

# CONTENIDO

## HORMIGAS CULONAS

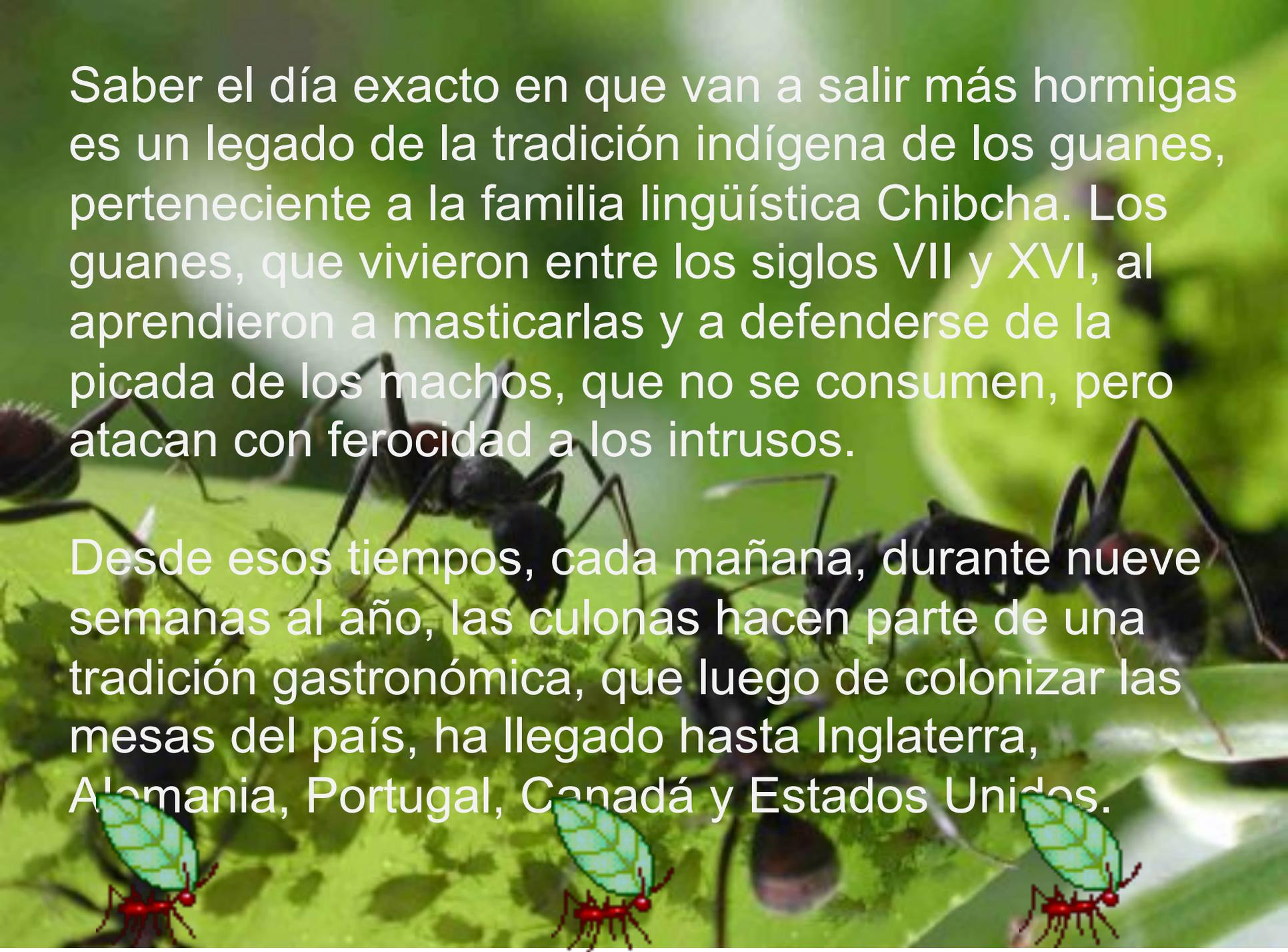
Este insecto único se convirtió en una tradición gastronómica a la que le atribuyen bondades afrodisíacas y analgésicas.

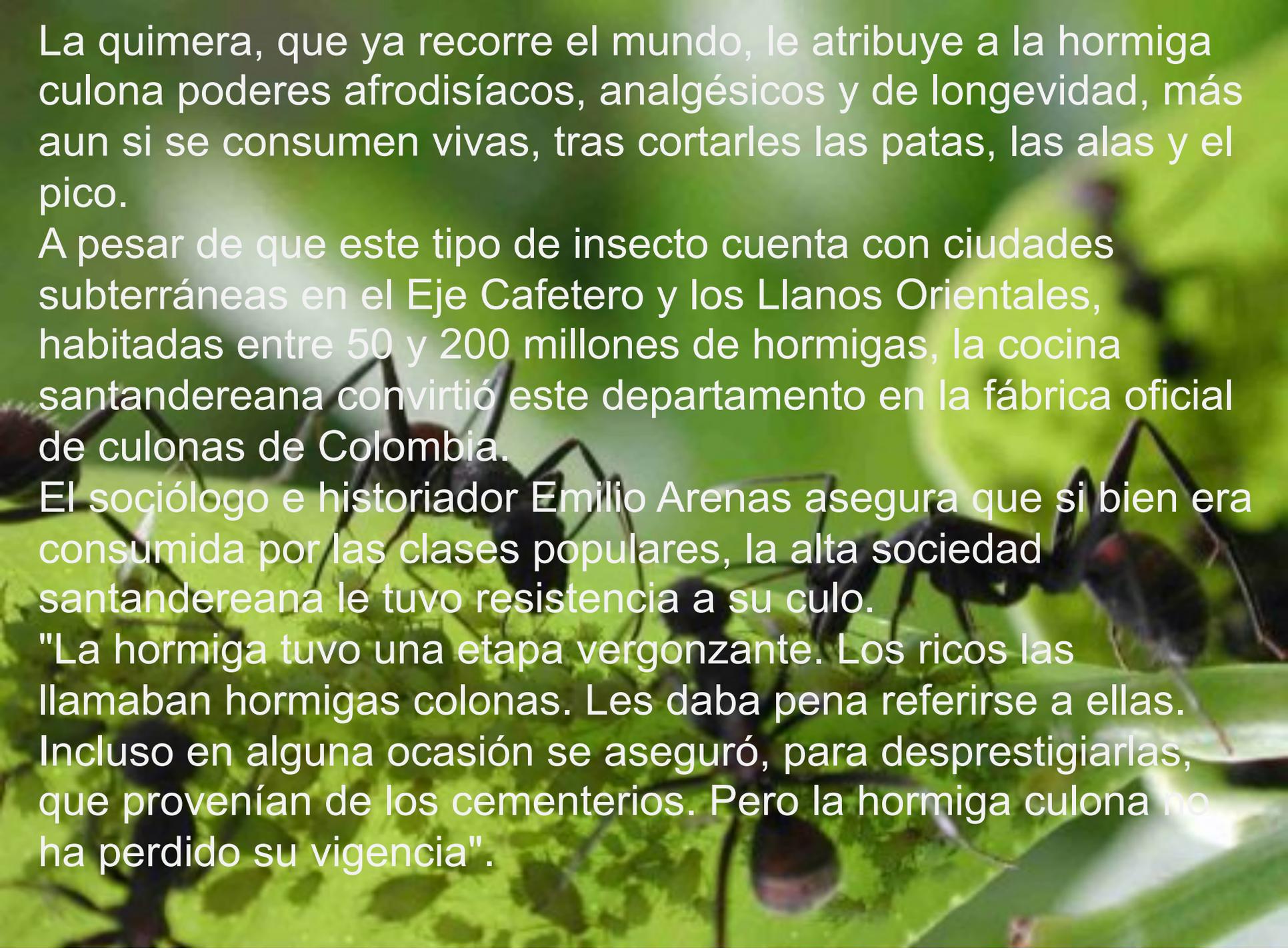
Desde hace 500 años, los hombres hacen guardia en la boca de los hoyos de esta tierra Guanentina. Estos valles son la vertiente misma de la imaginación de la culona, hormiga comestible, única en su sabor agrio en el mundo, reina criolla de los insectos que debe su nombre a lo enorme de su trasero lleno de huevos.

Miles de ellas salen de los hormigueros donde hibernan en los valles de San Gil, Curití, Villanueva, Barichara y Guane, buscando los rayos del sol para el apareamiento. En ese momento son atrapadas por los campesinos, en bolsas, jarras, ollas, costales, para ser tostadas vivas al fogón.

Saber el día exacto en que van a salir más hormigas es un legado de la tradición indígena de los guanes, perteneciente a la familia lingüística Chibcha. Los guanes, que vivieron entre los siglos VII y XVI, aprendieron a masticarlas y a defenderse de la picada de los machos, que no se consumen, pero atacan con ferocidad a los intrusos.

Desde esos tiempos, cada mañana, durante nueve semanas al año, las culonas hacen parte de una tradición gastronómica, que luego de colonizar las mesas del país, ha llegado hasta Inglaterra, Alemania, Portugal, Canadá y Estados Unidos.



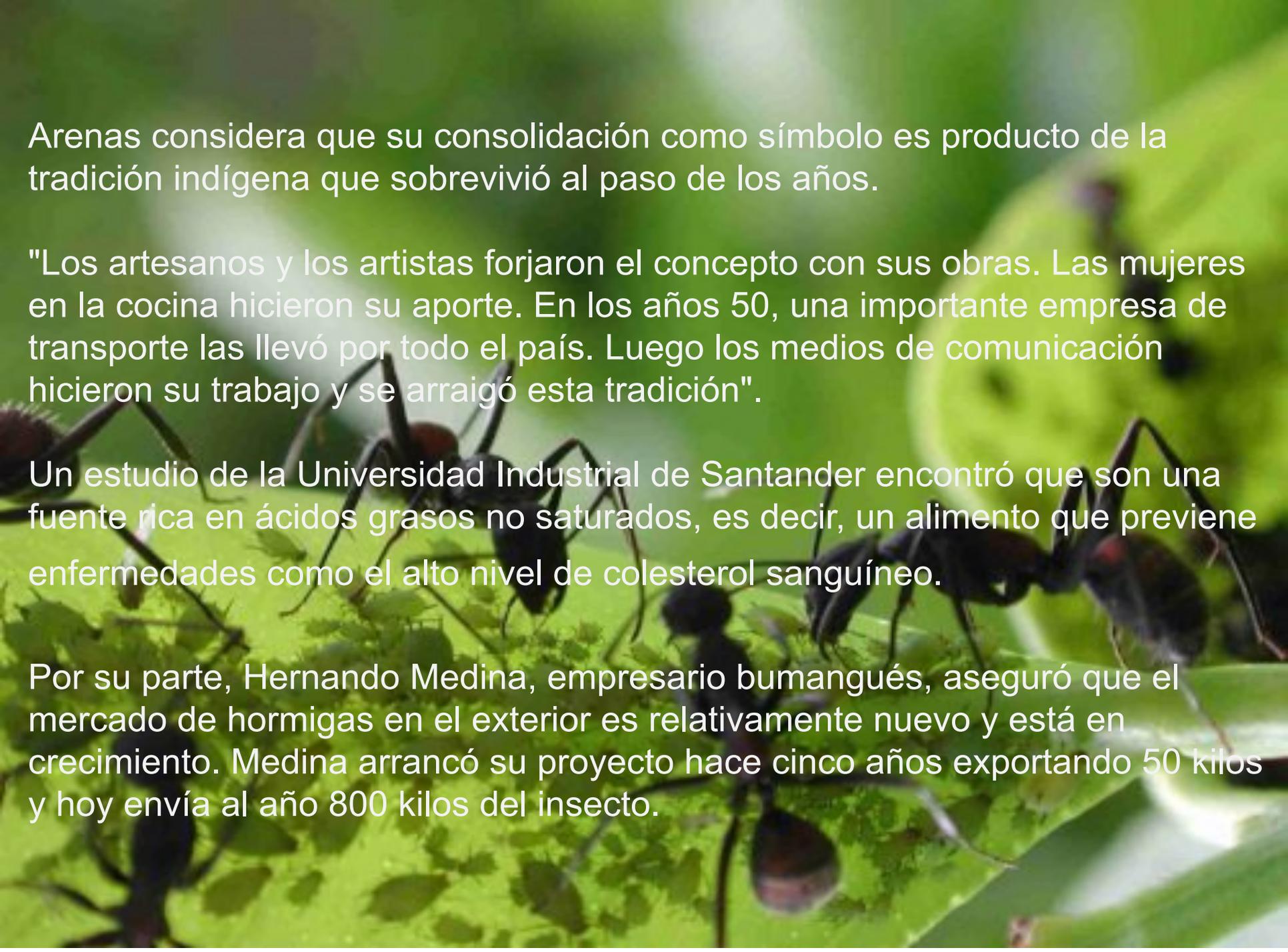


La quimera, que ya recorre el mundo, le atribuye a la hormiga culona poderes afrodisíacos, analgésicos y de longevidad, más aun si se consumen vivas, tras cortarles las patas, las alas y el pico.

A pesar de que este tipo de insecto cuenta con ciudades subterráneas en el Eje Cafetero y los Llanos Orientales, habitadas entre 50 y 200 millones de hormigas, la cocina santandereana convirtió este departamento en la fábrica oficial de culonas de Colombia.

El sociólogo e historiador Emilio Arenas asegura que si bien era consumida por las clases populares, la alta sociedad santandereana le tuvo resistencia a su culo.

"La hormiga tuvo una etapa vergonzante. Los ricos las llamaban hormigas colonas. Les daba pena referirse a ellas. Incluso en alguna ocasión se aseguró, para desprestigiarlas, que provenían de los cementerios. Pero la hormiga culona no ha perdido su vigencia".

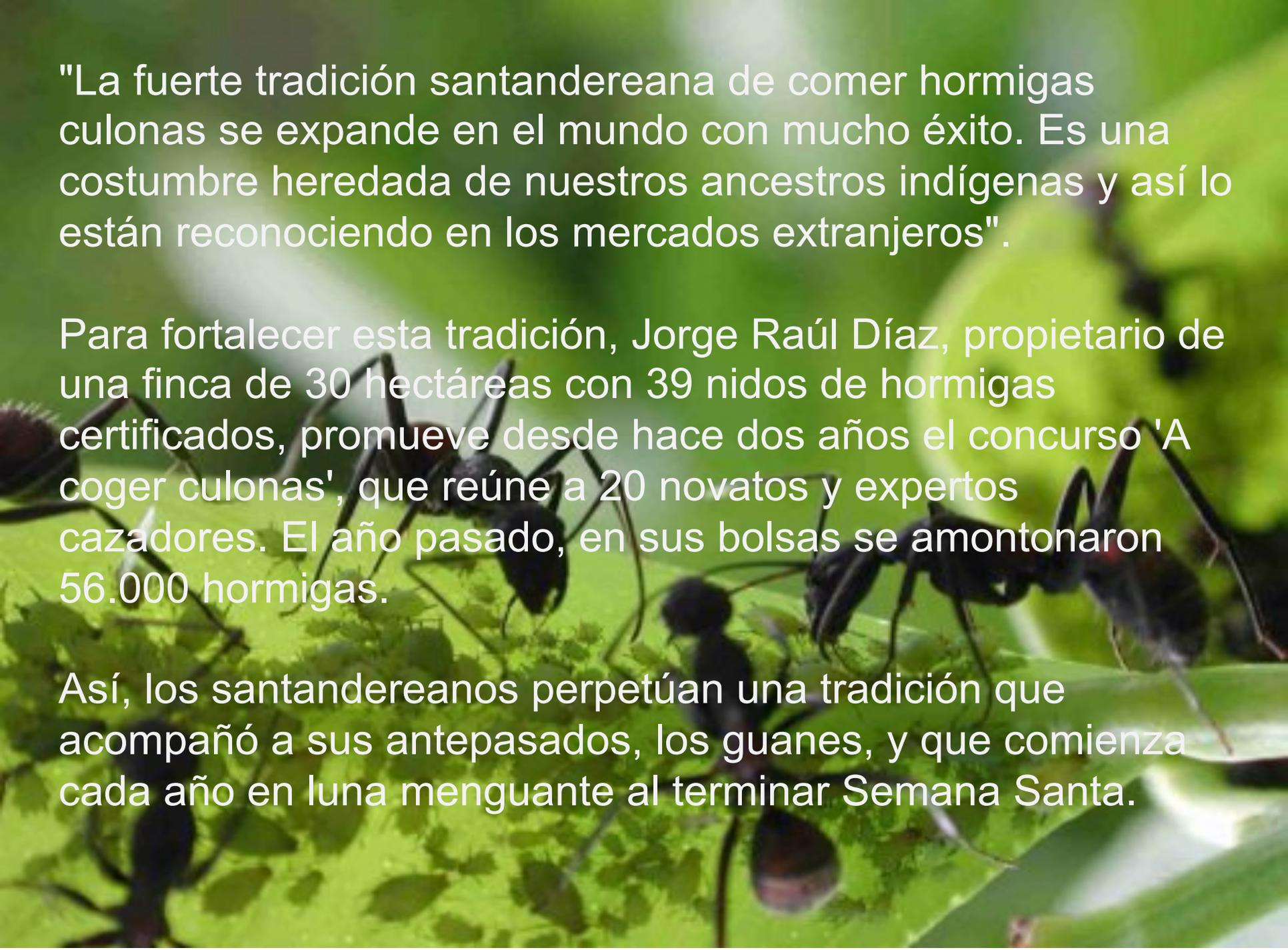
A close-up photograph of several ants on a vibrant green leaf. The ants are dark in color with a reddish-brown thorax. They are positioned at various points on the leaf, some facing towards the viewer and others away. The background is a soft, out-of-focus green, suggesting a natural outdoor setting.

Arenas considera que su consolidación como símbolo es producto de la tradición indígena que sobrevivió al paso de los años.

"Los artesanos y los artistas forjaron el concepto con sus obras. Las mujeres en la cocina hicieron su aporte. En los años 50, una importante empresa de transporte las llevó por todo el país. Luego los medios de comunicación hicieron su trabajo y se arraigó esta tradición".

Un estudio de la Universidad Industrial de Santander encontró que son una fuente rica en ácidos grasos no saturados, es decir, un alimento que previene enfermedades como el alto nivel de colesterol sanguíneo.

Por su parte, Hernando Medina, empresario bumangués, aseguró que el mercado de hormigas en el exterior es relativamente nuevo y está en crecimiento. Medina arrancó su proyecto hace cinco años exportando 50 kilos y hoy envía al año 800 kilos del insecto.

A close-up photograph of several black ants on a vibrant green leaf. The ants are in various positions, some facing left and some right, with their legs and antennae clearly visible against the leaf's texture. The background is a soft, out-of-focus green, suggesting a natural outdoor setting.

"La fuerte tradición santandereana de comer hormigas culonas se expande en el mundo con mucho éxito. Es una costumbre heredada de nuestros ancestros indígenas y así lo están reconociendo en los mercados extranjeros".

Para fortalecer esta tradición, Jorge Raúl Díaz, propietario de una finca de 30 hectáreas con 39 nidos de hormigas certificados, promueve desde hace dos años el concurso 'A coger culonas', que reúne a 20 novatos y expertos cazadores. El año pasado, en sus bolsas se amontonaron 56.000 hormigas.

Así, los santandereanos perpetúan una tradición que acompañó a sus antepasados, los guanes, y que comienza cada año en luna menguante al terminar Semana Santa.

# El Ají

Muchas veces surgen confusiones cuando se pretende nombrar a los **frutos** de las plantas que pertenecen al género **Capsicum**. De acuerdo a la región, podremos encontrar referencias. Existen diferentes variedades de ají.

El **Capsicum annum** se conoce como **ají dulce** o como **pimiento morrón**. El **Capsicum baccatum** es el **ají cristal** o **ají amarillo**. Otros ajíes muy usados son; el **Capsicum chinense** (**ají limo**), el **Capsicum pubescens** (**locoto** o **rocoto**) y el **Capsicum frutescens** (**paprica otabasco**).

Hay múltiples [recetas](#) que se elaboran con ají. En **Perú**, por ejemplo, se llama ají a una especie de [guiso](#) que se elabora con ají amarillo. Entre esos guisos, uno de los más famosos es el **ají de gallina** que, como su nombre lo indica, lleva carne y caldo de gallina, además de ají y pan. El **ají de atún** y el **ají de huevo** son otros platos de la gastronomía peruana.

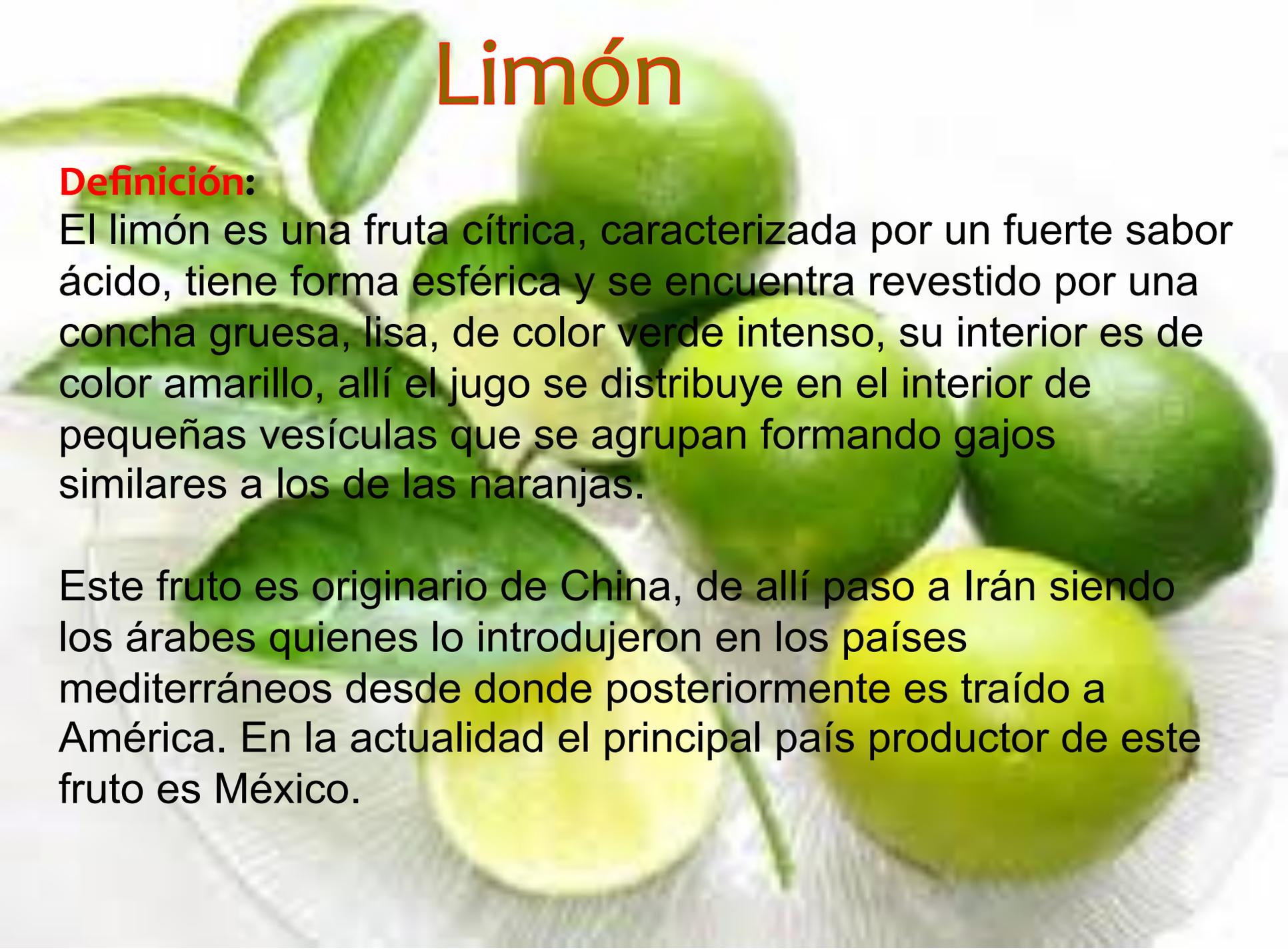
En el caso específico del término **ají**, procede del [idioma taíno](#), que hablaban pobladores precolombinos en el continente americano. Ají es una palabra que se utiliza principalmente en **América del Sur** para denominar a la baya de las plantas **Capsicum**.

Los [seres humanos](#) comenzaron a consumir ají varios milenios antes de **Cristo**. Cuando los europeos descubrieron este fruto en **América**, lo llamaron pimienta por su sabor picante, que les recordó a la pimienta. Al ser llevado al continente europeo, el ají pronto se popularizó y comenzó a formar parte de diversas preparaciones gastronómicas.

El ají es una hortaliza de fruto muy utilizado dentro de la gastronomía peruana para realzar el sabor de las comidas gracias al sabor picante de su pulpa y venas, lo que muy pocas personas conocen es que también se puede utilizar en la agricultura ecológica como insecticida y repelente casero de insectos. La ventaja que tiene una preparación como esta es la facilidad de su elaboración pues no requiere de técnicas especiales de extracción de sus ingredientes activos, ni productos especiales, tan solo basta con algunos frutos.

La pulpa y las venas de ají contienen una elevada cantidad de capsaicina, que es una sustancia de pungencia elevada (sensación de picante) que al ser aplicada sobre los insectos plaga, que se alimentan de las hojas de las hortalizas, genera una sensación de ardor en todo su cuerpo; Como consecuencia de su aplicación los insectos plaga dejan de alimentarse y de dañar las plantas, además se ha reportado mortandad sobre todo en insectos más pequeños y también la migración a otros lugares lo que confirma su efecto repelente más que como insecticida.

# Limón



## **Definición:**

El limón es una fruta cítrica, caracterizada por un fuerte sabor ácido, tiene forma esférica y se encuentra revestido por una concha gruesa, lisa, de color verde intenso, su interior es de color amarillo, allí el jugo se distribuye en el interior de pequeñas vesículas que se agrupan formando gajos similares a los de las naranjas.

Este fruto es originario de China, de allí paso a Irán siendo los árabes quienes lo introdujeron en los países mediterráneos desde donde posteriormente es traído a América. En la actualidad el principal país productor de este fruto es México.

## Nutrientes presentes en el limón:

Esta fruta es rica en agua y fibra, contiene altas concentraciones de ácido cítrico y vitamina C, además de ello también contiene potasio, magnesio, sodio, fósforo, vitamina E, ácido fólico y vitaminas del complejo B.

un potente efecto antioxidante, siendo capaz de eliminar radicales libres, sustancias relacionadas con el envejecimiento, igualmente favorece los procesos de regeneración de los tejidos y cicatrización de heridas.

Otro beneficio de su contenido de ácido cítrico y vitamina C es que lo hace efectivo para combatir procesos infecciosos virales ayudando además a atenuar los síntomas del resfriado. Su **efecto antiséptico** lo lleva a cabo principalmente sobre los gérmenes que afectan la garganta, la faringe y el tracto digestivo.

El limón cuenta además con un **poder astringente** a nivel intestinal, lo cual lo convierte en un alimento que contribuye a combatir los episodios de diarrea. Igualmente es capaz de estabilizar el pH o acidez del estómago gracias al efecto amortiguador de acidez del ácido cítrico al pasar a su ion citrato, esto ha llevado a muchas personas a pensar erróneamente que el limón es alcalino.

## Propiedades estéticas

El limón es un cítrico con propiedades estéticas. Se usa para blanquear las manos (mezclar el jugo de tres limones y un poco de [glicerina](#) y frotar las manos), para desodorizar las [axilas](#) (dos gotas de limón), para dar brillo y suavidad al pelo (después de lavarlo aplicar jugo de limón y dejar actuar 15 minutos), así como para hacer una mascarilla (mezclar 1 limón, azúcar moreno y una cucharada de miel para tratar zonas con durezas y callosidades). También se puede elaborar una mascarilla a base de limón, avena y miel para el acné con efecto limpiador, antibacteriano y exfoliante.

## Zumo de limón

No hay dudas de que el [limón](#) es un potente elemento que no puede faltar en nuestra casa. Si tienes un ataque de hormigas, rocía en las entradas de las puertas y ventanas con un poco de zumo. Puedes diluirlo en agua si lo prefieres, aunque el fruto puro es tan ácido que confundirá a los insectos sobre qué camino tomar. Además evitará que ingresen nuevas a tu casa.

## Hiervas y especias

Puedes espolvorear menta, canela, chile en polvo, cayena, [pimienta negra](#) o clavo de olor en las zonas donde han pasado las hormigas. Algunos indican que las hojas de laurel colocadas dentro de los armarios o cajones pueden disuadir a los bichos de ingresar. El olor penetrante no permitirá que se atrevan a pasar los umbrales de tu casa. Ten cuidado si tienes niños pequeños o mascotas porque las especias pueden ocasionar alergias o erupciones si entran en contacto con ellas.

## Cáscaras de cítricos o de pepino

Ya hemos hablado antes de las propiedades del zumo de limón como repelente de hormigas. Puedes aumentar el efecto si también dejas las cáscaras de este cítrico, así como de naranja, pomelo (toronja) o mandarina. Las cáscaras de [pepino](#) son muy eficaces. Funcionan porque, al descomponerse, se vuelven tóxicas para las hormigas y, por lo tanto, ellas las evitan.

# PREPARADO CASERO A BASE DE AJÍ Y CÁSCARA DE LIMÓN

*Frutos de ají y limón*



## **Materiales e insumos**

500gr Ajíes frescos

9 o 10 Limones

420 ml de agua

1 Cuchillo

1 Envase

1 licuadora

1 Colador

1 Rociador de mano o botella de plástico con tapa

## Modo de preparación

Con mucho cuidado, se cortan los limones, aparte se le saca el zumo a estos, Después todo lo cortado se coloca en la licuadora, con 500gr de ají y con 420ml de agua y se licua. Luego se cuela y se vierte el zumo de los limones a esta mezcla, todo esto se hecha en una taza.

Para el uso de esta preparación se coloca el líquido dentro del rociador o en una botella a la cual se le hacen rotos muy pequeños a la tapa y se aplica en el lugar por donde pasan las hormigas.



## Bibliografías

12/10/2016

<http://www.semana.com/especiales/articulo/las-hormigas-culonas/79609-3>

<https://www.google.com.co/webhp?sourceid=chrome-instant&ion=1&espv=2&ie=UTF-8#q=que+es+el+limon>

[https://es.wikipedia.org/wiki/Citrus\\_%C3%97\\_limon](https://es.wikipedia.org/wiki/Citrus_%C3%97_limon)

<https://www.google.com.co/webhp?sourceid=chrome-instant&ion=1&espv=2&ie=UTF-8#q=que+es+el+limon+y+sus+propiedades>

18 de octubre del 2016

<https://www.google.es/#q=concepto+basico+de+aji+picante>

<https://www.google.es/#q=insecticidas+organicos+de+aji>

<http://ecosiembra.blogspot.com.co/2012/07/preparado-casero-base-de-aji-capsicum.htm>

Lee todo en: [Definición de ají - Qué es, Significado y Concepto](#)

<http://definicion.de/aji/#ixzz4NTGAzgSw>

<http://www.lavidalucida.com/5-repelentes-naturales-y-economicos.html>