

Sabores

del Bosque Seco Tropical:



Gastronomía

y usos tradicionales de la flora

Municipio de San Cayetano



Sabores
del Bosque Seco Tropical:

del Bosque Seco Tropical:

Gastronomía

y usos tradicionales de la flora

Municipio de San Cayetano



*Antonio Navarro Durán Investigador
Compilador (Red BST Colombia)*

*Alir Hernando Grimaldo Albarracín
Compilador Recetas*

*Proyecto de la Fundación de Termotasajero
Comunidades de las Veredas:
Tabiro, Guaduas, Florida, Puente Zulia
y el Corregimiento de Urimaco.*



DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS



Dedicado con profundo respeto y gratitud a los habitantes del Bosque Seco Tropical de la región Norandina de Colombia, en especial a los pobladores y guardianes de este valioso ecosistema.

Este trabajo reconoce su incansable labor y compromiso con la conservación y protección de su entorno natural. A las cinco veredas del Municipio de San Cayetano donde la Fundación de Termotasajero ha sembrado esperanza y bienestar, a través de sus programas e iniciativas con sentido social, les extendemos nuestros más sinceros agradecimientos, su esfuerzo por mantener viva la conexión entre comunidad y naturaleza es un faro de inspiración.

Esta dedicatoria también es para cada persona que, con su trabajo diario, contribuye a la sostenibilidad de estas tierras y al futuro de las generaciones que vendrán.

Asumimos el reto de sensibilizar a las comunidades rurales del área de influencia de las centrales Térmicas Termotasajero S.A E.S. P con la estrategia educativa Comunidad "AR" Ambientalmente Responsable, a través de talleres prácticos y alineados con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, buscando fomentar una cultura de conservación y protección de este ecosistema frágil, con la premisa de que no se puede proteger lo que no se conoce.

El recorrido por los sabores y tradiciones del bosque seco, plasmado en estas páginas, es una experiencia única que revela el potencial cultural y ecológico de las comunidades rurales, al ofrecer valor agregado a la preparación de recetas con ingredientes locales, se fortalecen los vínculos entre la naturaleza y la identidad comunitaria.

Esta obra es, en última instancia, una invitación a enamorarse del bosque seco, un ecosistema que necesita urgentemente la acción conjunta de todos los actores presentes en el territorio para garantizar su conservación y sostenibilidad.

Especies

priorizadas en el Recetario



Este recetario gastronómico hace parte de la selección de algunas especies presentes en el ecosistema de Bosque Seco Tropical, no solo están las que hacen parte de las recetas del documento, sino también aquellas con alto valor gastronómico en otras latitudes, y desconocido su uso tradicional en alta cocina y la industria farmacéutica: (Achiote: Bixa Orellana, Algarrobo: Hymenaea courbaril, Cuji: Prosopis juliflora, Chitato Nigua: Muntingia calabura, Chirimoya: Annona rufinervis, Corozo: Acrocomia aculeata, Guanábana: Annona muricata, Guasimo: Guazuma ulmifolia, Jagua: Genipa americana Jobo: Spondias mombin, Madroño : Garcinia madruno, Mamon: Melicoccus bijugatus, Marañon: Anacardium occidentale, Melón de monte: Melocactus curvispinus, Moral: Maclura tinctoria, Nísperos: Manilkara zapota, Nopal: Opuntia caracassana, Orégano: Lippia micromera, Piñuela: Bromelia Pinguin, Pitaya: Hylocereus sp, Tamarindo: Tamarindus indica, Totumo: Crescentia cujete, Yuca: Manihot Esculenta.)

Estas plantas han sido utilizadas durante siglos para tratar un amplio abanico de enfermedades y como componentes fundamentales en tratamientos médicos.

El propósito de este documento es ofrecer una guía detallada para profundizar en el conocimiento de cada especie, permitiendo así que su aplicación, en este caso con un enfoque gastronómico, se realice de manera consciente, de esta manera, se busca que quienes consulten este recetario contribuyan activamente a la preservación del ecosistema tropical.

Este recetario no solo se apoya en una exhaustiva revisión bibliográfica, sino también en el saber ancestral de las comunidades locales, quienes han compartido sus conocimientos a través de entrevistas y talleres con los Pobladores de las zonas rurales del Municipio de San Cayetano como Tabiro, Puente Zulia, Guaduas, La Florida y Urimaco.



" No se puede hablar del ambiente, si excluimos a las personas, pues ambiente también somos nosotros "

Está estructurado en torno a la preparación de salsas, entradas, postres y bebidas, y representa un homenaje a los pobladores de este territorio.

Buen provecho

Salsas: Para agregar a carnes y ensaladas.

SALSA BBQ DE TAMARINDO (500 ml de salsa)



INGREDIENTES



- 1 cebolla morada
- 1 diente de ajo
- 150 ml de vinagre
- 200 gr salsa de tomate
- 100 gr de mostaza
- 4 cucharadas soperas de azúcar morena o panela rallada
- 1 cucharada sopera de miel
- Zumo de una naranja
- 200 gr pulpa de tamarindo
- 1 cucharada de aceite de oliva



PREPARACIÓN

En una olla honda, vierta el aceite de oliva, la cebolla morada cortada en trozos pequeños, incorpore el ajo, el vinagre, y revuelva con una espátula de madera. Luego, añada la salsa de tomate y la mostaza, mezclando bien. Cocine por 2 minutos antes de añadir el azúcar, la miel y el zumo de naranja.

Continúe cocinando a fuego medio durante 2 minutos más, y después agregue la pulpa de tamarindo, cocinando hasta que la mezcla alcance el punto de ebullición (hervir), con burbujas similares a un volcán. Apague el fuego y retire.

Ideal para alitas y costillas de Cerdo

Salsas:

Para agregar a carnes y ensaladas.

MANTEQUILLA DE ORÉGANO Y ROMERO (280 gr)



INGREDIENTES

- 300 gr de mantequilla
- 5 hojas de orégano
- 1 rama de romero

PREPARACIÓN



En un recipiente plástico de tu preferencia deja la mantequilla a temperatura ambiente hasta que llegue a punto de suavidad (se esparce al introducir el dedo), luego pica bien las hojas de orégano y romero, con una espátula mezcla todos los ingredientes, luego lleva la mezcla a una envoltura de envoplast para hacer un rollito, congelarlos y usarlos de acuerdo con la porción que requieres cocinar.

Romero



Ideal para todo uso, en especial para carnes blancas, pescados, mariscos y panes para tostar.
(no es para untar)

Salsas:

Para agregar a carnes y ensaladas.

ACEITE DE
ACHIOTE
Y ORÉGANO
(500 ml de salsa)



PREPARACIÓN



En una olla, coloca las semillas de achiote, añade 500 ml de aceite de su preferencia y calienta a fuego muy bajo, permitiendo que las semillas de achiote suelten su color. Una vez logrado esto, apaga el fuego y cuela el aceite para separar las semillas. En un recipiente de vidrio, deposita el orégano fresco y añade el aceite achiotado. Deja reposar la mezcla durante 5 días a la sombra en tu cocina. Obtendrás un aceite de color rojo intenso y aroma a orégano.



INGREDIENTES

- 120 gr de semillas d achiote
- 1 espiga pequeña de orégano fresco
- 500 ml aceite de su preferencia



Achiote

Ideal para aderezar ensaladas frías de vegetales o para utilizar en mezclas de harinas como tamales.

Salsas: Para agregar a carnes y ensaladas.

SALSA DE MAMONCILLO

(500 ml de salsa)



INGREDIENTES

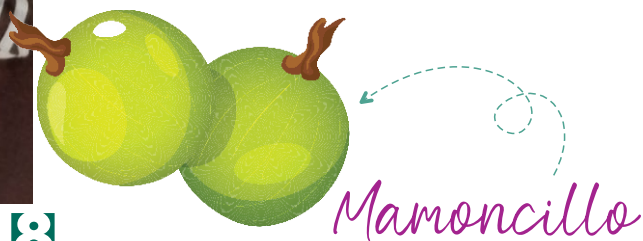
- 30 mamones
- 200 gr de azúcar
- 150 ml vinagre blanco
- 200 ml Agua
- 1 cucharada sopera de fécula de maíz



PREPARACIÓN

En una olla coloque los mamones ya descascarados, aplica los 200 ml de agua y los 150 ml de vinagre blanco y los 200 gr de azúcar, coloque a fuego medio por 15 minutos, mezcle hasta ver la mezcla homogénea, para espesar disuelva una cucharada sopera de fécula de maíz en un cuarto de vaso con agua hervida, aplíquelo a la mezcla y deje cocinar por 5 minutos más y retire del fuego, lleve la salsa a un colador y con una cuchara sopera remueva en varias ocasiones para extraer la mayor cantidad de salsa de las pepas de los mamones, conserve la salsa en un recipiente de vidrio y dele uso a su gusto y las pepas déjelas enfriar y úselas como un dulce casero.

Salsa recomendada para servir con carnes blancas (pollo, cerdo, pescado).



Salsas: Para agregar a carnes y ensaladas.

MAYONESA CHIPOTLE DE SEMILLAS DE ACHIOTE Y AJÍ CRIOLLO (800 ml de salsa)



INGREDIENTES

- 500 gr de mayonesa
- 150 gr de semillas de achiote
- 2 ají rojos criollos
- 200 ml aceite vegetal



Ají



PREPARACIÓN

En un recipiente, caliente el aceite vegetal, coloque las semillas de achiote en el aceite caliente para darle color; después mezcle la mayonesa con el aceite de semillas de achiote y pique los ají criollos en cuadritos pequeños para crear una mayonesa chipotle, con trocitos de ají picante.

Ideal para acompañar pasabocas (huevitos de codorniz, chorizos, salchichas, hamburguesas etc.)

Salsas: Para agregar a carnes y ensaladas.

VINAGRETA DE TAMARINDO

(450 ml de salsa)

INGREDIENTES



- 100 gr de pulpa de tamarindo sin pepa
- 200 ml de vinagre blanco
- 150 ml aceite de olivo
- 1 cucharada sopera de mostaza
- Un toque de tomillo, pimienta y sal al gusto



PREPARACIÓN

En una botella plástica con tapa, mezcle la pulpa de tamarindo, el vinagre, el aceite de oliva, una cucharada sopera de mostaza, la sal, la pimienta y el tomillo, tape la botella, agite bien hasta que todos los ingredientes estén previamente mezclados.

Ideal para usar en ensaladas que lleven todo tipo de proteínas. (ensalada de pollo, res, atún, etc.)

Tamarindo



Entradas

TUNAS RELLENAS DE QUESO AL SARTÉN

(2 porciones)



INGREDIENTES

- 2 hojas de tuna grande, gruesa y plana.
- 4 lonjas de queso doble crema picados
- 1 tomate picado
- 1/2 Cebolla roja picada
- 2 ramas de cilantro (se utiliza solo hojas)
- 1 espiga de orégano fresco
- Sal y pimienta al gusto
- 100 ml aceite de su elección



PREPARACIÓN

Limpie cuidadosamente las tunas, eliminando espinas y cualquier imperfección con un cuchillo o un pela papas, y lave con abundante agua. Con un cuchillo afilado, haga una abertura en la parte superior de la tuna, formando un bolsillo.

En un recipiente mezcle el tomate, la cebolla, el cilantro, sal, pimienta y el orégano junto con el queso, rellene el interior de la tuna con los vegetales mezclados y sazonados.

Coloque las hojas de tuna rellenas en un sartén con el aceite a fuego medio controlando la fritura de sus caras o si prefiere sobre un asador, dorándolos por ambos lados hasta obtener una textura suave y el queso fundido.



INGREDIENTES

- 3 hojas de tuna grande
- 250 gr de avena molida
- Sal al gusto
- 200 ml de agua



PREPARACIÓN

Limpe cuidadosamente las tunas, eliminando espinas y cualquier imperfección con un cuchillo o pela papas, lave con abundante agua., pique las hojas de tuna en pequeños pedazos y colóquelas en la licuadora, cubriéndolas con l agua. Licúe y luego pase la mezcla por un colador para eliminar imperfecciones y grumos.

Lleve la mezcla colada a una olla y deje hervir hasta que aparezcan las primeras burbujas. Apague el fuego y retire la olla. Añada la avena molida y una pizca de sal. Use una espátula para mezclar el jugo de tuna caliente con la avena, evitando quemaduras, hasta obtener una mezcla pegajosa. Humedezca sus manos con aceite y forme bolas con la mezcla.

Coloque un trozo de plástico o papel parafinado sobre una tabla y aplaste las bolas de la mezcla de tuna con las manos hasta obtener tortillas delgadas. Luego, cocine a fuego medio las tortillas en un sartén caliente hasta que se doren, consumir de inmediato o se pueden almacenar



INGREDIENTES



- 1 litro de leche líquida de su preferencia
- 150 gr de leche en polvo
- 400 gr de leche condensada
- 7 onzas de ron de su preferencia
- 4 yemas de huevo
- Hielo al gusto
- 300 gr de algarrobo en polvo
- Canela en polvo para decorar

PREPARACIÓN



En la licuadora agregue los 300 gr de algarrobo en polvo, las 4 yemas de huevo, los 400 gr de leche condensada, los 150 gr de leche en polvo, las 7 onzas de ron, y por último la leche líquida, licue hasta que la mezcla vaya quede cremosa, dejando el hielo y la canela en polvo para el final.

Una vez lista, retire la preparación de la licuadora, sirva con hielo y decore con una pizca de canela en polvo.



Algarrobo





INGREDIENTES

- 200 gr de pulpa de chirimoya (sin pepas)
- 4 claras de huevo
- 200 gramos de crema de leche
- 200 ml de miel (150 ml de jarabe de azúcar)
- Dulce o mermelada de su preferencia
- 1 sobre gelatina sin sabor disuelta en $\frac{1}{4}$ de agua tibia
- Uvas pasas para decorar

PREPARACIÓN



Con un batidor manual, bata las claras de huevo a punto de nieve, mientras bate, vaya incorporando los 200 gramos de crema de leche poco a poco, luego, añada los 200 ml de miel y continúe mezclando, integre los 200 gramos de pulpa de chirimoya y, después, agregue la gelatina sin sabor previamente disuelta en agua tibia.

Mezcle hasta obtener una preparación uniforme y ligera. Distribuya en recipientes y refrigere durante 2 horas, decore con el dulce o mermelada de su preferencia y las uvas pasas, sírvase en copas y disfrute.



Chirimoya





INGREDIENTES



- 1 Kilo de yuca
- 3 astillas de canela
- 10 clavos de olor
- 50 ml esencia de vainilla
- 200 gr de azúcar
- 1 sobre Gelatina sin sabor disuelta en $\frac{1}{4}$ de vaso de agua tibia
- 1 litro de leche líquida
- Uvas pasas al gusto (patra decorar)
- 2 cocos
- 500 ml de agua

PREPARACIÓN



Coco



Cocine la yuca con clavos y canela, retire después de cocida las venas de la yuca, en la licuadora coloque tres partes de la yuca cocida para no forzar la licuadora. Añada la leche, también dividida en tres porciones, y licúe cada parte por separado. En la última licuada, agregue el azúcar, la vainilla y la gelatina sin sabor disuelta en un poco de agua tibia. Lleve la mezcla a una olla y cocine con canela hasta que hierva, luego apague el fuego y retire.

Mientras enfría, ralle un coco por la parte más gruesa para usar la rayadura como decoración, y licúe el otro coco con un poco de agua (500 ml de agua) para extraer la leche de coco. Cuele para separar la leche del residuo sólido, y mezcle este residuo con la base de yuca licuada. Con un batidor, añada la leche de coco a la mezcla de yuca, batiendo hasta lograr una consistencia espesa. Vierta la preparación en recipientes, decore con uvas pasas y el coco rallado, refrigere durante 2 horas y luego a disfrutar.



INGREDIENTES

- 100 gr de yuca cocida
- 200 gr de pulpa de coco sin sal y sin venas
- 5 limones de su preferencia (preferiblemente limón Tahití)
- 80 gr de azúcar
- Hielo al gusto
- 150 ml de agua



PREPARACIÓN

Coloque los trozos de coco en la licuadora con el agua, cuele para extraer la fibra y obtendremos la leche de coco que utilizaremos como base para el jugo, agregue la yuca cocida junto con la leche de coco y el zumo de los limones, licúe con hielo y azúcar al gusto hasta obtener una mezcla suave. Vierta en un vaso y disfrute bien frío.

Limón





INGREDIENTES

- 1 hoja de tuna pelada
- 1 rodaja de piña de 150 gr
- Zumo de 3 limones
- 300 ml de agua
- Hielo al gusto



PREPARACIÓN

Coloque en la licuadora la hoja de tuna, previamente pelada, lavada y cortada en trozos, junto con los trozos de piña.

Añada el agua y licúe. Luego, pase el jugo por un colador, triture hielo y agréguelo a la licuadora para frapearlo junto con el jugo. Sirva, añada zumo de limón, mezcle bien y disfrute.

← Piña

INGREDIENTES

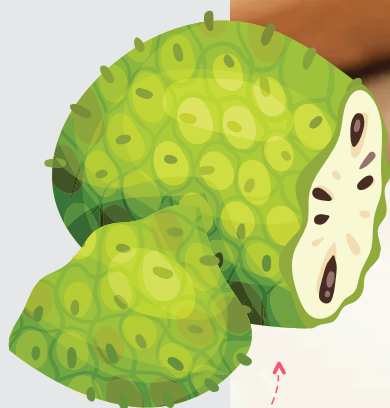


- 300 gr de guanábana, solo pulpa (sin semilla)
- 120 gr de azúcar
- Zumo de un limón recién exprimido
- 3 claras de huevo
- 1 sobre de gelatina sin sabor disuelta en $\frac{1}{4}$ de vaso de agua tibia
- Uvas pasas al gusto (para decorar)



PREPARACIÓN

En una licuadora coloque las claras de huevo, seguido aplique los 120 gr de azúcar y agregue los 300 gr de pulpa de guanábana, después incorpore la gelatina sin sabor previamente disuelta en agua tibia, licuar todos estos ingredientes por un minuto, durante el licuado agregue el zumo de un limón, lleve la mezcla a los recipientes, conserve en la nevera durante 2 horas, decore con uvas pasas, sirva y disfrute



Guanabana





INGREDIENTES

- 100 gr de pulpa de nísperos pelado
- 100 gr de azúcar
- 2 huevos
- 2 astillas canela
- 200 gr leche condensada
- 120 gr de azúcar
- 1 sobre de gelatina sin sabor disuelta en $\frac{1}{4}$ de vaso de agua tibia
- 100 ml de leche líquida
- 60 gr de mantequilla

PREPARACIÓN



Pele bien los nísperos y extraiga la pulpa, trocee los nísperos, en una taza de su preferencia plástica, agregue el azúcar, los huevos, la leche líquida, la leche condensada, la gelatina sin sabor disuelta, licuar hasta conseguir una consistencia cremosa.

Encerar con mantequilla un recipiente metálico, depositar la mezcla y llevar al refrigerador 2 horas. Servir y disfrutar (opcional decorar con miel)



Postres y Bebidas

MILO DE ALGARROBO CON BANANO

(8 vasos de 7 onz)

INGREDIENTES

- 150 gr de milo
- 1 banano
- 150 gr de leche en polvo
- Hielo al gusto
- 150 gr de algarrobo pulpa
- 500 ml de Agua
- 200 gramos de leche condensada
- Mezcla de canela en polvo y milo para decorar



PREPARACIÓN

En la licuadora coloque los ingredientes en el orden indicado el milo, banano, algarrobo, la leche condensada, la leche en polvo, hielo y agua, y licúe hasta lograr una consistencia cremosa y suave.

Luego, moje el borde de una copa de boca grande con un poco de agua y espolvoree con la mezcla de milo y canela en polvo. Sirva y disfrute.



Banano



Postres y Bebidas

**CANOÍTAS DE
MERENGUE DE
CHIRIMOYA**
RELLENO CON
FRUTAS
(6 porciones)

INGREDIENTES



- 100 gr claras de huevo
- 200 gr azúcar
- 100 ml de agua
- 10 gr canela en polvo
- Para el relleno:
- 100 gr de cada fruta melón, duraznos, fresas, piña, picadas en cuadros
- 150 gr azúcar granulada
- 150 gr de pulpa de chirimoya madura



PREPARACIÓN

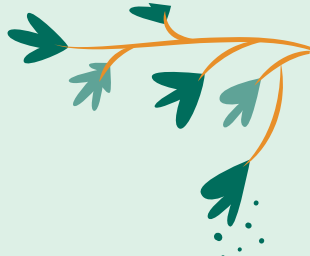
En un recipiente metálico, incorpore el azúcar y el agua, llévelos a fuego medio por un minuto y medio (para obtener un almíbar), utilice una batidora manual o eléctrica y bata las claras de huevo hasta punto de nieve, incorpore el almíbar hasta que se formen unos picos y la mezcla al dar la vuelta al recipiente no se desprenda, con una cuchara o con una manga pastelera forme las canoítas de merengue, deje secar para que tome consistencia.

Pique todas las frutas en cuadritos, colóquelas en un recipiente metálico cubra con agua, agregue azúcar y deje cocinar hasta obtener un almíbar, deje enfriar a temperatura ambiente para decorar.

En una tasa deposite la pulpa de chirimoya agréguele 100 ml de crema de leche y mezcle con la batidora por un minuto.

Después de estas preparaciones procedemos a armar, use las canoítas de merengue, rellene con la pulpa de chirimoya y decora con las frutas en almíbar y a disfrutar.





Bibliografía

CICH - Comisión de la Cuenca Hidrográfica del Canal de Panamá. (n.d.). *Achiote, Bixa orellana*. Retrieved June 1, 2024, from <https://www.cich.ac.pa/biodiversidad/>

Correa, A., Galdames, C., & Stapf, M. N. S. (2004). *Cat. Pl. Vasc. Panamá* (Vol. 1, pp. 1-599). Smithsonian Tropical Research Institute, Panama.

Duchen, P., & Beck, S. G. (2012). Estudio taxonómico de las Leguminosas del parque nacional Área Natural de Manejo Integrado (PN-ANMI) Cotapata, La Paz-Bolivia. *Revista Soc. Boliv. Bot.*, 6(1), 13-51.

Ducke, A. (1953). *As Leguminosas de Pernambuco e Paraíba*. *Mem. Inst. Oswaldo Cruz*, 51, 417-461.

Foro Nyéléni. (2007). *Declaración de Nyéléni 2007*. Foro Internacional sobre Soberanía Alimentaria, Nyéléni, Sélingué, Malí. Retrieved from <https://nyeleni.org/es/declaracion-de-nyeleni>

Forzza, R. C. (2010). *Lista de espécies Flora do Brasil*.

Health Sciences Institute. (2012). *Graviola and Cancer*. This week in the HSI forum. Retrieved January 30, 2012, from <https://www.hsibaltimore.com/>



Le Bellec, F., Vaillant, F., & Imbert, E. (n.d.). Pitahaya (*Hylocereus* spp.): a new fruit crop, a market with a future. Cirad, UPR Qualité des aliments, Cita, Univ. Costa Rica, 2060 San José, Costa Rica.

Sociedad Científica de San Fernando (Lima, Perú). (2007). Efecto citotóxico de *Annona muricata* (guanabana) en cultivo de líneas celulares de adenocarcinoma gástrico y pulmonar, 12(1).

Vallejo, M. A., & Oveido, F. J. (1994). Características botánicas, usos y distribución de los principales árboles y arbustos con potencial forrajero de América Central. In *Arboles y arbustos forrajeros en América Central* (Vol. 2, pp. 676-677). Centro Agronómico Tropical de Investigación y Enseñanza (CATIE), Turrialba, Costa Rica.

Vázquez-Yanes, C., Batis Muñoz, A. I., Alcocer Silva, M. I., Gual Díaz, M., & Sánchez Dirzo, C. (1999). Árboles y arbustos potencialmente valiosos para la restauración ecológica y la reforestación (Reporte técnico del proyecto J084). CONABIO - Instituto de Ecología, UNAM.



Calendario 2025

Enero

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
1			1	2	3	4	5
2	6	7	8	9	10	11	12
3	13	14	15	16	17	18	19
4	20	21	22	23	24	25	26
5	27	28	29	30	31		

Febrero

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
5						1	2
6	3	4	5	6	7	8	9
7	10	11	12	13	14	15	16
8	17	18	19	20	21	22	23
9	24	25	26	27	28		

Marzo

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
9						1	2
10	3	4	5	6	7	8	9
11	10	11	12	13	14	15	16
12	17	18	19	20	21	22	23
13	24	25	26	27	28	29	30
14	31						

Abril

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
14		1	2	3	4	5	6
15	7	8	9	10	11	12	13
16	14	15	16	17	18	19	20
17	21	22	23	24	25	26	27
18	28	29	30				

Mayo

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
18				1	2	3	4
19	5	6	7	8	9	10	11
20	12	13	14	15	16	17	18
21	19	20	21	22	23	24	25
22	26	27	28	29	30	31	

Junio

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
22							1
23	2	3	4	5	6	7	8
24	9	10	11	12	13	14	15
25	16	17	18	19	20	21	22
26	23	24	25	26	27	28	29
27	30						

Julio

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
27		1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31			

Agosto

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
31					1	2	3
32	4	5	6	7	8	9	10
33	11	12	13	14	15	16	17
34	18	19	20	21	22	23	24
35	25	26	27	28	29	30	31

Septiembre

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
36	1	2	3	4	5	6	7
37	8	9	10	11	12	13	14
38	15	16	17	18	19	20	21
39	22	23	24	25	26	27	28
40	29	30					

Octubre

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
40			1	2	3	4	5
41	6	7	8	9	10	11	12
42	13	14	15	16	17	18	19
43	20	21	22	23	24	25	26
44	27	28	29	30	31		

Noviembre

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
44						1	2
45	3	4	5	6	7	8	9
46	10	11	12	13	14	15	16
47	17	18	19	20	21	22	23
48	24	25	26	27	28	29	30

Diciembre

	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
49	1	2	3	4	5	6	7
50	8	9	10	11	12	13	14
51	15	16	17	18	19	20	21
52	22	23	24	25	26	27	28
1	29	30	31				

Sabores

del Bosque Seco Tropical:



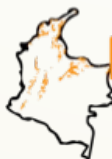
Gastronomía

y usos tradicionales de la flora

Municipio de San Cayetano



Fundación de **termotasajero**
colgener



Red BST-Col
RED BOSQUE SECO TROPICAL
COLOMBIA