# Buenas Prácticas en Gastronomía Típica Rural

## Gestión Ambiental

*TURISMO DE NATURALEZA*







crc.gov.co /

# Principios del éxito:
# SER-HACER-TENER
# Motivación crecimiento personal
# BUENA ARMONIA EN EQUIPO





REFLEXION:

El secreto de hacer no es hacer lo que te gusta,
sino amar lo que te gusta





# Pregunta

**DESAPRENDER**

**REDESCUBRIR**

EMPATIA-PREJUICIOS-PERSEVERANCIA
COMPETENTE
Éxito de una persona es la actitud





Corporación Gastronómica de Popayán

# CONGRESO GASTRONÓMICO DE POPAYÁN



## Influencias culturales: Indígena, afrocolombiana y mestiza



## Platos típicos:


















- **Acompañamientos**:
- **Carantanta**: Fritura crocante de maíz,
- **Dulces y postres**:
- **Dulce de papayuela** :
- **Cocadas y panelitas**: con coco o leche y panela.
- **Bebidas tradicionales**:
- **Chicha de maíz**: Bebida fermentada indígena.
- **Guarapo:** Bebida de caña



**Diseño sugerido:**

- Colores cálidos: amarillo, rojo, marrón y verde suave.
- Tipografía amigable y clara para niños.
- Íconos pequeños junto a cada nombre para mayor recordación visual.



# PRÁCTICAS DE SERVICIO A LA MESA

- Objetivo general:
  Desarrollar habilidades básicas en el montaje, atención y protocolo del servicio de alimentos y bebidas en mesa.



## Técnicas básicas del servicio:

- Servir por el lado derecho (bebidas y platos servidos).
- Retirar por el lado derecho (platos y copas).
- Usar bandeja para transportar varios elementos.
- Mantener postura correcta y trato respetuoso.



**Montaje básico de mesa:**

- Coloca el mantel limpio y sin arrugas. Plato base en el centro.
- Cubiertos según el orden de uso (de afuera hacia adentro).
- Cuchillo y cuchara a la derecha, tenedor a la izquierda.
- Servilleta a la izquierda o sobre el plato.
- Copas al lado derecho, en orden: agua, vino tinto, vino blanco.
- Centra el plato base.
- Agrega decoración discreta si es necesario.



**Cualidades del buen servicio**:

- Amabilidad y cortesía.
- Discreción y eficiencia.
- Conocimiento del menú.
- Higiene y presentación personal impecable.





- Evaluación:
  ✓ Correcta ubicación de cada elemento
  ✓ Presentación ordenada y limpia
  ✓ Tiempo de ejecución

- **PRÁCTICA 2: SERVICIO SIMULADO EN PAREJAS**
- Aplicar técnicas de atención al cliente y protocolo de servicio.
- **Participantes**:
  Uno hace de mesero, otro de cliente.
- **Pasos:**



1. Saludo formal al comensal.
2. Presentación de menú (real o simulado).
3. Toma de pedido (con libreta o memoria).
4. Servicio de bebida y luego del plato.
5. Retiro de platos según protocolo (por la derecha).
6. Despedida cortés.

**Reforzar:**

- Uso de frases como “¿Le puedo ofrecer algo más?” o “Con permiso”.
- Atención a gestos del cliente.
- Manejo de bandeja (opcional).



**Recomendaciones generales**:

- Siempre lavarse las manos antes de montar o servir.
- Usar uniforme o ropa adecuada y limpia.
- Hablar con tono amable, sin interrumpir conversaciones del cliente.
- Mantener buena postura corporal.



## COMEDOR

- **Objetivo:**
  **Garantizar un servicio eficiente, higiénico, respetuoso y agradable al cliente o comensal, promoviendo una experiencia positiva.**



1. **Presentación personal**

- Uniforme limpio y completo.
- Cabello recogido y aseado.
- Uñas cortas y sin esmalte llamativo.
- Uso discreto de accesorios.
- Buen aliento y aseo personal diario.



## Higiene y seguridad alimentaria

- Uso de guantes (si se manipulan alimentos).
- No toser, estornudar o hablar encima de los platos.
- No manipular celulares mientras se atiende.
- Desinfección de superficies y utensilios.
- Verificación de la temperatura de los alimentos antes de servir.



## Actitud y atención al comensal

- Saludar con amabilidad y cortesía (“Buenos días”, “Bienvenidos”).
- Mostrar disposición para ayudar.
- Mantener contacto visual y una postura profesional.
- Escuchar con atención y repetir el pedido si es necesario.
- Responder preguntas con seguridad y respeto.



**Técnica en el servicio**

- Retirar platos por el lado derecho sin cruzarse.
- Evitar ruidos con los cubiertos o vajilla.
- Usar bandejas correctamente para transportar.
- Confirmar antes de retirar (“¿Ha terminado?”).



**Gestión del tiempo y organización**

- Servir con fluidez y sin demoras.
- Coordinar con cocina para tiempos de entrega.
- Estar atentos a las necesidades de cada mesa.
- Evitar abandonar el área de servicio durante el turno.



## Cierre del servicio

- Retirar platos con discreción.
- Ofrecer postre o bebidas al final.
- Agradecer la visita del comensal.
- Verificar que el área quede limpia y ordenada para el siguiente turno.






## Consejo:

Una sonrisa y una actitud positiva pueden ser más memorables que la comida misma. ¡El servicio también es parte del sabor!

## Puntualidad y asistencia

- Los colaboradores deben llegar 15 minutos antes de su turno.
- Los retardos deben justificarse con anticipación.
- El ausentismo injustificado será sancionado conforme al reglamento laboral.
- Toda ausencia debe ser informada con mínimo 24 horas de anticipación.



## Higiene y manipulación de alimentos

- Lavarse las manos antes, durante y después del servicio.
- Prohibido comer o beber durante el turno en el área de comedor.
- Evitar manipular celulares ni objetos personales en zona de servicio.
- Los alimentos deben servirse a la temperatura adecuada.
- Toda área o utensilio debe desinfectarse antes y después del uso.



## Conducta y trato al cliente

- Prohibido discutir, levantar la voz o hacer comentarios inapropiados.
- No interrumpir conversaciones del cliente; hablar cuando sea necesario.
- Escuchar con atención y responder con empatía.
- Toda queja debe reportarse al supervisor.



## Comunicación y trabajo en equipo

- Se debe mantener un lenguaje profesional con compañeros y supervisores.
- Toda instrucción del encargado o jefe de comedor debe cumplirse.
- Se promueve el apoyo mutuo entre compañeros durante horas pico.
- Se deben reportar incidentes, accidentes o problemas operativos de inmediato.



# ATIENDA COMO LE GUSTARIA, QUE LO ATIENDAN








Orden de servicio
Primero se ofrece la comida a las señoras, después a los señores y el anfitrión es el último
Presentación
Antes de que se sirvan, el mesero muestra los ingredientes al comensal para que tenga contacto visual con ellos
Modo de servicio
Son los propios comensales quienes ser sirven la comida y ellos eligen las cantidades que desean comer

- **Gastronomía típica rural**
- Se refiere a platos tradicionales de zonas rurales, con ingredientes locales, de temporada y producidos artesanalmente.

- Refleja las costumbres, el entorno natural y la historia de cada comunidad.



**Características comunes:**

- **Uso de productos** frescos y de la zona: maíz, papas, legumbres, carnes de animales localmente.
- **Técnicas tradicionales**: cocción en horno de barro, asado al palo, uso de hierbas.
- **Preparaciones comunitarias**: que se preparan en fiestas o celebraciones familiares.







# Turismo gastronómico

Centrado en degustar la cocina típica de una región.







## Importancia del turismo gastronómico:

- Promueve el desarrollo económico local.
- Genera empleo.
- Favorece el intercambio cultural.
- Contribuye a la conservación del patrimonio si se gestiona sostenibleme nte.



- Programa que integra al turista con los usos y costumbres de la comunidad y su entorno, elegidas por el turista y los grupos de atención son reducidos.





**Alimentación saludable**: Proporcionar opciones de alimentos orgánicos y locales en el menú.

Ofrecer talleres de cocina saludable o degustaciones de productos regionales.








**“La cocina es memoria, identidad y una forma de contar quiénes somos sin palabras.”**






- **Conceptos clave:**
- ¿Qué es cocina tradicional?
- Diferencia con la gastronomía gourmet o de fusión.
- Relación con el territorio, el clima y las costumbres.
- Rol de las mujeres, las abuelas, los mercados y las recetas orales.



# Cocina y turismo:

- Cómo se integra una experiencia gastronómica en una ruta turística.
- Importancia del relato y la participación del turista.
- Experiencias exitosas en turismo gastronómico rural



- Experiencia de cocina tradicional para un emprendimiento de turismo rural o comunitario.

**Debe incluir:**

- Nombre del plato típico a elaborar
- Ingredientes y origen
- Historia o leyenda asociada (si existe)
- Participación del visitante (degustación elaboración, cosecha, etc.)
- Escenografía y contexto: ¿dónde se realiza? ¿quién lo guía?



“Cuando un turista se sienta a la mesa de una comunidad, no solo prueba un plato, saborea una historia.



- **Bienvenida con infusión local**

Los visitantes son recibidos por la familia anfitriona o grupo de cocineras, quienes explican el valor de la cocina tradicional para su cultura.



- **Taller de cocina tradicional**

En una cocina comunitaria o al aire libre, los visitantes:

- Aprenden a desgranar, rallar y sazonar el
- Arman sus propias
- Escuchan historias, refranes o cantos tradicionales mientras cocinan



- **Cierre con entrega de receta artesanal**

Los turistas reciben una ficha de receta escrita a mano o impresa con diseños locales como recuerdo y para compartir en su lugar de origen.



## Elementos diferenciadores

- Cocina como acto de hospitalidad y transmisión cultural
- Participación del visitante (no solo observación)
- Uso de ingredientes locales y de temporada
- Posibilidad de integración con otras actividades (senderismo, visitas a huertos, talleres de alfarería, etc



- **Beneficios para la comunidad**
- Promoción de productos agrícolas locales
- Revalorización del rol de las cocineras tradicionales (generalmente mujeres mayores)
- Generación de ingresos directos y rotación de anfitriones
- Refuerzo del orgullo cultural y gastronómico



**Propuesta turística asociada:**

- Cosecha del …. junto a la comunidad
- Taller de armado ……. con mujeres locales
- Almuerzo comunitario bajo sombra de árboles o en cocina rústica
- Relato de leyendas o canciones relacionadas con la cosecha



## •TALLER

- ¿Qué platos tradicionales conocen de su zona?
- ¿Quién les enseñó a prepararlos?
- ¿Qué importancia tiene la comida en la experiencia de un viajero?





- ¿Cómo puede la cocina fortalecer el turismo rural?
- ¿Qué riesgos existen (pérdida de autenticidad, apropiación, etc.)?





# Muchas gracias