

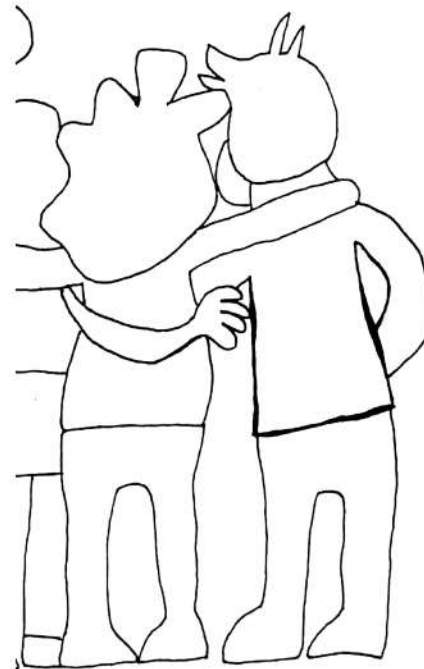
Participantes

Alumnos:

Cristian Basualdo, Catalina Doria, Teo Stanley, Tomás Marinkovic, Francisco Kadoor, Emiliano Mansilla, Valentina Ojeda, Nicolás Osorio, Ornella Panepucci, Agustín Rodríguez Zurell, Matheo Mendoza.

Alumnos que colaboraron con ilustraciones:

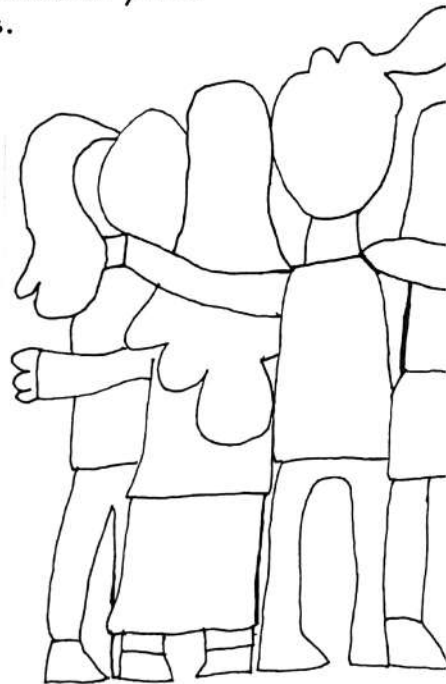
Andres Fernandez Ateca, Ezequiel Navoni, Manuel Díaz, Belén Mancilla, Zahira Schain de la Lastra, Nahiara García.



Conclusión

Los comedores y las ollas populares son importantes para la comunidad de Vicente López. Esta experiencia nos permitió revisar nuestras ideas previas y ponernos a discutir sobre los roles que ocupamos en la sociedad, la necesidad de ofrecernos como voluntarios y de sostener la memoria, la construcción colectiva y la justicia social.

En las entrevistas nos encontramos con relatos que nos ayudaron a comprender que la comida además de nutrir, arma lazos sociales, promueve los encuentros y la consolidación de amistades y permite construir redes de contención, cuidado y amor que va más allá de la necesidad de comer. Esta experiencia nos llenó de emoción y nos permitió recuperar los afectos.



II
EN TIEMPOS DE INCERTIDUMBRE Y DESESPERANZA

ES IMPRESCINDIBLE GESTAR PROYECTOS COLECTIVOS DESDE

DONDE PLANIFICAR LA ESPERANZA JUNTO A

OTROS.

Pichón Riviere

¿Por qué existen los comedores? ¿Cuál es su rol? ¿Porque una olla popular en momentos de crisis?

Estas son algunas de las preguntas que movilizan este recetario. Sus recetas fueron recopiladas a partir de entrevistar a diferentes referentes comunitarios que llevan adelante comedores y ollas populares.

Este recetario busca explorar cómo las prácticas alimentarias (cocinar y comer) pueden actuar como formas de resistencia cultural frente a la adversidad.

Receta comedor escuela

Tortilla de papas con ensalada de zanahoria y huevo.

Para 20/24 personas

Tortilla ingredientes

Papa

Huevo

Cebolla

Condimentos varios

Sal

Ensalada ingredientes

Huevo

Tomate

Zanahoria

Preparación

Tortilla

Pelar entre 15/20 kilos de papa. Cortarlas en cubos y hervir.

Pelar 15 cebollas y rehogar en sal y pimentón.

Poner los huevos con provenzal en un bowl y mezclar todo.

Luego todo en una fuente y al horno.

Ensalada:

Hervir los huevos

Lavar los tomates y cortarlos en cubos.

Lavar y pelar las zanahorias, luego rallar.

CELESTE "Comedor escolar CFI n°1"

-Como empezó-

Este año, en nuestro CFI se inauguró el comedor escolar que brinda desayuno, almuerzo y merienda a todos los alumnos. Celeste, es la única cocinera del CFI.

-Como funciona-

"Seguimos un menú pero hay días especiales en los que hago un menú diferente. Esos días cocino milanesa con puré, los jueves pizza a veces, y los lunes preparo polenta o fideos con tuco.

Cuando se aproxima el verano traen yogurt o preparo chocolatada."

Celeste entra a las 8 am, prepara el desayuno y luego comienza a cocinar porque trabaja sola y el tiempo corre.

La comida la trae el gobierno, todos los días. Cuando hace pochoclos se paga del bolsillo de ella ya que es una atención para los estudiantes.

Normalmente cocina para 25 estudiantes, depende de la cantidad que vengán pueden ser más.

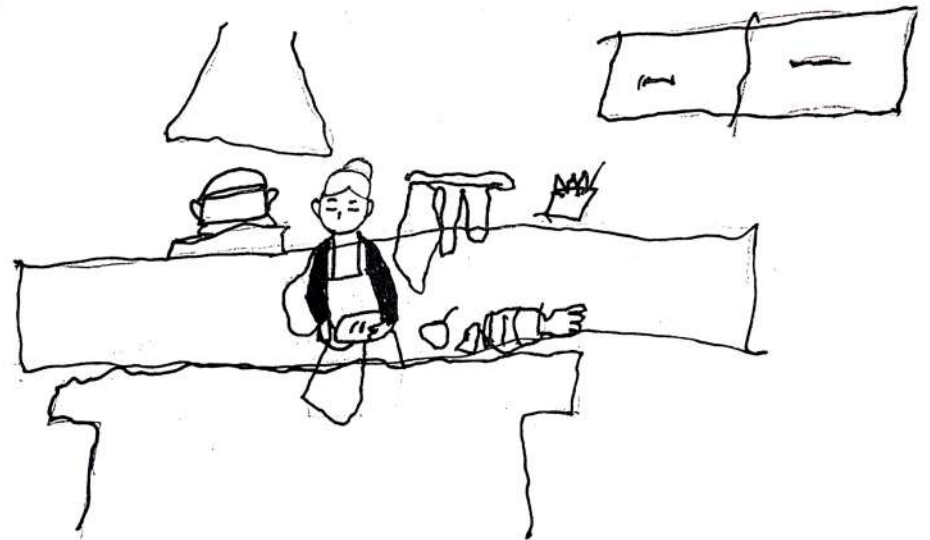
-Pregunta clave-

¿Notas que influye el acto de compartir comidas en las relaciones entre los miembros de la comunidad escolar?

Celeste nos cuenta que nota que el compartir la comida con otros alumnos promueve la convivencia, la socialización y el cuidado mutuo. "Algunos jóvenes comen más rápido que otros y no se daban cuenta de que tienen que comer con los demás compañeros que, tal vez comen más despacio o necesitan ayuda. Cuando comen en sus casas cada uno tiene su plato con su porción, acá comen todos juntos entre compañeros."

¿QUÈ ES UN COMEDOR COMUNITARIO?

Según Renacom es todo aquel espacio físico que brinda asistencia alimentaria gratuita a personas en situación de vulnerabilidad social al menos 3 días a la semana, elaborando alimentos y sirviendo una comida principal (almuerzo y/o cena), complementada con desayuno y/o merienda; sin perjuicio de la modalidad de entrega de viandas.



EMILIO - COMEDOR "LOS PITUFOS"

-Como empezó-

Emilio y Ángela desde el 2009 que tienen el comedor "Los pitufos", al principio hacían meriendas y tareas recreativas. Luego con el transcurso de los años se fue convirtiendo en un comedor.

"Cuando arrancamos con mi esposa, nuestro hijo con hipoacusia, no tenía contacto con otras personas y le sirvió un montón para socializar. En el barrio hay mucha inclusión."

Al inicio se basaba más en los talleres y merienda, luego se hizo una necesidad el entregar un plato de comida a las personas del barrio.

El comedor fue creciendo. Emilio cuenta "Fuimos haciendo actividades para ir comprando las cosas necesarias. Pagamos un alquiler de bajo costo para poder tener un lugar más grande porque antes era en nuestra casa."

-Además de comedor-

Funciona también una escuelita boxeo y de fútbol para ambos sexos, también apoyo escolar. Por un tema de adicciones los chicos asisten a hacer deporte.

"Lo hacemos por la necesidad de la gente y porque es importante que los chicos no estén en la calle."

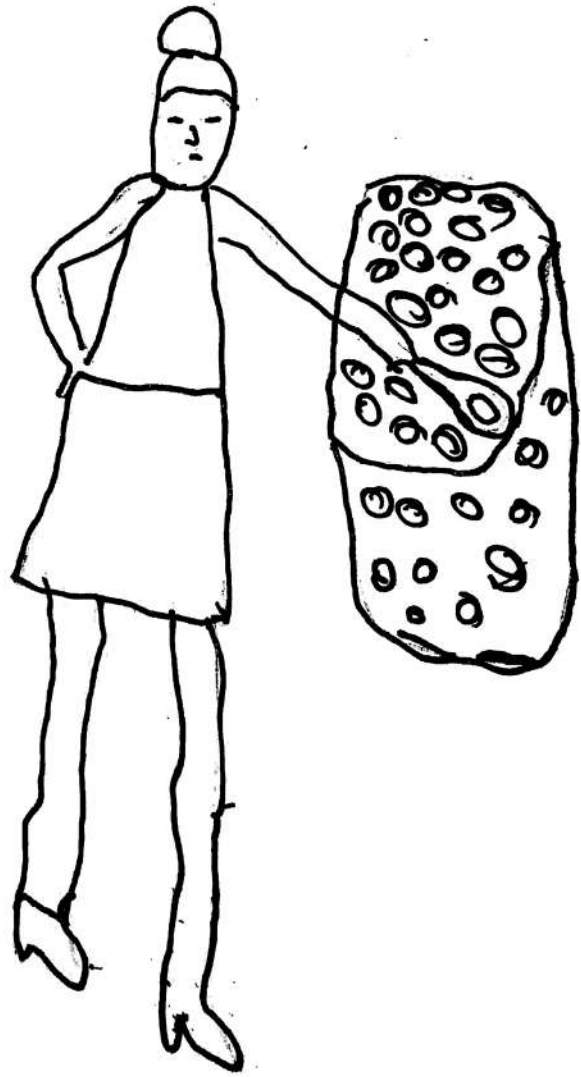
-Pregunta clave-

¿Influye el acto de compartir comidas en las relaciones entre los miembros de la comunidad? ¿Qué notas que surge de esto?

"Comiendo surgen charlas, entre ellas sobre la salud, sobre cómo comer sanamente porque la realidad es que quienes vienen comen lo que pueden. También salen los debates, uno muy interesante fue movilizad por vecinos que se sienten solos en la casa y surgió la idea de hacer un cine, así que ya estoy hablando con las cocineras para armarlo."

EL COMEDOR ESCOLAR

Un comedor escolar es un servicio social y educativo que se ofrece en los establecimientos educativos para complementar la alimentación de los niños y adolescentes.



RECETA DE EMILIO

Guiso de lenteja para olla de 50 litros

Carnaza 4 kilos picado en cubitos

1 kilo de cebolla

4 morrones

1 cabeza de ajo

1 chorizo colorado

3 chorizo común carne o mezcla

4 batatas cortada cubitos

4 zanahorias rodajas

10 kilos de lentejas la lenteja dejar en remojo un día antes

X último cebolla de verdeo ya una vez apagado el fuego

Juntos con condimentos

Orégano 2 hojas de laurel siempre tener en cuenta el ingrediente esencial mucho amor y trabajo en equipo



RECETA DE OLLA POPULAR: Guiso de legumbres y verduras

Ingredientes

3 kilos de cebolla

1 kilo de morrón

2 ancos

1 kilo de papa

1 kilo de zapallito

1 kilo de zanahoria

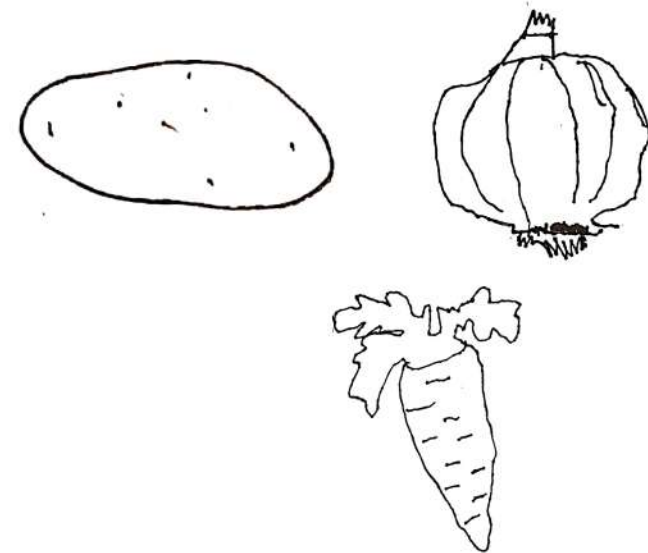
8 kilos de arroz

9 paquetes de lenteja

Arvejas

8 cajas de puré de tomate

Se pica todo y se mete en la olla.



GABY "CENTRO CULTURAL DE LOS TRABAJADORES"

El espacio se encuentra abierto hace ya 20 años. Gabriela está hace 3 años de voluntaria. Nos cuenta que "En el año 2007 con la crisis, se habitó mucho más el espacio del comedor."

-Diferencias entre olla popular y comedor (según Gaby)-
"La olla popular es a voluntad, con lo que sobra, con lo que tenemos. Se hace con recursos de donaciones, no con la asistencia del estado. Surge de un gesto colectivo. El comedor se sostiene con la ayuda del estado quien les envía la mercadería. Reciben inspecciones una vez al mes, por eso tienen un menú pautado."

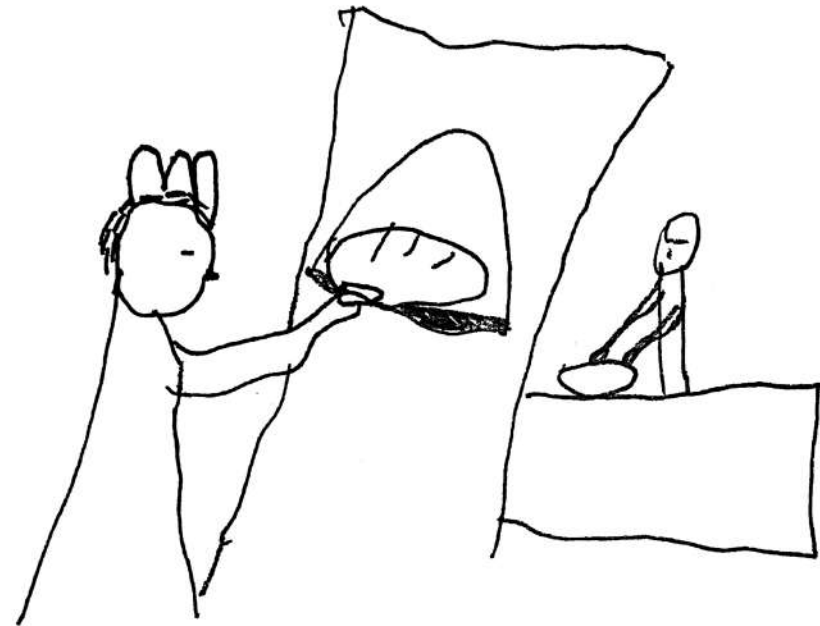
"La olla se realiza los días miércoles y entregamos aproximadamente 200 raciones. Los recursos para hacerla son pocos, por eso por ahora podemos hacerla un solo día".
Vamos cocinando sobre la marcha de acuerdo a la cantidad de personas que asisten"

-Además de olla popular-

"Tenemos un espacio para jóvenes, un espacio para infancias y un bachillerato popular. Al bachillerato popular asisten adultos quienes concurren con sus hijos. Reciben el cuidado en el espacio para infancias. Donde realizan actividades acordes a la edad."

-Pregunta clave- ¿Qué le dirían a alguien que quiera colaborar?

"Que la salida es colectiva. Que todos aportan un granito de arena y con eso podemos hacer un bolsón. Que quizás con solo tomar un té y escuchar a quien lo necesita es suficiente. Muchos necesitan contención."



LIZ "COMEDOR PEQUEÑAS SONRISAS"

-Como empezó-

El comedor "Pequeñas sonrisas" comenzó en época de pandemia. Asisten personas de clase media y baja. Liz nos cuenta "al principio venían 60 personas pero ahora son entre 160 y 200".

"Viene todo tipo de familias a retirar su comida en tappers: el trabajador que no llega a fin de mes, jubilados, gente en situación de calle, cartoneras y gente en consumo."

-Además de comedor-

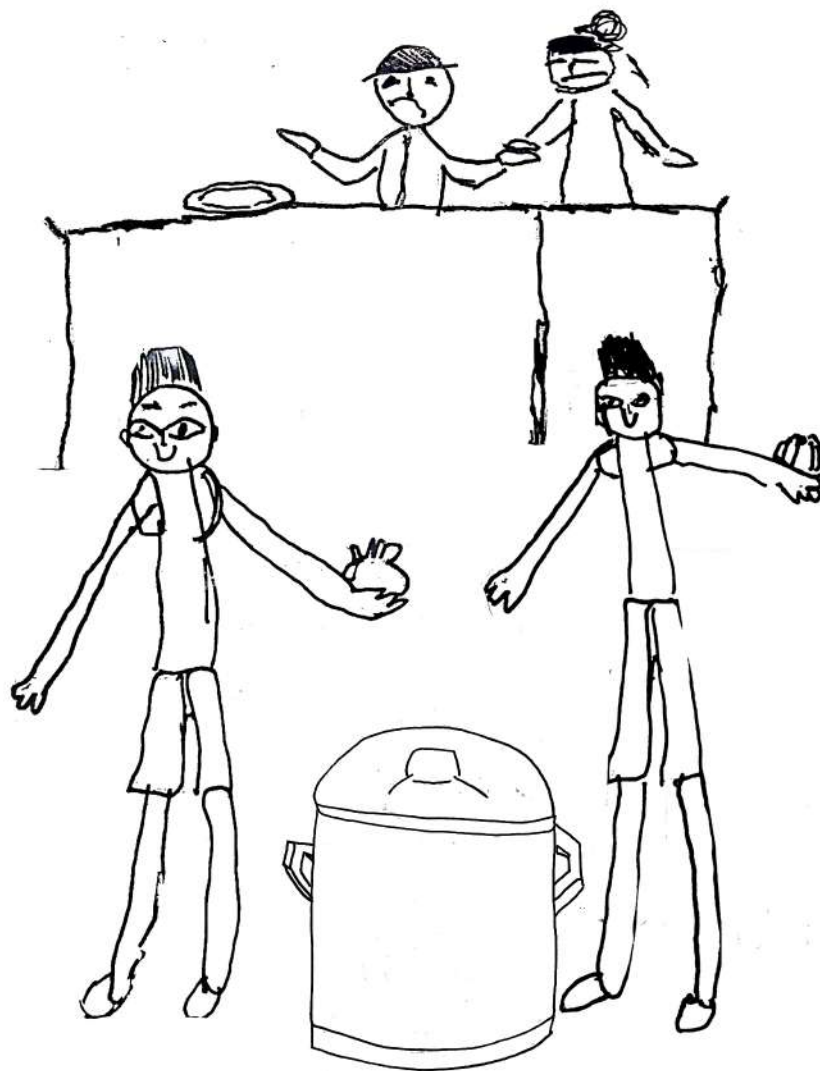
También brindamos apoyo escolar, psicológico y medicamentos. Recibimos a las familias y las anotamos para entregarles leche, galletitas y mate cocido para la merienda.

-Pregunta clave- ¿Qué te motivó a vos a participar en la organización y funcionamiento del comedor?

Mi mamá siempre fue muy solidaria, nosotros vivíamos en frente de un barrio popular y mi madre tenía un almacén y ella le daba de comer a todos. Esos valores los aprendí de ella, siempre ayudó a vecinos que no tenían para comer, gente que estaba en situación de calle, chicos en consumo y mi mamá siempre les dió y les ayudó, hasta el día de hoy.

-El sueño-

"Ojalá yo tuviera plata para ponerme un comedor donde la gente tuviera dónde dormir y dónde bañarse. No pude lograr todavía eso pero por lo menos les doy la comida."



OLLA POPULAR

Es una iniciativa solidaria, que nace en emergencia social, por una crisis económica, toma la olla como instrumento y representación de la ayuda social comunitaria y fraterna, surgida en barrios marginales, donde la ayuda alimentaria se hace necesaria.

RECETA DE LIZ

Hamburguesas de carne con garbanzos y verduras.

Ingredientes para 180 a 200 unidades

10 kilos de picada

2 kilos de garbanzos

3 kilo de cebollas

2 kilo de Zanahoria

6 Huevos

Condimentos a gusto

Sal cantidad necesaria

1 kilo de pan rallado

6 unidades de Morrón

Paso a paso

Dejar los garbanzos en remojo el día anterior una vez que este en remojo

procesar.

Cortar todas las verduras bien chiquita ,mezclar los garbanzos con la carne picada ,las verduras los huevos , condimentar a gusto a medida que vamos integrando todo agregar el pan rayado . Una vez que integrado armamos bolitas tipo albóndigas y las aplastamos formando una hamburguesa.



CARNE
PICADA

PINO "ÑANDEROGA"

-Como empezó-

Al principio se creó como espacio recreación los días sábados donde se hacían más bien actividades para varones, pero Agustina (una de las compañeras) comenzó a pensar también actividades para mujeres. A quienes participaban se les daba la merienda y luego empezamos también a entregar almuerzos y cenas.

-Además de comedor-

En Ñanderoga funciona un bachillerato popular. Hay 15 colaboradores, algunos voluntarios además de los profes. También hacemos talleres de género, arte y panadería. Para los estudiantes que tienen hijos hay un espacio de cuidado donde a los niños se les da la merienda y hacen actividades recreativas.

-Pregunta clave- ¿Qué te motiva a participar en Ñanderoga?
Cuando era chico no tenía muchas oportunidades. Hoy me gusta ayudar, un poco de más quizás pero quiero dar todo a la gente.

RECETA DE GUISO DE ARROZ (para 250 personas)

ingredientes

5 kilos de cebolla
2 kilos de morrón
4 kilos de zanahoria
4 zapallos anchos
4 kilos de papa
Verdeo
1 bidón de tomate
1 pack de arroz
Condimentos: laurel

Se pica todo, se mete en la olla y se agrega el condimento.

