropuerto. Ahora han surgido otras iniciativas, como Mucho, que están comprando hasta en Putumayo y hacen las veces de centro de acopio.

¿Eso les permitió comprarle directamente a los productores y aportar soluciones para este tipo de problemas?

Sí y no: cuando se presentó la crisis del ñame en Montes de María nosotros compramos 2 toneladas de ñame, que son 2 millones de pesos para los productores pero un cuarto gigante para nosotros. Al mes, aún había 1,6 toneladas y mi gente me decía "¿qué más hacemos con este ñame?"

Otro caso: ¿cuánto cuesta un kilo de pimienta verde del Putumayo? 20.000 pesos más o menos. ¿Pero usted sabe cuánto dura un kilo de pimienta? Dos años.



podemos hacer es otra:

todos los lados donde



¿El mejor aporte a los productores es entonces contar el cuento?

La gastronomía tiene algo muy interesante. No importa usted de qué está hablando, no necesariamente a todo el mundo le interesa el tema. ¿La paz? Mucha gente le va a decir 'No, yo no sé nada ese tema', y así sucesivamente. A excepción de dos temas: el sexo y la comida. Porque son necesidades fisiológicas.

Entonces, cuando usted es cocinero o está hablando de comida, tiene una ventaja: tiene la atención de todo el mundo automática, así sea por 5 segundos. Ahora, la puede perder así de fácil, pero la tiene, cosa que ningún otro tema tiene.

Hablemos de personas como Jamie Oliver: el valor de él no es lo que cocina si no lo que comunica. Obviamente algunos tienen mayor facilidad que otros, pero la importancia es divulgar: divulgar los problemas, divulgar el proyecto, divulgar lo que está pasando. Ponerlos de moda.

Es una excusa para contar una historia que puede ser mamerta, pero que si la cuenta un cocinero es chévere.

¿Qué otros problemas pueden ayudar a solucionar?

Otro es brindar un acompañamiento técnico. Por ejemplo, yo le puedo decir qué hacer con esa pimienta que no se está pudiendo vender: echarla en vinagre para que le dure más tiempo. Y, más aún, que ese vinagre puede venir del plátano.

Podemos hacer aportes técnicos para que esos productos —que sufren tanto por la corrupción en toda la industria alimenticia, que son todos esos intermediarios —sean menos perecederos, o tengan algún valor agregado para que los puedan vender más caro o tengan un elemento diferenciador que facilite la comercialización. Por ejemplo, si hay demasiada gulupa en el país se pensar en hacer una mistela, un almíbar o una mermelada y aprovechar herramientas, como hace Mucho para venderlo.

¿Alguna otra solución?

Tercero, hay algo muy lindo que tenemos los cocineros. Piense por qué la gente toma las decisiones. Por persuasión. ¿Y cuáles son los motivos por los que la gente se persuade? Hay muchas, pero una —señalan los estudios en el tema— es cuando lo dicen los expertos.

A mí los diplomas no me importan, pero cuando usted va donde un médico ve que tiene 25 diplomas en la pared. Eso le da a él una connotación de experto y hace que lo que dice se tenga en cuenta. Entonces, cuando nosotros los cocineros decimos a la gente *'Consuma local'*, mucha gente nos cree, mucho más que si lo dice un experto ambiental.

Con esa voz de expertos, cuando vamos a las comunidades, podemos ayudar a dignificar el producto. Eso no solo ayuda al producto, sino a las comunidades: hay lugares como La Palma, en



orque la gente se fue. uchas comunidades ya dignifica el producto y



¿Usted siente que, con todo el proceso de paz, los cocineros colombianos están redescubriendo los territorios del país, los ingredientes y la gente que los producen?

Totalmente. Antes literalmente el producto no podía salir.

Acá está pasando un proceso diferente al que pasó por ejemplo en Francia: allá la gastronomía se desarrolló porque, después de la Segunda Guerra Mundial, estaban destruidas todas las vías de

acceso y les tocó redescubrir su cocina porque solo tenían acceso a los productos locales. En Colombia han pasado dos cosas: logramos comenzar a viajar hasta sitios que antes no podíamos y, al tiempo, esos productos empezaron a poder comercializarse.

Ahora, tienen un sobrecosto ridículo porque la infraestructura del país es deprimente: desafortunadamente el promedio de intermediarios de un producto en Bogotá es ocho o nueve. Si una papa cuesta 200 pesos, imagínese cuánto le llega al productor. Y sigue siendo más barato importar productos de España que desde algunas regiones de Colombia.

Lo otro que ha pasado es que ahora hay un mercado. Al final, por plata baila el mono: antes la gente no compraba colombiano y eso no le importaba. Entonces, si no había a quién venderle, ¿para qué se metía un cocinero al Amazonas, arriesgando su vida para buscar un producto y llegar a que nadie lo valore? Mejor usar azafrán en ese caso.

¿El trabajo de los cocineros puede ayudar a que estos procesos de campesinos sean sostenibles?

Claro, aunque hay acciones que ayudan mucho más que otras. Por infraestructura y tamaño sobre todo, más que por ganas. Pero el cambio realmente se va a ver en la generación que viene: nosotros somos los cocineros a los que están mirando los jóvenes y todos los platos que están haciendo son colombianos.

Una cosa que sí le critico a muchos cocineros es que opinamos mucho sobre qué debe ser la cocina colombiana y si debe ser tradicional. Yo creo que la cocina colombiana tiene que estar en todo: en la comida fea, en comida barata, en comida rápida, en comida elegante, en comida tradicional, en La Constancia y en Fruko, que de verdad penetre todo.

Entonces, ¿el rol que pueden jugar ustedes es educar el gusto y la sensibilidad la gente?

Sin duda. El discurso de esta generación es claro: nosotros estamos de acuerdo en que deben ser sabores tradicionales y autóctonos. Lo lindo de esta industria es que cada generación funciona muy distinto: así como nosotros rompimos con muchas ideas de la anterior, la que viene puede decir ‘todo lo que ustedes hicieron era terrible’.

Y ojalá hagan otra cosa: por ejemplo, ojalá empecemos a ver cubios enlatados en el supermercado. Porque una cosa marcada de nuestra generación es que a mucha gente no le gusta trabajar con la



das de Palenque, usted

's vendiera cubios con

e trabajar con ellos, es



¿Hay un cambio de mentalidad entre muchos colombianos frente a lo local?

No necesariamente: lo que les atrae puede ser el negocio o que está de moda. Pero eso a mí no me importa: si usted está comprando gulupa por la razón que sea, ¿qué me importa, mientras la compre?

De un año para acá, fíjese, todo el mundo está comiendo Asaí, que en el fondo siempre ha estado ahí y es parecido —por decir algo— a una uva isabela. Ha tenido mercadeo y está teniendo éxito.

Bien que mal, se está generando un mercado. Y, donde hay plata, hay baile.

¿Nos hace falta trabajar en el mercadeo?

Si usted quiere vender algo, lo tiene que volver sexy: eso se hace con mercadeo y con publicidad. El mayor vendedor de café en el mundo, en verdad, es Suiza, y no tiene una sola mata de café.

¿Quiere vender colombiano? Ponga a George Clooney a vender hogao y todo el mundo lo compra. Que los cocineros —los más conocidos y mediáticos— hagan eso es la forma más fácil, más barata y más obvia.

Y tenemos que aprovechar esta ventana de oportunidad que —aunque no en todas partes— nos ha dado el acuerdo de paz, que no va a durar toda la vida.

*****

Compartimos una receta del libro de Cuéllar

Ensalada de chontaduro, palmitos, aguacate, tomates, mango y cebolla



Ingredientes

Para 4 personas: 4 Palmitos de 10 cm, 4 Chontaduros, 1 Mango pintón, 8 Tomates cherry, 1 Cebolla morada, 1 Aguacate, 4 Limones, 1 Atado de cilantro, Aceite de aguacate o de oliva, Sal

Procedimiento

1. Cortar los tomates cherry en rodajas finas, pelar el mango y cortarlo en julianas (tiras delgadas) al igual que la cebolla morada en plumas.

2. Cortar el aguacate en cubos de 1 cm. y los chontaduros en 8 tajaditas.

3. Sacar las láminas de los palmitos con un pelapapa, y sazonar todo con el zumo del limón, unas gotas de aceite y algunas hojas de cilantro.

4. Se puede mezclar todo y servir en una ensaladera decorando con unas hojas de cilantro, o disponer todos los ingredientes en cada plato ya sea en el centro o en el borde como en la foto, decorar igual con algunas hojas de cilantro al final.

CÓMO CITAR ESTE DOCUMENTO

FORMATO APA 7ª EDICIÓN

Bermúdez Liévano, A. (2019, 25 de enero). La sustitución de coca está poniendo a pensar -y cocinar- a los chefs colombianos. ¡PACIFISTA!. https://pacifista.tv/notas/cocina-paz-coca-cultivos-sustitucion-alejandro-cuellar/

FORMATO CHICAGO (NOTAS Y BIBLIOGRAFÍA)

Bermúdez Liévano, Andrés. «La sustitución de coca está poniendo a pensar -y cocinar- a los chefs colombianos». ¡PACIFISTA!, 25 de enero de 2019. https://pacifista.tv/notas/cocina-paz-coca-cultivos-sustitucion-alejandro-cuellar/

FORMATO MLA 9ª EDICIÓN

Bermúdez Liévano, Andrés. "La sustitución de coca está poniendo a pensar -y cocinar- a los chefs colombianos". ¡PACIFISTA!, 25 de enero de 2019, https://pacifista.tv/notas/cocina-paz-coca-cultivos-sustitucion-alejandro-cuellar/.

ACCESO ABIERTO

Derechos de ¡PACIFISTA! y de sus autores. Archivo histórico de consulta pública. Documento generado por el Centro de Memoria de ¡PACIFISTA! a partir de la pieza conservada en su archivo histórico. Se distribuye para consulta, citación, estudio e investigación. Verifique siempre la versión en línea, que es la fuente autorizada.