Convenio 937-26
MCNS

Museo Nacional de Colombia

LA DIRECTORA (E) DEL MUSEO NACIONAL DE COLOMBIA

HACE CONSTAR QUE

GLORIA MARIA VILLAMIZAR ANGARITA, identificada con cédula de ciudadanía **No. 27.893.667 de Villa del Rosario, cumplió** a satisfacción con el objeto y obligaciones de la Orden de Servicios **ODS 0937 No 021-2026** cuyo objeto es "El contratista se compromete para con la Corporación de Desarrollo Social Elite – CORPOELITE a prestar servicios para realizar seis (6) talleres de formación en cocinas patrimoniales, orientados a la apropiación de los saberes gastronómicos locales" **suscrito con la CORPORACIÓN DE DESARROLLO SOCIAL ELITE – CORPOELITE**, (Con cargo a los recursos del convenio 0937-2026) en la forma y oportunidad pactada.

Por lo anterior, se genera registro de revaluación al proveedor donde autoriza cancelar la suma de **setecientos treinta y seis mil pesos m/cte. ($736.000.oo)**, correspondiente al **último pago**. Tras previa verificación del cumplimiento de sus obligaciones.

Se expide en Bogotá, D.C. a los treinta y un **(31)** días del mes de **mayo** de 2026.

Atentamente,

KATIA CECILIA GONZALEZ MARTÍNEZ
Directora (e)
Museo Nacional de Colombia

PAOLA CAMARGO GONZÁLEZ
Asesora de la Dirección
Museo Nacional de Colombia

CUENTA DE COBRO N° 003-2026

CORPORACIÓN DE DESARROLLO SOCIAL ELITE-CORPOELITE

NIT 900.347.030-6

DEBE A:

GLORIA MARIA VILLAMIZAR ANGARITA

CEDULA N° 27.893.667Expedida en Villa del Rosario

La suma de **SETECIENTOS TREINTA Y SEIS MIL PESOS MCTE ($736.000), i**ncluidos todos los impuestos a que haya lugar.

Por concepto de: Último pago de la Orden de Servicios 0937 No 021-2026, cuyo objeto es "Prestar los servicios para realizar seis (6) talleres de formación en cocinas patrimoniales, orientados a la apropiación de saberes gastronómicos locales."

Entidad Bancaria: Banco- Nequi
Cuenta Ahorros- 3012617844

Bogotá, 31 de mayo 2026

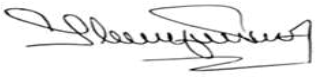
Nombre: GLORIA MARIA VILLAMIZAR ANGARITA
CC No 27.893.667
Celular 3012617844

INFORME DE EJECUCIÓN
ORDEN DE SERVICIOS 0937 No 021 de 2026

CONTRATISTA:	**GLORIA MARIA VILLAMIZAR ANGARITA.**
ORDEN DE SERVICIOS:	Orden de Servicios 0937 No. 021 de 2026 suscrito entre la **CORPORACIÓN DE DESARROLLO SOCIAL ELITE – CORPOELITE** y **GLORIA MARIA VILLAMIZAR ANGARITA.**
OBJETO:	Prestar los servicios para realizar seis (6) talleres de formación en cocinas patrimoniales, orientados a la apropiación de saberes gastronómicos locales.
DURACIÓN TOTAL:	Del 01 de abril al 31 mayo de 2026
PERIODO DEL INFORME:	Del 01 mayo al 31 mayo de 2026

TÉRMINOS DE REFERENCIA	
OBLIGACIONES DE LA ORDEN DE SERVICIOS	**AVANCES**
1. Diseñar talleres de formación en cocinas patrimoniales dirigido a un promedio de (20) asistentes.	Se tiene en cuenta la metodología propuesta al inicio de la actividad para llevar a cabo los talleres cocina patrimonial para un grupo promedio de 20 participantes. Para el mes de mayo se diseña los talleres de bollitos de agua, turmada cucuteña y pastel de garbanzo.
2. Realizar la programación y presentar un cronograma de los talleres de formación en cocinas patrimoniales.	Para el mes de mayo se programó y desarrolló los talleres de formación en cocina patrimonial los días 5, 13 y 16.
3. Convocar a los participantes para cada uno de los talleres.	Se confirmó la participación de un grupo de mujeres del barrio Fátima de villa del rosario de condición vulnerable para fortalecimiento de sus emprendimientos, un grupo de estudiantes de la Universidad Simón Bolívar y un taller para niños de la comunidad de Villa del Rosario en el marco del día internacional de los museos.
4. Disponer de los materiales necesarios para la adecuada ejecución de las actividades formativas.	Previo a la jornada se alistan los insumos, materiales e ingredientes (mise place) requeridos para la elaboración de las recetas y adecuado desarrollo de los talleres.
5. Desarrollar un (1) taller cada quince (15) días, para un total de seis (6) durante el trimestre, en las instalaciones del CAFÉ DE LA MEMORIA, o en la comunidad, en jornadas de 3 horas por la tarde.	Durante el mes de mayo se realizaron tres (3) talleres de cocina patrimonial en las instalaciones del Café Memoria: 5 de mayo: preparación de bollitos de agua con un grupo de mujeres del barrio Fátima de villa del rosario de condición vulnerable para fortalecimiento de sus emprendimientos. 13 de mayo: se enseñó la preparación de la turmada cucuteña y la historia del surgimiento de este plato a un grupo de estudiantes de la Universidad Simón Bolívar 16 de mayo: pastel de garbanzo dirigido a niños en el marco del día internacional de los museos.

6. Elaborar el borrador de un recetario colectivo como producto de los encuentros realizados con los participantes.	Se elaboró el recetario donde se escogió algunas de las recetas compartidas por los participantes de cada taller se hizo un borrador con formatos de evolución y donde compartieron algunas recetas familiares. Anexo
7. Socializar la metodología con el equipo del Museo Casa Natal General Santander y considerar las recomendaciones.	Se socializo la metodología y ejecución de los talleres de Cocina Patrimonial, teniendo en cuenta las recomendaciones del personal del Museo Casa Natal del General Santander.
8. Entregar informe y soportes de las actividades realizadas.	Se entrega el informe de actividades y sus respectivos soportes en las fechas requeridas.



Contratista
Gloria María Villamizar Angarita



Líder museológica
Olga Patricia Omaña Herrán
Vo Bo

EVIDENCIAS TALLERES DE COCINA PATRIMONIAL

28/04/2026 TALLER EL PAN MOJICON

El mojicón no es solo un pan, es una cláusula del tiempo comestible representa eses puente culinario entre la herencia colonial española y la calidez de los hogares norte Santandereanos especialmente en Villa del Rosario.









05/05/2026 TALLER BOLLITOS DE AGUA

El bollito de agua es un tejido de historia, y tradición y sustento que define la identidad de este municipio Norte Santandereano.







13/05/2026 TALLER TURMADA CUCUTEÑA

La turmada cucuteña no es solo un plato, es un testimonio comestible de la historia del Norte de Santander. Su origen es una mezcla fascinante de necesidad, ingenio popular y herencia europea adaptada a las despensas de la frontera en un momento de escases y tragedia.





16/05/2026 TALLER PASTEL DE GARBANZO

No es solo un pasabola en el Norte de Santander, es un símbolo de identidad, especialmente en chucuta. El pastel de garbanzo es el resultado de la adaptación de ingredientes europeos al casón criolla, convirtiéndose en el embajador gastronómico del Norte de Santander.









RECETARIO DE SABORES TRADICIONALES DE FAMILIAS



RECETAS FAMILIRES

AUTORA GLORIA MARIA VILLAMIZAR

LA RECETA COMO HERENCIA

Desde de la época colonial hasta las migraciones modernas el recetario familiar ha servido como ancla, Cuando las familias se desplazan, pierden sus tierras y sus pertenencias, pero conservan sus sabores. Un recetario es una herramienta de resistencia cultural: permite a un nieto den la ciudad siga conectado con el campo de sus abuelos través del aroma del mute, o la textura del bollito de mazorca.

Los recetarios y las recetas familiares han sido mucho más que simples instrucciones para cocinar, son cartografías emocionales en esta serie de talleres al compartir las recetas de nuestro legado gastronómico muchos de los participantes no sabían que existían algunas recetas otros apenas habían oído hablar de ellas algunos tenían conexiones emociones que los llevo a recordar la casa de los abuelos

Las recetas que se plasmaron en este recetario son producto de conexiones emocionales que compartieron personas de diferentes edades con las que se planifico y se escojo las recetas aquí plasmadas.

TURMADA CUCUTEÑA



HISTORIA:

La turbada es un plato representativo de la cultura gastronómica cucuteña. Cuenta la historia de nuestra región, que el origen de este plato asciende a la época

A del terremoto de Cúcuta (1875), puesto que, debido a la destrucción de la ciudad y sus alrededores, los sobrevivientes se alimentaban con leche y pan duro. Y dicen que su nombre se deriva de la papa, puesto que los campesinos usaban el nombre de turmas, para referirse a este tubérculo.

La turmada es nuestra versión criolla de la lasaña. Aunque de forma clásica, se prepara con pan, agua, leche, guiso criollo, huevo y hogao. Y se le puede adicionar chorizo pollo y jamón según el gusto.

INGREDIENTES

90 minutos.
4 raciones
4 Papas grandes
1 Pechuga de pollo, o chorizo cortados en rodajas
1 Cebolla Blanca
3 ají dulce

2 zanahorias cocinadas
Al gusto Sal pimienta
Al gusto ajo
4 Huevos cocidos
Pan campesino, o pan de orégano al gusto
1 taza Leche si prefiere una salsa bechamel
Al gusto Queso paisa
4 onzas Quesos al gusto
2 cucharadas Crema de Leche
Al gusto Cebolla Junca
6 cucharadas Queso Parmesano

Pasos

Cocinar las papas, las zanahoria, el pollo

Cortar finamente las cebollas, el ojimel cebollín

En sarten rehogar y preparar un ahogado o guiso cerillo y revolver con el pollo o el chorizo cortado en rodajas

Puedes preparar una salsa bechamel

Rallas el queso o en trosos procura usar un queso que gratine

Cortes el pan en rodajas o laminas como prefieras, la papa en rodajas la zanahoria, y los huevos cocidos.

En un molde que puedas llevar al horna úntalo de mantequilla y arma primero la salsa bechamel, las rodaja de pan salsa, una capa de queso, capa de papa capa de zanahoria, capa de guiso, salsa ,queso., huevo, y repites hasta completar el molde una vez armado llevas al horno por 20 minutos o hasta que el queso gratine.

La turnada es una versión criolla de la lasaña o el pastiche pero sin pasta es un plato completo

ENSALADA DE ENCURTIDO DE LECHOZA



El encurtido de lechosa es una identidad gastronómica de la Villa Del Rosario una ensalada que es una manifestación cultural de la cocina patrimonial heredada de nuestras abuelas esta ensalada se acostumbra a preparar en época de semana santa hace parte del menú de los siete potajes.

8 porciones

1 hora

INGREDIENTES:

Frasco de lechosa encurtida

2 zanahorias

½ kilo de papa

3huevos cocidos

2 cebollas medianas

Manojo de cilantro finamente picado

Cominos al gusto

Pimienta al gusto

Sal al gusto

1 aguacate

1 lata de sardinas de tu gusto

PREPARACION:

Unos lavados cortados cocinados preparamos el encurtido el armado de la ensalada se hace por capas en orden ascendente

Y adornamos con los huevos cocidos

EL PAN MOJICON

No solo es un pan, es una causa del tiempo comestible representa ese puente culinario entre la herencia colonial española y la calidez de los hogares del Norte de Santander en Villa del rosario el nombre tiene raíces de la España peninsular (donde solía referirse a un bizcocho o un golpe suave en la cara pero al llegar a tierras colombianas se trasformó. En villa del rosario se adato a los ingredientes locales y a nuestro paladar criollo que busca algo más que un simple pan dulce en nuestras familias era el centro de la mesa en la cenas de los domingos.

RECETA

30 PANES

PREPARACION 180 MINUTOS



1kilo de harina de fuerza

10 gramos de levadura

8 cucharadas de mantequilla

Pisca de canela

150mgramos de azúcar

Leche

125 gramos de mantequilla

2huevos

Pisca de sal

Preparación

agregamos los secos revolvemos hasta que se integren hacemos un volcán agregamos los demás ingredientes y amasamos mojando con agua y leche amasamos hasta de que nos quede una maza moldeable dejamos reposar don30 minutos partimos en dos y sobamos partimos en porciones de 50 gramos seguimos amasando moldeamos la bolita de pan estiramos y doblamos un extremo hacia arriba , votamos y doblamos la síguete punta agrazamos una bandeja y demos reposar en una bandeja por 90 minutos pasado los 90 minutos llevamos al horno.

BOLLITOS DE AGUA

HISTORIA

Entre los años 194O- 1960 las pioneras de esta manifestación cultural fueron Emergida Sánchez, Isabel Sánchez, Leticia Barrientos. Filomena Ochoa, Antonia contreras, Antonia loyos, rellenaban con alverja amarilla preparada con un sofrito o de garbanzos preparados igualmente triturados con sofrito la elaboración de este bollo o tamal de agua popularizándolo en todo el Municipio.

RECETAS (ISABEL ANGARITA)



25 bollitos si es con masa de maíz
Ingredientes
1 kg de masa de maíz
100 g de manteca de cerdo
Caldo de pollo (según necesidad)
Aceite achotado
Orégano
500 gramos de tocino para el chicharon
2 ají dulces
1 cebollas (opcional)
8 gajos de cebolla junca
2 tomates opcionales
200 gramos de garbanzo
200gramos de carne molida
Hojas de plátano
Color azafrán
Sal

Preparación

Hacer el chicharon

Cortamos el tocino en trozos ponemos al fuego con agua sal y una pisca de bicarbonato dejamos reducir revolviendo para que los chicharrones no se peguen.

Una vez fritos se separan del aceite que utilizaremos para hacer el aceite achotado.

Coma hacer el aceite achotado

Calentamos en un sartén el aceite que sacamos de los chicharrones y 4 cucharadas de bija en grano dejamos reposar para utilizarlo lo colamos y desechamos las semillas de la bija.

Para adobar la masa:

Picamos finamente la cebolla e, cebollín el ají dulce sofreímos el tomate con el aceite achotado el color azafrán una vez sofrita dividimos a la mitad reservando una parte para la preparación del relleno

Licuamos la parte de aliños sofritos con los chicharrones se agregan a la masa de maíz y se amasan has que queden perfectamente mezclados.

PREPARACIÓN DEL RELLENO:

Remojamos el garbanzo la noche anterior remojándolos al siguiente día se cocinan en olla de presión una vez blandos se muelen o se trituran has que quede una mezcla homogénea se sofríe la carne con el aceite achotado agregan los aderezos, la sal y el sofrito se agrega una taza de caldo de la cocinan y orégano dejamos unos minutos que se integren los ingredientes y dejamos enfriar.

Para el armado de los bollitos

Se ponen las hojas de plátano, soasadas y previamente untadas con manteca

Para evitar que se partan, se agrega una cucharada mediana de masa,

Extendiéndola, se agregan la mezcla obtenida de la carne el puré de garbanzo y los aliños, se cierra dando

La forma deseada, apretándolos fuertemente dándole a la hoja los dobleces en

Sentido contrario un Asia delante y otra Asia atrás

Ya armados se colocan en una olla grande, acomodándolos en forma vertical o horizontal como prefieran pero que queden bien apretados sin dejas espacios se colocan al fogón con el agua previamente hirviendo.

Plátano, se cubren los bollos con hojas y se tapan. Se dejan cocinar por dos horas,

Agregándoles agua hirviendo si es necesario.

RECETA DE AREPA DE HARINA DE TRIGO O VIUDA



Ingredientes para la receta de Arepa de harina de trigo conocida en la zona como arepa viuda

1/2 Kg de harina de trigo

Taza de guarapo

Sal al gusto

2 cucharadas de panela rallada, si se quiere un poco más dulce se agrega más.

2 cucharadas de mantequilla

1 huevo

Preparación de la receta de Arepa Andina:

Colocar la harina con el polvo de hornear en un bol junto con la sal y el azúcar, mezclar.

Hacer un hueco en el centro y añadir la mantequilla ablandada con el huevo.

Mezclar bien hasta que no queden grumos de mantequilla.

Adicionar poco a poco la leche líquida amasando constantemente, hasta que se comience a formar la masa, que no quede muy húmeda.

Amasar muy bien la masa hasta que este suave.

Dejar reposar por aproximadamente una hora, a temperatura ambiente.

Hacer un “rollo” con la masa y se cortan rodajas.

Dar forma circular a las porciones de masa aplastándolas para hacer las arepas, llevándolas a un espesor de un centímetro aproximadamente o más delgadas si lo desean.

Hacer las arepas y las mismas se deben trinchar (puyar) con un tenedor para dejar que salga el aire y no se inflen demasiado.

Antiguamente se hacía en una tableta de piso de barro credo puesto directo al fogón de leña o brasas hasta que calentaba

Calentar un budare o plancha de cocina, luego de estar caliente, se colocan las arepas en el budare y dorar por ambos lados.

Colocar sobre un paño seco las arepas listas, se tapan dejándolas reposar hasta que estén tibias.

RECETA DEL PASTEL DE GARBANZO



El resultado de un plato histórico en nuestro departamento

Nace del legado de todas las influencias gastronómicas de jadas en nuestro territorio

El pastel de garbanzo.

1.garbanzo (Árabes /españoles)

2. trigo alemanes

3.carnes (españoles/alemanes)

4. sazon (africana y criolla)

ENSALADA DE PAPA

Una receta familiar

8 porciones

1 hora

INGREDIENTES

4 papas grandes peladas y cortadas en cubos

1 taza de alverjas cocidas (guisantes o chícharos)

2 huevos duros

Mayonesa al gusto

Sal al gusto

Manojo de cilantro

Pimienta al gusto

PREPARACION

Preparar las papas cortarlas en cubos en agua hirviendo con sal, hasta que estén cocidas, pero no muy blandas, para que no se deshagan al mezclar los ingredientes.

Retirarlas del fuego, escurrirlas muy bien y reservarlas hasta que se enfríen

Pelar los huevos, cocinar las alverjas una vez listas escurrillas y dejarlas enfriar

En un recipiente profundo, agregar las papas, las alverjas, y los

Ir añadiendo la mayonesa poco a poco, mientras con una cuchara se va mezclando todos los ingredientes, de manera suave para que no se rompan las papas.

Agregar la cantidad de mayonesa que se crea necesaria y revisar la sal.

HISTORIA DE LA HAYACA O HALLACA

La hayaca es un plato aborigen que consiste en un envuelto rectangular que se hizo típico por gusto y costumbre. De los habitantes de este municipio consiste en un pastel hecho de masa de maíz mojada con caldo de gallina y coloreada con achiote (bija), relleno con un guiso de carne cruda de res, cerdo y gallina o pollo; además se le colocan aceitunas, uvas pasas, alcaparras, pimentón y cebolla. Va envuelto en forma rectangular en hojas de plátano o de bijao semejante a las del plátano, aunque de textura más fuerte), para finalmente ser atado con cabuya o pita y hervida en agua. En navidad las familias acostumbran acompañarlo con pan y ensalada de gallina.

RECETA

INGREDIENTES

(30 Hallacas) 3 horas

1 kg maíz (Preferiblemente maíz amarillo)

1.5 kg de tocino en trozos

3 Kg de costillas de cerdo en trozos

3 Kg de pollo picado en trozos o gallina

250 gramos de garbanzos remojados

9 cebollas cabezona picada

8 pimentones

11 tallos de cebolla larga

11 cabezas de ajos

Alcaparras 3 por hallaca (Opcional)

Aceitunas 1 por hallaca (Opcional)

Uvas pasas 5 por hallaca (Opcional)

Caldo de gallina 0 del pollo

Salsa negra

Color (azafrán)

Cominos y sal

Ajos

Hojas de plátano

Pita o cordel

PREPARACIÓN DE LAS CARNES:

Llevamos a la licuadora 3 tallos de cebolla larga, 2 cebollas cabezonas, 3 pimentones, 6 dientes de ajos, dos cubos de gallina, salsa negra y sal, licuamos forma una pasta homogénea, agregamos esta pasta a las costillas de cerdo, al pollo picado y al excedente del tocino picado en trocitos, dejando marinar por mínimo una hora.

PREPARACIÓN DE LOS ALIÑOS:

Picamos finamente el excedente de las cebollas 6 cebollas cabezonas, 6 tallos de cebolla larga y 4 pimentones, llevamos todo a un recipiente, agregamos sal, comino y una cucharadita de salsa negra.

PREPARACIÓN DE LA HALLACA

Luego ponemos las hojas de plátano, soasadas y previamente untadas con manteca para evitar que se partan, se agrega una cucharada grande de masa, extendiéndola, se agregan las carnes, los aliños, los garbanzos, una aceituna, las alcaparras, las uvas pasas, cerramos y dando la forma deseada apretándolos fuertemente y amarrándolos con pita. Ya armados los colocamos en una olla grande, con el agua previamente hirviendo con sal y caldo de gallina, el fondo debe estar cubierto por las venas de las hojas de plátano, se cubren las hallacas con hojas y se tapan. Se dejan cocinar por cuatro horas, agregándoles agua hirviendo si es necesario.

RECETA DE CABALLEROS

HISTORIA

Una receta de ingenio de aprovechamiento como pasaba un maduro a un dulce espectacular llena de amor familiar era el dulce de los domingos en la noche.



LOS CABALLEROS

Los saberes de la alimentación y la cocina que llamamos “tradicional” Es esa joya familiar valiosa por su ascendencia, que fue pensada y elaborada, y puesta en circulación desde una casa o una finca. Es una entidad viva ojalá estas nuevas generaciones valoren realidades, para hacerlas que permanezcan en el tiempo.

Los saberes tradicionales que se expresan en determinadas comidas son un conjunto de referentes o elementos que están en la mente de un grupo social determinado y que se utilizan y por ello viven, están ahí no dejar que se pierda ese importante legado.

Los caballeros Pobres una receta sacada del Recetario de mi tía Teresa Villamizar Mendoza .me quitó el sombrero Ante esas Cocina Tradicional de las abuelas

Que tenía el embrujo de su encanto, de sus matices regionales". Es efectivamente en los regionalismos en donde se descubre la riqueza de la cocina de este país

CABALLERO POBRES

6porciones

30 minutos

INGREDIENTES

3 plátanos Maduros

1/2 libra de queso

2 bocadillos

1taza harina de trigo

3 huevos

Aceite para freír

Almíbar

1/4 panela

Clavos de olor

Anís

Agua

INSTRUCCIONES

Cortas el plátano maduro en dos partes cortas en 2 tajadas cada mitad

Freír recebar

Cortar el queso y el bocadillo en tiras una vez fríos los plátanos montar las tajadas poniendo en el centro el queso y el bocadillo apretar

Batir los Huevos agregar la harina hacer una mezcla homogénea pasar el sándwich de plátano por la mezcla y freír

Instrucciones para el almíbar

Hervir la panela en una taza de agua

Agregar las especies y dejar espesar removiendo con una paleta de madera

RECETA DE BOLLOS DULCES DE MAIZ

INGREDIENTES

10porciones

120 minutos

500 g de maíz tierno desgranado (12 mazorcas)

100 a 150 g de azúcar (Depende del gusto personal)

120 g de queso rallado

100 g de mantequilla o margarina derretida

3 g de sal (3/4 cucharadita)

Agua la necesaria

Procedimiento:

Pelar las mazorcas de maíz tierno y conservar las hojas internas. Desechar las hojas externas.

Con un cuchillo desgranar cada mazorca. Una vez obtenidos los granos, molerlos en el molino de maíz o si no se posee uno, en la licuadora, en este caso tendrán que agregar el agua suficiente para poderlos procesar. No me gusta colocar una receta sin mencionar la cantidad exacta de cada ingrediente, pero, la cantidad de agua que llevará la misma, dependerá de lo tiernas o secas que estén las mazorcas. También va a depender del procedimiento utilizado, en el caso del molino, al triturar el maíz tierno, bota su propia leche, por lo tanto, se le agrega solo 1/4 de taza de agua aproximadamente. Si por el contrario se procesa el maíz en la licuadora, es necesario ponerle un poquito más de agua para que quede tritura

Colocar el maíz molido o procesado en un bol e incorporarle el azúcar, el queso rallado, la mantequilla derretida y la sal.

Seleccionar las hojas internas y usar las más grandecitas. Con aquellas hojas que queden más finas, hacer tiritas y unir dos de ellas para poder amarrar los bollitos. Colocar dos hojas de maíz contrapuestas (una hacia arriba y otra hacia abajo) y colocar en el medio tres cucharadas de la mezcla de maíz tierno.

Cerrar las hojas que la mezcla quede adentro y doblar uno de los lados de la hoja.

Doblar el otro lado que se encuentren las dos puntas.

Con las tiras formadas con las hojas pequeñas, amarrar en dos partes los bollitos y reservar.

En una olla grande, colocar agua suficiente para cubrir los bollitos; llevarla a ebullición. Apenas hierva, meter los bollitos y cocinar aproximadamente 40 minutos.