



Registro de cocinas Chiquitanas

Chiquitania cuisinne records

I Simón Vásquez Galván

*Licenciado en Gastronomía por la Universidad para el Desarrollo y la Innovación (UDI),
Santa Cruz de la Sierra, Bolivia.
shotokan_1217@hotmail.com*

Recibido: 30/06/2023

Aprobado: 13/07/2023

RESUMEN

Se ha identificado la pérdida paulatina de la identidad gastronómica alimentaria como uno de los principales problemas que atentan contra la conservación y revalorización del Patrimonio Alimentario Chiquitano.

La impetuosa y voraz arremetida de la comida foránea influyó de manera muy importante en el cambio del hábito del consumo de la exquisita comida tradicional de San José de Chiquitos. Como si esto fuera poco, era evidente también el olvido de las recetas, de los procesos de elaboración y la pérdida de los insumos tradicionales por su desuso.

Ante este escenario, intervino el Centro de Promoción Agropecuaria Campesina, con sede en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra, Bolivia

(CEPAC), que, conjuntamente a las autoridades y líderes de San José de Chiquitos, inician un proceso de rescate de la gastronomía tradicional, proceso al cual se adhiere la Universidad para el Desarrollo y la Innovación (UDI), y su carrera de Licenciatura en Gastronomía.

El presente estudio documenta y registra las principales expresiones de la cocina chiquitana, con el fin de identificar los elementos representativos de todas las recetas y canonizar cada una de ellas.

Palabras clave:

Rescate del patrimonio alimentario, registros, cocina Chiquitana, canonización de recetas, identidad gastronómica.

ABSTRACT

The gradual loss of gastronomic identity has been identified as one of the main problems for the conservation and revaluation of the Chiquitania gastronomic heritage.

The impetuous and voracious onslaught of foreign food has had a very important negative effect in the consumption of exquisite traditional food from San José de Chiquitos. Moreover, it was also evident that even the recipes, preparation processes and traditional ingredients had been forgotten due to their lack of use.

Given this scenario, the Center for Rural Agricultural Promotion (CEPAC), based in the city of Santa Cruz de la Sierra, Bolivia, together with the

authorities and leaders of San José de Chiquitos started a process to rescue traditional gastronomy, to which the Universidad para el Desarrollo y la Innovación (UDI) and its department of Gastronomy adhere.

This research documents and registers the main expressions of Chiquitania's cuisine with the objective of identifying distinctive elements from all the recipes in order to standardize each of them.

Keywords:

Rescue of food heritage, registries, chiquitana cuisine, canonization of recipes, gastronomic identity.

INTRODUCCIÓN

El presente artículo parte del proyecto desarrollado conjuntamente con la organización sin fines de lucro ONG CEPAC (Centro de Promoción Agropecuaria Campesina) con sede en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra - Bolivia. Dicha institución es una organización boliviana, que trabaja por y para aportar al desarrollo de la población más vulnerable. Su accionar está fundamentado en el estímulo al crecimiento económico local, social y territorial, promoviendo el ejercicio de los derechos individuales y colectivos, para el bienestar de familias y organizaciones sociales del Estado (CEPAC, s/f. Página Principal).

El problema identificado, conjuntamente con la ONG CEPAC, es la pérdida paulatina de la identidad gastronómica alimentaria, que a través del tiempo se ha ido desplazando del mercado con la invasión de la comida rápida, la tendencia de diversas cocinas internacionales (italiana, mexicana, asiática, etc.) mejor adaptadas a las demandas del mercado y por otro lado distorsionando el contenido de las recetas, para dar lugar a otro tipo de preparaciones que son muy diferentes a las tradiciones y van perdiendo el sentido de la identidad social alimentaria regional (CEPAC, op. cit., Identificación del patrimonio cultural).

Una de las grandes dificultades que este estudio encontró en su desarrollo fue el de identificar los elementos primordiales de las preparaciones de la cocina chiquitana que pueden ser denominadas “tradicionales” para lograr una posterior canonización de dichos elementos. El término canonización, hace referencia a la identificación de los elementos mínimos en cuanto a ingredientes, utensilios y técnicas necesarios para poder considerar como receta dicha elaboración.

Dado que el problema detectado por el CEPAC, en cuanto al patrimonio alimentario regional en el municipio de San José de Chiquitos fue justamente la pérdida de la identidad gastronómica por distintos factores, ya sean externos como la globalización, o internos, como la falta de apropiación de la cultura por parte de las nuevas generaciones, es necesario registrar los procesos culinarios de tal manera que ayude a rescatar y poner en valor las recetas y el patrimonio alimentario de la región.

MATERIALES Y MÉTODOS

Para lograr los propósitos del estudio, se aplicaron los principios metodológicos enunciados por MIGA (Movimiento de Integración Gastronómico Alimentario Boliviano) ampliamente probados en la realidad y fundamentados por Andres Ugaz en la publicación Patrimonio Alimentario Regional de Bolivia, marco conceptual y metodológico para el registro y aplicación de estrategias de desarrollo (Ugaz Cruz, 2017, pp. 33-37), donde el autor establece que “Lo que siempre tendremos como líneas transversales serán la participación, la identidad y el encuentro que se vincula con las etapas también transversales: registro, puesta en valor y articulación”.

A partir de este concepto se direccionaron todos los proyectos de registro de la cocina chiquitana, mediante el diseño de un tipo de investigación

con enfoque mixto aplicada a la búsqueda y consolidación del saber en cuanto a los parámetros formulados y expuestos por la organización CEPAC. Tashakkori y Creswell (2007), nos comentan que la investigación mixta es la “investigación en la que el investigador recopila y analiza datos, integra los hallazgos y provoca inferencias utilizando enfoques o métodos cualitativos y cuantitativos en un solo estudio o programa de investigación”.

La indagación, de carácter documental y de campo, se desarrolló, por una parte, consultando los productos de proyectos de investigación afines realizados y redactados por la organización CEPAC como principal fuente de análisis, y por otra, con una intensa labor de observación de campo y testeo de informantes, proceso en el cual se afinaron las

preguntas de investigación, primeramente con consultas y sondeos de opinión, generando un registro basado en las experiencias, informaciones previas e historias de vida con entrevistas abiertas a los actores locales que reportan una mayor experiencia en las cocinas chiquitanas.

También se obtuvo información a través de las entrevistas recogidas en Para Conocer la Vida y Experiencia de Cocineros de la Región, seleccionados por la organización CEPAC (CEPAC, s/f, op. cit.), para conocer de manera más específica los puntos importantes en la elaboración de las preparaciones y crear fichas y registros de observación sobre la preparación de las recetas típicas, elegidas en cuanto a técnicas y métodos de cocción utilizados por los cocineros locales, concertados a través de los grupos focales, válida para contrastar las observaciones de campo.

Todo este material, clasificado e interpretado, fue documentado como fundamento de la elaboración de las recetas y fichas y registros de observación sobre la preparación de los platos típicos, elegidos de acuerdo a técnicas y métodos de cocción utilizados por los cocineros locales.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Realizado el proceso de recopilación de información mediante las estrategias aplicadas a los actores locales y expertos, teniendo en cuenta sus conocimientos y experiencias en la gastronomía tradicional, se elaboró una base de datos con los ingredientes, técnicas de cocción, uso de utensilios tradicionales para las preparaciones gastronómicas y algunas anécdotas personales en cuanto a su proceso de aprendizaje de dichas recetas. Siguiendo esa metodología, la institución CEPAC ya contaba con un previo registro de cuatro procesos y se añadieron seis recetas más. Los parámetros de selección de las personalidades para la muestra fueron los siguientes:

- Plato representativo.
- Conocimientos gastronómicos tradicionales de la región.
- Mayor linaje (herencia de los conocimientos de generación en generación).
- Sabor y técnica de la elaboración.
- Tiempo de comercialización o preparación de su receta.

Paralelamente, se realizó un estudio de estilismo fotográfico de las preparaciones, cuyo fruto constituye el testimonio gráfico que acompaña la reseña.

Cabe destacar que, de cada registro, ha sido extraído solo el material necesario y pertinente para la elaboración del artículo. Se muestran a continuación los resultados de cuatro de las seis recetas producto del estudio y sus correspondientes propuestas estilísticas gráficas. Cada receta contiene, en primer lugar, la historia de vida de uno de sus herederos principales. En segundo lugar, la canonización de los elementos que definen a cada receta, con base en los resultados del relevamiento de información realizado en trabajo de campo sobre la elaboración de los platos tradicionales. En tercer y último lugar, se incluye una imagen de un estudio de estilismo fotográfico de las preparaciones.

Felipe Pari "PITÁGORAS" - Majao

HISTORIA DE VIDA

Quedó huérfano de padre a los 5 años, a partir de ese día su vida y la de sus hermanitos cambió. Su mamá se dedicó a hacer chicha, somó y comida.

"Pitágoras" se siente orgulloso de que su madre lo haya formado en el campo de la gastronomía, "vendíamos en la calle y cuando vimos que nuestra comida era buena, vendimos en nuestra casa y se acababa todo, ya no teníamos que salir con los trastes a esas callecitas a esperar que pasen los clientes y lavar la vajilla en plena vía pública. En la casa ni se lavaban los platos, porque la gente llevaba en su porta vianda. Mi madre cocinaba sopa de plátano, sopa de yuca, sopa de albóndiga y majao".

Comentó que es importante cerrar etapas durante la vida, el aplicó esto en los diferentes trabajos que fue realizando, entre ellos: el de albañil y jardinero; posteriormente se dedicó a elaborar chicha y somó, pero como vio que con esto no sacaría adelante a sus hijos, ni podría cumplir su sueño, decidió poner en práctica lo que había aprendido de su madre, que era la cocina, lo cual le dio muchas satisfacciones durante 7 años.

Pitágoras ofrece un menú tradicional variado de platos en su "Quiosco el Camba Alzao", pero el plato estrella es el "majao de pato". Nos comenta que los ingredientes principales son la carne de pato, arroz y el urucú, este último es el que da el color y sabor singular a este platillo, se acompaña con plátano, huevo frito, además de yuca, siendo apetecido por lugareños y posokas (visitantes).

MAJAO

Tipos de Majao:

Tostado (técnica) - Batido (técnica) - Charque - pollo - pato (variantes basadas en el uso de la proteína).

Insumos

- Arroz popular o arroz normal carolina o pilao
- Urucú
- Carne de pato
- Cebolla, ajo, zanahoria
- Plátano verde
- Sal y comino

Acompañamientos

- Huevo
- Plátano de freír
- Yuca
- Ensalada de frejol

Utensilios

Tradicionales: olla de barro, urupé, mate, cuchara de palo o jometoto.

Se comían en platos de barro y de cucharas se utilizaba conchas.

Tipos de cocción

Por lo general hervido, húmedo o batido.

Algunos los hacen tostado y después lo hierven, dependiendo del gusto.

Modo de preparación

Hervir el pato con la zanahoria, el ajo y la cebolla entera para que el pato absorba todo el sabor.

Luego se saca el pato ya cocido, se desmenuza la carne, en un sartencito aparte se fritó el urucú con un poco de aceite durante unos 15 minutos y ese aceite se agrega al pato desmenuzado.

En la misma agua donde fue cocinado el pato se sacan las verduras, se agrega el arroz, dos plátanos verdes rayados y la carne del pato. Se deja cocinar por 25 minutos y se sirve con sus acompañamientos.



Fotografía 1: Majao

Para lograr mayor impacto en el estilismo gráfico se realizaron las siguientes adaptaciones:

- **Arroz.** Fue preparado con una técnica de elaboración de "risotto" (cocer el arroz añadiendo agua por etapas y removiendo constantemente) de ésta manera se consigue extraer el almidón del mismo y se obtiene una textura totalmente cremosa.
- **Huevo.** Se reemplazó el huevo de gallina por el de codorniz para que la ración de dicha guarnición logre una coherencia con la ración presentada en el plato.
- **Charque.** Se mantuvo la técnica de cocción (fritura profunda) pero se modificó el formato de corte, realizado en láminas.
- **Plátano maduro.** Además de encontrarse el charque en el arroz, se añadió charque cocido en fritura profunda como aporte de un elemento crujiente a la elaboración en general.

Juana Tomicha - Horneados: Pan de arroz

HISTORIA DE VIDA

Nació en Musuruki, San José de Chiquitos - Santa Cruz. A los 7 años, se fue a estudiar a San José de Chiquitos, recuerda que todos los viernes se iban a pie a Mercedes para ayudar en el campo a sus padres.

Se casó y tuvo 4 hijos. Después de 25 años se divorció y es así que empezó a preparar horneados y parrilladas para vender en la puerta de su casa; con lo que ganaba tuvo la satisfacción de sacar a tres de sus hijos profesionales, el menor

se encuentra estudiando Ingeniería Ambiental en Santa Cruz.

Ahora hace horneados de manera eventual, porque es difícil encontrar el arroz para pilar en el tacú.

El arroz con el que hace pan de arroz lo consigue de un primo que tiene su chaco en Quitoquiña, lo pila en el tacú y después prepara la harina, "para que salga lindo, no hay que mezquinarse con el queso", además es importante seguir los pasos como hacían nuestras mamás.

PAN DE ARROZ

Insumos

- Harina de arroz
- Yuca
- Manteca
- Queso
- Sal
- Agua de yuca

Complementario

- Mantequilla menona o Pil s/s
- Leche (en reemplazo de agua)
- Azúcar

Utensilios

Tradicionales: urupé, mate, tacú, gaveta de madera.

Tipos de cocción

Horneado en leña de curupaú.

Modo de preparación

Primeramente se cosecha el arroz, se remoja, se drena y se deja secar al sol para luego pasar por el tacú y obtener la harina. Reservar.

En una olla aparte hervir la yuca, se saca el jipuri para llevar al tacú. No hay que botar el agua donde fue hervida la yuca. En un recipiente colocar la yuca molida, con la manteca, el queso rallado y una pizca de sal.

Se amasa hasta tener una masa homogénea para luego agregar la harina de arroz y el agua de la yuca. Tiene que quedar una masa no muy dura pero tampoco muy 'aguachenta'. Se deja reposar por cuatro horas hasta que madure. Pasada las horas se coloca en placas previamente enmantequilladas y se coloca pequeños puñados de la masa y para finalizar colocar un poco de queso rallado encima. Se lleva al horno a temperatura media por unos 15 minutos.



Fotografía 2: Pan de arroz.

Para lograr mayor impacto en el estilismo gráfico se realizaron las siguientes adaptaciones:

- **Arroz.** Fue elaborado según el Registro de Cocina Chiquitano, remojando, drenando, secando y moliendo el arroz para luego añadir a la preparación.
- **Yuca.** Se mantuvo la línea de la receta, cocinando la yuca hasta encontrarse tierna y luego fue molida.
- **Manteca de cerdo.** Elemento para añadir sabor y ayudar al dorado de la masa en el horno.
- **Queso.** Además de ser añadido a la mezcla de la masa como indica el registro de cocina, se le añadió una cantidad considerable de éste ingrediente al relleno en el momento de hornear cada unidad para aportar con una textura cremosa característica de éste elemento al tomar temperatura.
- **Agua de yuca.** Elemento que ayuda a unificar los ingredientes y aportar humedad a la masa.

Dolores Masaví y Juana Pinto - Chicha de Maíz

HISTORIA DE VIDA

Doña Juanita Pinto, con su cara alegre y traviesa, explicó que nació en San José de Chiquitos, se casó y tiene ocho hijos.

De niña ayudé a mi mamá en la elaboración de chicha y de harina de maíz tostado y la de mote (chicha cuqueada o pataqueada); la primera era la que hacía de manera cotidiana y servía para saciar

la sed e invitar a los posoka (invitados). La segunda chicha, cuqueada o pataqueada, se dejaba reposar algunos días para que fermente o esté "picante", por lo que generalmente se elaboraba para acontecimientos sociales.

En la época de mis papás la chicha no se vendía, se invitaba para las fiestas de la Candelaria, Primero

de Mayo, y, “hacíamos cantarones” (como lo expresa ella) de chicha, una vez cocida se echaba a la horma o al toco, que era una especie de gaveta en la que se ponían varitas para después tapan con hojas de plátano, a mis hijas también les enseñé a hacer chicha desde pequeñas.

Dolores Masaví, hija de padres agricultores, nació y creció en el campo en la comunidad de Candelaria, de su infancia y adolescencia tiene lindos recuerdos.

Cuenta que su mamá le hacía tostar y moler arrobas de maíz para hacer chicha, bebida indispensable en su casa. Se tostaba el maíz en tiesto y así caliente se molía en el tacú, después de tostado se cernía en urupé (cedazo) y una vez diluida la harina, se echaba al agua hirviendo, dejando que hierva durante dos horas aproximadamente. Finalmente, señaló que las chichas más apetecidas y que enmarcan la identidad chiquitana, son las elaboradas con maíz.

CHICHA DE MAIZ

Tipos de chicha:

Se hacían chichas de: maíz, maní cupesí, totaí.

Ahora se hacen: somó, chicha de mote (chicha pataqueada, es la que se deja fermentar algunos días para luego beberla en las fiestas, o cuqueada), chicha de maíz tostado.

Insumos

- Maíz duro
- Agua

Complementario

- Canela

Utensilios

Tradicionales: urupé, mate, tacú, gaveta, batán con piedra, toco (como la gaveta pero mas profundo), jometoto.

Tipos de cocción

Hervido. Un tipo de chicha requiere que el maíz sea

Modo de preparación

Se ventea primeramente el maíz hasta que esté limpio. Luego se coloca el maíz en una olla con agua hirviendo y se deja cocer hasta que este blandito. Después se lo pasa al tacú o molejón y se muele hasta que el maíz se haya deshecho completamente, quedará como pastoso.

Se retira del tacú y se le agrega agua fría en una vasija aparte, se bate bien para que se mezcle para luego pasarlo por un cedazo. Finalmente, se endulza con melao o azúcar y se lo pone en la tinaja. Esta es la tradicional chicha chiquitana. También existe la chicha de maíz tostado. Se tostaba el maíz en tiesto y de ahí, caliente, se molía en el tacú. Después que el maíz estaba tostado se cernía en cedazo (urupé), sobre una gaveta, se ponía el turril al fuego con agua y se echaba la harina, se batía y se hacía hervir durante 2 horas con canela. Después de hervida se ponía en cántaro o el toco (que se hacía de madera), o en una horma, que era como el cántaro de boca ancha. Esta chicha se tomaba todos los días. Para endulzar la chicha se agregaba caldo de caña.



Para lograr mayor impacto en el estilismo gráfico se realizaron las siguientes adaptaciones:

- **Maíz duro.** Se cocina el maíz hasta que adopte una textura tierna, se golpea en tacú hasta obtener una pasta y se le añade agua fría para integrar bien, finalmente se endulza y se sirve.
- **Agua.** Medio de cocción del maíz.

Fotografía 3: Chicha de maíz

Aide Ortiz Bazán - Pastel de hoja de trigo

HISTORIA DE VIDA

“Nunca imaginamos que la comida típica iba a tener tanto aprecio...”

Nació en 1986 y vivió parte de su niñez en San Javier. Recuerda observar a su madre cocinar y pasar altas horas de la noche en el trabajo de su madre con sus hermanos.

Su madre le enseñó todo lo que sabía sobre cocina y horneados, ayudaba a realizar las masas de las chimas, cuñapé, pan de arroz, etc., para luego salir con su canasto a vender por las calles. Pero también recuerda que su madre no la dejaba ayudar en la cocina porque tenía miedo que ocurra algún accidente. Fue cuando cumplió 14 años que empezó a ayudar en el snack de su madre.

A los 15 años se mudó a San José de Chiquitos con su hermana mayor, ahí terminó su bachillerato y estudió Licenciatura en Contabilidad. Se casó con

un josesano y tuvo dos hijos. Con su nueva familia le tocó administrar el balneario de sus suegros, gracias a esto adquirió mayor experiencia en la cocina y aprendió nuevas recetas con su suegra.

Años más tarde, abrió su propio negocio. En el 2008, tenía una pequeña cabaña donde atendía los domingos vendiendo comidas y refrigerios, recuerda que al principio no vendía comidas típicas de San José o del Oriente. No fue hasta cuando le pidieron que realice un bufet típico y ahí es cuando no se había dado cuenta que la comida típica iba a tener tanto aprecio. Actualmente, gracias a su gran trabajo y esfuerzo, ha logrado abrir un hotel con su esposo, en el cual cocina y atiende con su madre. Para el futuro espera seguir dedicándose a lo que le gusta, que es la cocina.

PASTEL DE HOJA DE TRIGO

Insumos

- Hoja de trigo
- Gallina
- Urucú
- Cebolla
- Plátano
- Huevo
- Ajo

Complementario

- Papa
- Tomate
- Pimentón
- Aceite
- Uvas pasas
- Aceitunas

Utensilios

Uslero, cocina de barro, olla de aluminio, jometoto.

Tipos de cocción

Guisado, horneado.

Modo de preparación

Hojas de trigo: se mezcla la harina, el agua, el huevo y la sal hasta formar una masa. Abollar y luego estirar. Una vez estiradas, se cocinan a las brasas o carbón dejándolas crocantes.

Relleno: en una olla colocar el aceite de urucú, la cebolla finamente picada, el pimentón y el tomate. Luego agregar la pechuga de la gallina desmenuzada, las uvas pasas y un poco del caldo de gallina y se deja cocer por un momento para después agregar las hojas de trigo trituradas con la mano. Seguir batiendo y agregar el plátano maduro y papa ya previamente cocidas.

Armado: romper con las manos un poco las hojas de trigo, poner una cama y luego una cama de relleno. Finalmente, tapar con otra cama de hojas de trigo, llevar al horno y servir tibio

Tipo sopa: sofreír con el aceite de urucú la cebolla, el pimentón y el ajo finamente cortado. Agregar los muslos enteros de la gallina y agua, dejar cocinar hasta que la gallina este completamente cocida. Finalmente, añadir el plátano maduro y huevo, que fueron previamente cocinados y cortados. Antes de servir, agregar las hojas de trigo partidas a la mitad.

Para lograr mayor impacto en el estilismo gráfico se realizaron las siguientes adaptaciones:

- **Hoja de trigo.** Se elabora una masa simple de harina de trigo y agua, se estira hasta dar forma redondeada y un grosor bastante fino para luego ser cocido a altas temperaturas en las brasas hasta tomar una textura crujiente.
- **Gallina.** Desmechado y cocido en sofrito y caldo de gallina.
- **Cebolla.** Elemento para realizar el sofrito y base del sabor.
- **Plátano.** En formato de cubos y con un tostado unilateral.
- **Huevo.** Pochado en temperaturas bajas para aportar cremosidad a la elaboración.
- **Urucú.** Elemento para aportar color rojizo.
- **Ajo.** Elemento para elaborar el sofrito.



Fotografía 3: Chicha de Maíz duro.

CONCLUSIONES

En el año 2018, la ONG CEPAC decidió trabajar con estudiantes de la Universidad para el Desarrollo y la innovación UDI, para ser los encargados de la recolección de información, desarrollo del trabajo y documentación de los registros. A través de ésta investigación y entrevistas se logró dar con información relevante en cuanto a los ingredientes, modo de preparación y, sobre todo, se obtuvo la canonización de las recetas investigadas, dando continuidad a los esfuerzos de rescate de procesos gastronómicos identitarios.

Este registro arrojó resultados importantes para la promoción de la gastronomía tradicional local, al ser uno de los componentes del proyecto de CEPAC (que se encuentra actualmente en proceso) para promover el motor económico proyectado en

RECOMENDACIONES

Los resultados de esta investigación son necesariamente parciales, dados los límites del estudio y la extraordinaria riqueza cultural y culinaria de la región chiquitana, por lo que es pertinente dar continuación al proceso de registro de recetas tradicionales de San José de Chiquitos, y de otras poblaciones de la Chiquitanía, que aún cuentan con un gran número de elaboraciones que necesitan ser documentadas para el rescate de la gastronomía local en su totalidad.

Bibliografía

- Abraham, M. (2017). Informe final de investigación: *El Patrimonio Gastronómico de San José de Chiquitos* (4 procesos gastronómicos), Santa Cruz, Bolivia: Informe digital CEPAC.
- Bellingham, L. y Bybee, J. A. (2018). *Food Styling for Photographers*, U.K: Elsevier.
- CEPAC (s/f). *Manual de Revalorización del patrimonio alimentario de la Chiquitania: Módulo 1 Identificación del patrimonio cultural*. Recuperado de URL <http://cepac.org.bo/material-producido-gastronomia/>
- CEPAC (s/f). *Página WEB oficial ¿Quiénes somos?* Recuperado de URL <http://cepac.org.bo/cepac/nosotros/>
- Cruz Martínez, F.E., Bergeron, A. y Kubber, J.C. (2016). *Investigación: Revalorización del patrimonio alimentario chiquitano*, Santa Cruz, Bolivia: Informe digital CEPAC.
- Hobday, C. y Denbury, J. (2010). *Los secretos del food styling*. Londres: Larousse.
- Pedroza Díaz, L. E. (2012). *“La técnica del food styling en la fotografía de producto del fotógrafo Ricardo Mata Jr.* Tesis inédita, Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- Rossells, B. (2017). *Antología de la gastronomía boliviana*. La Paz: Vicepresidencia del Estado Plurinacional.
- Salvatierra, R. V., Aparco, J. P. y Lázaro, M. L. (2012). *Procedimiento para el diseño y validación de recetas nutricionales*. Perú: CENAM-DEPRYDAM.
- Tashakkori, A. y Creswell J.W. (2007), *Journal of Mixed Methods Research*, Thousand Oaks, CA: Sage.
- Ugaz Cruz, J. A. (2017). *Patrimonio Alimentario Regional de Bolivia, marco conceptual y metodológico para el registro y aplicación de estrategias de desarrollo*. Bolivia: Publicación digital MIGA.
- Young, N. S. (2012). *Food Photography: From Snapshots to Great Shots*, Berkeley: Peachpit Press.