

Ruta Gastronómica de restaurantes de cocina regional en la localidad Suba

Johan E Forero Cod.23151021
Angie L Cabeles Cod. 24102005

Corporación Universitaria Unitec
Escuela de Ciencias Económicas y Administrativas
Tecnología en Gestión Gastronómica y Sommelier
Bogotá D.C.
2022

Ruta Gastronómica de restaurantes de cocina regional en la localidad Suba

Director de proyecto:
Yenny Alexandra Reina Uribe

Corporación Universitaria Unitec
Escuela de Ciencias Económicas y Administrativas
Tecnología en Gestión Gastronómica y Sommelier
Bogotá D.C.
2022

Tabla de contenido

Resumen	5
Problema de investigación.....	6
Planteamiento del problema	6
Formulación del Problema.....	6
Hipótesis	7
Objetivos.....	7
Objetivo General.....	7
Objetivo específico	7
Justificación	8
Marco Referencial	9
Estados del Arte.....	9
Figura 1	9
Figura 2.....	10
Figura 3.....	11
Palabras Clave	12
Marco teórico.....	12
Ruta Gastronómica	13
Suba	13
Metodología de Investigación	14
Estudio de Campo.....	14
Conclusiones.....	15
Caracterización de los restaurantes seleccionados en Suba.....	16
La sazón de la Negra	16
El Sheriff	17

El becerro del llano.....	17
La hormiga santandereana	17
La vieja Antioquia	18
Ruta gastronómica Regional en alrededores Suba-Centro	18
Presentación Genially	19
Figural 4.....	19
QR de la presentación Genially	19
Figura 5.....	19
Ruta por Google Maps.....	20
Figura 6.....	20
Bibliografía.....	21

Resumen

La investigación presentada se conduce principalmente a la creación de una ruta gastronómica en Suba Bogotá, evidenciando la presencia de la cocina típica colombiana en alrededores Suba-Centro. La ruta empleada para el reconocimiento de los establecimientos está encaminada al aporte tanto para los prestadores del servicio, como de los turistas.

Para contribuir a la investigación se realiza un trabajo de campo que recolecta información cercana con los establecimientos seleccionados en Suba, en sustento del aporte principal del trabajo. Posterior a ello se consideró recoger información de fuentes web con énfasis de opinión en el servicio al cliente para tener un acercamiento detallado. Además, se tomaron datos antecedentes de la investigación para asistir a la identificación que se contempla en el territorio colombiano de la gastronomía típica regional.

Problema de investigación

Planteamiento del problema

Bogotá es parte de uno de los destinos turísticos más frecuentados en cuanto a gastronomía en Colombia, e inspira gran inmersión cultural y adaptación encontrada alrededor del mundo (Explorers,2019).

Actualmente se encuentran delimitadas ciertas zonas gastronómicas en la ciudad de Bogotá que cuentan su propia historia e identificación local, como también una relación con la cocina internacional en un contexto turístico. Entonces, se puede consentir que cada establecimiento maneja su propia temática, ambientación, e historia; y con ello, nace la necesidad de conocer aún más lo que hace parte de nuestra gastronomía y lo que podemos estar perdiendo en cuanto a tradición de las generaciones pasadas.

Se debe recalcar que los hábitos alimenticios de algunos colombianos conllevan problemas de salud o enfermedades tras el correr del tiempo, lo anterior a causa del consumo abierto de bebidas azucaradas, comestibles grasos, comida rápida, embutidos, golosinas, entre otros alimentos poco saludables; alimentos que pueden acarrear problemas a déficit de nutrientes y enfermedades crónicas de Sobrepeso, diabetes e hipertensión (Cromos, 2017).

Es preciso abordar el tema de la identificación multicultural de las regiones colombianas en la gastronomía de una manera más profunda y en este caso hacer notable a una zona específica como lo es la localidad de Suba, en la cual no se tiene una ruta gastronómica definida en cuanto a comida típica del país, y de esta manera poder brindar un acercamiento a las personas a través de la experiencia obtenida en relación con lo que se ofrece en el restaurante, respecto a la ambientación y menú, y respecto a calidad del servicio prestado por el establecimiento en todo momento.

Formulación del Problema

Consecuentemente de lo anterior es por lo que surge la siguiente pregunta problema: ¿Cómo se puede contribuir en la identificación de la gastronomía colombiana regional a través de una ruta gastronómica prevista en la localidad Suba, en la ciudad de Bogotá?

Hipótesis

La gastronomía colombiana ha logrado en los paladares de las personas, dejar un buen recuerdo y memoria de recetas ancestrales, en la que se encuentran: la bandeja paisa, el ajiaco, la arepa, la empanada, cocidos boyacenses, sancocho, entre muchas otras preparaciones que conllevan a variación o tendencias en la actualidad. Sin embargo, el reconocimiento de la cocina regional colombiana se ha desvanecido poco a poco, por lo cual, se debe atribuir aspectos importantes de comercialización para tener en cuenta en el estudio de mercado de los productos, correspondido por medio de redes sociales, vallas publicitarias, entre otros variados recursos de las TIC.

Cabe resaltar que a las nuevas generaciones le es de interés conocer restaurantes con infraestructura llamativa o con temáticas diferentes a lo habitual, y es importante recurrir a recursos o medios de información, de manera que se explore de una manera más atractiva los futuros encuentros.

Objetivos

Objetivo General

Proponer una ruta gastronómica que permita conocer e identificar la oferta de productos regionales típicos del país en alrededores Suba-Centro, en la ciudad de Bogotá.

Objetivo específico

Identificar la oferta de productos de cocina típica colombiana, en los restaurantes seleccionados, ubicados en la localidad Suba

Justificación

Para el presente proyecto de investigación es prescindible la realización del diseño de una ruta gastronómica de la localidad Suba en alrededores Suba-Centro, que dará a conocer una oferta de platos regionales en establecimientos mencionados, sirviendo así de apoyo a personas que realicen actividades turísticas y deseen consumir alimentos de carácter regional y optar por un consumo responsable de alimentos necesarios en su dieta.

Se pretende observar la muestra de restaurantes en una parte específica de la localidad Suba, para dar a conocer la oferta en dicho sector y así contribuir en la búsqueda de restaurantes de comida típica colombiana, efectuando una caracterización de establecimientos turísticos que hacen parte de la ruta gastronómica propuesta.

La gastronomía colombiana ofrece una amplia gama de alimentos que no son en su totalidad conocidos por la mayoría de las personas de forma colectiva, debido a su distinción de culturas, y es por esto por lo que nace el pensamiento de que cada preparación cuenta una historia y una experiencia de sensaciones organolépticas que harán de la comida algo emotivo y por lo tanto agradable y de disfrute.

Contamos con una amplia variedad de biodiversidad y de un país multicultural que nos involucra en su ámbito benéfico, a recorrer y conocer más cada día de cocinas regionales y locales a visitar, debido a la tradición y pertenencia en este sistema culinario, inmerso de recursos naturales y productos viables para un consumo humano provechoso.

Actualmente se encuentran rutas gastronómicas en plazas de mercado en Bogotá que dan fuerza a los establecimientos y a los vendedores para demostrar sus capacidades a través de una grata experiencia de sabores colombianos y autenticidad de estos destinos turísticos.

En la plaza de la perseverancia se puede encontrar variedad de platos entre ellos entradas, platos fuertes, bebidas, u acompañamientos; son elementos que han de ir de la mano de capacitaciones de personal en cuanto a producto y servicio, siempre teniendo en cuenta la identificación de la cultura colombiana. No solo la plaza de la perseverancia, sino que además

la plaza de mercado de Kennedy con un enfoque cundiboyacense y regional ha de brindar productos exquisitos y apreciados para las personas que se encuentran interesadas en degustar en las plazuelas de comida allí localizadas (compensar, 2018).

Marco Referencial

Estados del Arte

Figura 1

#	1
Título	“Patrimonio gastronómico de la Provincia de Yarigués Santander, Colombia” (Rodríguez, M., & Dallos, 2020).
Autores	Rodríguez, M., & Dallos
Referencia	Rodríguez, M. L., & Dallos, I. A. (2020). Patrimonio gastronómico de la Provincia de Yarigués Santander, Colombia. <i>Jangwa Pana</i> 19(2). Recuperado de https://doi.org/10.21676/16574923.3478
Formato	PDF- Artículos de investigación científica y tecnológica
Resumen	<p>El objetivo del trabajo fue contribuir a la salvaguardia del patrimonio gastronómico de la provincia de Yarigués, con base en la identificación, la caracterización y el análisis de sus principales componentes. En cuanto a los instrumentos de recolección se tiene que es ideal la revisión de fuentes secundarias y realización de trabajo de campo en los municipios previstos, para destacar usos gastronómicos de productos regionales. A manera de conclusión los autores encontraron que en la provincia Yarigués en Santander se halla diversidad en gastronomía bien sea típica o tradicional, además, los productos cultivados allí hacen parte importante de su gastronomía al igual que la pesca.</p> <p>“Palabras clave: patrimonio cultural, gastronomía, tradición, identidad cultural, Yarigués, Festival, Maestras de la cocina” (Rodríguez, M., & Dallos, 2020).</p>

Aporte teórico metodológico	Metodología cualitativo-descriptivo: Documento audiovisual institucional con difusión de hallazgos de patrimonio cultural inmaterial.
-----------------------------	---

Elaboración propia.

Figura 2

#	2
Título	“Rol de las mujeres en la cocina tradicional y el patrimonio gastronómico de la plaza del 20 de Julio en la ciudad de Bogotá” (Araque, Molina & Mora, 2021).
Autores	Araque, Molina & Mora
Referencia	Araque Cabrejo, L.S., Molina, M.E.A., & Mora, J. A (2021). Rol de las mujeres en la cocina tradicional y el patrimonio gastronómico de la plaza del 20 de Julio en la ciudad de Bogotá [trabajo de grado]. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Recuperado de https://hdl.handle.net/10656/13427
Formato	PDF- Repositorio Institucional Minuto de Dios
Resumen	En este trabajo se resalta la pérdida de la cocina tradicional, debido a la falta del ejercicio de éste y carencia de mujeres en el sector gastronómico tradicional e influencias externas del país. El patrimonio cultural requiere comprender mejor la diversidad cultural, la cocina regional y local en apoyo de las mujeres cocineras que nos han dejado un legado u herencia, ya sea tanto de origen indígena, mestizo o raizal en un sin fin de combinaciones de aromas y sabores incomparables. Se da a conocer el rol de la cocinera tradicional como portadora de saberes culinarios dentro del patrimonio gastronómico de la plaza 20 de julio, además un inventario para difundir los aportes al patrimonio gastronómico y el valor dado a las cocineras en dicho lugar. A partir de lo anterior se realiza un recorrido gastronómico y se determina el rol de las mujeres

	<p>en la plaza 20 de julio. Se encuentra una demostración de aportes, legados e historias que ayudan a la protección de la cultura gastronómica local en el sector turístico de la plaza del 20 de Julio.</p> <p>Palabras clave: el rol de la mujer, cocina tradicional, patrimonio, gastronomía, recorrido turístico, plaza.</p>
Aporte teórico metodológico	La metodología de la investigación cualitativa y da un aporte o acercamiento con el papel de las cocineras en el sector gastronómico y la importancia de sus conocimientos generacionales.

Elaboración Propia.

Figura 3

Cant.	3
Titulo	“Rescate de las tradiciones y técnicas ancestrales gastronómicas en el programa profesional de gastronomía y alta cocina de la UNAB para el fortalecimiento del patrimonio cultural colombiano” (Gómez, 2020).
Autores	Gómez
Referencia	Gómez, Rosas. A. F. (2020). Rescate de las tradiciones y técnicas ancestrales gastronómicas en el programa profesional de gastronomía y alta cocina de la UNAB para el fortalecimiento del patrimonio cultural colombiano [Tesis]. https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/11811
Formato	PDF-Repositorio institucional Unab
Resumen	Se plantea que a partir de la globalización no ha sido fácil la interpretación de los conceptos ancestrales y no se le da la importancia necesaria a lo regional. El fortalecimiento de la gastronomía debe darse en sectores educativos o convencionales para la puesta en práctica y evolución prospera educacional.

	<p>Cada pueblo tiene sus propios pensamientos, prácticas y costumbres que forma parte de su identidad cultural, como se demuestra en el arte o la comida, que han de ser semejantes o diferentes, pero a la vez comunes.</p> <p>Palabras Clave: Gastronomía, innovación, tradiciones, patrimonio, cultura.</p>
<p>Aporte teórico metodológico</p>	<p>Investigación con enfoque cualitativo: Identificación del contexto histórico cultural de las personas (maestros y estudiantes) en la cocina regional.</p>

Elaboración Propia.

Palabras Clave

Ruta gastronómica, Cultural, Comida Típica, Regional.

Marco teórico

La gastronomía colombiana ha pasado por el tema de transculturización a través de los años, ello debido a la variedad de producto que hay actualmente y se pretende mezclar para crear nuevas tendencias, técnicas u obtener conocimientos culinarios a partir del patrimonio inmaterial (Rodríguez, G., 2020). Se debe por ende reaccionar a lo anterior de una manera de protección sobre las raíces culturales de los alimentos en conformidad con la comida típica, que nos cuenta una historia y hace parte de cada persona y de las generaciones pasadas, a ello se debe intervenir de una manera más apropiada a captar la atención de este tipo de comida típica o cultural que representa lo que es Colombia en cuanto a gastronomía y así mismo entender la importancia de conservar la unión de los conocimientos culinarios que han pasado alrededor de los años a ser patrimonio. Es importante llevarlo a cabo a través de distintos medios de divulgación contemplando ingredientes, sabores, aromas, experiencias, entre otros valores destacados a cada tipo de cocina cultural representativa del país.

Ruta Gastronómica

Las rutas turísticas se han impulsado debido a la manifestación de las personas en el turismo colombiano, no solo las actividades de playa han de ser de interés para estos, sino que además la gastronomía viene siendo parte importante y clara de emprendimiento o impulso para su reconocimiento. Se debe partir de un itinerario que enlace ciertos puntos de interés para poder construir una ruta y por lo tanto los aspectos relevantes de lo que se ofrece (Ramos & Galvis, 2017). Entonces, en aceptación de lo anterior se ha de complementar de ciertas actividades que agreguen valor en el turismo, y por ello, la gastronomía se junta como parte importante de la relación con el sentido de viajar o conocer distintos puntos con oferta productos de consumo alimenticio.

Respectivamente de lo anterior se contempla que el turista busca conocer una historia y a través de ello también percibir en la comida los sabores, colores, texturas o distinciones con lo habitual, que les sea de apoyo a su reconocimiento en el sector.

Suba

La localidad Suba, ubicada en la capital colombiana “Bogotá” al noroccidente, corresponde a 10.056 hectáreas y se encuentra en el cuarto lugar más extenso de la ciudad, enumerado en el espacio 11 de localidades y cuenta con 1’252.675 habitantes (Alcaldía mayor de Bogotá, S.f).

Es importante resaltar que la localidad rescata una identidad indígena, posterior a la colonización del territorio, dejando así sus conocimientos de costumbres ancestrales de celebraciones y rituales en compañía de fuentes hídricas o humedales, que resultan importantes en la actualidad. Se expresa que la localidad atribuye su nombre a la lengua muisca Zhu-ba, derivado del rostro gentil de una persona (González, 2013).

En 1954 Suba deja de ser municipio, para iniciar a ser parte de la capital colombiana (González, 2013).

Metodología de Investigación

La presente investigación, basa su contenido en un enfoque cualitativo que se contempla a partir del análisis y la observación del objeto de muestra (restaurantes seleccionados) y se dispone en comparación de los datos obtenidos con estudios antecedentes similares o teoría.

Estudio de Campo

Con el fin de desarrollar la ruta regional gastronómica en la localidad Suba, se realiza una visita a alrededores Suba-Centro, con el fin de tomar datos específicos como: nombre del establecimiento, oferta gastronómica, horarios de atención al cliente, ambientación del lugar o en general la caracterización de los restaurantes. Por otro lado, se obtienen también algunos datos de apoyo de manera virtual tomados por la aplicación Restaurant Guru, que complementan información recolectada sobre el servicio prestado en general y opinión de personas que han visitado algunos de los establecimientos aquí mencionados.

Se comparan y seleccionan los restaurantes a partir de la recolección de los datos y se da la respectiva valorización en cuanto a la caracterización del lugar.

Se realiza el trabajo de campo como se planteó anteriormente, seleccionando 5 restaurantes que se ajustan al objetivo del proyecto, reuniendo información de interés para los turistas mediante el análisis que se lleva a cabo posterior a la observación.

Cumpliendo con los objetivos, se recolecta información acerca de la oferta de productos regionales presentes en la carta de cada establecimiento, determinando su acercamiento con los platos típicos de Colombia. Por consiguiente, se establece la ruta propuesta con la ayuda de una aplicación llamada Genially, para dar a conocer los datos específicos de los restaurantes seleccionados y además su oferta gastronómica. Al pulsar sobre el ítem junto al nombre de cada establecimiento, desplegara la información que corresponde a los datos de contacto; al pulsar en cada marcador en el mapa, se mencionara la información complementaria o caracterización del establecimiento; también en uno de los marcadores en la diapositiva 3, es preciso compartir la ruta creada por medio de un enlace con la ayuda de Google Maps.

Se realiza una revisión de los estados del arte presentes en la investigación en los que se puede evidenciar la presencia de la Gastronomía regional en Colombia, desde un pueblo ubicado en el departamento de Santander; una plaza de mercado, en Bogotá; y una universidad, de Bucaramanga.

Conclusiones

A partir de la recolección de los datos, se realizó una ruta gastronómica informativa en calidad de cumplir con objetivos previstos para dicha investigación. Por otro lado, se permite conocer la oferta de productos típico-ancestrales en los establecimientos seleccionados de la localidad Suba que llegan a ser prescindibles en la realización de la ruta gastronómica correspondiente.

Se puede además evidenciar un mapa con puntos de localización en la zona mencionada, de la cual se toma la muestra recolectada de 5 establecimientos que se han usado en la ruta gastronómica, posterior al análisis y valoración respectiva del establecimiento en relación con la oferta cultural presente. El análisis correspondiente se lleva a cabo con 4 establecimientos pertenecientes al punto estratégico de la investigación, y 1 establecimiento también perteneciente a Suba, pero que está un poco alejado de los demás, y es de carácter importante respondiendo a la oferta de cocina regional, siempre en búsqueda de resaltar el valor de la gastronomía colombiana.

Se observa con la App Genially una presentación con 4 diapositivas con información de contacto, caracterización de los establecimientos y un enlace del recorrido planteado con ayuda de Google Maps, para un acercamiento más preciso con la ruta.

En Maps, se empieza por el punto A, que corresponde a la Sazón de la Negra; B, El Sheriff; C, El Becerro del llano; D, La hormiga Santandereana; y termina en el punto E, de La vieja Antioquia, un poco alejado del recorrido, pero a la vez importante para el turista.

Mediante enlace QR se comparte la ruta de Cocina Regional propuesta a través de la App Genially. Es importante mencionar que la ruta realizada corresponde a una pequeña parte del área que compete a Suba, por lo tanto, es posible la continuidad del proyecto.

En cuanto a los 3 estados del arte encontrados, se relaciona la presencia de la identificación regional en distintos campos de estudio. Por lo tanto, es considerado que la cocina regional ha sido importante en Colombia y se encuentra en rescate de la oferta gastronómica ancestral.

Caracterización de los restaurantes seleccionados en Suba

A continuación, se da a conocer información recolectada de los 5 establecimientos regionales seleccionados en la localidad Suba, de manera que sea presentada en los marcadores de la diapositiva 3, de la presentación compartida por la aplicación Genially.

La sazón de la Negra

En este lugar se encuentra una amplia variedad de platos tradicionales con oferta de almuerzos ejecutivos, corrientes y especiales, además de la venta de desayunos. Los precios son variados dependiendo del plato elegido, ya sea establecido para pescados, carnes blancas o carnes rojas.

Podemos destacar una carta con oferta de desayunos que puede componerse de caldo, huevos, café, chocolate, limonada, tamal, pan, jugo de naranja o quizás más productos que acompañan la comida casera de los colombianos hoy en día; también una buena oferta de productos en almuerzos y adicionales que nos harán sentir en casa, como las carnes de parrilla, el chorizo, la costilla BBQ, Bandeja paisa (que resulta ser muy típica), Churrasco, Mojarra frita, Bagre en salsa; entre otros deleites que nos llenan de recuerdos como la papa y plátano en compañía de estas preparaciones.

La opinión de usuarios que frecuentan el lugar han de destacar su buen servicio, acorde al precio que maneja el establecimiento, y una ambientación representativa y cálida para compartir con un precioso contraste de colores y cuadros.

El Sheriff

Llamado anteriormente el rincón del parque (20 años en servicio)

Los platos a la parrilla son la especialidad de este lugar en el cual se maneja variedad, tanto de productos de parrilla como de precios y resulta ser justo acorde a la oferta. El acompañamiento de toppings como el Chimichurri es esencial para este tipo de comida, debido a que resaltar el sabor de sus preparaciones ha de ser conveniente para una buena experiencia. Las carnes, chorizos, pechuga gratinada o a la plancha, son platos destacados y elegidos por sus comensales. El producto sale de cocina en laminas y recipientes de barro para de esta manera conservar la temperatura y sea más provechoso consumir los alimentos.

Podrás sentir familiaridad en este ambiente hogareño y rustico que acompaña una grata experiencia en el servicio.

El becerro del llano

En este lugar se encuentra una amplia variedad de carnes en especial de la región llanera, y se destaca con las famosas picadas de chigüiro y otras carnes preparadas a la brasa; es habitual encontrar platos como la arepa, sopas y sancochos, pechuga gratinada, bandeja paisa, parrillada y por último pescados como opción diferencial; la comida se podrá acompañar de limonadas y jugos naturales. Además, se tiene la oportunidad de disfrutar de una grata ambientación que hace de esta experiencia algo único y representativo de la cultura llanera o regional en Colombia, a través del arte.

La comida ofrecida es justa en comparación con los precios establecidos; y según la opinión de usuarios que frecuentan el lugar, la carne de chigüiro se destaca en el establecimiento por su sabor.

La hormiga santandereana

Nombre del establecimiento dirigido a la hormiga Culona, que le da fama a la cultura santandereana.

En este restaurante se encuentra variedad de almuerzos santandereanos como la pepitoria, el mute, mondongo u otros platos de la carta; como también un enfoque de almuerzos corrientes, con oferta de carnes mixtas que incluyen el chigüiro, la ternera, y costilla; por otro lado, los pescados, pechuga gratinada y bandeja paisa se encuentran formando parte de su carta de platos ejecutivos y especiales, aportando un toque a Santander.

La vieja Antioquia

Restaurante Típico antioqueño reconocido, ubicado sobre la Avenida Suba acorde al nombre del establecimiento. Su temática se acentúa a la cultura arriera antioqueña y es para muchos la opción indicada de satisfacer antojos por ser justo en cuanto al precio y porciones considerables. Consta de una buena ubicación por su fácil acceso y además brinda una buena atención al ofrecer en su experiencia valor agregado o calidez a sus comensales. El valor agregado se atribuye para ellos al compartir un agua de panela o tinto al finalizar el servicio; por otro lado, no solo es una experiencia gastronómica, ya que por su parte compartir un ambiente regional por medio de la música en vivo da un contraste único para quienes deseen conocer más de la cultura Antioqueña.

Según opinión de los comensales tanto la comida como el servicio se ajustan a sus necesidades a la hora de compartir en familia o amigos.

Ruta gastronómica Regional en alrededores Suba-Centro

La ruta propuesta se encuentra disponible en la presentación realizada a partir de una App ideal para crear contenido interactivo. Genially fue de gran ayuda para la realización de la ruta, y es allí donde encuentra información relevante de los establecimientos seleccionados.

Presentación Genially

Se halla una presentación con 4 diapositivas que hacen de la ruta gastronómica una entretenida experiencia.

Figural 4



Elaboración propia.

QR de la presentación Genially

Figura 5



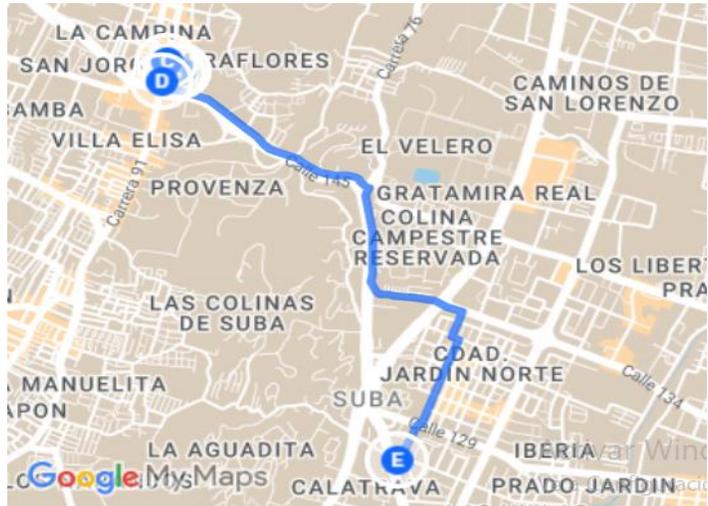
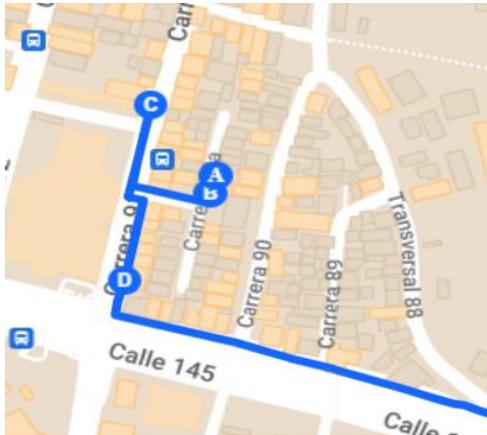
Elaboración Propia.

<https://view.genial.ly/627bc82f906e800012a214eb/interactive-content-ruta-gastronomica>

Ruta por Google Maps

En la tercera diapositiva de la presentación “Ruta Gastronómica” en Genially, se podrá encontrar el enlace de acceso con indicaciones precisas del recorrido por Suba (paso a paso), del punto, A; al punto, E.

Figura 6



Elaboración Propia.

Bibliografía

- Alcaldía Mayor de Bogotá. (S. f). Localidad de Suba. Suba: una localidad rodeada de hermosa naturaleza y un cabildo indígena. Bogotá [mayo de 2022]. Recuperado de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/localidades/suba>
- Araque Cabrejo, L.S., Molina, M.E.A., & Mora, J. A (2021). Rol de las mujeres en la cocina tradicional y el patrimonio gastronómico de la plaza del 20 de Julio en la ciudad de Bogotá [trabajo de grado]. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Recuperado de <https://hdl.handle.net/10656/13427>
- Compensar. (2018, 18 de octubre). Ruta gastronómica por las plazas de mercado de Bogotá. Recuperado de <https://www.revistacompensar.com/comenzando/ruta-gastronomica-por-las-plazas-de-mercado-de-bogota/>
- Cromos. (2017, 30 de junio). Cómo se están alimentando los colombianos. El espectador. Recuperado de <https://www.elespectador.com/cromos/estilo-de-vida/como-se-estan-alimentando-los-colombianos/>
- Gómez, Rosas. A. F. (2020). Rescate de las tradiciones y técnicas ancestrales gastronómicas en el programa profesional de gastronomía y alta cocina de la UNAB para el fortalecimiento del patrimonio cultural colombiano [Tesis]. <https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/11811>
- González, R. N. (2013). Poblando y pensando Suba^ Análisis de la influencia del proceso de urbanización de la localidad de Suba sobre las maneras de interactuar y la cotidianidad de sus primeros pobladores. Pontificia Universidad Javeriana [Tesis, trabajo de grado]. Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/12155?locale-attribute=es>
- Ramos, K., & Galvis, P. (2017). Turismo gastronómico: una nueva experiencia en Santander. Bogotá, Colombia: Universidad Externado de Colombia. Recuperado de <https://bdigital.uexternado.edu.co/handle/001/1079#:~:text=La%20propuesta%20de%20desarrollar%20una%20ruta%20gastron%C3%B3mica%20en,riqueza%20cultural%20que%20gira%20entorno%20a%20sus%20alimentos.>
- Rodríguez, G. A. M. (2020). Lineamientos para la salvaguarda del patrimonio cultural inmaterial representado por la gastronomía autóctona de Bogotá. Universidad de la Salle Bogotá [Trabajo de grado-pregrado]. Recuperado de https://ciencia.lasalle.edu.co/sistemas_informacion_documentacion/705/?utm_source=cienc

ia.lasalle.edu.co%2Fsistemas_informacion_documentacion%2F705&utm_medium=PDF&
utm_campaign=PDFCoverPages

Rodríguez, M. L., & Dallos, I. A. (2020). Patrimonio gastronómico de la Provincia de Yarigués
Santander, Colombia. *Jangwa Pana* 19(2). Recuperado de
<https://doi.org/10.21676/16574923.3478>

Por intermedio del presente documento en mi calidad de autor o titular de los derechos de propiedad intelectual de la obra que adjunto, titulada *Ruta gastronómica de restaurantes de cocina regional en la localidad de Suba*, autorizo a la Corporación universitaria Unitec para que utilice en todas sus formas, los derechos patrimoniales de reproducción, comunicación pública, transformación y distribución (alquiler, préstamo público e importación) que me corresponden como creador o titular de la obra objeto del presente documento.

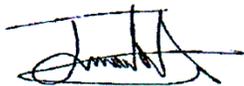
La presente autorización se da sin restricción de tiempo, ni territorio y de manera gratuita. Entiendo que puedo solicitar a la Corporación universitaria Unitec retirar mi obra en cualquier momento tanto de los repositorios como del catálogo si así lo decido.

La presente autorización se otorga de manera no exclusiva, y la misma no implica transferencia de mis derechos patrimoniales en favor de la Corporación universitaria Unitec, por lo que podré utilizar y explotar la obra de la manera que mejor considere. La presente autorización no implica la cesión de los derechos morales y la Corporación universitaria Unitec los reconocerá y velará por el respeto a los mismos.

La presente autorización se hace extensiva no sólo a las facultades y derechos de uso sobre la obra en formato o soporte material, sino también para formato electrónico, y en general para cualquier formato conocido o por conocer. Manifiesto que la obra objeto de la presente autorización es original y la realicé sin violar o usurpar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es de mi exclusiva autoría o tengo la titularidad sobre la misma. En caso de presentarse cualquier reclamación o por acción por parte de un tercero en cuanto a los derechos de autor sobre la obra en cuestión asumiré toda la responsabilidad, y saldré en defensa de los derechos aquí autorizados para todos los efectos la Corporación universitaria Unitec actúa como un tercero de buena fe. La sesión otorgada se ajusta a lo que establece la ley 23 de 1982.

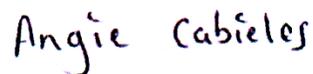
Para constancia de lo expresado anteriormente firmo, como aparece a continuación.

Firma.



Nombre: Johan Steven Forero Pérez

CC. 1.015.461.922



Nombre: Angie Lizeth Cabeles Bernal

CC. 1.020.838.384