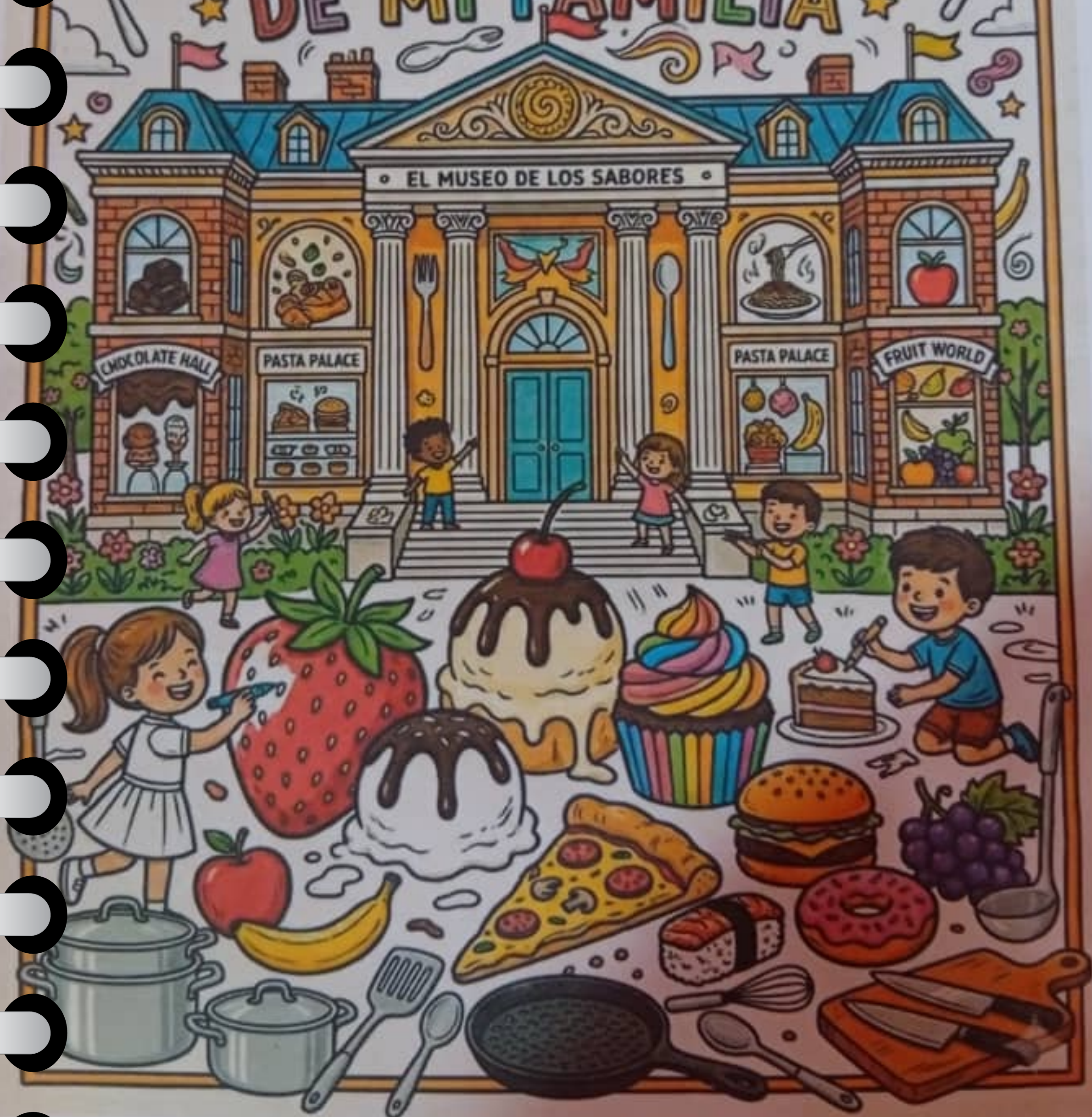


EL MUSEO DE LOS SABORES DE MI FAMILIA



Datos del Proyecto

Programa Papagayo
Fundación BBVA Provincial.

Este libro fue creado durante el año escolar 2025-2026 por los alumnos de 5^{to} grado Sección "A" de la Escuela Técnica Fé y Alegría Temblador.

Docente: Fabiola Donato.

Índice

Introducción	1
Sala 1: Objetos que hablan	
La olla del reencuentro	2
La cafetera de los abuelos	3
El ariño arepero	4
Sala 2: Recetas con historia.	
Arroz con caraotas	5
Pollo frito con arroz.	6
Las panguetas de la abuela Tibisay	7
Sala 3: La mesa de las fiestas.	
El cumpleaños de Alinson.	8
La fiesta de fin de año	9
Un viaje a la playa.	10
Sala 4: <u>Legendas</u> de cocina.	
El maíz que nunca perdió la fe.	11
El nacimiento de la caraota.	12
La arepa que visitó al Dios del volcán.	13

Sala 5: Sabores de la calle.
Don Ramón, el gran pescador
Edgar, el señor de las escobas
El vendedor de naranjas.

14

15

16

Agradecimientos y Autores
Agradecimientos
Nuestros Autores

17

18

Bienvenido a nuestro museo.

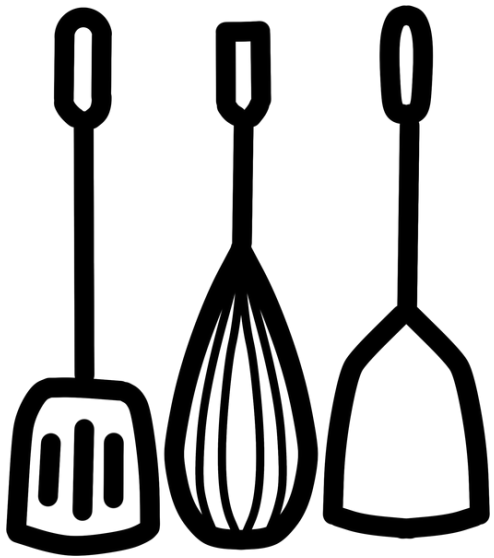
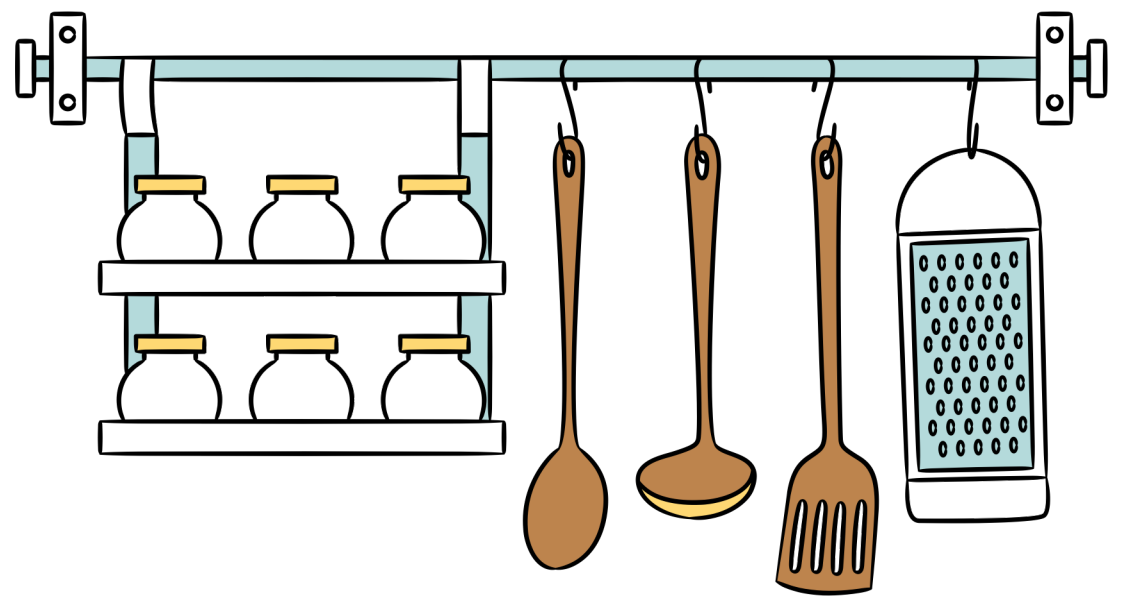
Este libro es un museo muy especial. No tiene paredes ni vitrinas. Sus piezas son los objetos de cocina que guardan las historias de nuestras familias venezolanas.

Aquí encontrarás cucharas que hablan, recetas que han viajado de generación en generación, fotos de mesas llenas de sabores y hasta los gritos de los vendedores de la calle.

Cada Texto fue escrito por un niño o niña de 5^{to} grado. Cada dibujo fue hecho con el corazón.

Esperamos que al recorrer este museo, ustedes También recuerden los sabores de sus propia casa.

¡Bienvenidos!



Sala 1. Objetos que hablan



La Olla del reencuentro

Yo soy la olla que hizo que la familia materna de Evangelina más conocida como la abuela Eva, se reúna todos los domingos.



Mi textura es suave, pero a la vez se siente que tengo alma. Si me hueles, percibirás el olor a Sancocho instantáneamente. Prueba la rica sopa que sale de mí, es puro sabor y calidez.

Sin embargo, no todo es color de rosa, por fuera soy fría pero por dentro guardo un fuego ardiente, tengo marcas de quemaduras por el fuego ardiente en mis pies, pero no duele, esas marcas son recuerdos de tanta vez que me puse en el fuego con cariño.

Mi familia descansa cuando huele mi comida. Y así, entre sorbos de sopa y risas, terminamos esta dulce despedida.

La Cafetera de los abuelos.



Yo soy la olla cafetera de esta casa, soy brillante como una estrella y todas las mañanas mi cuerpo se convierte en un volcán de sabor. Cuando el café está listo, suelto un aroma que despierta a todo el planeta, me siento muy feliz de ser el motor que enciende el día de mi familia.

Ese aroma atrae a todos a la casa de mis abuelos, donde las tardes están siempre llenas de gente. Es hermoso ver las caras de contento de los que están allí, disfrutando de cada palabra y de un buen café servido desde mi cuerpo, esta olla negra y doblada que tanto los cuida.



El Aripo arepero.

Yo el aripo arepero vengo de una generación donde arriba de mi cocinaban de todo, pase a otro dueño que es la hija de la señora Blanca y ahora con ellos llevo 14 años y todas las mañanas en mí asan arepas y en las noches también.

Por mí han pasado miles de miles de arepa, también me usan para tostar pan y a veces asan carne arriba de mí, de tanto uso, estoy un poquito más negrito, pero me siento feliz porque sé que soy la alegría de las mañanas y tardes en nuestro hermoso hogar.





Sala 2. Recetas con historias.



Arroz con caraotas

Hola, yo soy el plato de arroz con caraota, siempre me prepara la abuela Yajaira para todos los desayunos. Me pone una pizca de azúcar que me da un toque de dulzura y me vuelvo muy rico cuando me acompañan con tajadas y aguacate.

Cuando me prueban dicen que soy delicioso. Mi bisabuela aprendió hacerlo cuando trabajaba de cocinera en una casa, y luego le enseñó a mi abuela Yajaira, por eso cada mañana, mi abuela lo prepara con tanto cariño.

Ingredientes

- 1 Taza de arroz
- 1/2 Taza caraotas (ya cocidas)
- 1 Cucharadita de azúcar
- Tajada y aguacate al gusto.



Preparación.

- 1- Cocer el arroz con agua y sal hasta que este suave
- 2- Calentar las caraotas ya cocidas
- 3- Servir el arroz y agregar las caraotas.

Secreto de la abuela: Una pizca de azúcar en la caraotas.

Pollo Frito con arroz.

El pollo frito con arroz es mi plato favorito. Tiene mucho amor y cariño porque lo prepara mi abuela Nelly, a ella le queda delicioso porque lo aprendió de mi bisabuela Ester.

En mi familia, quien mejor cocina este plato es mi abuela Nelly, cuando como su comida, siento que todo está bien en el mundo. Por eso quiero que su receta quede guardada en nuestro museo.

Ingredientes



Pollo



1 Taza Harina trigo



Aceite para freír
Adobo y sal al gusto.



2 tazas de arroz



4 tazas de Agua.



Preparación.

Pollo frito: adobar los trozos de pollo con sal y adobo, pasarlos por harina de trigo. Freirlos en aceite caliente hasta que estén dorados.

Arroz: lavar el arroz, en una olla, poner el arroz con el agua y la sal, cocinar hasta que este suave.

Las Panguemas de la abuela Tibisay

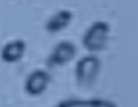
Mi plato favorito son las panguemas, porque son suavecitas y tienen un toque que te lleva al paraíso.

Mi mamá, María, aprendió a prepararlas de mi abuela Tibisay. Y mi abuela, pues ella siempre las hacía con mucho amor.

Cuando mi abuela las prepara, siempre compartimos en familia, Todos reunidos alrededor de la mesa, también las puede preparar con Chocolate o con fresas. ¡Así son aún más ricas!

El secreto más importante de todos no está en los ingredientes, está en el corazón de quien cocina. Dice mi mamá que el amor es lo que hace que las panguemas salgan deliciosas.

Ingredientes

-  2 tazas harina de trigo
-  2 Huevos
-  1 taza de leche
-  Chocolate
-  Azúcar al gusto
-  Agua

Preparación

Colocar en la licuadora todos los ingredientes, luego en un sartén colocar una porción y cocer por 1 min cada lado.





Sala 3. La mesa de las fiestas

El cumpleaños de Alinson.

Todos los 9 de enero se celebra mi cumpleaños, en mi familia, cuando es mi cumpleaños, a veces me hacen tortas, y a veces acompañan la torta con un exquisito "arroz chino" que prepara mi abuela.

Se reúne toda mi familia por parte de papá, y también viene mi tía por parte de mamá. Jugamos un juego que se llama "guacamaya", aunque ya sabemos cómo es, siempre nos equivocamos y nos reímos mucho.

Cuando estamos en la fiesta, huele a comida: la torta, el arroz chino... ¡Su sabor es fantástico! Mi papá es el DJ de los sonidos, él pone la música.

Yo capté una imagen inolvidable: toda mi familia reunida, riendo y compartiendo. Al final, me siento muy agradecido con mi familia y con Dios.



La Fiesta de Fin de Año.

Todos los años celebramos el 31 de diciembre: fin de año. Pero el año pasado fue diferente porque mi hermano, que tenía 5 años fuera del país, ¡Volvió! y celebró con nosotras.

Mi mamá dijo que hiciéramos las hallacas el 30 de diciembre, y todos aceptamos. Ese día, en la mañana, comenzamos a hacer las hallacas. El olor del sancocho era magnífico.

El 31 en la noche, a eso de las 8:00pm, nos reunimos con mis amigos, Comimos pan de jamón, hallaca, ensalada y jugo. La música sonaba fuerte.

A las 11:40pm empezamos a prepararnos, cuando se hicieron las 12:00, se escuchó el sonido de los fuegos artificiales. Fue un momento muy feliz para mí. Mi hermana estaba de nuevo en casa, y todo olía a Navidad.



Un viaje a la playa.

Un sábado por la mañana, fuimos a la playa. Nos reunimos en familia: tías, tíos, abuelos, primos y amigos.

Hablamos de muchas cosas bellas, mientras tanto, las olas chocaban con las piedras. Probamos cosas nuevas, y yo comí una rica torta de chocolate.

Jugué con la arena con una amiga, también vimos el atardecer, que era muy lindo, pero lo que más me gustó de todo fue compartir en familia, ese día no hubo prisa, solo risas, arena, mar y chocolate.





Sala 4. Leyendas de cocina



El maíz que nunca perdió la fe.

Érase una vez un maíz pálido como una porcelana, estaba muy triste porque no era como los demás, aunque se burlaban mucho de él, él no prestaba atención y tenía fe de que algún día sería como ellos.

No se esperaba que pronto pasaría algo. Una noche oró mucho para ser como los demás. Su mamá le decía "hijo, nunca pierdas la fe, porque Dios es muy bueno con sus hijos".

Luego hubo un día demasiado soleado, cuando el maíz se miró, dijo: ¡Guau! Dios es muy raro, pero nunca dejé de creer en Él! Los demás se quedaron sorprendidos porque el maíz estaba ahora con fuerzas y... ¡amarillo!



El nacimiento de la Caracota.

Érase una vez, hace mucho, mucho tiempo, en el Siglo XIX, hace años atrás. Las personas vieron que venía un meteorito hacia la tierra, aunque lloraron y pusieron todos sus esfuerzos para detenerlo, no pudieron.

El meteorito cayó e impactó fuerte contra la tierra. Hubo personas que perdieron sus cosas, cuando el meteorito impactó, desprendieron partículas y cayeron por todo el país.

Al día siguiente, el sol estaba demasiado caliente y nadie sabía la causa, las partículas se ahogaron y se esparcieron; una persona se acercó a protestar por las pérdidas y descubrieron que aquello se podía comer y lo nombraron Caracota.



La arepa que visitó al Dios del volcán.

Hace muchísimos años, la masa de la arepa no sabía muy bien, todos la odiaban por su amargura, se servía como una masa y a los campesinos se les obligaba comerla, pero un día eso cambió.

La arepa cobró vida y visitó al Dios de la lava, que se escondía dentro del volcán más activo del mundo. Solo los dignos podían pasar, era tan raro que había radiación.

La arepa hizo un plan para no morir. Una semana después, un científico le dio un traje para la radiación con una condición: no acercarse nunca más, la arepa aceptó, y así pudo entrar al volcán sin morir.

Camino, hasta el Dios de Lava, llegó, pero no todo era color de rosa, quedó tostada pero con mejor sabor. El Dios le dijo ¿Qué quieres? pero ya lo que ella quería estaba hecho, y se despidió; hasta el día de hoy, la arepa es tostada y sabe mejor.





Sala 5. Sabores de la calle.



Don Ramón, el gran pescador.

Don Ramón es un señor que vende pescado fresco, es un gran pescador. Sus pescados son muy deliciosos.

Viste con pantalón, camisa y delantal. Siempre va en una camioneta vieja y desgastada, con una cava atrás y grita:

¡Pescado fresco, traído del mar, el que no lo prueba no sabe nadar!

Lleva 5 años vendiendo en el barrio, todos los vecinos le compran porque su pescado es brillante y fresco. No solo vende aquí, también en matorín. Y en otras partes; pasa por mi casa muy temprano, mi mamá siempre lo espera y cuando lo prepara, el pescado queda exquisito y más cuando suena shhhhh al freirse.



Edgar, el señor de las escobas

Una mañana, un vendedor de limpieza pasó por mi casa. Se llama Edgar; viste una gorra roja y lleva los productos en su hombro. Trabaja muy duro, vende cloro, cepillos, coletes, rastrillos.

Para llamar a los clientes, grita con mucha gracia:

¡ Señora, llegaron los coletes, las escobas y rastrillos! ¡ Con esto su casa brilla más que mis zapatos viejos!

Pasa los sábado a las 10:00 am, lleva muchos años vendiendo, su papá fue fundador de una emisora de radio, por eso su voz se escucha tan fuerte, he observado los productos y se ven de muy buena calidad.



El vendedor de naranjas.

Juan es un vendedor de naranjas muy amistoso, todos lo conocen en nuestro pueblo, tiene una canastita amarilla llena de naranjas frescas. Viste con camisa blanca, pantalón y gorra roja.

Su pregón es corto pero picante:

¡Naranja, naranja, jugosa y bien dulce, la que no la prueba, es porque no la luce!

Pasa cada semana entre las 3:00 y 5:00 pm, las personas que la han probado dicen que son muy frescas jugosas y deliciosas.



Agradecimientos

Este museo no habría sido posible sin:

Nuestras familias, por prestarnos sus objetos y compartir sus recuerdos.

Nuestros abuelas y abuelos, por contarnos las historias que hoy viven en este libro.

Nuestra escuela, por apoyarnos.

El programa Papagayo y la Fundación BBVA Provincial, por invitarnos a crear.

Todos los que leen este libro y mantienen viva la memoria de nuestros sabores.

Gracias por recorrer nuestro museo.

Los niños y niñas de 5^{to} grado
Escuela Técnica Fe y Alegría Temblador

Nuestros Autores.

Arias, Nailibeth.
Bermudez, Danielis
Carpio, Ariannys
Carvajal, Victorian
Farias, Armarys
García, Loisbeth.
Medina Daviannys
Mota, Jesuliannys
Quijada, Leonardliz.
Rodriguez, Javielis
Simancas, Victoria
Veracierta, Alba.

Barreto, Daniel
Benavente, Adrián
Coraspe, Luis
Frederick, Luis.
García, José.
González, Ernesto
Gutiérrez, Willander
López, Marco
Palma, Alinson
Piano, David
Ramos, Luis
Robles, Ender
Sobero, Maximiliano.