



Andrés Bermúdez Liévano / Margarita Martínez Escallón  
Centro Latinoamericano de Investigación Periodística  
2025

# Apto para curiosos

*Una guía de productos  
de quienes salieron de la coca  
o están haciendo cosas novedosas con ella*



**Friedrich  
Ebert**   
**Stiftung**

## Pie de imprenta

© 2025 FES (Friedrich-Ebert-Stiftung)

### Editor

Friedrich-Ebert-Stiftung Colombia (Fescol)

Calle 71 n° 11-90, Bogotá

<https://colombia.fes.de/>

### Responsables de la publicación:

Oliver Dalichau, Representante de la Fundación Friedrich-Ebert en Colombia

### Coordinadora del proyecto

Catalina Niño Guarnizo

### Contacto:

[catalina.nino@fes.de](mailto:catalina.nino@fes.de)

### Diagramación

[vargasramirezangela@gmail.com](mailto:vargasramirezangela@gmail.com)

Las fotografías incluidas fueron una contribución de los autores y las iniciativas reseñadas para esta publicación.

Las opiniones expresadas en este documento no representan necesariamente las de la Fundación Friedrich-Ebert (FES).

No se permite el uso comercial de los materiales editados y publicados por la Fundación Friedrich-Ebert (FES) sin autorización previa por escrito de la FES.

Las publicaciones de la Fundación Friedrich-Ebert no deben utilizarse con fines electorales.

ISBN 978-958-8677-92-7

**Andrés Bermúdez Liévano / Margarita Martínez Escallón**  
**Centro Latinoamericano de Investigación Periodística**  
2025

# **Apto para curiosos**

*Una guía de productos  
de quienes salieron de la coca  
o están haciendo cosas novedosas con ella*

# Contenido

Introducción .....	3
1 Pimienta para todos los gustos .....	4
2 Galletas para “comerse el estigma” .....	5
3 Chocolates hechos por la segunda generación fuera de la coca .....	7
4 Moda color coca .....	9
5 Café protector de los páramos .....	10
6 Pastillas de mambe para el cansancio .....	11
7 El cada vez más popular superfruto de la Amazonia .....	12
8 Helado de mambe de coca .....	15
9 Palmitos a la francesa .....	17
10 Bebidas a base de coca .....	18
11 Coca en la alta cocina .....	19
12 Las otras frutas amazónicas .....	20
Para saber más .....	20

# Introducción

*«Cada vez que compras algo, estás votando por el tipo de mundo en el que quieres vivir», dice la escritora y educadora Anna Lappé.*

En Colombia, cientos de comunidades campesinas han cambiado los cultivos de coca o amapola por otros. Otras tantas vienen experimentando con usos innovadores de la hoja de coca. En ambos casos, buscan alternativas de vida rentables, sostenibles en el tiempo y que las alejen de la violencia que acompaña al narcotráfico que ha capturado estas plantas y a quienes las cultivan.

Algunas lo han hecho solas, otras con el apoyo del Estado o de agencias de cooperación internacional. Muchas continúan sus apuestas en regiones cuyas condiciones de seguridad siguen siendo precarias o se han deteriorado en años recientes. En todos los casos, lideran procesos ambiciosos de transformación comunitaria en muchos de los rincones de Colombia históricamente más golpeados por la violencia, la pobreza, la ausencia de bienes y servicios públicos como vías y, de manera más amplia, por la falta de oportunidades.

Sus historias son inspiradoras. Pero, además, sus productos –desde chocolates, cafés y sorbetes de asaí hasta pastillas de mambe y chales de seda– son de altísima calidad. Por eso creemos que te puede interesar saber dónde encontrarlos en ciudades de todo el país –desde Bogotá, Cali y Medellín hasta Leticia, Mocoa y San José del Guaviare– o en sus canales de venta directa, para cuando quieras darle a alguien o darte a ti mismo un regalo especial con un legado de paz.

Sabemos que por sí solos estos procesos comunitarios no pueden derrotar al narcotráfico o modificar políticas estatales de drogas que han repetido errores una y otra vez. Pero también que su éxito es clave para que muchas regiones de Colombia tengan una voz en la discusión nacional y global sobre qué puede funcionar.

Tú, como ciudadano o ciudadana consciente, eres fundamental para ayudarles a florecer.

*Acá te presentamos dieciséis iniciativas que lo están haciendo, organizadas en doce tipos de productos y alternando entre sustitución y usos alternos.*



# 1

## Pimienta para todos los gustos



A partir de 2007, muchas veredas de La Hormiga (municipio Valle del Guamuez, departamento de Putumayo) se fueron llenando de enredaderas de las que cuelgan decenas de racimos de diminutas pepas negras y rosadas.

Esos frutos, cosechados a mano y secados en invernaderos cilíndricos de los que salen nubes de vapor hirviendo como un sauna, son el principal ingrediente de uno de los procesos de sustitución de coca más interesantes que ha visto Putumayo: una pimienta de altísima calidad, muy fragante y valorada por restaurantes como Wok y Crepes & Waffles.

Sus setenta cultivadores están agrupados en la Asociación Agropimentera del Valle del Guamuez (Asapiv), y repartidos por La Hormiga y los municipios vecinos de Orito y San Miguel. Aún intentan sobreponerse a un problema que hace una década puso a tambalear un proceso exitoso de sustitución: cargamentos de pimienta de contrabando y mucho menor calidad empezaron a atravesar la frontera porosa con Ecuador y les quitaron parte de su mercado. El problema sigue sin resolverse, pero los precios se han recuperado parcialmente y ellos continúan vendiendo su pimienta orgánica.

Hoy tienen una línea de pimientas con su propia marca, Pikhuna, ideal para amantes de la cocina: pimienta blanca, negra y roja, en grano o molida, mezclada con condimentos como cúrcuma, jengibre, limón o hierbas finas como tomillo, orégano y laurel. Es decir, para todos los gustos.

“A nosotros, menos mal, lo que nos sobra es la persistencia”, dice Fray Jorge Cueltan, uno de los campesinos que ayudó a fundar la cooperativa.



Síguelos

En Instagram: @putumayo\_pikhuna

En Facebook: Pimienta Pikhuna

### ¿Dónde se consigue?

En Bogotá	→ Tienda de la Empatía: calle 119B n° 5-28.
En Cali	→ La Báscula Cocina & Especias: carrera 5 n° 3-26.
	→ La Gran Pimienta: carrera 8D n° 73-108.
En Medellín	→ Palapa Especias & Frutos Secos: calle 45 n° 79A-100, Plaza de Mercado La América.
En Cartagena	→ Spicarium: calle 29 avenida n° 19-08 4ta, Manga.
Tiendas virtuales	→ Tiendas virtuales de Mucho <a href="https://comemucho.com/collections/stock">https://comemucho.com/collections/stock</a>
	→ Tienda de la Empatía: <a href="https://latiendadelaempatia.com/">https://latiendadelaempatia.com/</a>

## ¿Quiénes la usan?

En Mocoa, el restaurante Amazónico Proyecto Investigativo: carrera 9 con calle 11, cuyo chef Mauricio Velasco prepara platos innovadores con ingredientes selváticos, como gusanos mojoyjoy rellenos de pescado, costillas de pirarucú o cuscús de fariña.

## 2 Galletas para “comerse el estigma”

La hoja de coca tiene tantas propiedades nutricionales que la harina hecha a partir de ella tiene más calcio que la leche, más potasio que el banano y más proteína que la quinua, según encontraron investigadores culinarios del Instituto Gato Dumas en Bogotá.

Al menos cuatro iniciativas están aprovechando esas cualidades para preparar galletas, usando harina hecha con hojas de coca pulverizadas y cultivadas orgánicamente por campesinos e indígenas locales.

En San José del Guaviare, Alejandra Ballén y Juliana del Cairo fundaron Cocalletas Repostería, y hacen no solo galletas sino pan, chocolate y té.



En Popayán, Lina María Pérez fundó Mama Cocca y, además de galletas, hornea alfajores, tortas, bizcochos tres leches, hojaldres y hasta la tradicional carantanta caucana.

En Florencia, Julián Charry creó sus marcas Dulce Selva y Macadamia Cocina y Repostería para vender sus galletas, tortas y braunís, y en ocasiones especiales también prepara pizzas y pastas con masa de harina de coca.

Y en el corregimiento de Lerma del municipio de Bolívar, en el departamento de Cauca, que ha sido un enclave para la investigación de derivados de la hoja de coca orgánica, las mujeres de la Escuela Agroambiental Arraigo crearon la empresa Hayu Guas que también las prepara.

Todas buscan, como dice el lema de Cocalletas, que nos “comamos los estigmas” en torno a la hoja de coca.

“Para nosotros es importante resignificar los usos de la hoja de coca y resaltar sus propiedades nutricionales, pero también el trabajo hecho por años por comunidades indígenas y campesinas en nuestro país”, dice Alejandro Ballén, de Cocalletas.

“Yo hago muchas cosas de repostería ‘normal’, y a raíz de un concurso en el que participé con un pan con harina de coca me di cuenta de que es posible hacer todo lo que hago con ella. Me puse a ensayar... ¡y salió buenísimo!”, dice Lina María Pérez de Mama Cocca. “Encontré el balance perfecto para que no pierda la textura original, tenga un sabor delicioso y además conserve todas las propiedades de la planta”.



## Síguelos

**En Instagram:** @cocalletas.gua  
 @hayuguas\_6, @mama\_cocca  
 @dulceselva.mac y @macadamiacocinayreposteria

**En Facebook:** Hayu Guas  
 Cocalletas.Guav - Repostería.

## ¿Dónde se consiguen?

<b>Galletas Mama Cocca</b>	En Popayán	→ Tienda Regional del Macizo Carrera 4 n° 0-54.
	En canales directos	→ Instagram: @mama_cocca
<b>Galletas Cocalletas</b>	En San José del Guaviare	→ En el Fondo Mixto de Cultura del Guaviare, en el centro cultural.
		→ Huellas del Guaviare Carrera 23 n° 7-96, junto al hotel Colombia.  → Arte y Naturaleza Aeropuerto Jorge Enrique González Torres, local 2.
	En canales directos	→ En WhatsApp: 313 315 17 64.
<b>Galletas Dulce Selva</b>	En Florencia	→ Café Kaaba Calle 15 n° 14-14.
		→ Aromas de la Amazonia Carrera 12 n° 12-49.
		→ En La Montañita, en la Reserva Natural.  → Ecoturística Las Dalias: km 4, vereda Morros.
En canales directos	→ Instagram: @dulceselva.mac o @macadamiacocinayreposteria  → WhatsApp: 310 628 09 25.	



### 3

## Chocolates hechos por la segunda generación fuera de la coca



Desde hace una década, el occidente de Boyacá no tiene casi coca, que había proliferado tras la violencia en torno a las esmeraldas en los años ochenta. La piedra angular de ese impresionante proceso de transformación regional fue un grupo de campesinos que la arrancaron y le apostaron al cacao.

Ahora, los hijos de esos antiguos coccaleros están llevando el negocio comunitario en direcciones que sus padres ni siquiera soñaron, subrayando una pregunta que pocas veces se hace al hablar de cultivos de uso ilícito: ¿qué pasa con la siguiente generación cuando no hay coca?

“Nosotros heredamos de nuestros padres una tierra de violencia. Los hijos de quienes cargamos con el proceso de sustitución tienen hoy una visión distinta y no les interesa nada la violencia”, dice Juan Antonio Urbano, quien lideró el proceso de sustitución en Pauna y luego gerenció las tiendas Distrito Chocolate que tuvo la Red Nacional de Cacaoteros en Bogotá.

Sus hijos, Nicolás, un ingeniero agroindustrial de 28 años, y María José, una administradora de empresas de 24, crearon Kakaoteros, una marca de chocolates especiales que ya tiene una decena de productos: barras de chocolate en leche, con arándanos, con uchuvas, con naranja seca, nibs de cacao tostado y caramelizados para picar, pastillas de chocolate para tomar, desde sin azúcar hasta con té chai o naranja y menta, la potente chúcula boyacense que mezcla chocolate con varios granos...



En Instagram: [@kakaoterosoficial](#)  
En Facebook: [Kakaoteros](#)  
Página web: [www.kakaoteros.com](http://www.kakaoteros.com)

## ¿Dónde se consigue?

<b>En Bogotá</b>	→ Casa Magola Buendía Carrera 3 n° 17-60.
	→ Nuestra Herencia Café Calle 11 n° 2-11.
	→ Barichara Calle 45 n° 22-01.
	→ Café La Mata Carrera 13 n° 93-72.
	→ Casa de la Paz La Trocha Carrera 13 n° 36-37.
	→ Vinos Wine Vox Carrera 7 n° 180-75, Codabas, módulo 5, local 14.
	→ La Tienda de la Empatía Calle 119B n° 5-28.
	→ Aromas de Mi Tierra Calle 12 n° 1-40, local 25.
	→ Tienda por la Paz Calle 10 n° 4-10.
	→ La Roja Casa Cultural: Calle 45 n° 18A-05.
	→ Café Sexto Sentido Calle 125 n° 20-86; y avenida carrera 19 n° 120-71.
	→ Matria Café Carrera 13 n° 28-27, Parque Central Bavaria.
	→ Di Amato Chocolatería Calle 12D Bis n° 2-17.
→ En la carpa del mercado de Usaquén los domingos Carrera 6A entre calles 119 y 120A.	
<b>En Pauna (Boyacá)</b>	→ Tienda Kakaoteros Calle 5 n° 5-40.
<b>Tiendas virtuales</b>	→ Tiendas de Mucho: <a href="https://comemucho.com/collections/stock">https://comemucho.com/collections/stock</a>
	→ La Tienda de la Empatía: <a href="https://latiendadelaempatia.com/">https://latiendadelaempatia.com/</a>



# 4

## Moda color coca

Buena parte de las propiedades medicinales y nutricionales de la planta de coca se conocen desde hace un siglo. Hasta ahora, sus usos industriales han sido menos visibles.

En 2022, las mujeres de la Asociación Agroarte en el Cauca empezaron a experimentar. Sumergieron prendas en baños calientes de tintura de hojas de coca, agregando mordientes de extracción química y natural para cambiar el pH de la infusión y añadiéndole otras sustancias como hierro, alumbre o ácido cítrico. Como resultado, lograron noventa y seis tonalidades distintas. Luego, con esa paleta de verdes, ocres y marrones comenzaron a tinturar distintas fibras textiles como la seda producida por gusanos criados en plantas de morera en el municipio de El Tambo y transformados en hilos.



Esos colores son el secreto detrás de sus elegantes prendas –desde chales, bufandas, blusas y ruanas hasta bolsos, aretes, gargantillas y broches– que llevan las tintas naturales obtenidas a partir de la coca. Hasta ahora han lanzado dos colecciones de prendas –Memorias Transformadas en Color y Munchique, como el parque nacional caucano– y trabajan en el proyecto Pajarita Caucana, en alianza con el estudio de diseño Ginger Blonde.



**Síguelos**

**En Instagram:** @agroarte\_artesanias  
@pajaritacaucana

**En Facebook:** Ginger Blonde  
Agroarte-100-SEDA-100054518287836

**Página web:** <https://agroarte.org/>

### ¿Dónde se consigue?

→ En canales directos de venta de Agroarte en su tienda virtual: <https://agroarte.org/catalogo/>

# 5

## Café protector de los páramos

Hace dos décadas, el resguardo indígena de Aponte (ubicado en el municipio de Tablón de Gómez, departamento de Nariño) no parecía un territorio de los inga, único pueblo indígena en Colombia heredero del vasto imperio incaico que se extendió desde Chile y Argentina hasta Nariño.

Allí ya no se celebraba su carnaval del atún puncha, casi nadie vestía la cusma o la pacha y apenas un puñado de personas hablaban inga. Su identidad se había desvanecido, a la par del boom de la amapola que les dejó las 2.000 hectáreas cultivadas y miles de pobladores no indígenas.

Cansados de la violencia y de la convivencia forzada con tres grupos armados, los inga tomaron una decisión radical: arrancaron la amapola y sembraron con café las empinadas laderas de su resguardo. Empezaron así un proceso de rescate cultural que los llevaría a recuperar su lengua, su vestido tradicional, su conexión con el páramo vecino, su plan de vida y, sobre todo, su orgullo indígena.

El café Wuasikamas –“guardián del territorio” en inga– simboliza ese revolcón.



Como dice Liliana Armero, una de sus líderes, “lo básico es que los pueblos indígenas nos demos cuenta de que estamos en peligro por personas ajenas y que somos los que ponemos la tierra, los muertos y la identidad perdida. Y que si no nos organizamos, no podremos transformarnos”.

Durante varios años tuvieron, en el barrio La Candelaria de Bogotá, un café llamado también Wuasikamas, que ellos mismos operaban, pero que debieron cerrar por la pandemia de covid-19. Desde entonces venden su café especial de manera directa.



**Síguelos**

En Instagram: [@wuasikamas](#)

En Facebook: [Cafewasikamas](#)

### ¿Dónde se consigue?

Canales directos de venta de Wuasikamas	
Instagram	→ <a href="#">@wuasikama</a>
Correo electrónico	→ <a href="mailto:cafewasikamas@gmail.com">cafewasikamas@gmail.com</a>
WhatsApp	→ 310 472 95 81
Página web	→ <a href="https://www.wuasikamas.com/">https://www.wuasikamas.com/</a>

## 6

# Pastillas de mambe para el cansancio

Desde hace siglos, los indígenas de los Andes usan el mambe de hoja de coca para disminuir el cansancio o el apetito, cualidades que admiraron incluso los colonizadores españoles que estigmatizaron a la planta, y que desde entonces han llamado la atención de científicos y botánicos.

Actualmente, una empresa de Bogotá vende mambe de coca, preparado por una veintena de familias indígenas en los departamentos de Cauca, Caquetá y la Sierra Nevada de Santa Marta, en un conveniente formato de pequeñas pastillas. “Queremos que las plantas milenarias hagan parte del diario vivir y sean agradables al paladar de las nuevas generaciones”, es la filosofía de Del Cóndor, fundada por el administrador de empresas bogotano Mateo de Valenzuela con el ánimo de acercar más plantas como la coca –pero también el cacao y el sacha inchi– a más personas.

Cada uno de sus productos explica el proceso para producirlas: se pulveriza la hoja de coca junto con ceniza del árbol de yarumo, se mezcla con cardamomo, panela y bicarbonato, y se compacta luego en pastillas. “No es clorhidrato de cocaína”, advierte para los incautos.

Además de pastillas de mambe, Del Cóndor tiene una línea de infusiones a base de hoja de coca, desde el tradicional té hasta mambe en polvo para beber como té matcha, chai amazónico: con yerba mate, cacao y jengibre; y mambe chai: con sacha inchi, cacao y jengibre.



**Síguelos** En Instagram: [@del\\_condor](https://www.instagram.com/del_condor)

En Facebook: [delcondorcolombia](https://www.facebook.com/delcondorcolombia)

Página web: <https://delcondor.com/>

### ¿Dónde se consigue?

#### En Bogotá

- Su tienda Apotecario del Cóndor  
Calle 10 n° 3-41.
- El Konny  
Carrera 5 n° 26B-31; y carrera 3D n° 54A-58.
- Mercado Lourdes  
Calle 64 n° 8-34.
- Villegas Editores  
Calle 84A n° 11-50.
- Librería Nada  
Calle 69 n° 10A-09.

# 7

## El cada vez más popular superfruto de la Amazonia

El asaí es popular en Brasil desde hace décadas, fácil de encontrar en puestos que venden sorbetes o paletas color púrpura a quienes inician una jornada de ejercicio o quieren una dosis de energía saludable. En Colombia, este superfruto –que crece en racimos verticales en una esbelta palma amazónica y tiene un altísimo contenido de antioxidantes– por fin está dejando de ser un secreto.

Lo está logrando gracias a miles de campesinos en los departamentos de Guaviare o Putumayo, quienes hoy viven de cosechar del mismo bosque que antes talaban para sembrar matas de coca, conscientes de que su sustento depende de mantener la densa vegetación en pie y entender el potencial de cada planta de su interminable catálogo vegetal. Solo en Putumayo ya hay más de mil trescientas familias productoras, incluyendo cooperativas, resguardos indígenas y campesinos individuales.

“Entre más limpio tenga un potrero, más plata tiene la cultura acá, y nosotros estamos demostrando que esa idea es absurda”, cuenta Flaviano Mahecha, uno de los fundadores de la Asociación de Productores Agropecuarios por el Cambio Económico del Guaviare (Asoprocegua), una de esas cooperativas en la Trocha Ganadera de San José del Guaviare. “Si hacemos un análisis del bosque que tenemos, hay mucho que nos puede dar para comer y mejorar nuestra calidad de vida. Hay potencial alimenticio y económico, sin hacerle daño al bosque”.

El asaí, que la ONG putumayense CorpoCampo (Corporación para el Desarrollo de la Comercialización del Campo) está exportando a México, el Caribe y Europa, tiene cada vez mayor acogida en Colombia. Solo en 2024 se estima



que consumimos 100 toneladas del superfruto amazónico, cuando hace una década el número era cercano a cero. “Es un sabor que gusta mucho y la gente va conociendo su valor nutricional, con lo que el mercado está creciendo rápidamente y así podemos beneficiar a cada vez más personas”, dice Édgar Montenegro, el gerente y fundador de CorpoCampo, la empresa que lo procesa en Puerto Asís, Putumayo, y que en 2018 ganó el premio internacional Business for Peace.

En la actualidad ese asaí se encuentra en muchas presentaciones, incluyendo la pulpa, el sorbete, el polvillo y la mermelada de asaí que vende CorpoCampo con su marca Amapuri –que significa ‘Amazon Putumayo River’–, la pulpa y el helado de asaí de Selva Nevada a partir del fruto recogido por los campesinos de la cooperativa Asociación de Productores Agropecuarios del Paraíso (Asoparaíso) en Putumayo o la infusión caliente y soda frutal de asaí hecha por Selvática.



En Instagram: [@amapuri\\_col](https://www.instagram.com/amapuri_col)  
[@ongcorpocampo](https://www.instagram.com/ongcorpocampo)

En Facebook: [amapuricol](https://www.facebook.com/amapuricol)  
[corpocampoONG](https://www.facebook.com/corpocampoONG)

Páginas web: <https://www.amapuri.com/>  
<https://corpocampo.org/>

## ¿Dónde se consigue?

<p><b>Pulpa o sorbete de asaí</b></p>	<p>→ En canales directos de venta de CorpoCampo, todos los productos a través de su tienda virtual Amapuri: <a href="https://www.amapuri.com/tienda/">https://www.amapuri.com/tienda/</a></p> <p>→ En Bogotá, Medellín, Cali, Barranquilla, Bucaramanga y Pereira, la pulpa marca Amapuri en las tiendas PriceSmart.</p> <p>→ En Bogotá y Medellín, el sorbete marca Amapuri en supermercados Éxito y Carulla.</p>
<p><b>Helados</b></p>	<p>→ En los canales directos de venta de Selva Nevada todos los productos a través de sus domicilios: <a href="https://domicilios.selvanevada.co/">https://domicilios.selvanevada.co/</a></p> <p>→ Selva Nevada La Candelaria: calle 11 n° 5-60, en el Centro Cultural García Márquez.</p> <p>→ Selva Nevada Uniandes: diagonal 20A n° 00-54, local 1.</p> <p>→ Selva Nevada Chapinero: transversal 4 bis n° 57-52.</p> <p>→ Selva Nevada Parkway: carrera 24 n° 39B-52.</p> <p>→ Selva Nevada Unicentro: carrera 15 n° 124-30, primer piso.</p> <p>→ Selva Nevada Mall Plaza: carrera 30 n° 19, primer piso.</p> <p>→ La Roja Casa Cultural: calle 45 n° 18A-05.</p> <p>→ Club El Cubo Colsubsidio: avenida carrera 30 n° 52-77.</p> <p>→ Club La Colina Colsubsidio: transversal 76 n° 131-90.</p> <p>→ Club Bellavista Colsubsidio: autopista norte n° 245-91.</p> <p>En Bogotá</p> <p>En Villa de Leyva</p> <p>En Paipa</p> <p>En Girardot</p> <p>En Villavicencio</p>
<p><b>Infusiones</b></p>	<p>→ En canales directos de venta de Selvática, todos los productos a través de sus domicilios: <a href="https://domicilios.selvanevada.co/">https://domicilios.selvanevada.co/</a></p> <p>→ Soluciones: carrera 5 n° 26C-15.</p> <p>→ El Konny: carrera 5 n° 26B-31; y carrera 3D n° 54A-58.</p> <p>→ Arflina: carrera 16 n° 108-49.</p> <p>→ Varietale: calle 41 n° 8-43; carrera 4A n° 57-02; calle 12 n° 1-20; carrera 18 n° 85-71; carrera 15 n° 102-27; y Aeropuerto El Dorado, muelle D.</p> <p>→ Granel Gourmet: calle 69A n° 4-35; y calle 81A n° 8-13.</p> <p>→ Mercado Lourdes: calle 64 n° 8-34.</p> <p>En Bogotá</p>

## Infusiones

En Bogotá	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Cocodrilo Café Bar Vichería: carrera 8 n° 59-11.</li> <li>→ Sieká Market: calle 56 n° 7-36.</li> <li>→ Voluntad Café: calle 55 n° 13-49.</li> <li>→ Healing Foods: carrera 13 n° 93-13.</li> <li>→ Nuts About You: calle 93 n° 18-81.</li> <li>→ The Tea House: carrera 14 n° 80-75; carrera 18C n° 121-40; y edificio Torre Central de Davivienda, avenida El Dorado n° 68C-61, local 105.</li> <li>→ Brunch Market: calle 94 n° 15-28, local 3.</li> <li>→ Orígenes Fit Market: calle 24 n° 80B-82.</li> <li>→ Huellas &amp; Café: calle 116 n° 9-76.</li> <li>→ Café Calma: calle 114A n° 45-78.</li> <li>→ Le Blé: carrera 17 n° 122-41.</li> <li>→ Bonsanté Fit Market: carrera 7B n° 146-90.</li> <li>→ Alisa Café Local: carrera 7C n° 125-11.</li> <li>→ Tropicalia Coffee: calle 81A n° 8-23.</li> <li>→ Coffee and Jesus: calle 95 bis n° 50-80.</li> <li>→ Café del Mercado: carrera 2 n° 11-88; y calle 12C n° 1-40, local 8.</li> <li>→ Café Galería Nuestra Herencia: calle 11 n° 2-11.</li> <li>→ Bee Coffee: carrera 7 n° 33-32; y Centro Comercial Gran Estación Esfera.</li> <li>→ CatCoffee Café: carrera 6 n° 26B-61, local 1.</li> <li>→ Herrera Café: calle 18 n° 9-20, Centro Comercial Mira.</li> <li>→ Terracota Café y Más: carrera 13 n° 27-00.</li> </ul>
En Chía	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Bruna Café: avenida Pradilla n° 6-59E.</li> </ul>
En Cajicá	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Buke Artesanos del Pan: km 2 vía Chía-Cajicá.</li> <li>→ Origen Mercado Saludable: carrera 5 Este.</li> </ul>
En Zipaquirá	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ La Playa: carrera 8 n° 2-42.</li> </ul>
En Bucaramanga	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Café Forestal: Centro Comercial La Quinta, carrera 36 n° 49-45; y edificio Ecopetrol: calle 48 n° 28-40.</li> <li>→ Hey Café: carrera 19 n° 35-18.</li> </ul>
En Floridablanca	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Maka Mercado Saludable: calle 31A n° 26-89, Centro Comercial La Florida, local 204.</li> </ul>

Infusiones	En Cúcuta	→ Restaurante & Café Arduvi: avenida 9 Este n° 11-51.
	En Medellín	→ Café La Manchuria: calle 8 n° 43A-63; y transversal 39D n° 39B-35.
	En Sincelejo	→ Matte Café: carrera 20 n° 16B-4.
	En Villavicencio	→ Jende Coffee: carrera 32 n° 40-50.
		→ Destro Coffee Brunch: carrera 30 n° 47-79.
	En Mocoa	→ Maloca Café: calle 7 n° 5-10.
	En Fusagasugá	→ Tulsi Delicias Naturales: carrera 7 n° 5-37.
En Villa de Leyva	→ Fuente de Café: calle 10 n° 8-32.	
	→ Astral: calle 12 n° 7-56.	

## 8 Helado de mambe de coca

El asaí no es la única cadena productiva helada de Selva Nevada que beneficia a los campesinos que intentan cambiar el curso de la coca. Entre sabores tan colombianos como el corozo, el arazá, el camu camu o la guayaba agria, hay uno que quizá muy pocos aún reconocen intuitivamente: el mambe.

Detrás de cada bocado cremoso y un tris astringente hay una receta que viene de la densa selva, igual que los jaguares y monos que decoran sus vasos: el mambe –que algunos pueblos indígenas llaman ypadú o jíbie– es el polvo que obtienen los tukano o los uitoto tras tostar, moler y cernir las hoja de la planta de coca. Un uso totalmente alejado de aquellos que han convertido esta planta llena de propiedades nutricionales en el blanco de la mal llamada ‘guerra contra las drogas’ a lo largo del último medio siglo. El de Selva Nevada viene directamente de una comunidad indígena okaina en La Chorrera, en medio del departamento de Amazonas.

“Nuestro propósito es elaborar productos alimenticios a partir de frutos de la biodiversidad colombiana y, a través de esto, alternativas económicas en las regiones que apoyen la conservación”, dice su fundador Alejandro Álvarez, un economista bogotano que empezó su carrera trabajando en el grupo de negocios verdes del Ministerio del Medio Ambiente antes de fundar su heladería hace una década.



En Leticia, desde 2018 Luis Miguel Tovar está perfeccionando un esfuerzo similar, que permita –en sus palabras– “resaltar la riqueza de la selva amazónica y promover una experiencia alrededor de los sabores de frutas y productos ancestrales indígenas”.

En su tienda Nài Chì Gelatería Artesanal –ubicada a una cuadra del Parque Santander de la capital de Amazonas– vende helado de mambe y helado de copoazú con hoja de coca, además de un mambe late que semeja un capuchino pero con sabor a mambe. Al igual que Selva Nevada, sus proveedores son indígenas locales, en este caso de los pueblos yukuna y muinane.



**Síguelos** En Instagram: [@selva\\_nevada](#); y [@tallernaich](#)  
En Facebook: [SelvaNevadaCo](#)

## ¿Dónde se consiguen?

	Helados Selva Nevada
En Bogotá	→ Selva Nevada La Candelaria: calle 11 n° 5-60, en el Centro Cultural García Márquez.
	→ Selva Nevada Uniandes: diagonal 20A n° 00-54, local 1.
	→ Selva Nevada Chapinero: transversal 4 bis n° 57-52.
	→ Selva Nevada Parkway: carrera 24 n° 39B-52.
	→ Selva Nevada Unicentro: carrera 15 n° 124-30, primer piso.
	→ Selva Nevada Mall Plaza: carrera 30 n° 19, primer piso, entrada 1.
	→ La Roja Casa Cultural: calle 45 n° 18A-5.
	→ Restaurante Mini-mal: transversal 4 bis n° 56A-52.
	→ Restaurante Café de las Letras en el Cubo Colsubsidio: calle 53 n° 35-01.
	→ Arflina: carrera 16 n° 108-49.
	→ Club El Cubo Colsubsidio: avenida carrera 30 n° 52-77.
	→ Club La Colina Colsubsidio: transversal 76 n° 131-90.
→ Club Bellavista Colsubsidio: autopista norte n° 245-91.	
En Paipa	→ Hotel Colonial Colsubsidio: km 3, vía Paipa-Pantano de Vargas.
	→ Hotel Lanceros Colsubsidio: km 4, vía Paipa-Pantano de Vargas.
En Girardot	→ Hotel Peñalisa Colsubsidio; km 125, vía Bogotá-Girardot.
En Guatavita	→ Restaurante Oriente: vía a Sesquilé, kilómetro 8,2.

# 9

## Palmitos a la francesa

El Placer, una vereda del municipio Valle del Guamuez, del Putumayo, vivió durante años de la coca y fue epicentro de una masacre cometida por los paramilitares. Hoy, sin embargo, sus habitantes han encontrado en el cogollo de la palma de chontaduro un producto que tiene compra asegurada y les ha permitido soñar de nuevo con emular el nombre de su hogar.

Todas las semanas llevan cientos de tallos de palmitos a la fábrica de CorpoCampo en Puerto Asís, para que esa ONG putumayense los procese, envase y envíe a supermercados y restaurantes alrededor del país y también por fuera. Es muy apetecido sobre todo en Francia, donde lo llaman ‘corazón de palma’ y se suele comer en el caluroso verano por su frescura.

Ese vínculo comercial es el secreto para los campesinos de la Cooperativa Agroindustrial y del Palmito (Coopalmito) y de otras cooperativas palmeras del bajo Putumayo: en CorpoCampo han encontrado un comprador garantizado para su producto, uno de los escollos más frecuentes con que topan quienes han sustituido la coca. Sin una cadena de comercialización, las posibilidades de crear proyectos productivos legales que se sostengan en el tiempo son más bajas.



“De eso dependemos sesenta familias acá. Yo estoy muy agradecido con este producto”, dice Pablo Ángel Cuaran.

Esos cogollos tiernos, que se pueden comer en ensaladas, purés, ceviches o solos, se pueden encontrar en varios formatos: frescos tanto enteros como en fideos delgados, en conserva completos o rebanados en medallones. La marca varía según el supermercado donde se le compre, pero en las etiquetas se verán las palabras CorpoCampo o Amapuri, de ‘Amazon Putumayo River’.



**Síguelos**

**En Instagram:** @ongcorpocampo

**En Facebook:** corpocampoONG

**Páginas web:** <https://corpocampo.org/>

### ¿Dónde se consigue?

- En canales directos de venta de CorpoCampo, a través de su tienda virtual Amapuri: <https://www.amapuri.com/tienda/>
- En todo el país, en supermercados Jumbo: bajo la marca Amapuri.
- En todo el país, en supermercados Éxito: bajo las marcas Taeq y Frescampo.

### ¿Quiénes los usan?

- En todo el país, los restaurantes Wok y Crepes & Waffles.
- En Bogotá, los restaurantes Harry Sasson: carrera 9 n° 75-70; y Café Amarti: calle 119 n° 6-24.

# 10

## Bebidas a base de coca

Fabiola Piñacué, una indígena nasa del Cauca, defiende desde hace más de dos décadas que coca no es igual a cocaína, algo más aceptado hoy pero que cuando empezó en 1999 era casi anatema.

Actualmente, Coca Nasa, la empresa que fundó en el resguardo de Calderas cerca de los hipogeos de Tierradentro (municipio de Inzá, departamento de Cauca) y que lidera su hijo Juan David Piñacué, tiene una veintena de productos, desde infusiones aromáticas hasta un ramillete de bebidas envasadas, reconocibles por sus latas de colores vivos: la verde es Coca Sek, un energizante a base de hoja de coca, la naranja es la cerveza Coca Pola y la azul es el coctel Coca Libre. Tienen hasta un ron, Coca Ron.

Hace más de una década, Coca Cola, una de las multinacionales más conocidas y poderosas del mundo, la demandó por considerar que el nombre del proyecto comunitario caucano se parecía mucho al suyo y que era una marca registrada globalmente. No importaba que, irónicamente, Coca Cola hubiese elegido ese nombre hace más de un siglo porque su receta original, ideada por John Pemberton, incluye extractos de la planta que la empresa de Atlanta tiene un permiso especial del gobierno de Estados Unidos para usar. Pese a la asimetría de poder, la politóloga, cabeza de una empresa de quince empleados y hermana de Jesús Piñacué, uno de los primeros senadores indígenas en Colombia, logró ganarle la batalla legal.



Hoy siguen siendo uno de los pioneros en explorar productos alternos a base de hoja de coca.



**Síguelos**

**En Instagram:** @productosnaturales.cocanasa

**En Facebook:** CocaNasa

**Páginas web:** <https://cocanasa.org/>

### ¿Dónde se consigue?

**Tienda virtual**

→ En canales directos de venta de Coca Nasa, a través de su tienda virtual: <https://cocanasa.org/>

**En Bogotá**

→ En la tienda Coca Nasa en el centro comercial Vía Libre: calle 19 n° 4-85, local 101.

**En Villa de Leyva**

→ En Bestial Market: carrera 9 n° 4-60.

# 11

## Coca en la alta cocina

Muchos de los mejores cocineros de Colombia también se han venido preguntando por las propiedades alimenticias de la hoja de coca y la han llevado a sus fogones.

Salvo Patria, uno de los restaurantes de Bogotá que figura en la lista extendida de Latin America's 50 Best Restaurants y que ha sido recomendado por *The New York Times*, tiene en su menú permanente dos platos que nacen de esa experimentación.

En su carta actual hay unos *dumplings* de masa de mambe, donde las bolas de masa hervida de la tradición asiática se preparan con mambe de hoja de coca y se rellenan con pescado ahumado del Pacífico y majado de yuca, todo bañado en un caldo aromático de pescado, sofrito de vegetales y afrecho del coco y un toque final de salsa X. O. casera. De postre sirven un merengón de mambe, donde el sabor de ese mismo polvillo se mezcla con chocolate amargo, chocolate blanco y sorbete de lulo.

“Nosotros procuramos tenerla siempre en el menú. Es una postura política, de ayudar a verla desde otro lugar, como un alimento”, dice Alejandro Gutiérrez, uno de sus chefs fundadores.

Ambos platos son el resultado de mucha experimentación con el ingrediente, hasta que dieron con una preparación de sabor agradable, en un país que –como dice Gutiérrez– “tiene un paladar más acostumbrado al dulce, al salado y en alguna medida al ácido, pero poco al amargo o al picante”.

Así llegaron a una masa, que primero usaron en fideos y ahora en los *dumplings* (que ya ha sido *top* de ventas de platos fuertes) y al merengón, cuyos sabores complementarios han ido variando.

Además de ellos, muchos restaurantes del país han participado en el Reto Coca, que busca estimular esa investigación: desde El Chato, Mini-mal y Mesa Franca en Bogotá y Celele en Cartagena, hasta Terra



Inca en Popayán, Sausalito y La Paila Gourmet en Pasto, Casa Molina en El Retiro (Antioquia) y Helena Adentro en Filandia (Quindío). Aunque los platos que han creado no necesariamente aparecen en sus cartas, sus recetas están disponibles en el libro *La hoja de coca en la gastronomía colombiana*, liderado por Dora Troyano, la Alianza Coca para la Paz y la Fundación Tierra de Paz.



Síguelos

En Instagram: [@salvopatri](https://www.instagram.com/salvopatri)

Páginas web: <https://salvopatria.com/>

El recetario completo de Reto Coca en su página web: <https://retococa.org/>

### ¿Dónde se puede comer?

→ En Bogotá, en el restaurante Salvo Patria: carrera 4 bis n° 58-60.

# 12

## Las otras frutas amazónicas

El asaí no es la única fruta nativa de la Amazonia que lentamente empezamos a conocer en el resto de Colombia.

En la forma de dulces gelatinosos, galletas y mermeladas, la cooperativa Agroindustrias de Alimentos de Puerto Asís (Agroinpa), en Putumayo, está intentando popularizar el sabor agridulce del arazá, el golpe ácido del camu camu, los gustos dulzones del seje y de la canangucha, el toque cremoso del copoazú o el dejo ácido y levemente terroso de la cocona, llamada a veces lulo amazónico.

Al igual que con el asaí, todas son frutas propias de las regiones donde más ha proliferado la coca y cuya cosecha depende de mantener el bosque en pie en vez de talarlo. Es lo que en la Amazonia se suelen llamar arreglos o parcelas agroforestales, la mejor manera de cerrar la frontera agropecuaria y frenar la deforestación al tiempo que garantiza que quienes allí viven tengan un sustento digno.



Síguelos

En Instagram: @productosputumayo1

En Facebook: agroinpa.productosputumayo

### ¿Dónde se consigue?

En Bogotá

→ En Soluciones: carrera 5 n° 26C-15.

→ En Tienda por la Paz: calle 10 n° 4-10.

## Para saber más

Si quieres saber más sobre procesos de sustitución de cultivos de uso ilícito y de usos alternos de la hoja de coca, te recomendamos leer:

*Catálogo de pequeñas soluciones: alternativas para sustituir los cultivos de coca en Colombia*, escrito por Juan Carlos Garzón y Andrés Bermúdez Liévano (Fescol, 2020). Disponible en: <https://library.fes.de/pdf-files/bueros/kolumbien/16314.pdf>

*Coca, sabor, palabra, futuro: recetas inspiradas en la tradición ancestral de una planta venerada*, escrito por Mariana

Velásquez y Dora Troyano (Fundación Tierra de Paz, 2023). Disponible en: <https://alianzacomparalapaz.org/wp-content/uploads/2024/01/5.-Coca-Palabra-sabor-futuro-2023.pdf>

*La hoja de coca en la gastronomía colombiana*, escrito por Juliana Duque, Dora Troyano y Catalina Gil (Fundación Tierra de Paz, 2021). Disponible en: <https://retococa.org/re-cetario/>

*Cocina y paz: recetas de cocina con productos de desarrollo alternativo para la paz*, escrito por Alejandro Cuéllar (Cuéllar Editores, 2016). Disponible en: [https://www.unodc.org/documents/colombia/2016/Agosto/Libro\\_Cocina\\_y\\_Paz\\_2.pdf](https://www.unodc.org/documents/colombia/2016/Agosto/Libro_Cocina_y_Paz_2.pdf)

## Acerca de los autores

**Andrés Bermúdez Liévano.** Periodista especializado en política de drogas y editor en el Centro Latinoamericano de Investigación Periodística (CLIP). Coautor del *Catálogo de pequeñas soluciones: alternativas para sustituir los cultivos de coca en Colombia*.

**Margarita Martínez Escallón.** Periodista y autora de los documentales *La negociación* (2018), *La selva en blanco* (2010) y *La Sierra* (2004).

**El Centro Latinoamericano de Investigación Periodística (CLIP)** promueve y facilita investigaciones periodísticas colaborativas y transfronterizas en la región.

## **Apto para curiosos**

*Una guía de productos de quienes salieron de la coca o están haciendo cosas novedosas con ella*

Encontrará más publicaciones de la Friedrich-Ebert-Stiftung en el siguiente enlace:

➤ [www.colombia.fes.de/publicaciones](http://www.colombia.fes.de/publicaciones)