



#Sembrar es cultura

Cartilla de Proyecto
Huerto en casa



   Cecrea La Ligua

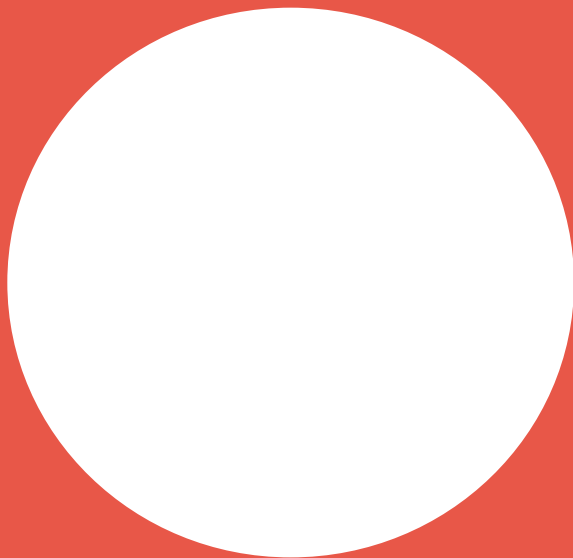
¡Hola! Somos el Centro de creación (Cecrea) y soñamos con llenar nuestra ciudad de huertas para producir nuestros propios alimentos y escalar en nuestra soberanía alimentaria. Para eso los invitamos a experimentar con semillas, plantas, preparaciones y ser parte de este hermoso proyecto comunitario. En esta cartilla encontrarás pequeñas actividades sobre las que iremos conversando de forma virtual en nuestras redes sociales.



Y, ¿qué es la soberanía alimentaria?, ¿se come?

Imagina que tienes un microscopio...

Dibuja un detalle de los almácigos que acabas de recibir



Con lo que has aprendido en esta cartilla y las sesiones en línea, puedes contestar estas preguntas:

¿Qué es la soberanía alimentaria?

A set of seven horizontal lines for writing an answer to the question about food sovereignty.

¿Qué es el patrimonio alimentario?

A set of seven horizontal lines for writing an answer to the question about food heritage.

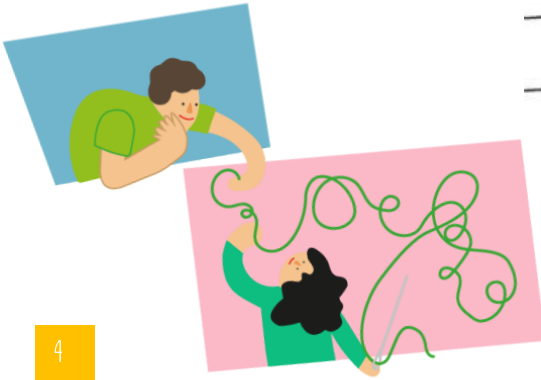
En Chile como en el resto del mundo existen tradiciones que forman parte del patrimonio inmaterial o patrimonio vivo, se trata de conocimientos y formas de hacer las cosas que se han traspasado desde las abuelas y abuelos, a nuestros padres y ahora hasta ti. Esos conocimientos y formas de hacer las cosas van desde la siembra, la cosecha, la recolección, la preparación y mantención de los alimentos.

Hay tradiciones muy antiguas que vienen incluso desde hace 2000 o 5000 años, como lo es por ejemplo, la forma de cocinar los porotos granados o los famosos dulces de La Liga

Investiga:

¿Cuál es la receta más antigua de la casa donde vives? Anota sus ingredientes, receta y algún secreto de cocina ligado a su preparación

¿Cuál será la receta más antigua de Chile?



La cena ya se sirvió
en una mesa largucha:
en cada plato una trucha,
pa' la trucha, un botellón
pa' la botella, un copón
pa' la copa, una galleta,
encima é una servilleta
con un plateado cubierto:
como el pescado está
muerto
le asoma aji por la jeta.

Décimas, Violeta Parra

Inspírate en estos versos de Violeta Parra y dibuja lo que ella describe en su décima!

¡Mancha el espacio en blanco con tierra de tu huerto!

Actualmente muchas tradiciones están amenazadas porque la diversidad de alimentos se ha reducido. Esto porque el uso del suelo se ha transformado al monocultivo, es decir, grandes extensiones de terreno son utilizadas para plantar sólo un tipo de alimento o árbol.

El monocultivo es nocivo para las tierras ya que extrae sus nutrientes empobreciéndola, además requiere de elementos químicos tóxicos para controlar plagas: los agroquímicos. Ellos también pueden afectar nuestra salud si han sido mal administrados.

La labor de las y los pequeños agricultores es fundamental ya que mantienen vivos los conocimientos para producir alimentos diversos, extraer las semillas y seleccionarlas.

Si una semilla ya no es cultivada, ese alimento puede llegar a desaparecer ¡y así ha sucedido con gran cantidad de especies! Cuando una semilla se pierde, también perdemos los conocimientos asociados a las preparaciones y costumbres



Las semillas son el inicio de la vida de las plantas. Existen muchos tipos de semillas, por lo tanto muchos tipos de plantas distintas, algunas llegarán a convertirse en árboles o arbustos mientras que otras son comestibles o llegarán a ser plantas comestibles. A la variedad de semillas para alimentarnos le llamamos *diversidad alimentaria* o *biodiversidad* alimentaria.

Para cocinar o elaborar cualquier plato necesitamos semillas, ya que sin ellas no sería posible conseguir las frutas, verduras y cereales que forman nuestra dieta.

Desde hace mucho tiempo comienza nuestro vínculo con las semillas, desde hace aproximadamente unos 7.500 años atrás, cuando el ser humano y especialmente las mujeres comenzaron a trabajar la tierra.

¿Te has preguntado alguna vez quién ha producido y seleccionado las semillas que han servido para cultivar las frutas y verduras que comes a diario?



Escribe el nombre de la persona que hoy cocinó el almuerzo en la casa donde vives:

Las personas que cocinan son parte del patrimonio alimentario ya que guardan saberes, historias y recetas sobre cada una de las preparaciones que realizan.

Haz una lista de todas las semillas comestibles que conoces:

Número Total: