

Laboratorios de Innovación Culinaria



Año 2023
Chiapas, Xochimilco y Oaxaca
*Emilio Hernández Martínez,
Adriana Cadena Roa, Lucía Pérez
Volkow, Reyna Domínguez Yescas,
Mariana Pineda Vásquez.*

Índice

01. Resumen

02. Objetivo(s)

03. Introducción

04. Metodología

05. Recetas

a. Chiapas

b. Xochimilco

c. Oaxaca

06. Agradecimientos

07. Referencias

Resumen



*Espumeras, preparando el atole para la fiesta.
Sto. Domingo Tomaltepec, Oax. Foto: Emilio Hernández (2023).*

La innovación es un proceso creativo que nos permite observar el mundo desde perspectivas frescas, desafiando las normas y redefiniendo nuestra relación con la vida cotidiana. Se trata de un cambio fundamental en la forma en que percibimos, pensamos y nos relacionamos con nuestro entorno (Dorst, 2018). En el ámbito culinario, este proceso no se trata simplemente de inventar nuevas recetas o técnicas, sino de adaptar y transformar los ingredientes, las herramientas y los métodos disponibles para dar vida a nuevos platillos, procesos y experiencias. Este enfoque nos brinda oportunidades de aprendizaje e inspiración para transformar nuestras dietas y los sistemas alimentarios locales, destacando y cuidando la interrelación entre nuestra salud y el territorio.

En este informe, daremos cuenta de los procesos de innovación culinaria, llevados a cabo en los tres sitios de trabajo de Cocina Colaboratorio durante el 2023, y compartiremos algunas de las creaciones y reflexiones de estos procesos participativos.

Destacamos la importancia de reconocer y valorar los conocimientos locales como base fundamental para la innovación. Cada comunidad aporta su propia riqueza de métodos y tradiciones culinarias, enriqueciendo nuestra capacidad de crear platillos más saludables y sostenibles a partir de recursos locales, explorando las potencialidades de los sabores y técnicas arraigadas en estas comunidades para cocinar algo nuevo y emocionante: platillos frescos, sabores inexplorados y nuevas posibilidades para alimentarnos con los suelos que pisamos.

Objetivos

- **Reconocer ingredientes y prácticas culinarias locales**
- **Activar espacios de experimentación y diálogo, alrededor de la cocina y los alimentos, para hablar de los deseos y cuidados futuros.**
- **Co-diseñar y compartir, con las comunidades, nuevas propuestas gastronómicas**



Primera cosecha. Santo Domingo Tomaltepec, Oax. Foto: Emilio H. (2023).

Introducción

Los patrimonios alimentarios representan la riqueza cultural y gastronómica de una sociedad, incluyendo recetas, técnicas culinarias y la simbología alimentaria. Preservar estos patrimonios es esencial para mantener viva la herencia culinaria de una comunidad y fortalecer su identidad cultural (Bak-Geller et al. 2019). En un contexto de transformación constante, donde los alimentos experimentan procesos de estandarización desde su producción hasta su preparación, la innovación culinaria emerge como una estrategia esencial para adecuar las tradiciones gastronómicas a las necesidades y demandas contemporáneas. La innovación no significa necesariamente desechar lo antiguo, sino encontrar formas creativas de fusionar la sabiduría culinaria del pasado con enfoques sostenibles y aprovechar los recursos y conocimientos disponibles.

La sostenibilidad es un pilar clave en esta interacción. La innovación culinaria, cuando se guía por la sustentabilidad, busca utilizar ingredientes estacionales y con una clara trazabilidad, aprovechar al máximo los alimentos, promover prácticas agrícolas respetuosas con el medio ambiente y crear platillos más saludables. Esto no solo beneficia al planeta al reducir la huella ecológica de la producción de alimentos, sino que también puede tener un impacto positivo en la salud de las personas y en la economía local.

En este contexto, la creatividad culinaria se convierte en un motor para la conservación de los patrimonios alimentarios, ya que permite a las comunidades adaptar sus tradiciones a los recursos disponibles y a los desafíos ambientales, como el cambio climático y la escasez de recursos naturales. Al innovar dentro del marco de las prácticas alimentarias tradicionales, se pueden descubrir soluciones que enriquecen nuestra experiencia gastronómica al descubrir nuevas formas de disfrutar de alimentos auténticos y que son parte de un ciclo respetuoso con el entorno.

En este sentido, durante este año, Cocina Colaboratorio llevó a cabo una exploración culinaria junto con los habitantes de Loma Bonita, Chiapas; Xochimilco, Ciudad de México; y Santo Domingo Tomaltepec, Oaxaca. Nuestro enfoque principal fue el reconocimiento de ingredientes y prácticas culinarias locales, donde colaboramos, principalmente, con productores y mujeres cocineras, para dialogar sobre aquello que valoran de su patrimonio alimentario, los sabores que anhelan, los que ya no están presentes y los gustos nuevos que han ido adquiriendo. A través de diversos encuentros, talleres y laboratorios, promovimos la colaboración activa entre Cocina Colaboratorio y las comunidades locales, para co-diseñar nuevas propuestas gastronómicas, con el objetivo de generar un impacto positivo perdurable en la alimentación y la cultura de los sitios de trabajo. Como resultado de estas experiencias quedan las recetas que a continuación compartimos.

Metodología

Cocina Colaboratorio ve la cocina como un espacio de co-creación donde las personas se conectan a través del cultivo, la preparación, el sabor, el compartir y la experimentación, generando plataformas, donde se mezclan perspectivas para generar nuevos conocimientos, prácticas y productos, en donde las aspiraciones se fusionan con la acción.

Participantes

Cocineras y cocineros, mujeres y hombres, jóvenes de las comunidades, agricultores y agricultoras. Estudiantes, investigadores, artistas y creativos, chefs, gastrónomos, representantes de grupos locales como asociaciones y ONG's.

Espacios

Espacios públicos como plazas, calles, o espacios designados para uso comunitario. Casas o traspacios de personas de las comunidades por invitación personal de ellas. Estos espacios se preparan acorde a la actividad y adecúan con los materiales necesarios para cocinar la receta.

Tiempos

- Planeación conjunta: 1 semana a 4 días antes de la actividad
- Colecta de ingredientes y materiales: 2 a 1 día antes de la actividad.
- Montaje y producción: 1 a 2 horas
- Actividad: 2 a 4 horas
- Desmontar y Limpiar: 1 hora

Herramientas

Espacios de inter-aprendizaje, pedagogías colectivas a través de la puesta en escena del cocinar en espacios privados y públicos. **Términos clave: arte social, cocina colectiva, comunalidad, pedagogías situadas, innovación culinaria.**

Los laboratorios culinarios se construyen siempre en colaboración con anfitrionas y anfitriones de la comunidad, generalmente las y los mismos agricultores agroecológicos y/o cocineras y cocineros locales.

Las acciones varían en tiempo y forma dependiendo de la receta que se va a cocinar, las y los anfitriones y los espacios. Cuando los talleres se hacen a forma de cocina móvil, se construye una cocina de forma temporal en espacios públicos y se cocina con los ingredientes provenientes de parcelas agroecológicas. Invitamos a personas que transitan los espacios, a agricultoras y agricultores, y a creativos de la cocina a colaborar en estas innovaciones. De igual forma, a veces estos encuentros suceden en casas particulares, traspatios o en las mismas parcelas agroecológicas.

Durante los distintos procesos, las conversaciones acerca de los ingredientes, la forma de cultivo agroecológico y nuevas técnicas culinarias son discutidas informalmente. Para poder capturar estos intercambios se recurre a la grabación en audio en algunas ocasiones, a las fotografías, a los dibujos y por supuesto al registro de las recetas. Estas recetas se cocinan y regresan a los participantes, o se imprimen en recetarios. De estos encuentros surgen formas distintas de ver (y saborear) a los alimentos y colaboraciones empáticas.



Cocina Laboratorio, Humedalia, Xochimilco, CDMX. Foto: Rubén Garay (2022).

Recetas Chiapas



Plantas silvestres del territorio. Loma Bonita, Chis. Foto: Lucía Pérez (2023).

En agosto del 2023, en Loma Bonita, Chiapas, se llevó a cabo un encuentro único en casa de uno de los productores y aliados del colectivo, en el que se convocó a la comunidad a participar en un laboratorio culinario, con el propósito de explorar las oportunidades que ofrecen las plantas silvestres comestibles, un tesoro que crece en las parcelas de la localidad.

Un grupo de mujeres de la comunidad y miembros del colectivo se aventuraron en una caminata por las parcelas para identificar y recolectar estas plantas. Juntas planearon los temas que guiarían el taller, considerando las características y preferencias de consumo de las plantas locales. El día del encuentro, la mesa se llenó de una variada selección de estas plantas, mientras se compartían historias sobre sus preparaciones y usos.

En la cocina, las manos hábiles dieron vida a tortitas de yuca, dulces y saladas, acompañadas de exquisitas salsas de matalí y dulce de pío. Mientras se cocinaba, las mujeres compartían sus saberes y experiencias, enriqueciendo la conversación con imágenes visuales sobre las plantas. Simultáneamente, se discutieron las

características clave que promueven el consumo de estas plantas, desde su ubicación hasta su durabilidad, en un intercambio enriquecedor.

El resultado fue un festín de tortitas de yuca, donde la hierba mora destacó como la más gustada y arraigada en la tradición local. La cercanía y el gusto se erigieron como las cualidades más relevantes para garantizar que estas plantas silvestres continuaran siendo parte de la dieta. El taller no solo motivó a explorar nuevas formas de consumir estas plantas, sino que también fomentó el intercambio de conocimientos entre los participantes.

A lo largo de la jornada, se reflexionó sobre el cambio en las preferencias de consumo desde la infancia hasta la edad adulta, señalando la importancia de equilibrar la innovación con las prácticas tradicionales. Se hizo hincapié en reconocer las dificultades o desafíos asociados con el consumo de plantas silvestres comestibles. Este encuentro no solo fue un banquete para el paladar, sino también un viaje que estimuló la mente y fomentó un mayor aprecio por los ingredientes tan peculiares que nos ofrece la tierra.



Cocina Colectiva. Loma Bonita, Chis. Foto: Lucía Pérez (2023)

Salsa de Matalí



Esta receta fue compartida por Celia, ella la aprendió de una amiga que vive fuera de Loma Bonita.

Ingredientes:

- 4 jitomates
- media cebolla
- un ajo
- chile al gusto
- 10 hojas de matalí

Preparación:

Se asan al comal los jitomates, cebolla, ajo, chile. El matalí se pica en pequeños trozos. Se muele todo a mano en un molcajete y se añade sal al gusto.

Dulce de Pío



Ingredientes:

- Pío
- Leche

Preparación:

Se saca la pulpa del pío y se licua con un poco de leche. Se sirve frío.

Tortitas de Yuca



Ingredientes:

- Yuca
- Aceite
- Sal
- Azúcar
- Miel

Preparación:

El mejor momento para cortar la yuca es la luna nueva, es cuando más agua tiene y queda mejor esta receta. La yuca se pela y se lleva a moler al molino. Lo ideal es cocinarla justo después de molerla, porque si no se amarga. Si por algún motivo no pueden esperar, lo que pueden hacer es añadir un poco de sal y meterla al refrigerador, pero su color dejará de ser blanco y poco a poco irá tomando un color café.

A la mezcla se le añade un poco de aceite. Las tortitas se pueden hacer dulces o saladas. Si las quieren dulces, se le añade azúcar o miel y si se quieren saladas solo con sal. Ya lista la masa, se acomoda una porción de ella, en una capa delgada sobre una hoja de plátano y se pone directo al comal a fuego lento. A las tortitas dulces les puedes añadir el dulce de pío y a las saladas la salsa de matalí.

Tortitas de Castaño



Ingredientes:

- Castañas
- Sal
- Azúcar
- Miel
- Masa de maíz

Preparación:

Se ponen a hervir las castañas, ya que el agua está hirviendo, se le añade sal. Una vez listas, se llevan al molino. Se le vuelve a añadir un poco de sal. Después las tortitas pueden ser dulces o saladas, las dulces llevan azúcar o miel y las saladas solo un poco más de sal. Se asan con un poco de aceite. Si la mezcla es muy líquida se le puede añadir un poco de masa de maíz.

Recetas Xochimilco



Mesas de trabajo y cocina colectiva. Xochimilco, CDMX. Foto: Rubén Garay (2023).

En el marco del Laboratorio-Convertatorio “Los Quelites como metáfora de la resistencia” que tuvo lugar en Humedalia, Xochimilco, el pasado 30 de septiembre, nos reunimos personas productoras y cocineras tradicionales de San Gregorio Atlapulco y el centro de Xochimilco, artistas, gestoras culturales, curadores de arte, biólogos e investigadores para compartir visiones, saberes y formas de relacionarnos con los quelites.

Un trabajo de investigación inspirador para comprender la resistencia a través de los quelites, fue facilitada por la artista e investigadora Beatriz Paz Jiménez que nos compartió su ponencia “Quelites anarquistas: entre la mirada del tiempo profundo y el quehacer de la política prefigurativa”. Y profundizamos en las dimensiones ecológicas, políticas, económicas, socioculturales y gastronómicas, mientras cocinamos y preparamos ensaladas de verdolagas, tortitas de amaranto con acelgas, salsas tatemadas con chiles criollos, tlaxcales con quelites, con la guía y cuidados de la antropóloga y cocinera tradicional Nora Estrada, e hicimos un acto político al comernos la resistencia.

Los quelites también fueron un cultivo detonador para las infancias, que hicieron sus bitácoras y tiñeron telas con tintes naturales de plantas que cosecharon en la chinampa. Este taller fue facilitado por el Colectivo La Palomilla, composición nosótrica.

"Los quelites pueden ser hojas, tallos, flores, bulbos; crecen a lo largo de la milpa, pero también de las laderas, en los márgenes de las parcelas, en la sierra, los bosques, en las orillas de los ríos. Han resistido durante milenios y están soportando la carga de los acuerdos de libre comercio y sus paquetes agrotóxicos, actúan con un perfil bajo, pero revitalizan las mesas y aseguran la supervivencia de muchas personas. Pueden ser sembrados, pero generalmente crecen por voluntad propia, en total ejercicio de su libertad, el linaje mesoamericano de los quelites resiste, resiste, resiste."

Ensalada de verdolagas con aderezo de guayaba y yerbabuena



Laboratorio-Conversatorio, Xochimilco, CDMX. Foto: Rubén Garay (2023)

Ingredientes:

- 2 Manojos de verdolagas (cocina)
- 1 kg de guayabas
- 1 manojo de yerbabuena (5 manojitos)
- ½ kg cebolla morada en media lunas
- 3 granadas (en temporada)
- 3 peras criollas
- 250 gr queso cotija desmoronado
- 1 medida sal de grano
- 1 ½ tz aceite de oliva
- ⅓ tz vinagre de Jamaica
- ½ cda pimienta
- ¼ kg limón

Preparación:

Para la ensalada lava las verdolagas, luego córtalas en trozos pequeños. Corta en medias lunas las cebollas, las peras en rodajas delgadas y mezcla con las verdolagas en un recipiente.

Para el aderezo quítales las semillas a las guayabas y corta finamente, pica la yerbabuena finamente y mezcla con sal, aceite, jugo de limón, vinagre y pimienta.

Vierte el aderezo sobre la mezcla de verdolagas y esparce las granadas y el queso. Sirve y disfruta.

Tlaxcales con quelites

de la abuelita Tonantzin Amalita Salon



Laboratorio-Conversatorio, Xochimilco, CDMX. Foto: Rubén Garay (2023)

Ingredientes:

- Recolección de quelites (dientes de león, rabos de rábano, betabeles, acelgas)
- 3 kg de masa de maíz criollo
- 100 gr de manteca
- 3 cdas de sal

Preparación:

Integra la manteca con sal y la masa, hasta que se forme una mezcla homogénea y reserva. En otro contenedor, pica finamente los quelites y mezclalos.

Forma bolitas de la masa y mezclalos con un puñito de quelites.

Pon a calentar un sartén y agrega una cucharada de la mezcla anterior; dora por ambos lados y, con la ayuda de una pala, dales forma de triángulo.

Retira del fuego y reserva. Disfrutalos calientes y acompáñalos con salsa.

Salsa tatemada de jitomates y chiles criollos con cilantro y papalo quelite



Laboratorio-Conversatorio, Xochimilco, CDMX. Foto: Rubén Garay (2023)

Ingredientes:

- Jitomates
- Chiles criollos
- Cilantro
- Papalo quelite

Preparación:

Asa los jitomates y chiles criollos en un comal o sartén caliente hasta que la piel se tueste y se infunda el ahumado. Retira la piel quemada de los jitomates y desvena los chiles criollos. Puedes dejar algunas semillas si prefieres un toque más picante. Coloca los jitomates y chiles en un molcajete o licuadora. Agrega cilantro al gusto y machuca hasta obtener una mezcla homogénea. Añade hojas de papalo quelite a la mezcla y vuelve a procesar hasta que las hojas se incorporen y la salsa tenga la consistencia deseada. Añade sal al gusto. Disfruta y comparte.

Recetas Oaxaca



Cosecha en la Huerta. Sto. Domingo Tomaltepec, Oax. Foto: Emilio H. (2023).

La Huerta Revuela fue un experimento llevado a cabo en Santo Domingo Tomaltepec entre septiembre del 2022 y mayo del 2023, como parte de una investigación que exploró las oportunidades y las barreras para una mayor adopción de prácticas agroecológicas en los Valles Centrales de Oaxaca.

El objetivo fue encontrar una mezcla de especies que permita manejar varios cultivos a la vez y generar un ecosistema multifuncional que no dependa de insumos o agroquímicos externos. El experimento consistió en probar distintas combinaciones de cultivos para el contexto de Tomaltepec. Se sembraron diferentes consorcios de 8 hortalizas (acelga, tomate silvestre, garbanzo, betabel, miltomate, espinaca, apio y cebolla) y se comparó qué combinaciones obtienen mejores resultados (cosecha, cobertura y humedad del suelo, protección contra herbivoría, y biomasa para abono orgánico).

Con la Huerta Revuelta, descubrimos que "la forma de combinar las especies no tenía mucha importancia, por lo menos en la primera cosecha, pero que sí había ciertas especies que juntas brindaron, ¡muchas ventajas! Los cultivos que más ayudaron a mantener la humedad del suelo eran el tomate silvestre y la acelga. El garbanzo y el miltomate se cosecharon muy bien; fueron resistentes a la herbivoría, cubrieron muy bien el suelo para proteger contra la maleza, y producen mucha biomasa para reintegrar al suelo como abono orgánico. Además, el garbanzo fija nitrógeno para los cultivos vecinos.

Para socializar los resultados de este experimento con la comunidad, llevamos a cabo una serie de encuentros, en los que se expusieron los descubrimientos pero también se aprovechó para invitar a probar algunos platillos preparados con la cosecha de la huerta, como el amarillo de garbanzo, ensalada de espinacas con queso y pasteles de betabel y garbanzo, estos últimos llamaron mucho la atención de las personas, pues no podían adivinar con qué estaban preparados, así que, por petición de los asistentes, organizamos un encuentro al cual llamamos: Cocina de la Huerta: Laboratorio culinario de postres y conservas con hortalizas, en el que se invitó a experimentar y conocer nuevas formas de preparar deliciosos postres y conservas utilizando las hortalizas frescas de nuestras parcelas.

Mermelada de Miltomate



Mermelada de Miltomate. Sto. Domingo Tomaltepec, Oax. Foto: Emilio H. (2023).

Ingredientes:

- Miltomate 2 kg
- Azúcar 1 kg
- Jugo de 5 limones
- 1 rajita de canela (opcional)

Preparación:

Lavar los miltomates y cortar en 4 partes el miltomate. Extraer el jugo de los limones por separado. En una olla se coloca el miltomate cortado, el azúcar y el limón se pasa por un colador y se pone a fuego hasta que espese la mezcla . La mezcla se deberá estar moviendo constantemente para evitar que se pegue. Se envasa en un frasco de vidrio y se conserva en refrigeración.

Pastel de Betabel



Pasteles de la Huerta. Sto. Domingo Tomaltepec, Oax. Foto: Emilio H. (2023).

Ingredientes:

- 2 tazas de garbanzo molido
- 1 taza Betabel molido o jugo de betabel
- 1 taza de Mantequilla derretida
- 1 taza de Zanahoria rallada
- 1 cucharada de royal
- 2 - 4 huevos
- Canela opcional
- Vainilla opcional
- 1 taza de azúcar

Preparación:

- Se agrega en un bowl el garbanzo, el royal y se mezcla
- Se agrega el jugo de betabel, la mantequilla y huevos
- Se mezclan todos los ingredientes hasta que se integren homogéneamente.
- Se agrega zanahoria rallada, vainilla y canela.
- Se engrasa los moldes con mantequilla y se espolvorea harina
- Se agrega la mezcla al molde y se mete al horno por 35 min aprox. A 180 C

Pastel de betabel con naranja y zanahoria



Pasteles de la Huerta. Sto. Domingo Tomaltepec, Oax. Foto: Emilio H. (2023).

Ingredientes:

- 2 tazas de harina de garbanzo
- 1/2 taza de azúcar
- 3/4 de taza de betabel molido
- 1 cucharada de royal
- 1 taza de mantequilla derretida
- 2 huevos
- Jugo de 4 naranjas
- 2 zanahorias ralladas

Preparación:

Se coloca primero los secos en un bowl que son la harina, azúcar, royal y betabel molido . Se le agrega los huevos, el jugo de la naranja, la mantequilla y la zanahoria rallada. Se mezcla todos los ingredientes hasta integrar homogéneamente. Se engrasa el molde con mantequilla y se espolvorea con harina .Se vierte la mezcla en el molde y se lleva al horno por 35 minutos a 180 C. Para asegurarse que el pastel esté en su punto se verifica con un palillo y este tiene que salir limpio.

Agradecimientos

Queremos agradecer a todas y todos los participantes en estos espacios de innovación culinaria, quienes brindaron sus ideas, su tiempo, sus ingredientes y su expertise. Estos laboratorios no serían posibles sin las personas que apoyaron en la ideación y organización de cada uno de los espacios de intercambio.

Este recetario es posible gracias al trabajo de todo el equipo de Cocina Colaboratorio en Loma Bonita, Santo Domingo Tomaltepec y Xochimilco, entre el 2018 y el 2023.

Especialmente gracias a: Nora Estrada, Beatriz Paz, Armando Tovar, Paulina Vega Bolaños, Alejandro Gonzale, Ixin Marcos Cebada Arenas, , Guadalupe Hernández , Jennifer Temimilpa, Montserrat Macías, Diana Guzmán, Rafael Lombera, Oralia García, Pau Ballesteros, Kika Gutiérrez, Nelva Jamangapé, Lila Jamangapé, Freddy Montalvo, Kevin Arvizu, Doña Josefina, Gabriela Alejandra Morales, Julio Sarabia y Mayam Escobar, Eduardo Escudero, Lizbeth Pérez, Josefina Hernández, Taide Martínez, Reyna Domínguez, Ana Salazar Nieto, María Isabel Martínez, Himelda Hernández, Josefina Pérez, María Francisca Ramírez, Julia Juárez, Yesenia Sosa, Juana Espinosa, Gabriela Robles, Angélica Robles, Margarita Martínez, Estela Martínez, Feliciano Galván, Manuel Juárez, Valentina Pérez, Paola Miguel, Feliciano Galván, Abiael Yescas, Mabel Sánchez, y Patricia Balvanera.



Referencias

Bak-Geller Corona, S., Matta, R., Suremain, C. É. (eds.) (2019). *Patrimonios alimentarios: entre consensos y tensiones (Vol. 1)*. El Colegio de San Luis.

Dorst, Kees (2018). *Notes on Design: How Creative Practice Works*. Laurence King Publishing.

Cocina CoLaboratorio

es un laboratorio transdisciplinario que reúne a comunidades de agricultores y productores, académica/os, creativa/os y chefs alrededor de la mesa de cocina para intercambiar saberes y prototipar nuevas de relacionarnos a sistemas agroalimentarios más justos, solidarios y resilientes. Un laboratorio de creación e innovación que busca conciliar la restauración del paisaje y el cuidado de la biodiversidad con la producción de alimentos, y los modos de vida agro-rurales y agro-urbanos.

Este reporte se elaboró en el año 2023 en el marco del proyecto *Cocina Colaboratorio* y es posible gracias a: Universidad Nacional Autónoma de México a través del Instituto de Investigaciones en Ecosistemas y Sustentabilidad. PRONACE-CONACYT No. de proyecto: 319065; PAPIIT No. de proyecto: IV-200120; Fondo para el Medio Ambiente Mundial-9380-Agrobiodiversidad Mexicana CONABIO IE-20409; Imagining Futures Grant by Arts and Humanities Research Council, GCRF Network+ funded by the UKRI; SRI2023 Ideas Market Prize funded by Future Earth.

www.colaboratorykitchen.com

