



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA

ESCUELA DE HOTELERÍA Y TURISMO

MODALIDAD ABIERTA Y A DISTANCIA

**“INVESTIGACIÓN Y PUESTA EN VALOR DE LOS RECURSOS
GASTRONÓMICOS DEL ECUADOR CANTÓN QUITO, PROVINCIA DE
PICHINCHA”**

Tesis previa a la obtención

Del título de LICENCIADO en:

Administración de Empresas Turísticas y Hoteleras

AUTORES:

- ABUMOHOR ANUCH PAOLA
- DÍAZ ROSERO CARLA
- EGAS CABEZAS JUAN
- GUTIÉRREZ TIGSE GEOVANNA CAROLINA

DIRECTOR DE TESIS:

LIC. KARLA ARMIJOS GONZÁLEZ

Centro Universitario Quito

2010

CERTIFICACIÓN

Quito, 17 mayo del 2010

Lic. Karla Armijos González

DIRECTOR DE TESIS

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe de investigación, que se ajusta a las normas establecidas por la Carrera de Hotelería y Turismo, de la Universidad Técnica particular de Loja; por lo tanto, autoriza su presentación para los fines pertinentes

Lic. Karla Armijos González

DIRECTOR DE TESIS

AUTORÍA

Las ideas y contenidos expuestos en el presente trabajo de investigación, son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

.....

ABUMOHOR ANUCH PAOLA

CI. 171353423-6

.....

DÍAZ ROSERO CARLA

CI. 171721088-2

.....

EGAS CABEZAS JUAN

CI. 171322487-9

.....

GUTIÉRREZ TIGSE GEOVANNA

CI. 172144264-6

DEDICATORIA:

Queremos dedicar el presente proyecto a todas las personas que han estado junto a nosotros durante este proceso.

A nuestras familias especialmente, ya que han sido un pilar fundamental para la consecución de este objetivo.

Al Ecuador, como un aporte para su desarrollo económico y social con el afán de promover un nuevo tipo de turismo; que es el gastronómico.

Adicional dedicamos esta tesis a las personas que han mantenido las tradiciones en la preparación de los platos típicos durante el paso del tiempo, son ellos los que conservan nuestra identidad culinaria y se esfuerzan para que dicho patrimonio perdure.

AGRADECIMIENTOS:

Primeramente queremos agradecer a Dios, por darnos la oportunidad de alcanzar nuestras metas personales y de formación profesional que nos permitirán ser un aporte activo para la sociedad en todos sus aspectos.

A nuestras familias, que han sido un apoyo incondicional durante estos años de carrera, sin quienes no hubiéramos alcanzado las metas planteadas.

A la U.T.P.L, por la excelente formación académica y el apoyo recibido durante todos los años de estudio.

A todas las personas que de una u otra forma colaboraron con su tiempo, conocimiento, y experiencia, durante el transcurso de nuestra vida universitaria, así como también con la culminación del proyecto de tesis.

Contrato de Cesión de Derecho de Tesis:

Nosotros, Paola Abumohor Anuch, Carla Díaz Rosero, Juan Egas Cabezas, Geovanna Gutierrez Tigse, declaramos ser autores de presente trabajo y eximimos expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos y acciones legales.

Adicionalmente declaramos conocer y aceptar la disposición del Art. 67 del Estatuto Orgánico de la Universidad Técnica Particular de Loja que en su parte pertinente textualmente dice: “Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado que se realicen a través, o con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad”.

Autores:

.....

ABUMOHOR ANUCH PAOLA

.....

DÍAZ ROSERO CARLA

.....

EGAS CABEZAS JUAN

.....

GUTIÉRREZ TIGSE GEOVANNA

.....

LCDA. KARLA ARMIJOS

Directora

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Certificación.....	I
Autoría.....	II
Dedicatoria.....	III
Agradecimiento.....	IV
Declaración Cesión de Derecho.....	V
Índice de Contenidos.....	VI
Resumen.....	XI
Introducción.....	XII
Objetivos.....	XIII
CAPITULO I.....	1
SITUACIÓN ECONOMICO SOCIAL Y PRODUCTIVA DEL CANTÓN	
1.1 Situación Geografía.....	1
1.1.1 Límites del cantón.....	2
1.1.2 Historia.....	2
1.2 Aspectos Demográficos.....	3
1.2.1 Indicadores de Salud.....	5
1.2.2 Indicadores Educativos.....	7
1.2.3 Migración Interna y Externa.....	9
1.2.4 Indicadores de Desarrollo Humano y Pobreza.....	13
1.3 Análisis de la Vivienda.....	16
1.4 Situación Política Administrativa.....	18
1.5 Sector Productivo Primario.....	20

1.5.1 Agricultura.....	20
1.5.2 Ganadería.....	20
1.5.3 Producción y Rendimiento.....	21
1.5.4 Asistencia Técnica.....	24
1.5.5 Comercialización y Consumo.....	25
1.5.6 Crédito.....	26
1.6 Sector Productivo Secundario.....	29
1.6.1 Industria.....	29
1.6.2 Artesanía.....	31
1.6.2.2 Artesanía en la Actualidad.....	31
1.6.3 Créditos y Convenios.....	32
1.7 Sector Productivo Técnico.....	34
1.7.1 Comercio.....	34
1.7.2 Turismo.....	35
1.7.3 Transporte.....	38
CAPITULO II.....	40
GENERALIDADES DE LA GASTRONOMIA	
2. Gastronomía.....	40
2.1 Historia de la Gastronomía en General.....	40
2.1.1 Prehistoria.....	40
2.1.1.1 Antes del Fuego.....	40
2.1.1.2 Después del Fuego.....	40
2.1.2 Edad Antigua.....	41

2.1.2.1 Pueblo Egipcio.....	41
2.2.2.1 Pueblo Hebreo.....	42
2.2.2.3 Pueblo Griego.....	43
2.2.2.4 Pueblo Romano.....	44
2.1.3 Edad Media.....	45
2.1.4 Edad Moderna.....	46
2.1.5 Nuevas Tierras.....	47
2.2 Relación Histórica de la comida Ecuatoriana y su Influencia.....	48
2.2.1 Referencia General a la Comida Precolombina.....	48
2.2.1.1 Antecedentes.....	49
2.2.1.2 El Inicio de la Cocina.....	50
2.2.1.3 Menú Precolombino.....	52
2.2.1.4 Métodos de Cocción y Conservación.....	56
2.2.2 Influencia Inca.....	58
2.2.2.1 Introducción Histórica.....	58
2.2.2.2 Sistema de Producción Agrícola, Comercio y Alimentación.....	59
2.2.2.3 Los Incas en el Ecuador.....	61
2.2.3 Influencia Europea.....	62
2.2.3.1 Influencia Española.....	63
2.2.3.2 Influencia Francesa.....	68

CAPITULO III	70
---------------------------	----

DIAGNOSTICO GASTRONÓMICO DEL SECTOR

3.1 Datos Generales de la Gastronomía del Cantón.....	70
3.1.1 Platos Propios del Cantón.....	71
3.1.2 Platos que se Preparan en este Cantón en Épocas de Fiestas.....	80
3.1.3 Platos que se Elaboran con Mayor Frecuencia.....	87
3.1.4 Platos más Demandados por los Visitantes.....	94
3.1.5 Platos que Recomendaría Consumir a los Visitantes.....	99
3.2 Platos Bebidas o Postres Tradicionales.....	105
3.3 Platos Bebidas o Postres Actuales.....	133

CAPITULO IV	146
--------------------------	-----

INVENTARIO DE LA GASTRONOMÍA TÍPICA DEL CANTÓN

4.1 Fichas.....	146
4.2 Gastronomía Relacionada con las Fiestas.....	147

CAPÍTULO V	149
-------------------------	-----

PROPUESTA DE PUESTA EN VALOR DEL RECURSO GASTRONÓMICO TÍPICO Y TRADICIONAL DEL CANTÓN

5.1 Estrategias de Promoción y Difusión de la Gastronomía Típica y Tradicional del Cantón.....	149
5.2 Instituciones y Organismos que Promocionan Comercializan los Platos, Bebidas o Postres Típicos y Tradicionales.....	153

CAPITULO VI	155
PROPUESTA EN BASE AL INGREDIENTE BASE, PROPONER ALTERNATIVAS DE PLATOS BEBIDAS O POSTRES PARA EL DESAYUNO ESCOLAR EN ESCUELAS	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	158
BIBLIOGRAFÍA	160
ANEXOS	163

RESUMEN

Lo que se presenta a continuación es una reseña del contenido del proyecto de tesis “Investigación y puesta en valor de los recursos gastronómicos del Ecuador específicamente del cantón Quito.”

Dentro del primer capítulo presentamos la situación económica social y productiva del cantón, en la cual se encuentran aspectos; geográficos, demográficos, poblacionales, actividad migratoria, indicadores de salud, e índices de pobreza. Además una evolución de las condiciones de vivienda, la actual situación política y administrativa del cantón.

Además se hace mención acerca de las actividades productivas tanto primarias como secundarias.

En el segundo capítulo se ha detallado la historia de la gastronomía en general, la relación histórica de la comida ecuatoriana y sus diferentes influencias.

Dentro del capítulo tres se hace un análisis basado en la investigación de campo, donde se utilizó como herramienta las encuestas aplicadas a los pobladores de Quito. Las mismas que nos permitieron inventariar; platos, postres, bebidas típicos, platos especiales para festividades, los más demandados y consumidos por los visitantes, y las nuevas tendencias.

El capítulo cuarto hace referencia a la investigación de campo, aplicada en entrevistas que han permitido resumir el inventario de la gastronomía típica y la relación de los platos más representativos con las fiestas populares.

Se ha propuesto en el quinto capítulo varias estrategias de promoción y difusión de la gastronomía típica, se menciona a las instituciones y organismos que se encargan de esta actividad, y la forma de canalizar esta propuesta en metas alcanzables a mediano y largo plazo.

Finalmente en el sexto capítulo se detallan alternativas de platos, bebidas y postres para desayunos escolares, esto se ha realizado considerando los datos obtenidos de las encuestas en cuanto al producto base y el número de calorías necesarias en un desayuno.

Se termina con conclusiones y recomendaciones.

INTRODUCCIÓN:

Este proyecto de tesis se ha realizado con el propósito de conocer y determinar índices de producción y consumo de los principales platos típicos del cantón Quito, identificar los productos que se emplean en su elaboración, reconocer la variedad de preparación y acompañamiento de los mismos; este proceso fue posible mediante la aplicación de entrevistas, encuestas e investigación histórica, y otras herramientas.

Durante el desarrollo de este proyecto se consiguió conocer las tendencias gastronómicas, los cambios que ha experimentado la cocina ecuatoriana y la sustitución de algunos de sus ingredientes, así como la influencia extranjera de la misma.

A partir de la identificación de las instituciones y organismos relacionados con la cultura culinaria se ha logrado proponer estrategias de publicidad de la gastronomía como atractivo de la oferta turística así como también alternativas de desayunos escolares nutritivos.

Mediante el levantamiento y compendio de toda la investigación de los cantones se cuenta ya con una base de información gastronómica a nivel país que servirá a futuro a través de nuevos proyectos

OBJETIVOS:

Objetivo General:

Determinar la producción y consumo de platos y bebidas típicas de las diferentes regiones del Ecuador, para la puesta en valor como atractivo diversificador de la oferta turística

Objetivos Específicos:

1. Inventariar los platos de la gastronomía típica ecuatoriana.
2. Identificar los productos que son empleados en la preparación.
3. Identificar los productos base de los diferentes platos y bebidas.
4. Identificar formas de preparación y acompañamiento.
5. Identificar la combinación o la sustitución de ingredientes.
6. Identificar los centros de acopio de la materia prima
7. Identificar las instituciones /organizaciones que promocionan la cultura gastronómica.
8. Análisis de la cadena de valor turística y puesta en valor cultural.

CAPITULO I

SITUACIÓN ECONOMICO SOCIAL Y PRODUCTIVA DEL CANTÓN

1.1 Situación Geográfica.

Grafico N° 1



Fuente: Folleto “Mapas de la sierra del Ecuador”

San Francisco de Quito, o simplemente Quito, es la ciudad capital de la República del Ecuador y también de la provincia de Pichincha. Además, es la cabecera del área metropolitana que la forma, conocida como Distrito Metropolitano de Quito.

Se encuentra ubicada sobre la hoya de Guayllabamba en las laderas orientales del estrato volcán activo Pichincha, en la parte occidental de los Andes. Se encuentra aproximadamente en las coordenadas $0^{\circ}15'0''S$ $78^{\circ}35'24''O$ / $-0.25, -78.59$ y su altitud promedio es de 2850 msnm.

Su población es de 1.397.698 habitantes en el área urbana y de 1.842.201 en todo el Distrito (de acuerdo al censo del año 2001). Según estima el municipio, para el año 2010, la urbe tendrá 1,640,478 habitantes (2,231,705 en todo el Distrito Metropolitano), está dividida en 32 parroquias, las cuales se subdividen en barrios.

Quito es el centro político de la República, alberga los principales organismos gubernamentales, culturales, financieros del país; también la mayoría de empresas transnacionales que trabajan en Ecuador tienen su matriz en la urbe. Fue la primera ciudad

declarada, junto a Cracovia en Polonia, como Patrimonio Cultural de la Humanidad por la Unesco, el 18 de septiembre de 1978 (<http://es.wikipedia.org/wiki/Quito>)

1.1.1 Límites del cantón:

Norte: Provincia de Imbabura

Sur: Provincia de Santo Domingo y Cantón Mejía

Este: Cantones: Pedro Moncayo, Cayambe y la Provincia de Napo

Oeste: Provincia: Santo Domingo, Cantones, Los Bancos y Pedro Vicente Maldonado.

Quito está situada en la cordillera de los Andes, ocupa una meseta de 12.000 kilómetros cuadrados. Su temperatura ambiental oscila entre 10 y 25° (50 y 77 grados fahrenheit), lo que lleva a que contenga grandes contrastes climáticos que se presentan incluso durante el transcurso de un mismo día. Además, la ciudad está rodeada de los volcanes

Pichincha, Cotopaxi, Antizana y Cayambe, que conforman un contorno andino majestuoso.

1.1.2 Historia:

Quito fue fundada el 06 de Diciembre de 1534 por Sebastián de Benalcázar.

El 10 de agosto de 1809 se da la Independencia del Ecuador.

La Batalla del Pichincha se libró el 24 de mayo 1822 y el 25 de junio 1824, consecuentemente la Provincia de Pichincha fue creada.

El territorio del Cantón Quito correspondía al antiguo asentamiento de la Real Audiencia de Quito, capital del Departamento del Sur, Capital de la República del Ecuador. Mediante la Ley de División Territorial de 5 de junio de 1824 fue elevado a la categoría de Cantón.

Posteriormente, mediante la Ley Orgánica de Régimen para el Distrito Metropolitano de Quito No. 46 PCL, publicada en el Registro Oficial 345 de 27 de Octubre de 1993, se cambia la nominación a la ciudad de Quito por Distrito Metropolitano de Quito, y se definen sus límites como aquellos que correspondían a todo el territorio del Cantón Quito.

Quito fue habitada por varias tribus indígenas entre las que estaban los Quitus, que dieron el nombre de la ciudad. La denominación de San Francisco de Quito viene de la costumbre que tenían los españoles de poner nombre de un santo a las ciudades fundadas por ellos.

(<http://www.visitaecuador.com/andes.php?opcion=datos&provincia=19&ciudad=Qlay6BQh>)

1.2 Aspectos Demográficos

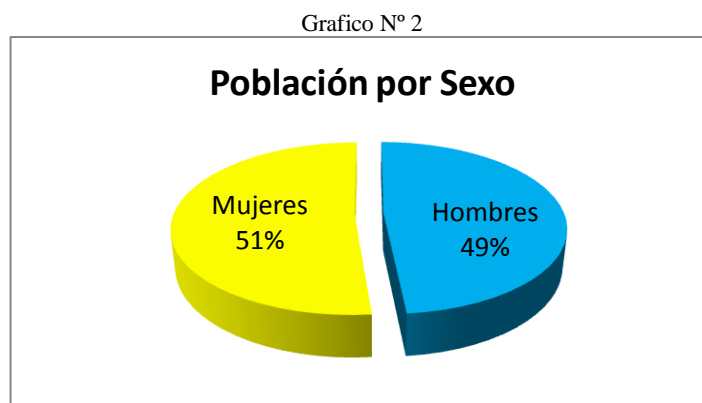
Debido a que Quito es la capital de la nación; es una de las ciudades con mayor densidad poblacional, y también de mayor crecimiento.

Seguidamente se puede ver la población total por género en el área urbana y rural.

Cuadro N°1

POBLACIÓN DEL CANTÓN QUITO			
CENSO 2001			
ÁREAS	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
TOTAL	1.839.853	892.570	947.283
URBANA	1.399.378	674.962	724.416
RURAL	440.475	217.608	222.867

Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV - Quinta Ronda (2005-2006) INEC.



Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV - Quinta Ronda (2005-2006) INEC.

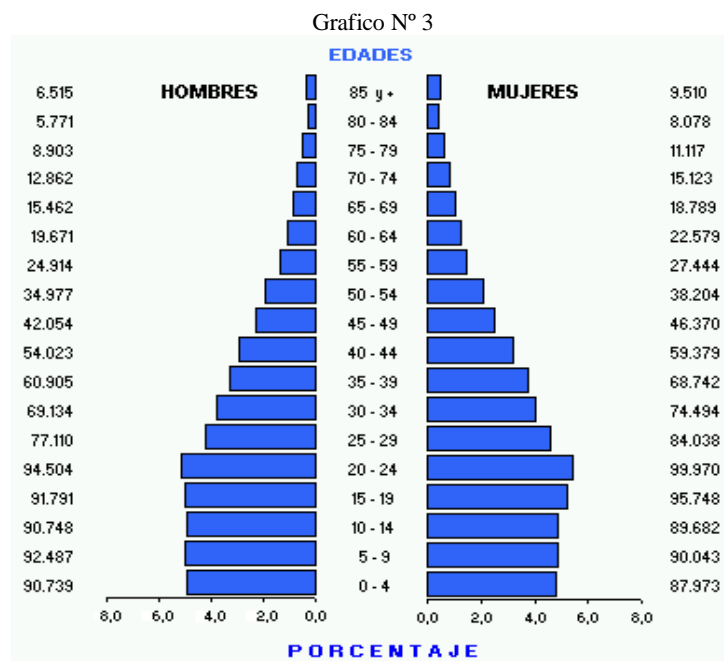
Tenemos los siguientes datos, solo del área urbana; en los que se observa el incremento poblacional por género desde el año del censo 2001

Cuadro N°2

ENCUESTA DE CONDICIONES DE VIDA - QUINTA RONDA (2005-2006)			
CIUDADES AUTO REPRESENTADAS (QUITO)			
POBLACIÓN	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
TOTAL	1.523.275	746.923	776.352
PORCENTAJE %	100,00	49,03	50,97

Fuente: INEC, base de datos de la encuesta condiciones de vida ECV. Quinta Ronda (2005-2006).

La población del Cantón Quito, según el Censo del 2001, representa el 77,0 % del total de la Provincia de Pichincha; ha crecido en el último período intercensal 1990-2001, a un ritmo del 2,7 % promedio anual. El 23,9 % de su población reside en el Área Rural; se caracteriza por ser una población joven ya que el 39,6% son menores de 20 años, según se puede observar en la Pirámide de Población por edades y sexo.



Fuente: INEC, VI censo de población y V de vivienda. Ecuador 2001.

1.2.1 Indicadores de Salud

Existen muchas variables acerca de todo lo que corresponde a la salud poblacional; a continuación mostraremos las que creemos importantes:

Natalidad.

Cuadro N° 3

Cuadro N°.4 INEC 2008 Nacidos vivos por Sexo			
	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
Cantón Quito	15,673	15,815	31,489
Quito	12,724	12,975	25,470
Urbano	12,721	12,745	25,466
Periférica	3	1	4

Fuente: Anuario de estadísticas vitales: nacimientos y defunciones - INEC 2008

La natalidad total del cantón en el año 2008 asciende a 31489 habitantes presentándose un mayor porcentaje en mujeres y en el área urbana.

Mortalidad.

Cuadro N° 4

Cuadro N° 3 INEC 2008.DEFUNCIÓNES TOTALES DE MAYOR Y MENORES DE UN AÑO, POR SEXO			
	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
Cantón Quito	4,428	3,815	8.243
Quito	3,532	3,062	6,594
Urbano	3,528	3,057	6,585
Periférica	4	5	9

Fuente: Anuario de estadísticas vitales: nacimientos y defunciones - INEC 2008

Principales causas de mortalidad general.

El perfil de mortalidad del cantón Quito es similar al perfil del país, donde las primeras causas de mortalidad general son las relacionadas a las enfermedades del corazón y en general las crónicas degenerativas. Igualmente se puede observar un aumento y presencia de accidentes de transporte y agresiones.

Cuadro N° 5

10 PRINCIPALES CAUSAS DE MORTALIDAD GENERAL CANTON QUITO 2005

Nº	CAUSAS	FRECUENCIAS	PORCENTAJES
1	068 OTRAS ENFERMEDADES DEL CORAZON	683	8,58%
2	069 ENFERMEDADES CEREBROVASCULARES	520	6,53%
3	067 ENFERMEDADES ISQUEMICAS DEL CORAZON	491	6,17%
4	052 DIABETES MELLITUS	420	5,28%
5	096 ACCIDENTES DE TRANSPORTE	420	5,28%
6	092 CIERTAS AFECCIONES ORIGINADAS EN EL PERIODO	391	4,91%
7	074 NEUMONIA	352	4,42%
8	046 RESTO DE TUMORES MALIGNOS	257	3,23%
9	102 AGRESIONES	242	3,04%
10	081 RESTO DE ENFERMEDADES DEL SISTEMA DIGESTIVO	227	2,85%
	TODAS LAS DEMAS CAUSAS DE MUERTE	3955	49,70%
	TOTAL	7958	100,00%

Fuente: Estadísticas vitales, INEC CEI - 10(Grupos 103 Causas)
Elaborado por Salud de Altura

Cuadro N° 6

Disponibilidad de médicos en Quito en el año 2005

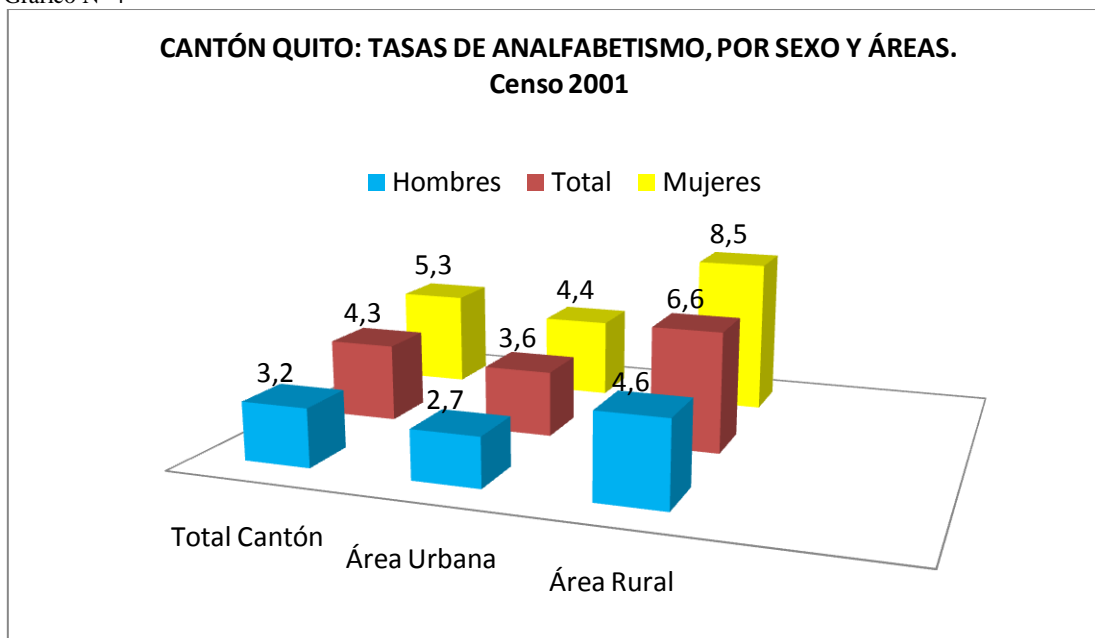
Recursos Médicos que laboran en el DMQ en el año 2005						
	Médicos 8 horas	Médicos 1/2 tiempo 4 a 7 horas	Menos de 4 horas	Llamada Ocasional	Total médicos	Disponibilidad de médicos/ 100.000 Hab.
Sector Público	387	1094	63	49	2403	119.7
Sector Privado	597	188	350	1639	2774	138
Sector privado sin fines de lucro	16	90	29	38	173	8.61
Total sector salud	1000	2182	442	1726	5350	266

Fuente INEC. Elaborado por Salud de altura

1.2.2 Indicadores Educativos

Aunque a lo largo del tiempo los niveles de analfabetismo han ido disminuyendo; hasta el año del censo 2001 los sectores más vulnerables seguían siendo las mujeres y las áreas rurales.

Grafico N° 4



Fuente: INEC, VI censo de población y V de vivienda. Ecuador 2001.

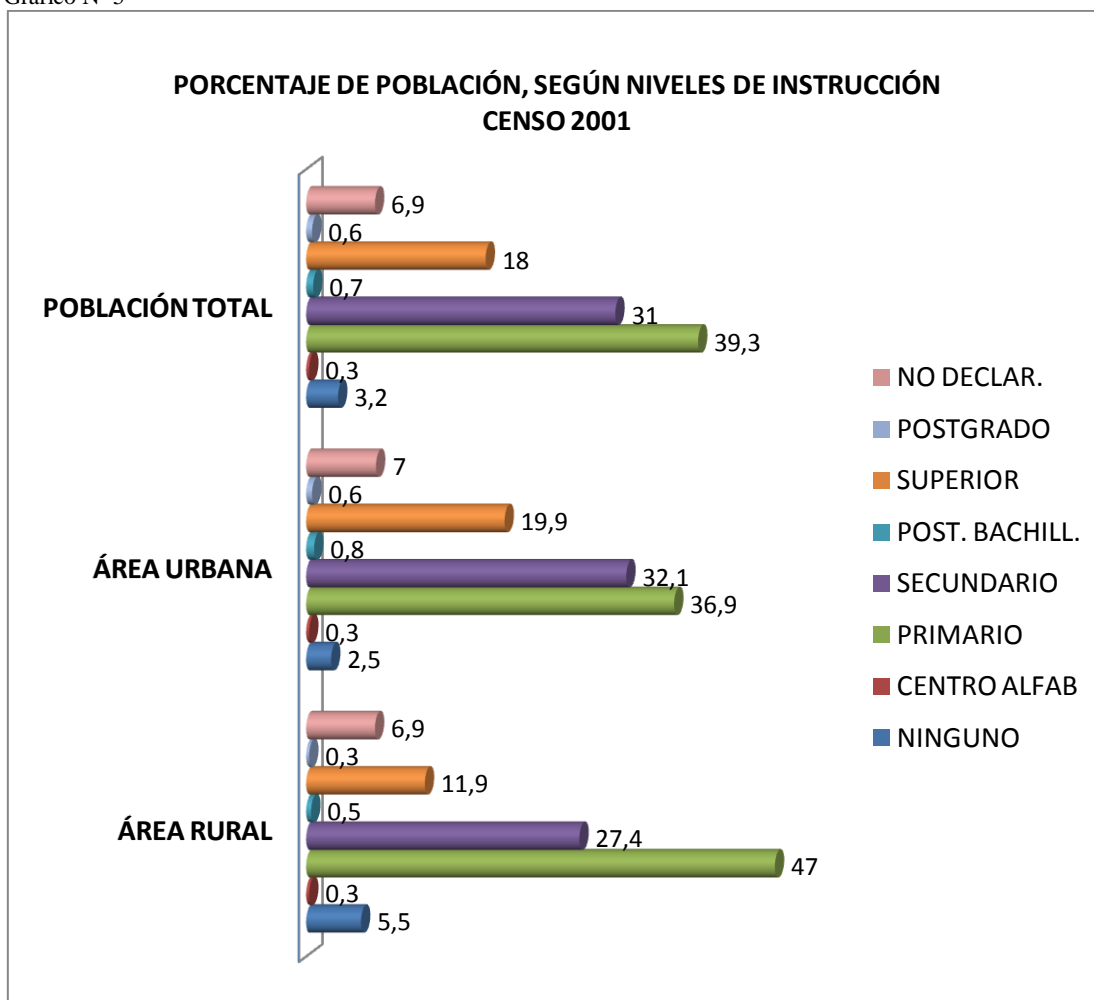
En la encuesta de condiciones de vida apreciamos la disminución del analfabetismo para el año 2006 y los niveles de instrucción

Cuadro N° 7

ENCUESTA DE CONDICIONES DE VIDA - QUINTA RONDA (2005-2006)									
CIUDADES AUTO REPRESENTADAS (QUITO) NIVELES DE INSTRUCCIÓN (5 AÑOS)									
NINGUNO	%	PRIMARIO	%	SECUNDARIO	%	SUPERIOR	%	TOTAL	%
81.162	5,9%	439.812	32,2%	526.768	38,6%	316.735	23,2%	1.364.477	100,0%
ANALFABETISMO (15 AÑOS)									
POBLACIÓN ALFABETA								1.035.318	96,2%
POBLACIÓN ANALFABETA								41.056	3,8%
TOTAL								1.076.374	100,0%

Fuente: INEC, base de datos de la encuesta condiciones de Vida ECV. Quinta Ronda (2005-2006)

Grafico N° 5



Fuente: INEC, VI censo de población y V de vivienda. Ecuador 2001 Quinta Ronda (2005-2006)

El promedio de años aprobados por la población de 10 años y más (escolaridad media) para el Cantón Quito es de 8,6 años, para la población del área urbana es de 9,0 años y para el área rural 7,4 años. Para hombres 8,9 y para mujeres 8,4 años.

Cuadro N° 8

**CANTÓN QUITO: POBLACIÓN DE 5 AÑOS Y MÁS, POR SEXO Y ÁREAS,
SEGÚN NIVELES DE INSTRUCCIÓN. Censo 2001**

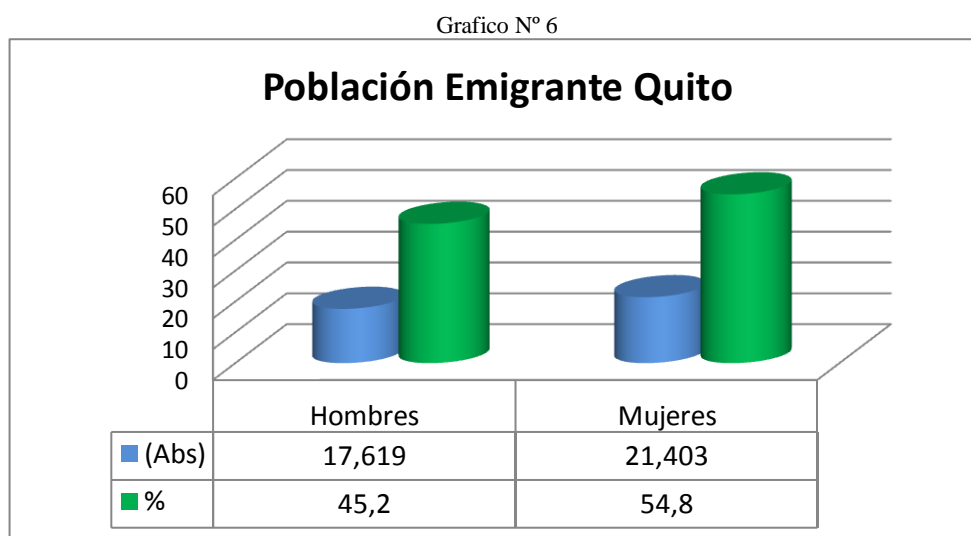
NIVELES DE INSTRUCCIÓN	TOTAL			HOMBRES			MUJERES		
	TOTAL	URBANO	RURAL	TOTAL	URBANO	RURAL	TOTAL	URBANO	RURAL
TOTAL	1.661.141	1.266.752	394.389	801.831	607.434	194.397	859.310	659.318	199.992
NINGUNO	53.418	31.549	21.869	17.600	10.141	7.459	35.818	21.408	14.410
CENTRO ALFAB.	4.990	3.834	1.156	2.455	1.894	561	2.535	1.940	595
PRIMARIO	652.475	466.961	185.514	318.725	224.645	94.080	333.750	242.316	91.434
SECUNDARIO	514.679	406.471	108.208	240.988	189.246	51.742	273.691	217.225	56.466
POST. BACHILLERATO	11690	9.539	2.151	5.689	4.603	1.086	6.001	4.936	1.065
SUPERIOR	299.400	252.384	47.016	152.901	128.412	24.489	146.499	123.972	22.527
POST. GRADO	9.190	7.815	1.375	6.088	5.112	976	3.102	2.703	399
NO DECLARADO	115.299	88.199	27.100	57.385	43.381	14.004	57.914	44.818	13.096

Fuente: INEC, VI censo de población y V de vivienda. Ecuador 2001 Quinta Ronda (2005-2006)

1.2.3 Migración Interna y Externa

Externa:

La población emigrante total por género en la ciudad de Quito, se da principalmente dentro de las mujeres con un 54,8%, este fenómeno ocurre debido a que los países receptores de la migración privilegian el trabajo femenino. Situación que en nuestro país ha desencadenado una nueva forma de organización familiar.



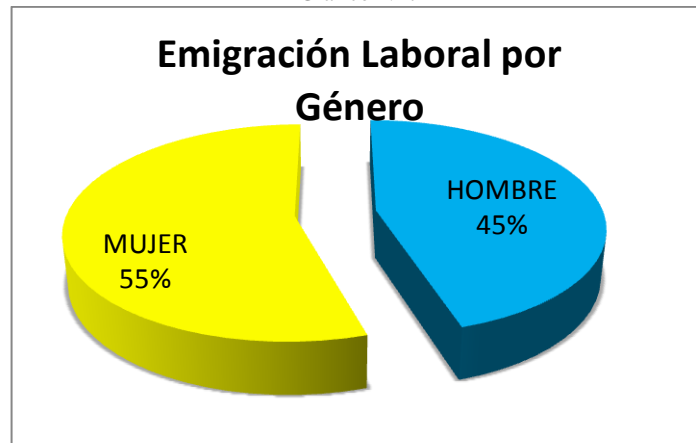
Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC
Emigración laboral por género, ciudad de Quito.

Cuadro N° 9

Emigración Laboral por Género		
ciudad de Quito		
Hombre	17,619	45,20%
Mujer	21,403	54,80%
Total	39,022	100%

Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC

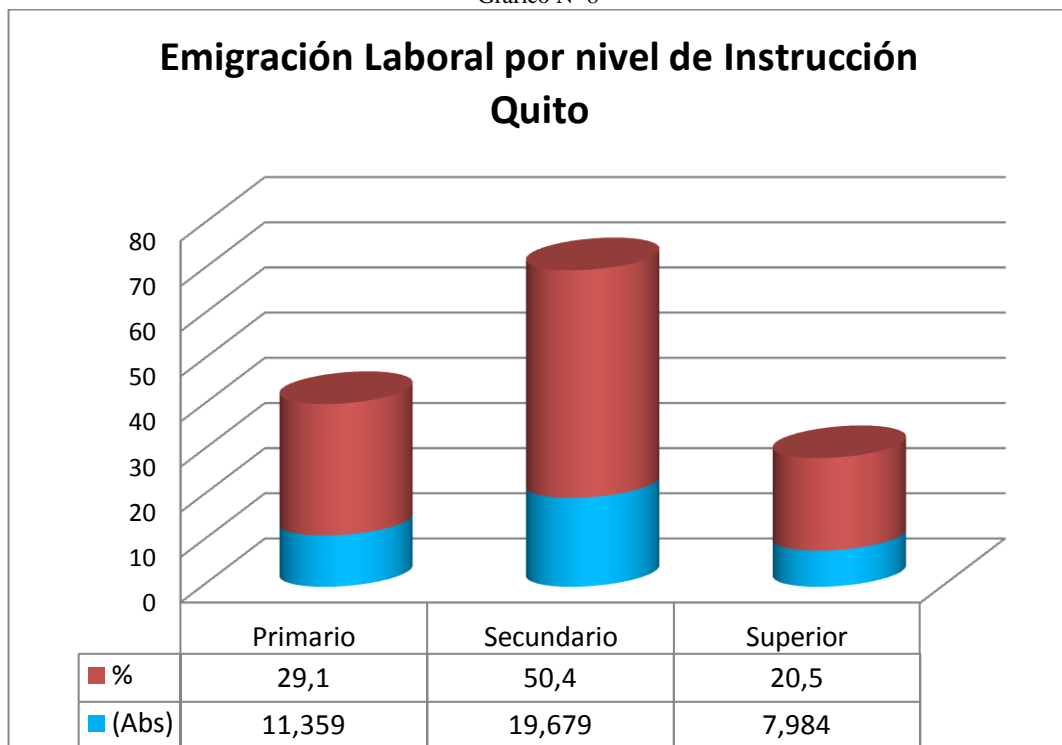
Grafico N° 7



Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC
Emigración laboral por género.

La emigración laboral de la ciudad de Quito; es decir el número de personas que sale de la ciudad hacia otros lugares, por el nivel de instrucción se da en mayor porcentaje se da en nivel Secundario con un 50,4% y en menor porcentaje en el nivel superior con un 20,5%.

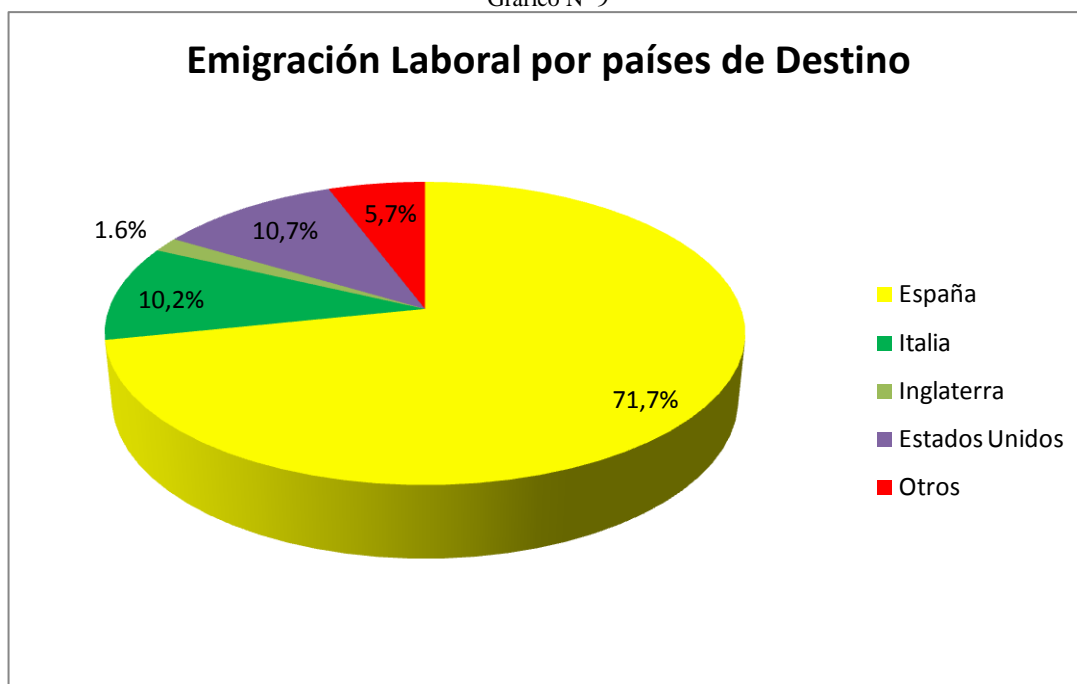
Grafico N° 8



Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC
Emigración laboral por nivel de instrucción

La Emigración de la población de Quito, hacia otros países, se concentra fundamentalmente a España con un 71,7 %, en el segundo lugar encontramos que hay dos países importantes en los cuales se distribuye la población en destinos hacia Estados Unidos con un 10,7 % e Italia con un 10,2 %, en menor porcentaje se da hacia Inglaterra y otros países.

Grafico N° 9

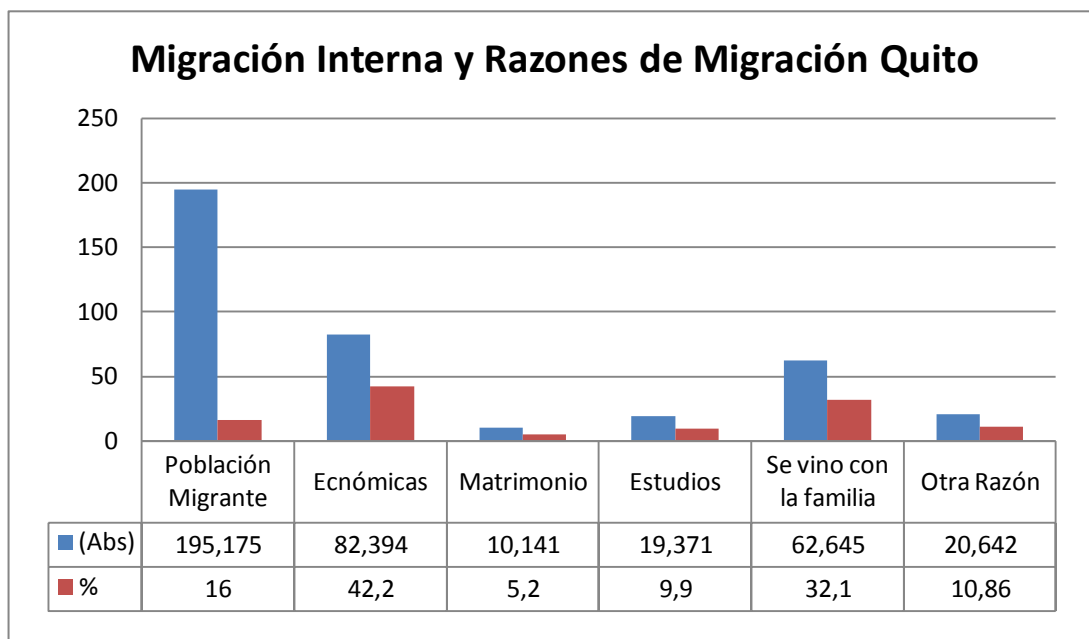


Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC
Emigración laboral por países de destino.

Razones de Migración

La migración interna que se produce hacia la ciudad de Quito desde otras provincias o sectores tiene diversas razones, entre las cuales se manifiesta principalmente la Económica con un 42,2%, la segunda causa de migración es por causas familiares con un 32,1 %, y en menor razón por causas matrimoniales con un 5,2 %.

Grafico N° 10



Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC
Emigración laboral por Género.

Interna.

Siendo Quito la capital del país, recibe inevitablemente una gran cantidad de población migrante venida de todos los rincones de la nación que fundamentalmente busca dentro de sus bordes mejores condiciones de vida.

A continuación se expone datos por provincia, de personas que salen de sus asentamientos para migrar hacia Quito.

Cuadro N° 10

Población Inmigrante por provincia de residencia						
5 años antes del censo según sexo						
	Azuay	Bolívar	Cañar	Carchi	Cotopaxi	Chimborazo
Hombres	1,375	3,364	392	3,733	5,963	5,735
Mujeres	1,588	3,513	447	3,793	6,034	5,849
TOTAL	2,963	6,877	839	7,526	11,997	11,584
	El Oro	Esmeraldas	Guayas	Imbabura	Loja	Los Ríos
Hombres	2,295	3,427	6,426	5,463	4,457	2,945
Mujeres	2,312	3,603	6,317	6,052	5,027	3,005
TOTAL	4,607	7,03	12,743	11,515	9,484	5,95

Población Inmigrante por provincia de residencia						
5 años antes del censo según sexo						
	Manabí	Morona Santiago	Napo	Pastaza	Pichincha	Tungurahua
Hombres	7,287	374	694	495	-	3,198
Mujeres	7,856	500	975	600	-	3,450
TOTAL	15,143	874	1,669	1,095	-	6,648
	Zamora Chinchipe	Galápagos	Sucumbíos	Orellana	Zonas no delimitadas	Exterior
Hombres	297	144	1,386	543	184	9,617
Mujeres	374	146	1,426	597	227	8,438
TOTAL	671	290	2,812	1,140	411	18,055
	No declarado					
Hombres	1,274					
Mujeres	1,149					
Totales Hombre /Mujeres						
HOMBRES	71,068	MUJERES	73,278		TOTAL	144,346

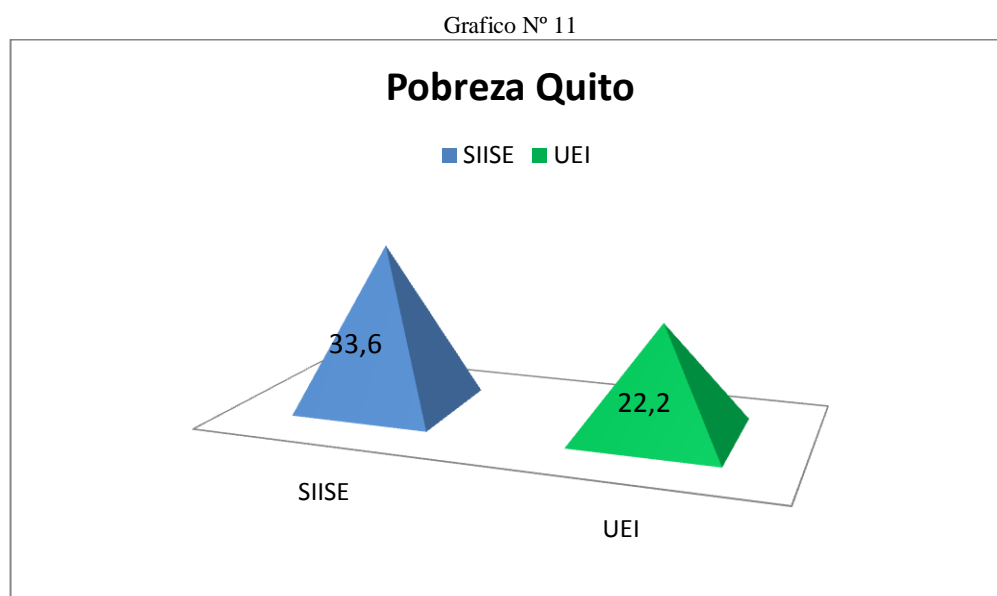
Fuente: INEC censo 2001 datos definitivos, población Pichincha

1.2.4 Indicadores de IDH'S y pobreza.

En el tema de la pobreza en general se ha considerado dos tipos de fuentes: el Sistema Integrado de Indicadores Sociales (SIISE) y el SELBEN, las dos fuentes pertenecen a la Secretaria Técnica del Frente Social; y la Unidad de estudios e Investigación (UIE) de la Dirección de la Planificación Territorial, del MDMQ. El SIISE y la UIE brindan información basada en Necesidades Básicas Insatisfechas (NIB), mientras el SELBEN aplica una fórmula que divide a la población encuestada en quintiles, en todas las formulas se incluye el acceso a servicios básicos.

Pobreza.

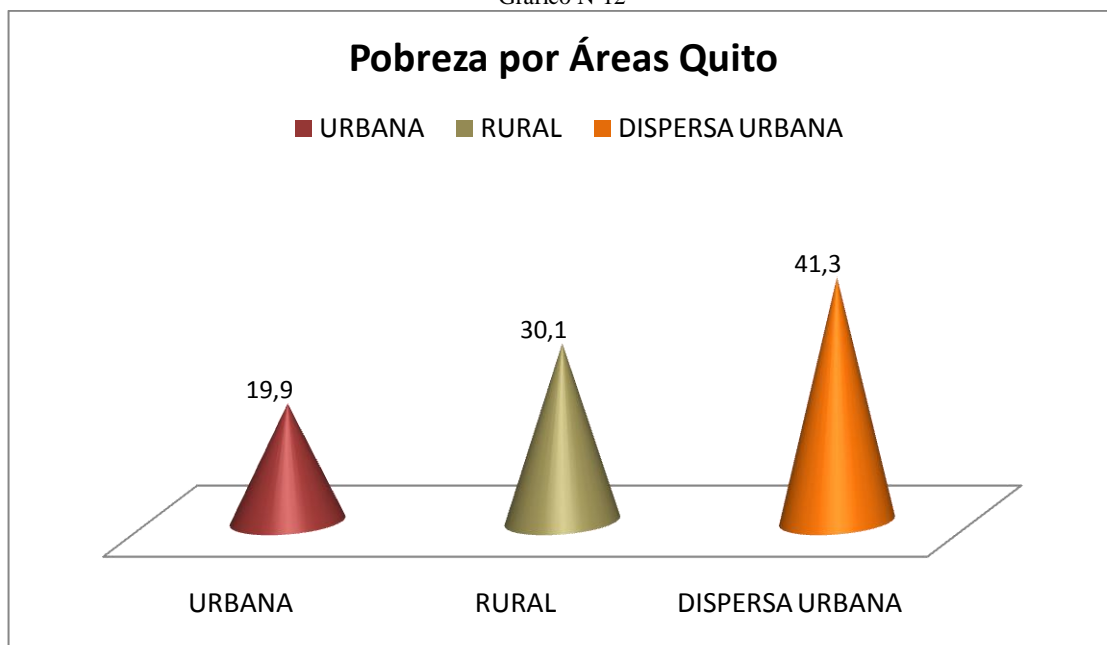
De acuerdo a los datos del SIISE la pobreza en la ciudad de Quito, es del 33,6% mientras que para la UEI el porcentaje es menor con un 22,2%.



Fuente: Archivo de PDF “El Barómetro de Quito N° 1” elaborado por el I. Municipio del D.M.Q.

Dentro de la distribución por áreas encontramos que la pobreza se da principalmente dentro de la población dispersa urbana con un 41,3% en el área rural con el 30,1 y en menor cantidad el área urbana con un 19,9%.

Grafico N°12



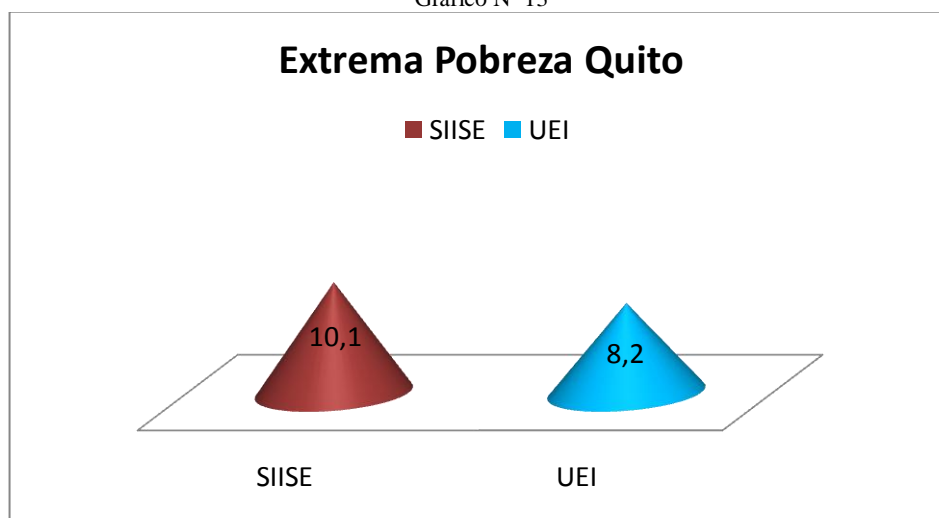
Fuente: Archivo de PDF “El Barómetro de Quito N° 1” elaborado por el I. Municipio del D.M.Q.

Extrema pobreza.

Según los datos del SIISE la extrema pobreza en la ciudad de Quito es del 10,1% mientras que la UEI nos da un porcentaje del 8,2%.

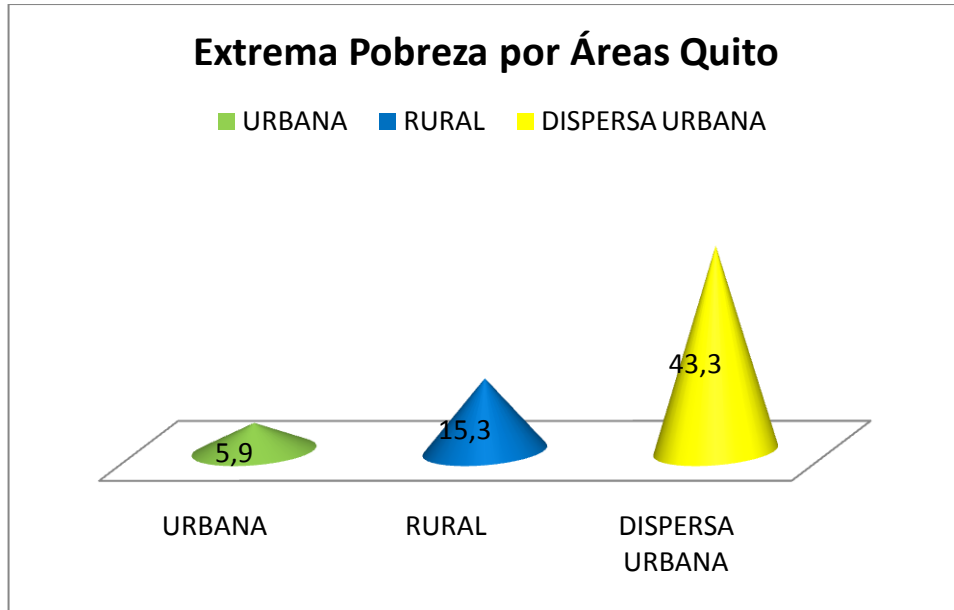
Por otra parte la distribución por áreas se da de la siguiente forma: la urbana con un 5,9% la rural con 15,3 y la dispersa urbana con 43,3% como se puede apreciar en los siguientes gráficos.

Grafico N° 13



Fuente: Archivo de PDF “El Barómetro de Quito N° 1” elaborado por el I. Municipio del D.M.Q.

Grafico N°14



Fuente: Archivo de PDF “El Barómetro de Quito N° 1” elaborado por el I. Municipio del D.M.Q.

1.3 Análisis de la vivienda.

La siguiente es una síntesis de análisis de la evolución de las condiciones de vivienda en el DMQ, con datos reales basados en la información de los censos de la vivienda del INEC 2001.

Para información actualizada se debe considerar que en noviembre del 2010 se llevara a cabo un nuevo censo de población y vivienda pero según fuentes del INEC la población en el DMQ de ha duplicado desde el último censo (2001).

De modo general la situación ha mejorado notablemente en el Distrito Metropolitano de Quito tanto en las áreas urbanas como en las suburbanas en lo referente a las condiciones de la vivienda.

Los principales indicadores de esta mejora son: extensión de las redes de energía eléctrica, teléfono, la presencia de tubería de agua dentro de la vivienda, el mejoramiento de la calidad del piso así como la reducción del hacinamiento son la causa de esta evolución positiva y por tanto permite un nivel de bienestar mayor a sus habitantes.

El porcentaje de viviendas que permitían un nivel de confort satisfactorio y muy satisfactorio se incrementó de 79,6% a 91,1% lo que representa un mejoramiento de las condiciones de cerca de 225.000 viviendas. La población beneficiada por el mejor acondicionamiento de las viviendas aumentó a 1 683 000 habitantes que representa el 91,2% de la población total del DMQ.

Los sectores donde el nivel de confort es muy satisfactorio se ubican en las áreas urbanas más consolidadas alrededor de las cuales los niveles de confort se reducen gradualmente mientras más se incrementa la distancia.

Este fenómeno se nota también en las zonas urbanas que empezaron a desarrollarse en los valles orientales. Así aquellas viviendas en las cabeceras parroquiales cuentan con niveles de bienestar muy satisfactorios y por tanto comparables con aquellos de la zona consolidada de la ciudad. De igual manera, a mayor distancia de las cabeceras, menor confort de las viviendas. Las zonas rurales muestran por tanto las condiciones de vivienda más precarias.

Cuadro N° 11

CONDICIONES DE VIVIENDA		
Indicadores	Datos numericos	Datos porcentuales
Suministro de agua		
Dentro de la vivienda	348.481	82%
Fuera de la vivienda	76.500	18%
Total	424.981	100%
Déficit Cualitativo De La Vivienda		
Viviendas con deficiencia	197.787	46.5%
Viviendas sin deficiencia	227.194	53.5%
Total	424.982	100%
Déficit En Materiales		
Viviendas con deficiencia	178.785	42.1%
Viviendas sin deficiencia	246.197	57.9%
Total	424.982	100%
Déficit En Servicios		
Viviendas con deficiencia	8.289	2%
Viviendas sin deficiencia	416.692	98%
Total	424.982	100%
Hacinamiento De Los Hogares		
Hacinado	85.755	20,2%
No hacinado	339.227	79.8%
Total	424.982	100%

Tenencia de la vivienda		
Arriendo	154.261	36.3%
Propia	198.045	46.6%
Cedida	64.112	15.1%
Recibida por servicios	8.175	1.9%
Otras	3.90	0.1%
Total	424.982	100%

Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC

1.4 Situación política y administrativa

División política del Distrito Metropolitano de Quito

El cantón del Distrito Metropolitano de Quito está dividido en administraciones zonales, las cuales se dividen en parroquias urbanas (zona metropolitana de la ciudad de Quito) y parroquias rurales (afueras de la ciudad).

Grafico N °15

Administraciones Zonales del DMQ

8 Zonas Distritales

1. Administración Zona Equinoccial (La Delicia)
2. Administración Zona Calderón
3. Administración Zona Norte (Eugenio Espejo)
4. Administración Zona Centro (Manuela Sáenz)
5. Administración Zona Sur (Eloy Alfaro)
6. Administración Zona de Tumbaco
7. Administración Zona Valle de Los Chillos
8. Administración Zona Quitumbe



Fuente:www.wikipedia.com

Parroquias

La Dirección Metropolitana de Planificación Territorial (DMPT) ha dividido a la zona urbana del Distrito Metropolitano de Quito en 32 parroquias (urbanas) y 33 rurales y suburbanas (afueras de la ciudad de Quito), que son:

Parroquias urbanas

1. La Argelia
2. Belisario Quevedo
3. Carcelén
4. Centro Histórico
5. Chilibulo

Parroquias rurales

1. Alangasí
2. Amaguaña
3. Atahualpa
4. Calacalí
5. Calderón

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 6. Chillogallo | 6. Chavezpamba |
| 7. Chimbacalle | 7. Checa |
| 8. Cochapamba | 8. Conocoto |
| 9. Comité del Pueblo | 9. Cumbayá |
| 10. El Condado | 10. Gualea |
| 11. Concepción | 11. Guangopolo |
| 12. Cotocollao | 12. Guayllabamba |
| 13. La Ecuatoriana | 13. Llano Chico |
| 14. La Ferroviaria | 14. Lloa |
| 15. Guamaní | 15. La Merced |
| 16. El Inca | 16. Nanegal |
| 17. Ñaquito | 17. Nanegalito |
| 18. Itchimbía | 18. Nayón |
| 19. Jipijapa | 19. Nono (Quito) |
| 20. Keneddy | 20. Pacto |
| 21. La Libertad | 21. Perucho |
| 22. La Magdalena | 22. Pifo |
| 23. Mariscal Sucre | 23. Píntag |
| 24. La Mena | 24. Pomasqui |
| 25. Ponciano | 25. Puéllaro |
| 26. Puengasí | 26. Puenbo |
| 27. Quitumbe | 27. El Quinche |
| 28. Rumipamba | 28. San Antonio |
| 29. San Juan | 29. San José de Minas |
| 30. San Bartolo | 30. Tababela |
| 31. Solanda | 31. Tumbaco |
| 32. Turubamba | 32. Yaruquí |
| | 33. Zámbez |

Administración General.

Es la encargada de planificar, organizar, dirigir, coordinar y controlar los recursos humanos, materiales, financieros, informáticos y tributarios de la municipalidad, con la finalidad de brindar el apoyo eficiente y eficaz que requiere la gestión institucional para el cumplimiento de obligaciones y expectativas.

Además facilita y promueve los procesos de innovación institucional; y, fortalecer la cultura institucional para que la Municipalidad alcance los objetivos estratégicos institucionales, satisfaga las demandas de la comunidad y enfrente los desafíos del entorno.

La administración cuenta además con áreas encargadas de desarrollar los conocimientos, habilidades y valores del capital humano de la municipalidad para el fortalecimiento institucional Contribuir desde la capacitación al crecimiento de la cultura ciudadana promover

el intercambio de saberes y experiencias entre los municipios del Ecuador, América Latina y el Mundo.

El área de administración financiera genera información oportuna y confiable, a través de procesos definidos en un contexto de eficiencia, eficacia, relevancia, productividad y competitividad que asegure una gestión administrativa financiera ágil y oportuna, basados en una planificación presupuestaria dinámica, un sistema de contabilidad moderno y una actitud positiva para un servicio de calidad. Realiza legal y técnicamente la gestión tributaria local (aplicación de normativa jurídica, control, determinación y verificación de obligaciones tributarias, atención de reclamos, etc.), en orden a generar de manera sostenida mayores ingresos tributarios. (UDEM; Unión Nacional de Empleados Municipales 2007. Documentos de Archivo)

1.5 Sector productivo primario.

El sector primario comprende las actividades de extracción directa de bienes de la naturaleza, sin transformaciones. Normalmente, se entiende que forma parte del sector primario la minería, la agricultura, la ganadería, la selvicultura y la pesca.

1.5.1 Agricultura

En general las actividades agrarias en el cantón están condicionadas por el medio físico en el que se desarrollan esto se refiere a las condiciones climáticas, temperatura y humedad, el tipo del suelo y el relieve que el lugar presente y en su mayoría en Quito se desarrollan en las parroquias rurales.

1.5.2 Ganadería

En cuanto a la ganadería, esta también se desarrolla en las parroquias rurales de la provincia de Pichincha dado que las condiciones climáticas en estas zonas son mas favorables para el óptimo desarrollo del ganado vacuno, bovino, ovino, caprino, porcino y avicultura.

La actividad ganadera permite aprovechar los recursos pastables aportando carne, leche, cuero, huevos y lana para el desarrollo de empresas del sector secundario.

La actividad ganadera ha estado siempre íntimamente ligada a la economía familiar del medio rural, esta relación se refleja en la diversidad gastronómica en las diferentes parroquias. La ganadería se desarrolla en las parroquias rurales dadas las características fisiológicas, patológicas, nutricionales y de manejo de sus suelos y la capacidad de adaptación de las razas que aquí se desarrollan.

Cuadro N° 12

Actividad Económica y Rama de la Actividad Quito		
Rama de la Actividad	(Abs)	%
Agricultura, ganadería, caza y silv	12,342	1,7
Explot. Minas y Canteras	4,098	0,6

Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC

1.5.3 Producción y rendimiento

En cuanto a la actividad productiva y de rendimiento primario en el cantón Quito, debemos destacar que al ser la capital del país la mayor parte de su producción se concentra en parroquias rurales sin ser esta la actividad más representativa del cantón.

A continuación se detallan las parroquias en las cuales las actividades de producción primaria son fundamentales para su desarrollo:

Nanegalito:

Se dedican principalmente a la agricultura y ganadería destinada fundamentalmente al autoconsumo, la producción y comercialización de leche es uno de los principales rubros económicos. Los principales productos de la zona son: papaya, limón, tomate, naranjilla, aguacate, babaco, yuca.

Nayón:

Esta tierra prodigiosa brinda gran variedad de productos como: guabas, chirimoyas, aguacates, maíz, plantas aromáticas y medicinales.

Nono:

Es una tierra rica para la agricultura y la ganadería. En la actualidad el turismo se ha convertido en una fuente de ingresos económicos, esta parroquia cuenta con guías turísticos nativos.

Pacto:

Es una zona eminentemente agrícola y ganadera, producción de leche, panela, caña de azúcar, pitahaya, cacao, café, guabas, cítricos, maíz, maní, plátano yuca. Pacto tiene una situación geográfica y climática privilegiada, lo que permite disponer de una variedad de productos tanto de la región sierra, como de la costa. La explotación forestal se evidencia por agotamiento de la madera, debido a la agresiva explotación como fuente de ingresos.

Perucho:

Floricultura, agricultura, avicultura y comercialización de sus productos

Pifo:

Actividades netamente agropecuarias. Actualmente se ha expandido la generación de bienes no tradicionales, con la consecuente constitución de verdaderas empresas agroindustriales con un importante componente tecnológico. Se ha generalizado el cultivo de algunos productos como las flores, frutillas, babaco, limón, brócoli, manzana, granadilla, tomate de árbol, entre los principales.

Pintag:

Se caracteriza por sus tierras fértiles para la agricultura y para pastos, cuenta con muchos arroyos. En la parte alta se caracteriza por la producción de ganado de leche y de engorde. Algunas haciendas producen ganado bravo.

Pomasqui:

Artesanía: se trabaja en madera.

Puellaro:

Predomina: la agricultura, apicultura, avicultura, frutícola, invernaderos, viveros, ganadería y comercialización de sus productos.

Puembo:

Se dedica a actividades relacionadas con la agricultura y ganadería, especialmente sobresale el cultivo de flores, hortalizas y frutas. Existe también como fuente vital de ingresos económicos la actividad avícola.

Tumbaco:

Cultivo de maíz, fréjol, frutales, eucaliptos y alfalfa. Se puede cultivar también frutales anuales de clima templado: arveja, cebada, hortalizas de ciclo corto, lenteja, quinua, tomate, avena, pino, ciprés, nogal, flores, alcachofas y fresas.

Las aves de corral y los cerdos constituyen importantes fuentes de ingresos.

Yaruqui:

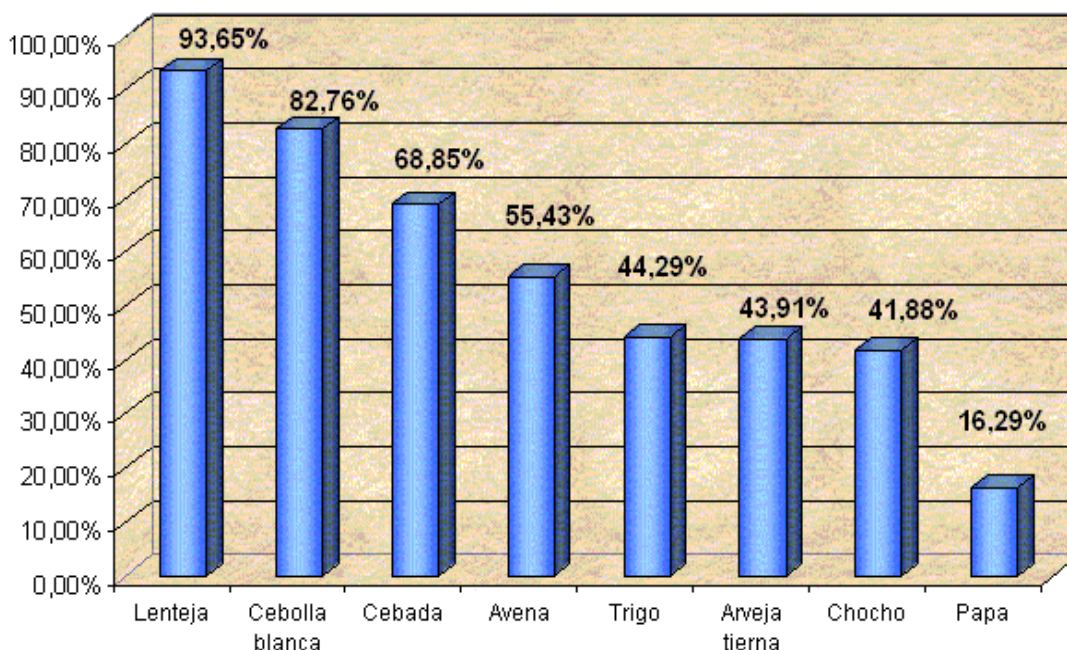
Producción florícola y avícola. Es importante también destacar el desarrollo de actividades industriales y de servicios.

Zambiza:

Agricultura dirigida al consumo quiteño.

Participación en la producción (8 primeros productos)

Grafico N° 16



Fuente: III Censo nacional agropecuario .Elaboración: Cámara de agricultura de la primera zona

1.5.4 Asistencia técnica

El área de Asistencia Técnica en el cantón está orientada al desarrollo de los diferentes sectores productivos con un alto impacto social, esto hace que varias instituciones públicas y privadas tengan retos cada vez más importantes en el desarrollo del país y por ende en el desarrollo de nuevos y mejores sistemas de capacitación interna y externa.

En general las organizaciones que brindan asistencia técnica son de carácter gremial, con responsabilidad social, que busca el desarrollo integral de las pequeñas y medianas industrias ejerciendo la representación de sus usuarios, para la defensa de sus intereses legítimos, mediante la entrega de servicios oportunos, eficaces y eficientes.

Muchas de estas instituciones trabajan en conjunto con los organismos estatales y no gubernamentales, nacionales e internacionales en la definición y puesta en marcha de políticas que permitan el aumento y desarrollo de las empresas, la generación de empleo y su incursión en los mercados externos.

Los objetivos principales de estas instituciones son:

- Brindar una capacitación integral y asistencia mediante la cual se podrán estructurar diferentes áreas, para el desarrollo de los nuevos proyectos empresariales.
- Fortalecer al sector industrial.
- Contribuir al desarrollo de la economía nacional y propender al mejoramiento de las condiciones de vida de los ciudadanos.
- Impulsar el mejoramiento de la competitividad y la productividad de la industria.
- Fomentar la modernización y su expansión, para ampliar la participación en los mercados externos.
- Auspiciar la continua capacitación de técnicos y trabajadores.
- Promover la investigación científica y tecnológica en las distintas actividades productivas del país.

Dependiendo de la actividad a la que se dedican las empresas asesoradas las principales áreas de capacitación son:

- Capacitación de personal
- Ferias y exposiciones
- Producción más limpia
- Mesa de afiliados
- Asesoría jurídica
- Mediación
- Bolsa de subcontratación
- Exportación y asociatividad
- Trabajo con universidades
- Comunicación
- Tecnología

Algunas de las instituciones que se dedican a prestar servicios de asesoría técnica son: Corporación Andina de Fomento (CAF), CONQUITO, Capacitación para Pequeña Industria de Pichincha (CAPEIPI), Corporación Financiera Nacional (CFN), SECAP, Ministerio de Agricultura Ganadería Acuacultura y Pesca (MAGAP) entre otros.

1.5.5 Comercialización y consumo

Debido a la situación geográfica y climática privilegiada del cantón y como ya habíamos mencionado anteriormente la producción desarrollada en su mayoría en las parroquias rurales no abastece las necesidades de la totalidad de la población del cantón por lo que la comercialización y el consumo están complementados en alto porcentaje con productos traídos de otras provincias.

Toda la producción es comercializada en los principales mercados municipales de la ciudad que están ubicados en los sectores norte, centro y sur y en los supermercados.

1.5.6 Crédito

En Quito existen instituciones dedicadas a brindar crédito y financiamiento para proyectos o necesidades de la población, las entidades que generalmente se encargan de esta actividad son los bancos, cooperativas, organismos no gubernamentales y fundaciones.

Son estos créditos los que han permitido a gran parte de la población quiteña acceder a negocios familiares o microempresas que son el eje fundamental de la economía de estas familias.

Es por ello que los créditos y el financiamiento son importantes ya que brindan la posibilidad a las instituciones de mantener una economía y una continuidad de sus actividades comerciales estables y eficientes y por consecuencia otorgar un mayor aporte al sector económico al cual participan.

Los bancos y cooperativas trabajan con un tipo de crédito llamado comercial donde el prestamista adquiere un compromiso de pago, generalmente este crédito genera intereses que son pagados por el beneficiario.

Otra de las formas de crédito de los bancos y que es muy común entre la población quiteña es el acceso a las hipotecas, que consiste básicamente en trasladar condicionadamente una propiedad del deudor al acreedor por un tiempo determinado a cambio de dinero, la propiedad es la garantía del pago.

Las ONG'S y Fundaciones en cambio entregan créditos o ayuda sin fines de lucro generalmente cuentan con el apoyo de organizaciones internacionales que son las que las sustentan económicamente, siempre y cuando el propósito de la empresa o proyecto sea ocuparse de asuntos que entren en los ámbitos de competencia de ésta y tener el modo y la voluntad de contribuir al cumplimiento de sus objetivos.

Entre los organismos de crédito más importantes del cantón se destacan:

BANCOS

- Banco Pichincha
- Banco De Los Andes
- Banco Bolivariano C.A.
- Banco De Crédito
- Banco De Fomento
- Banco Sudamericano S.A
- Citibank N.A. Sucursal Ecuador
- Lloyds Tsb Bank Plc
- Superintendencia De Bancos Y Seguros

COOPERATIVAS DE AHORRO Y CREDITO

- Cooperativa De Ahorro Y Credito Mushuk Yaya
- Cooperativa De Ahorro Y Crédito Atahualpa Ltda.
- Cooperativa De Ahorro Y Crédito Cofem Ltda.
- Cooperativa De Huertos Familiares Jacarandá
- Cooperativa De Transportes Eugenio Espejo
- Cooperativa De Vivienda San Isidro
- Cooperativa De Ahorro Y Crédito 29 De Octubre

CORPORACIONES

- Clasecuador S.A.
- Corfinsa Corporación Financiera S.A.
- Corporación Financiera Nacional
- Vazcorp S.A.
- Data crédito Acredita Buro De Información S.A.

MUTUALISTAS

- Mutualista Imbabura
- Mutualista Pichincha

ORGANISMOS NO GUBERNAMENTALES

- ONG Apadrinamiento
- ONG Asistencia a colectivos marginados
- ONG Asistencia a enfermos de Sida
- ONG Asuntos sociales
- ONG Atención de enfermos
- ONG Ayuda humanitaria
- ONG Comercio Justo
- ONG Cooperacion internacional
- ONG Cultura
- ONG Defensa de Derechos Humanos
- ONG Defensa de los Animales

- ONG Discapacitados
- ONG Drogodependencias
- ONG Educación
- ONG Educación al desarrollo y sensibilización
- ONG Familia
- ONG Infancia y juventud
- ONG Inmigrantes
- ONG Investigación y docencia
- ONG Medio Ambiente
- ONG Mujer
- ONG Nuevas tecnologías y comunicación
- ONG Otros
- ONG Salud
- ONG Tercera Edad
- ONG

1.6 Sector Productivo Secundario

1.6.1 Industria

El sector secundario representa las actividades que implican la transformación de alimentos y materias primas a través de procesos productivos. Normalmente se incluyen la construcción, la industria manufacturera, siderurgia, industria mecánica, industria química, textil, la producción de bienes de consumo, entre otros.

El siguiente cuadro representa las actividades económicas que se desarrollan en el sector secundario de la ciudad de Quito, el literal (Otros) representa el total de la actividad primaria.

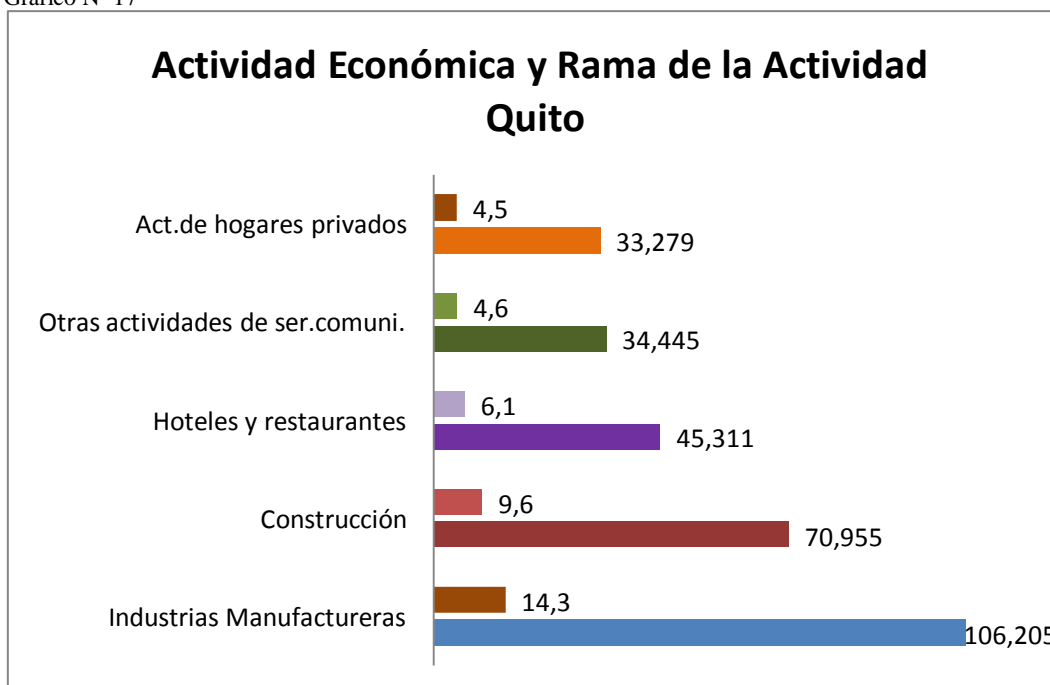
Cuadro N° 13

Actividad Económica y Rama de la Actividad Quito		
Rama de la Actividad	(Abs)	%
Industrias Manufactureras	106,205	14,3
Construcción	70,955	9,6
Hoteles y restaurantes	45,311	6,1
Otras actividades de servicio comunitario	34,445	4,6
Act.de hogares privados	33,279	4,5
Otros	451,379	61
TOTAL	741,574	100%

Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC Actividades Económicas

En el siguiente gráfico vemos que dentro del sector secundario la industria manufacturera tiene el más alto porcentaje con un 14,3% seguido por la rama de la construcción con un 9,6% en tercer lugar encontramos hoteles y restaurantes con el 6,1% y en menor porcentaje encontramos las actividades comunitarias y de hogares privados.

Gráfico N° 17



Fuente: Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006) INEC Actividades Económicas

1.6.2 Artesanía

Quito ha sido fundada en el crisol de su historia, el arte y la cultura recorren sus calles como un torrente que la vivifica y reinventa en cada época.

Su artesanía es tan antigua como su propio mestizaje aborigen e hispana, ejemplo de ello son las iglesias del centro histórico, finamente decoradas con sus tallas de piedra en sus fachadas así como toda su ornamenta tallada en pan de oro, que hacen de sus altares y atrios la máxima expresión del barroco americano.

Escuela Quiteña.

Escuela quiteña es como se ha llamado al conjunto de manifestaciones artísticas y de artistas que se desarrolló en el territorio de la Real Audiencia de Quito durante el periodo colonial. Se considera que su origen es la escuela de Artes y Oficios, fundada en 1552 por el sacerdote franciscano Jodoco Ricke, quien junto a Fray Pedro Gocial transforma el colegio San Andrés, en el lugar donde se forman los primeros artistas indígenas.

Como expresión cultural es el resultado de un dilatado proceso de transculturación entre lo aborigen y lo europeo y es una de las manifestaciones más ricas del mestizaje y del sincretismo, en el cual aparentemente la participación del indígena vencido es de menor importancia frente al aporte europeo dominante.

A más de los aportes españoles, recibe múltiples influencias flamencas, italianas y moriscas, las cuales íntimamente enraizadas en la tradición indo-americana, le dan una particularidad especial, diversa de sus fuentes, pues su resultado es mestizo. Sus principales exponentes fueron Bernardo de Legarda y Manuel Chili conocido como Caspicara. (http://es.wikipedia.org/wiki/Escuela_quite%C3%B1a)

1.6.2.1 La artesanía en la actualidad.

Actualmente la capital también acoge las nuevas tendencias del artesano contemporáneo, y no solo quiteño ya que aquí convergen como en el tiánguez antiguo todas las expresiones artesanales de la nación, existen por tanto surtidos y amplios almacenes que ofrecen: artesanías en cuero, tallas en; tejidos de lana, hechos telares indígenas, una variedad de

objetos de paja tejida, los famosos sombreros de paja toquilla, y otras muchas manifestaciones de la habilidad del artesano nacional.

Son comunes en la urbe, especialmente en la zona de La Mariscal las tiendas y las ferias artesanales de libre acceso; entre las más conocidas tenemos:

Plaza El Quinde (Foch)

Ubicada en el corazón de la zona más cosmopolita, por sus bares y restaurantes, es habitualmente visitada por turistas, la Plaza Foch, es también un gran lugar para comprar artesanías durante los fines de semana, pues en una de sus esquinas se instalan kioscos de artesanos que ofrecen una amplia variedad de productos.

Parque El Ejido

Este parque emblemático de los quiteños ha sido durante años un lugar de convergencia donde nacionales y extranjeros pueden encontrar una gran variedad de artesanías de todo tipo; por demás llamativo son las exposiciones de cuadros que se exhiben a lo largo de su contorno y que están a la venta al público y que ya forman parte del colorido paisaje.

Mercado Artesanal La Mariscal

Este lugar ofrece al visitante una amplia gama de artesanías de todas las regiones del país, desde textiles hasta cerámicas, y de hamacas a cuadros al óleo; en su mayoría comercializadas directamente por sus fabricantes y esto hace que sus precios sean más accesibles. (<http://www.in-quito.com/uio-kito-qito-kyto-qyto/spanish-uio/artesanos-quito-ecuador/quito-artesano.htm>)

1.6.3 Crédito y Convenios

Al presente existen diferentes convenios para beneficio del artesano con los siguientes organismos:

SEMPLADES. Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo

Aporta con planes de desarrollo artesanal y comunitario.

CORPEI.

Impulsa una mejor inserción de la artesanía en los mercados internacionales.

Ministerio de Coordinación y Desarrollo Social.

Trabaja en conjunto con la JNDA en el programa “Hilando el Desarrollo” calificando 350 talleres de formación y capacitación.

En el área del crédito no existe un organismo que dé financiamiento de manera específica a este sector, sin embargo ciertas entidades gubernamentales dan facilidades para proyectos sociales, comunitarios o artesanales.

Cabe anotar que desde el 5 de enero del año 2010 entró en vigencia una ley en la cual se promulga el otorgar créditos a los artesanos a través del BNF. Banco Nacional de Fomento y la CFN. Corporación Financiera Nacional. Sin embargo dicha ley se encuentra todavía en trámite.

Hay que acotar también que existen ciertos beneficios para los artesanos calificados y titulados por la Junta Nacional de Defensa del artesano tales como:

Acogerse a los planes, programas y proyectos de la Junta Nacional de Defensa del Artesano.

- Ser beneficiario de proyectos de capacitación para la competitividad, producción y comercialización, incluyendo alternativas de exportación.
 - Exoneración de impuestos al capital en giro-activos totales.
 - Exoneración de impuestos a las exportaciones de artesanías.
 - Declaración del IVA con tarifa 0.
 - Préstamos de fomento productivo con tasas preferenciales a largo plazo; entre otros.
- (http://www.jnda.gov.ec/jnda/index.php?option=com_content&view=article&id=1&Itemid=3)

1.7 Sector productivo Técnico

1.7.1 Comercio

Según las estadísticas, los siguientes son los datos de la actividad económica y comercial de la capital de Ecuador:

- Tasa de desempleo: 9.50%
- Tasa de subempleo: 36.20%
- Ingreso mensual medio: 387 USD

Producto Interno Bruto

Quito, capital de la provincia de Pichincha y del Ecuador, es la ciudad que más aporta al PIB Nacional, la de mayor grado de recaudación de impuestos en el Ecuador por concepto de gravámenes según el Servicio de Rentas Internas (S.R.I.), pero sin embargo y contradictoriamente se la conoce como segunda economía más importante del país, según el último "estudio" realizado por el Banco Central del Ecuador, el aporte fue del 18,6% al PIB, generando 4106 millones de dólares.

Quito junto a la ciudad de Guayaquil es un importante centro financiero del país. La ciudad es sede de importantes compañías tanto nacionales como multinacionales, oficinas de importantes industrias que funcionan en el país.

La actividad financiera se concentra en el centro norte de la ciudad. Quito también es una ciudad muy agitada en el ámbito comercial, destacando grandes y modernos centros comerciales, malls, tiendas de textiles, artesanías y souvenirs, cadenas de grandes supermercados, ferreterías, farmacias, etc.

La actividad económica es variada, destacándose que es donde se ensamblan la mayoría de vehículos para consumo nacional y exportación, la mayor actividad de construcción del país, la principal exportadora nacional de flores provenientes de sus valles y alrededores del distrito, también el comercio informal producto del desempleo originada por desigualdades sociales y la reciente crisis financiera nacional y mundial.

A partir de una gran inversión destinada a la regeneración urbana del Centro Histórico y otros lugares turísticos que empezó desde el 2001 por parte del Municipio de Quito, el rubro turismo ha sido otra de las importantes fuentes de ingreso de la ciudad. Actualmente está en plena construcción una obra emblemática del municipio como es el nuevo aeropuerto de Quito y una zona franca adyacente para impulsar el desarrollo de la ciudad, del país y de sus habitantes en los próximos 30 años.

1.7.2 Turismo

Toda la ciudad y el distrito metropolitano se encuentran entre los estilos Contemporáneo y Colonial, que se están reconstruyendo constantemente día a día. La estructura moderna se mezcla con la colonial donde los residentes nacionales y los visitantes extranjeros encuentran siempre un lugar para trabajar, gozar y recordar.

Además, la ciudad está rodeada por los volcanes Pichincha, Antizana, Cotopaxi, y Cayambe que conforman el contorno andino majestuoso. Quito esta colmada de significados que la identifican y definen, ocupa laderas o baja a los valles, serpentea a través de callejones y se abre en amplias avenidas; zigzaguea, sorteando colinas y quebradas. Por esta belleza física, sus tradiciones, rincones de misticismo y leyendas vigentes, es considerada "Relicario del Arte en América". Estas fueron las características principales para que, en Septiembre de 1978, Quito fuera declarada por la UNESCO "Patrimonio Cultural de la Humanidad".

En los últimos años el turismo ha crecido enormemente en la ciudad de y ha significado un nuevo rubro en los ingresos de capital. La mayoría de extranjeros que visitan Quito proceden de los Estados Unidos y pertenecen a una población generalmente joven, cuyo promedio de edad no alcanza los 28 años. También visitan la ciudad europeos provenientes de Italia, Francia o Alemania. Hace unos años la mayoría de turistas que se quedaban en la ciudad unos días lo hacían porque su destino principal era el Archipiélago de Galápagos pero en la actualidad eso ha cambiado.

Dentro de las principales anotaciones que destacan los turistas están la amabilidad de la gente quiteña, la majestuosidad de un paisaje lleno de volcanes nevados, y el frío húmedo de montaña, que extraña mucho a los extranjeros pues se acompaña de una sensación térmica muy baja sobre todo por las noches.

Fuera de la ciudad encontramos también atractivos naturales y actividades de turismo de aventura que pueden ser disfrutados por turistas tanto nacionales como extranjeros inclusive en un mismo día debido a la cercanía de los mismos.

Atractivos Turísticos principales del DMQ

- Panecillo
- Teleférico
- Centro histórico
- Basílica del Voto Nacional
- La Catedral Metropolitana
- Iglesia de La Compañía
- Iglesia de San Francisco
- Iglesia de El Sagrario
- Iglesia de Santo Domingo
- Museo de la Ciudad
- Museo del Banco Central
- Museo Capilla del Hombre
- Museo Templo de la Patria
- El Museo Templo de la Patria
- Museo del Banco Central del Ecuador
- Ciudad Mitad del Mundo
- Zoológico de Quito
- Los valles de Los Chillos y Tumbaco
- Bosque Del Noroccidente
- Reserva Orquideológica Pahuma
- Reserva Río Alambi
- Centro Ceremonial Tulipe
- Museo Intiñan
- Pucará De Rumicucho

Infraestructura Turística

La ciudad de Quito, es un importante centro turístico y cuenta con una variada lista de establecimientos hoteleros de todos los tipos, desde casas rústicas hasta grandes y modernos hoteles.

La mayoría de hoteles se encuentran concentrados en el centro norte y centro histórico de la ciudad, zonas que concentran los principales atractivos turísticos. Los hoteles en el centro histórico de la ciudad, como el Patio Andaluz y el lujoso Plaza Grande, tienen un ambiente más familiar y rústico, esto se debe a que se encuentran en el casco histórico de la ciudad, zona donde predominan las actividades culturales.

Los hoteles del norte y centro norte de la ciudad, como el Hilton Colón, el J.W. Marriot o el Sheraton, Swissotel, Radisson, Mercure, Hotel Quito, Holiday Inn Express suelen ser más modernos y grandes, promocionándose como destino para ejecutivos y empresarios principalmente.

Pero Quito ofrece una variedad de alojamientos en la ciudad para todos los gustos y bolsillos, como los famosos "hostales bed & breakfast" de la zona de La Mariscal, en donde los turistas principalmente jóvenes pueden alquilar una habitación a precios sumamente baratos y a la vez estar cerca de los centros nocturnos más frecuentados de la ciudad.

La ciudad cuenta con más de 450 establecimientos gastronómicos (entre restaurantes, bares cybers, tiendas de libros y souvenirs, algunas discotecas y cafeterías), los que ofrecen una gran diversidad de estilos culinarios.

Desde los establecimientos reconocidos por su comida típica ecuatoriana hasta los sabores de las altas cocinas francesa, italiana o argentina. Para los turistas que llegan a la ciudad, existe una gran herramienta que los puede ayudar a encontrar el lugar ideal donde ir a comer, tomar un trago o un café, ahí podrán encontrar establecimientos gastronómicos por tipo de comida, precio promedio, ubicación y ambiente.

(<http://es.wikipedia.org/wiki/Quito>)

1.7.3 Transporte

Transporte aéreo

El Aeropuerto Internacional Mariscal Sucre que sirve a la ciudad de Quito fue inaugurado en 1960. Tiene una pista de 3.120 m de longitud y una importante infraestructura frigorífica para el mantenimiento y almacenamiento de flores y otros productos perecibles de exportación.

El aeropuerto está ubicado en la parroquia Chaupicruz, a tan solo 10 minutos del área comercial de la ciudad. En el año 2002, se inició la remodelación de esta terminal aérea, la cual fue concluida en agosto de 2003. Hoy en día, este recinto cuenta con todas las comodidades y servicios característicos de un aeropuerto internacional.

La ubicación de este aeropuerto en la zona metropolitana ha causado muchos problemas a los ciudadanos; entre ellos, el ruido provocado por los aviones y el hecho de que no puedan construirse edificios que superen los 100 m.

Debido a esto, simultáneamente se está llevando a cabo la construcción del nuevo aeropuerto de Quito ubicado en las afueras de la ciudad en la parroquia de Tababela, el cual entrará en funcionamiento en los próximos años.

La nueva terminal estará equipada con servicios e instalaciones de primera y estará en capacidad de recibir a más de 5 millones de pasajeros por año y 270 mil de carga, ejecutando un promedio de 44 operaciones por hora. El actual aeropuerto de Quito se convertirá en un gran parque y pulmón verde para la ciudad.

Transporte terrestre

Sistema Integrado de Transporte - MetrobúsQ

El Sistema MetrobusQ también conocido como la Red Integrada de Transporte Público de Quito, está constituido por corredores tronco alimentadores de gran capacidad tanto en el área urbana central de la ciudad como en las zonas metropolitanas. La red se complementa con un sistema de paradas preestablecidas, estaciones de transferencia y terminales.

Los tres principales corredores de transporte urbano de Quito son:

Corredor Central Trolebús: el trolebús constituye el eje central del Sistema Integrado y ha sido uno de los proyectos más exitosos de los últimos años en Quito. El 17 de diciembre de 1995 fue inaugurada la primera etapa de este moderno medio de transporte, en el tramo comprendido entre la Estación Sur El Recreo y la calle Esmeraldas en el centro de la ciudad, más las líneas alimentadoras que funcionan en la Estación Sur.

Corredor Nororiental Ecovía: la Ecovía fue inaugurada en el año 2000. El sistema recorre aproximadamente 9 km de la ciudad, desde la terminal La Marín en el centro de Quito hasta la Estación de Transferencia Río Coca en el norte.

Corredor Central Norte: la primera etapa de este corredor que va desde la Estación Seminario Mayor hasta la Estación La Ofelia (ambas ubicadas al norte de Quito) entró en funcionamiento en noviembre de 2004.

Transporte urbano

La Red Convencional de Transporte de Quito está conformada por 135 líneas de transporte público operadas por 2.624 buses urbanos. Estas líneas y flotas actuales se encuentran en proceso de reestructuración, en la medida del avance de la Red Integrada de Transporte. En la ciudad de Quito existen tres clases de transporte urbano: los buses tipo, los buses especiales y los buses interparroquiales. Es fácil diferenciarlos de acuerdo al color que ostentan: azul para los buses tipo, rojo para los especiales y verde para los interparroquiales.

Debido a la geografía de la ciudad, la cual se extiende de norte a sur teniendo aproximadamente 40 km de largo y solo 2,5 km de ancho, la gran mayoría de avenidas importantes de Quito se extienden de norte a sur. La avenida más larga que cruza la ciudad de norte a sur es el Eje Longitudinal Avenida 10 de Agosto (que se transforma en la Avenida Galo Plaza al norte y Avenida Vicente Maldonado al sur). La avenida que cruza la ciudad de norte a sur del lado occidental, es la Avenida Occidental Mariscal Sucre y la autopista que cruza la ciudad de norte a sur del lado oriental es la Autopista Corredor Periférico Oriental Simón Bolívar.

(http://www.quito.com.ec/index.php?option=com_content&task=view&id=38&Itemid=151)

CAPITULO II

GENERALIDADES DE LA GASTRONOMIA

2. Gastronomía

2.1 Historia de la Gastronomía en General

2.1.1 Prehistoria: desde la aparición del hombre hasta la aparición de la escritura.

2.1.1.1 Antes del Fuego: Primeros alimentos: frutos, raíces, hojas y tallos. Luego comenzó la caza de grandes piezas (renos, bisontes, vacunos salvajes y caballos) y de pequeños animales.

Cazaban con arco y flecha y pescaban con anzuelos y arpones. Armaban trampas para acorralar a los animales para ir matándolos a medidas de sus necesidades.

Las primeras herramientas eran fabricadas con piedras, ramas y eran muy simples.

Los alimentos se consumían crudos. El secado se utilizaba ya en la prehistoria para conservar numerosos alimentos, como los higos u otras frutas.

2.1.1.2 Después del Fuego: Con la extinción de los grandes animales el hombre comenzó a domesticar a otros más pequeños (renos, perros).

La domesticación en Oriente de cabras, cerdos, ovejas y asnos dio origen a la ganadería.

La agricultura, fue tarea de mujeres, quienes comenzaron a cultivar las semillas que recogían por lo que se originó el asentamiento del hombre. Los primeros cultivos fueron: trigo, cebada, avena, col, higos, habas, lentejas, mijo y vid. Se consumían frutos del manzano, el peral, el ciruelo y el cerezo.

En Oriente Medio (4.000 a.C.) se cultivaban el almendro, el granado, garbanzo, cebolla, y dátiles.

Aparecen también los primeros recipientes de barro para cocinar los alimentos. De los animales se consumía la carne y las pieles, eran utilizadas como abrigo; sus huesos eran usados para hacer herramientas.

Se inventó el arado (una rama con forma), lo que desencadenó que la mujer pierda el control de la agricultura, atribuyendo la labor a la fuerza del hombre.

En el siglo V a.C. en México se inventa el molino de trigo.

El método de cocción utilizado, fue el asado; con el descubrimiento del fuego, el hombre comienza a cocer los alimentos con lo cual estos se digerían más rápidamente y podían apreciar mejor su sabor.

La agricultura reemplazó a la recolección de forma gradual.

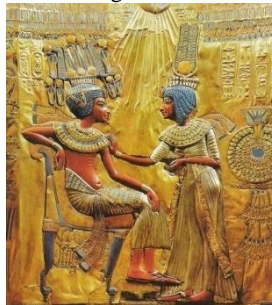
A partir del año 3500 a.C. se produjo un cambio notable en el aprovechamiento de los animales: no se explotaban ya sólo para obtener su carne y sus pieles, sino también para la obtención de productos secundarios como leche, queso y lanas.

En la prehistoria, el hombre ya utilizaba el frío como método de conservación de las carnes (bloques de hielo).

2.1.2 Edad Antigua: desde la aparición de la escritura hasta la caída del Imperio Romano de Occidente.

2.1.2.1 Pueblo Egipcio:

Fotografía N° 1



Enciclopedia Océano tomo 8 Historia Universal

Se alimentaban de lentejas, hortalizas y frutos; también los tallos de papiro así como sus raíces y los bulbos de lotus también les servían de alimento.

El egipcio medio vivía con muy escasas mantenciones: pan, cerveza, cebollas y algunas legumbres. Las clases privilegiadas comían en forma abundante bueyes, terneras, cabras, ovejas, ocas y pichones.

Egipto era rico en producción agrícola. Había muchos frutos: higos, dátiles, uvas, sandías, pepinos y melones.

La cerveza era la bebida nacional, pero sin levadura, por lo que debía consumirse rápido pues si no se agriaba.

El cereal más antiguo fue el mijo, luego vino la cebada, la avena y el centeno.

Como consecuencia del cultivo de cereales se descubre el pan.

Comían sentados, separados hombres de mujeres y ya utilizaban cucharas y tenedores de madera o metal.

Las carnes se consumían crudas y en salazón. Los egipcios hacían un culto de la comida. Cuando moría un faraón, lo momificaban y lo adornaban con alimentos; tenían la creencia de que existía una vida después de la muerte.

2.1.2.2 Pueblo Hebreo:

Fotografía N° 2



Enciclopedia Océano tomo 8 Historia Universal

Como alimentos simbólicos encontramos: el pan y el vino. Los israelitas cultivaban el olivo, la vid y cereales como el centeno y la cebada.

El agua no era potable por lo que la leche, cuajada y agria, ocupaba un papel muy importante.

Las hortalizas eran fundamentales y variadas: cogombros, melones, puerros, cebollas y ajos. Las uvas se comían frescas o como pasas, los higos eran el alimento primordial de los soldados (secos o como pan).

Usaban especias como el coriandro y el comino negro para aderezar guisos.

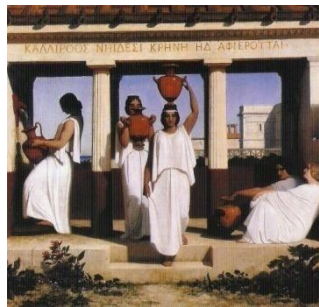
La carne se consumía de manera general en fiestas, y provenía del cordero o la cabra. La carne de buey y los animales engordados se reservaba para las grandes fiestas que sólo estaba al alcance de los ricos.

El método de cocción utilizado era el hervido. Se debe rescatar que en los templos no sólo se oraba sino que también se comía. La leche la mantenían en un saco llamado obre que era el estómago de la cabra.

De forma accidental, por el batido de la leche contenida en la ubre, conocieron la manteca.

2.1.2.3 Pueblo Griego:

Fotografía N° 3



Enciclopedia Océano tomo 8 Historia Universal

Egis de Todas (uno de los 7 cocineros legendarios de Grecia) llevó a la cocina aristocrática la cocción del pescado aunque tardaron en apreciarlo. Lo cocinaban con orégano, hinojo y comino. El pescado principal era el atún que se conservaba en aceite de oliva pero había también: roballo, dorada, salmonete, pulpo, pez espada y esturión.

Los griegos comían todas las carnes que hoy en día se conocen., pero la que menos consumían era la carne de buey.

Como especias se encontraban: laurel, tonillo, orégano, retama, salvia, cilantro y malva.

La leche era de oveja o de cabra ya que la de las vacas apenas si alcanzaba para amantar a sus terneros.

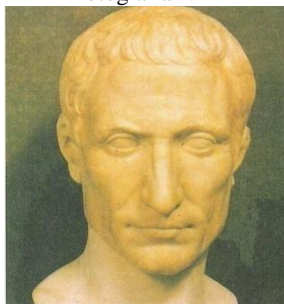
La cocina griega es considerada la madre de la cocina de occidente.

Los primeros cocineros griegos fueron esencialmente panaderos.

El aporte griego a la cocina mundial fue la entrada de carne de cerdo, los asados y los guisos a bases de hierbas aromáticas.

2.1.2.4 Pueblo Romano:

Fotografía N°4



Enciclopedia Océano tomo 8 Historia Universal

La revolución culinaria romana se basó en la incorporación de muchos vegetales que eran desconocidos o considerados inaceptables hasta entonces: la col, los nabos y los rábanos. Había olivos, ciruela, granado, membrillos y cerezos y la higuera autóctona de Italia.

Se hacían 3 comidas diarias: desayuno, el almuerzo y la cena. El pueblo romano tomaba el pullmentun (papilla de harina de trigo y agua que diluida hacía de refresco).

Los romanos hacían otros tipos de panes: uno sin fermento y uno levemente fermentado.

El garo se utilizaba para condimentar o aliñar cualquier comida.

La presencia hispánica en el imperio puede apreciarse en los jabones salazones, aceite y en los cereales.

Los bizantinos adoraban la lechuga y hacían una gran variedad de purés de legumbres y cereales aromatizados con nardo, canela, vino tinto, y miel.

Los romanos organizaban grandes banquetes de derroche por clases privilegiada.

Entre los utensilios que utilizaban estaba el espetón, que era una cruz de hierro incrustada en la tierra en la que asaban las carnes.

En la época de Constantino el emperador y sus invitados comenzaron a comer sentados y no tendidos como en la época romana.

2.1.3 Edad Media

Fotografía N° 5



Enciclopedia Océano tomo 8 Historia Universal

Desde la caída del Imperio Romano de Occidente hasta la caída de Constantinopla.

En esta época se comía mucho asno joven, este se rellenaba de aceitunas verdes, pajaritos y trufas enteras y luego se asaba al espetón.

Los hombres y mujeres del Medioevo eran grandes comedores y para sus comidas y sobre todo para sus grandes banquetes, preparaban enormes cantidades de platos. El gusto de la época privilegiaba la superposición de los sabores, típico es el caso del agridulce y el amplio uso del azúcar y de las especias. Los condimentos mas preferidos eran: el trigo, queso, azúcar y canela; entre los animales la predilección era por los cuadrúpedos y los pájaros, a menudo, los presentaban revestidos de su propia piel o de su plumaje, decorados con oro o rellenos con otros animales vivos más pequeños.

En general los empleados artesanos comían 4 platos servidos por sus patrones: una, sopas, dos platos de carne y uno de legumbres.

A diferencia de los campesinos, los ricos burgueses y los grandes señores eran más carnívoros y además de cerdos consumían: gallinas, ocas, grullas, ciervos, jabalíes y corozos.

Para lograr ser un chef medieval era recomendable seguir las estaciones y buscar siempre los productos frescos y de calidad. Había que recordar que en base a las reglas impuestas por la Iglesia, se debía comer ligero, sin grasas el miércoles, el viernes y el sábado, las vigilias de las festividades y naturalmente durante la Cuaresma, lo que significaba sustituir la carne por el pescado, las grasas animales por las vegetales y la leche animal por la de almendras.

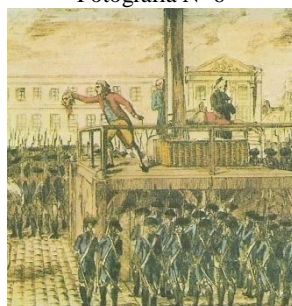
El pueblo utilizaba vajilla esmaltada toscamente, platos de tierra cocida y de madera.

Los burgueses utilizaban el estaño pero al “Gran Señor” le gustaba la vajilla de oro y plata. Se comía con las manos y el cuchillo. Luego se extendió el uso de la cuchara y de los palillos. Los invitados llevaban una servilleta personal para proteger su ropa.

Se trabajó con el bronce y otros metales. Se inventó el tamiz, coladores con asas, tarteras, ganchos para colgar alimentos, ralladores de queso y nuez moscada y la parrilla.

2.1.4 Edad Moderna

Fotografía N° 6



Enciclopedia Océano tomo 8 Historia Universal

Desde la caída de Constantinopla hasta la Revolución Francesa.

En Inglaterra se hacen los grandes pastelones de carne, como el Yorkshire (relleno de carne de oca, perdiz lengua de buey y cocinado a fuego fuerte), los puddings de arroz y pastel manzana o en ingles; apple pie.

Los alimentos más comunes eran: aceites, vinos, porotos, alubias, carne de patos, pollo, jabalí., terneros, las frutas como el melón, las ciruelas, cerezas, peras, manzanas, y membrillos. Se preparaban dulces y helados con esto.

Italia introduce en toda Europa, desde Venecia, el tenedor y, desde Murano, las copas de cristal. Cubiertos de oro, servilletas, escudillas, bandejas y mesas con ruedas y plataformas, aguamaniles y candeleros de plata son vajilla típica de este período.

Se preparan sopas, cremas de: pichón, de tortugas, de pollo acompañado de espárragos, también pavos a la frambuesa, cordero con higos. Como postres se sirven: tortas de almizcle, mermeladas de distintos sabores y cuernos al agua de rosas.

La cocina renacentista se caracteriza por el uso y abuso de los lácteos: la crema, la manteca, la nata y distintos tipos de quesos.

En los siglos XVII Y XVIII. Las personas comen unas migas o unas sopas con un poco de tocino, también comen trozos de pan con cebolla, ajos y quesos y a la noche comen una olla de nabos o coles.

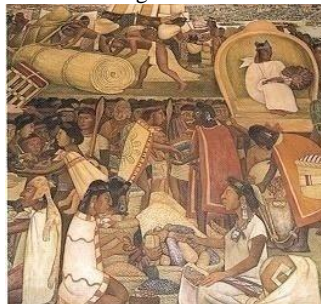
También podemos encontrar que hubo pueblos enteros que se alimentaban solo de bellotas.

Por esta época se descubre el procedimiento para la fabricación del Champagne.

Llegando a finales de la edad moderna (luego de la incorporación de los alimentos traídos del Nuevo Mundo), debido al hambre, se expande el consumo de la papa, alimento que juega un rol importantísimo en el aumento demográfico.

2.1.5 Nuevas Tierras; América y Asia

Fotografía N° 7



Enciclopedia Océano tomo 8 Historia Universal

Lo que llegó a Europa de América: el cacao, el maíz, el maní, el girasol, las arvejas (o judías), el pimiento y el pimentón, el ananá, las papas y el tomate.

El tabaco también es originario de América.

De lo que llegó de Asia a Europa, el arroz ha sido el cultivo más importante traído a América.

La semilla del cacao entre los aztecas ha servido de moneda. El refinamiento de éste lleva al chocolate. En un principio los europeos lo toman como cantidades extremas de endulzantes.

El maíz fue el cultivo básico (al igual que lo fue el trigo en Europa y el arroz en Asia; plantas consideradas “civilizadoras”) y las características y requerimientos de éste marcaron las culturas americanas.

La papa fue el tubérculo que recupero el hombre a las sociedades europeas deprimidas. En Alemania se obligaba a los campesinos a cultivarlas. Estas se preparaban con salchichas, hecha puré, se consumía el almidón y se hervía para hacer aguardiente.

En Inglaterra eran comunes las papas al vapor y fritas acompañadas de pescado también frito.

El tomate en principio se utilizo verde y como adorno en sombreros, pero luego y especialmente en Italia lo llamaron la manzana dorada y se unió casi maritalmente a la pasta. El girasol es a parte de haber sido una planta que hasta el siglo pasado se utilizó como ornamental, rica en aceite.

(<http://www.monografias.com/trabajos11/histgast/histgast.shtml?monosearch>)

2.2 Relación Histórica de la Comida Ecuatoriana y su Influencia

2.2.1 Referencia General a la Comida Precolombina

Introducción:

La cultura de los pueblos es un largo trajinar dentro de la evolución de las sociedades, está lleno de descubrimientos, transformaciones, y conocimientos que se van asentado dentro del modo de vida y las costumbres de sus habitantes, arraigada en su memoria se manifiesta la historia que la antecede, y que sirve para forjar un presente y proyectar el futuro.

Una parte importantísima para comprender esa cultura es conocer la gastronomía que la representa. El Ecuador es por tanto un privilegiado por la riqueza de su cocina, abundante como variada, mestiza como aborígen, con miles de años de historia y muchos más por recorrer.

A continuación se hará una aproximación de la gastronomía elaborada por nuestros antepasados, especialmente de en lo que hoy se asienta la ciudad de Quito y sus alrededores, antes de la llegada de los españoles y toda su influencia.

2.2.1.1 Antecedentes:

Los primeros aborígenes asentados dentro del territorio de lo que hoy conocemos como Ecuador se remontan unos 12000 años atrás y eran grupos humanos nómadas organizados en hordas compuestas de un promedio de cincuenta personas, generalmente pertenecientes a una misma línea familiar, el hombre de esta época debió conocer la producción del fuego, la fabricación de lanzas, herramientas líticas, tejidos de cestas y curtiembres de pieles a modo de vestimenta.

En la serranía los cazadores deambulaban en busca de patos machacones, conejos y venados, en las faldas del cerro Ilaló se han encontrado desperdigadas las puntas de flecha de obsidiana que utilizaban para la caza y posteriormente para la pesca.

Los cazadores recolectores debieron cobijarse entre los matorrales de chilca, mortiños, cabuya y achupallas para proveerse de alimentos, así como también consumían guabas, lucumas, chirimoyas, además de gusanos y caracoles.

La primera cultura encontrada en la región interandina del Ecuador es el Inga, cronológicamente data de hace 10000 a 6000 a.C. y pertenece al periodo Pre cerámico, ubicado en la zona de Tumbaco, Provincia de Pichincha, cuyo nombre se tomó de una propiedad de origen colonial situada en las estribaciones sur orientales del volcán LLoa a unos 22 kilómetros al oriente de Quito. Cabe anotar que casi al simultáneo aparece en la costa la cultura Valdivia.

El asentamiento del Inga fue bien estudiado por el investigador Robert Bell, quien en 1960 logró recuperar alrededor de ochenta mil piezas líticas en obsidiana y basalto, que datan de hace 7.050 años a.C., las mismas que se clasificaron en 50 diferentes grupos de artefactos.

Las características de estas piezas líticas nos aproximan al modo de vida de estos pueblos, por ejemplo; los cuchillos nos permiten saber que se desollaban los animales para consumo, así como la forma de armas usadas en la casería y en el enfrentamiento bélico. (Pazos 2008, 21)

2.2.1.2 El Inicio de la Cocina

Dentro de los procesos evolutivos de los pueblos pre hispánicos, la cocina o la forma de consumir los alimentos nos habla de la etapa por la cual atravesaban; por ejemplo la ingestión de productos crudos y podridos correspondería a una vida nómada y natural, pero la presencia de cerámica para la cocción nos manifiesta un sedentarismo y el inicio de la agricultura.

El acto de cocinar los alimentos comienza con la habilidad de fabricar instrumentos adecuados para la su cocción e incluye por tanto un sentido incipiente de la estética alimentaría, del tiempo, acondicionamiento, orden de los ingredientes, sentido de limpieza, entro otras.

A continuación expondremos algunos de estos procesos culinarios en diferentes culturas y tiempos.

Fotografía N° 8



Tres figurillas de cerámica que se encontraron en el área de Cotocollao. Fuente: www.edufuturo/cotocollao

Cotocollao: Asentamiento correspondiente al periodo formativo aproximadamente 1500 a.C. situado en los valles que rodean al Ilaló en las zonas menos altas del la hoya de Guayllabamba.

A los objetos encontrados en el estudio arqueológico se los puede clasificar en: cerámica de servicio, de cocina y de almacenamiento. Las ollas esféricas que carecen de decoración sirvieron para cocinar y llevar a la braza. Su sustento se basaba en el maíz, al que lo cocinaban entero y sin desgranarlo, Los tiestos y camales encontrados sirvieron para tostar granos El único condimento con el que pudieron contar era la sal. Las ollas y cuencos grandes sirvieron para almacenar los alimentos crudos, tostados o cocidos. Otros cuencos semejantes a vasos sirvieron para beber, otros en forma de platos y cuencos menos profundos se usaron para distribuir las raciones.

Jardín del Este: esta cultura pertenece al periodo de Desarrollo Regional entre los 500 a.C. – 500 d.C. sus restos arqueológicos se descubrieron en 1987 en la margen derecha del rio Machángara a la altura de la parroquia de Cumbaya.

Este grupo se alimentó de vegetales como: maíz, frejol, raíz de achira; de la carne de animales como el venado y conejos. La cocción fue su técnica principal, aparte, del maíz tierno rallado se obtuvo una masa que pudo ser cocinada, asada o expuesta al sol para conservarla.

La Florida: perteneciente al periodo de Desarrollo Regional 260 d.C. sus restos se encontraron en un lugar de declive del Pichincha en una planicie que actualmente corresponde al sector del aeropuerto.

Su alimentación se basó en el maíz; el que se pudo consumir cocido, molido y cocido, molido y fermentado, también se cocinó la carne de venado, cuy y pato y los churos se consumieron crudos, se presume que completaban su dieta el fréjol, la quinua, el melloco, la yuca y el ají.

Chilibulo: asentamiento correspondiente al Periodo de Integración, entre el 600 d.C. – 1000 d.C. los restos hallados mostraban un poblado en la zona enmarcada entre los actuales barrios de El Pintado y, al sur, Chillogallo. Su fuente de alimento era por medio de la agricultura y la caza.

Se alimentaban fundamentalmente de maíz; cocido en su estado de choclo, en sazón, asado en la braza, seco y tostado, cocido como mote choclo, molido y cocido, como polenta o sango; seco, molido y expuesto al sol, como chuchuca; cocido, molido y fermentado o como chicha. Otros productos de consumo eran; los fréjoles; cocidos, remojados o cocinados, papas cocidas en agua, quinua desaguada y cocida, así como las combinaciones entre ellos.

Dentro de las carnes de consumo, tenían el venado, los conejos, cuyes, tórtolas y patos se comen cocinados o asados.

Cochasquí: en el sector norte de la hoya en lo que hoy es San Antonio de Pichincha, se encuentra el complejo arquitectónico de Cochasquí, entre los elementos arqueológicos allí encontrados tenemos: ollas esféricas, ollas trípode, ollas zapatiformes, que se utilizaron para cocinar, también cuencos y vasos cilíndricos. Su abasto consistía en: maíz, tubérculos, fréjol, quinua, amaranto, etc. Se consumía mas carne de cuyes y conejos que de venados.

Señoríos Étnicos: El señorío étnico fue una organización social basada en unidades menores (compuestas aproximadamente por doscientas personas) denominadas ayllus. Estos reprodujeron en una escala menor el control de diversas zonas productivas, con el fin de mantener una estructura de producción comunitaria.

Se puede afirmar que Chilibulo y Cochasquí pudieron ser señoríos étnicos tempranos. El primero con un número menor de miembros y el segundo con una concentración mayor.

Con respecto a Quito las investigaciones históricas muestran que sobresale como designación de un lugar poblado, como apelativo de un señorío étnico y, finalmente como denominación de una región que se amplió ostensiblemente en la época incaica.

Para conocer la forma de alimentación de estas comunidades es necesario describir la producción de los pisos ecológicos de los que se aprovechaban. En los páramos se sembraron; papas, ocas, nashuas, quinua y mellocos. En los pisos de los valles un poco secos se cultivo maíz, cabuya, zapallo, sambos, cactus, maní, guabas, chirimoyas, ovos, taxos, capulíes y molle.

En los valles relativamente húmedos se sembró maíz Chillo, fréjoles, papas, otros tubérculos, yuyos y verduras.

En el altiplano de Quito, al sur, papas, tubérculos andinos, y maíz; al norte los productos de tierras relativamente secas. En cuanto a la provisión de carne, se cazaba principalmente venado y conejo, perdices y palomas torcaces. En el lago de Iñaquito y en las pozas de Turubamba se capturaban patos machacones. El cuy fue en esta época el único animal doméstico y su consumo era muy regular. En varios sectores se recogían también churos, catzos y cuzos. (Pazos 2008, 27)

2.2.1.3 Menú precolombino

Es muy difícil establecer con toda exactitud cual era el panorama gastronómico de ese entonces dada la falta de información, sin embargo existen ciertas referencias ya con la llegada de los españoles, así; el licenciado Salazar de Villasante quien fue oidor de la Audiencia y que estuvo en Quito entre 1562 y 1564, es autor de la *Relación general de las poblaciones españolas del Perú*. La cual contiene información de diversa índole; entre ellas las prácticas culinarias de los habitantes de la hoya, cabe resaltar que aun ocho años después de la fundación española de Quito, el modus vivendi no era diferente del que se llevaba en el incario, por tanto dicho documento si es referencial.

Podemos citar otro texto del padre Bernabé Cobo que contiene información sobre la alimentación en el altiplano peruano y dadas las similitudes y el hecho de que la hoya de Guayllabamba adopto muchas de las prácticas culinarias de los incas podemos respaldarnos en dicha crónica. (Pazos 2008, 83)

Dentro de sus hábitos alimenticios tenemos:

Locro: proviene de la palabra quichua *ruqru* y hace referencia a un preparado que con agua se somete al fuego. Dentro de las diversas clases tenemos:

Locro de papas

Locro con carne de conejo

Locro de fréjol

Locro de ocas

Locro de mellocos

Locro de mashuas

Locro de arracachas

Locro de zapallo

Locro de paico

Locro de yuyuslluto

Locro de yuca

Locro con hojas tiernas de quinua

Locro de camote

Locro de tomate

Locro de achogchas

Locro de llullucha

Locro de Chulco

Sopa: se hace referencia a unas bolas de maíz tostado crudo o calentado con el caldo de la sopa y un fondo de res.

Mazamoras:

Mazamorra de maíz

Quinua molida en poleadas

Mazamorra de morocho

Guisos:

Chuchuca

Quinoa cocida como arroz

Enteras

Asados

Tostado

Maíz seco y cocido:

Mote

Pito

Tanta

Humita

Tamal

Yuca rallada

Arepas de harina de quinua

Salsas:

Chiche

Sal

Carnes:

Llama

Venado

Cuy

Aves:

Pato

Perdices y tórtolas

Pescados:

Insectos, gusanos y moluscos:

Cuzos

Catzos

Churos

Bebidas:

Chicha de Jora

Chicha de morocho

Otras chichas de maíz

Chicha de quinua

Chicha del fruto del molle

Chicha de capulí

Miel de maguey. (Pazos 2008, 86)

Utensilios usados en la cocina:

Los que se ponían al fuego:

Ollas esféricas pequeñas y grandes.

Ollas trípode y ollas zapatiformes.

Ollas de borde invertido, con pedestal y asas, de estilo inca

Cuencos hondos de cerámica, pequeños y grandes

Tiestos redondos y grandes

Los que no se llevaban al fuego:

Cántaros o pundos grandes y pequeños.

Cantaros para almacenar de base plana

Aribalos incas con asas

Botellas incas chusadas con o sin asas

Mates grandes y pequeños usados como cucharones

Cuencos de madera grandes y pequeños

Ralladores de cerámica

Piedra de moler ají

Piedra de moler morocho

Lascas de obsidiana para cortar

Bateas grandes y pequeñas de madera

Tela de algodón para tamizar

Manta de algodón para obtener flor de harina de maíz. (Pazos 2008, 107)

2.2.1.4 Métodos de cocción y conservación

Asoleo: consistente en la exposición de los alimentos al sol por periodos prolongados de tiempo a fin de evitar su descomposición y facilitar su almacenamiento, bajo este proceso, del maíz seco se hacían harinas para potajes, tortillas, variedades de coladas, también se lo tostaba para convertirse en *camcha* o tostado.

Otros alimentos que pasaban por este proceso eran: la quinua, frijoles, papas, y en las áreas más cálidas la yuca, el camote, etc.

El zapallo y el zambo se asoleaban para la elaboración de utensilios domésticos. Ciertas plantas y hortalizas, entre ellas la coca, eran secadas para el tratamiento de enfermedades.

Charqui o Salado – Asoleo: Esta técnica era usada para conservar la carne, y consistía en trocear la misma en pequeñas porciones para luego adobarla con abundante sal molida, posteriormente se la colgaba en cuerdas y se la dejaba expuesta al sol durante varios días, y al resultado obtenido se lo denominaba *charqui*; de esta manera la carne podía durar varias

semanas. Este proceso se lo hacía con la carne de cuy, llama, venado y conejo, también con los pescados y mariscos, esto se lo puede observar hasta nuestros días especialmente para la preparación de la fanesca en le que sala el bacalao.

Cocción – Asoleo: Este método servía para conservar diferentes granos; se ponía a hervir agua a la que se le añadía una pequeña cantidad de ceniza cernida, luego se agregaba el grano que se deseaba conservar y se lo dejaba hervir.

Este procedimiento era utilizado para preparar el mote, al cual se lo hervía hasta que su cáscara se pele, a continuación se lo secaba en un canasto con un lienzo blanco para eliminar la ceniza, luego se lo desaguaba y finalmente se lo secaba al sol durante un día o hasta que se haga duro.

Cocción – Remojado – Asoleo: este proceso servía para eliminar el amargo de ciertas leguminosas, principalmente el chocho, y consiste en cocer o sancochar los granos, para luego ser desaguados, los colocaban en costales amarrados y estos eran depositados en las riveras de los ríos con el propósito de que la corriente del agua se lleve el sabor amargo de dicha leguminosa, opcionalmente y antes del consumo se lo podía someter a un último hervor.

Putrefacción – Asoleo: Este consiste en cavar un gran hueco en la tierra, dentro del cual se colocaban las papas o el maíz y se los dejaba hasta cierto grado de putrefacción, luego se los sacaba exponiéndolos al sol, este método era usado para obtener potajes o medicinas.

Salado – Ahumado: esta técnica se usaba especialmente para la conservación de carnes como el pescado y el conejo, los cuales previamente salados y troceados, se colocaban colgados por encima del fogón, expuestos al humo durante un tiempo para que este lo conserve.

Chuno: método usado fundamentalmente en las zonas de alta montaña donde hace mucho frío, consiste en dejar congelar la papa de páramo por un tiempo para luego secarla al sol a fin de extraer su almidón.

Tostado – Molido: primeramente se secaban los granos sobre un tiesto al fuego, para después machacarlos o molerlos y así obtener una harina o *mashca*, eran varias las leguminosas y cereales que pasaban por este proceso, entre ellos el maíz, la quinua, la cebada, etc.

Otro tipo de procedimientos fueron usados por nuestros antepasados a los cuales podemos darles una terminología moderna; como el **Guisado**; que consiste en rehogar los alimentos en grasa para después darles una cocción en una salsa o caldo. **A la braza**; que es, colocar la carne de cuy, conejo u otra, sobre el carbón o leña para asarla. **Horneado**, se cavaba un hoyo

dentro de un montículo en el que ponían brasa encendida para poder cocer los alimentos a fuego lento y por largo tiempo. (Alvarez 2008, 54)

Como se ha podido apreciar la dieta de la época, era muy variada y abundante en lo que a vegetales se refiere, aunque en lo proveniente de origen animal fue más reducido, sin embargo la pluralidad de formas y técnicas en la preparación de platos y sus combinaciones nos da la certeza de una riqueza gastronómica que en muchos casos sigue vigente hasta la actualidad.

2.2.2 Influencia Inca

2.2.2.1 Introducción Histórica;

Su origen histórico data entre los siglos XI y XII como pequeños grupos de ayllus de indios que poblaban los valles de Vilcanota (entre los actuales departamentos de Puno y Cuzco), su idioma era el quechua o “runa - shumi” que quería decir lengua de hombres, lo que denotaba su fuerza y afición bélica.

Luego de derrotar a los pueblos de raza aymará (restos del extinguido imperio del Tiahuanaco) en el valle de Cuzco, establecieron allí su capital y progresivamente fueron conquistando y anexando pueblos cercanos, dando origen al imperio Inca. (Efrén Reyes 1949, 55)

Tuvieron una gran influencia dentro de los territorios conquistados; dentro del actual Ecuador avanzaron por el sur sometiendo a los Cañarís y llegaron hasta la actual ciudad de Quito donde establecieron la capital de la parte norte del imperio, a su paso impusieron su sistema político, administrativo, agrícola y religioso, sin embargo las disputas internas por el poder entre hermanos mermó su fortaleza, esto fue bien aprovechado por los españoles quienes con su llegada pusieron fin a una civilización con casi 500 años de historia.



Ciudad Inca de Machu Picchu Foto tomada por Juan Egas

2.2.2.2 Sistema de Producción Agrícola, Comercio y Alimentación:

Los incas fueron una sociedad eminentemente agrícola, supieron aprovechar al máximo el suelo venciendo las adversidades que les ofrecía el accidentado terreno andino y las inclemencias del clima. La adaptación de técnicas agrícolas que ya se empleaban con anterioridad en distintas partes, permitió a los incas organizar la producción de diversos productos, tanto de la costa, sierra y selva, para poder redistribuirlos a pueblos que no tenían acceso a otras regiones.

El arado se hacía de forma manual y se la denominaban la tajilla o chaquitajilla, que es un palo puntiagudo, con una punta un tanto encorvada, que a veces era de piedra o de metal, al cual se lo introducía en la tierra y se hacía un hoyo.

La importancia de la agricultura llevó a los indígenas a buscar fertilizantes para sus cultivos. Los principales abonos empleados son nombrados por los cronistas y fueron usados sobre todo para la producción de maíz. Un primer abono consistía en enterrar junto con los granos, pequeños peces como sardinas o anchovetas.

El segundo abono usado era el estiércol de las aves marinas que por millares anidan en las islas del litoral o en la sierra el estiércol de llama.

El tercer recurso renovable provenía del mantillo de hojas caídas de los algarrobos y guarangos utilizadas para mejorar los suelos.

El comercio inca constituyó un factor de unificación y de intercambio entre las distintas regiones del Tahuantinsuyo. Desde la costa llegaba el pescado seco a la cordillera de los

Andes, por los caminos de piedra contruidos por el pueblo. De la misma manera, los habitantes de la costa recibían los productos agrícolas y artesanales de la montaña.

Los incas no sólo cultivaron los terrenos planos o semi inclinados, usaron un sistema ingenioso para cultivar las laderas de los cerros, esta técnica consistía en formar terrazas, denominadas "andenes", que rellenaban con tierra vegetal que era contenida con muros de piedra.

Además de la lana que les proporcionaban los auquénidos, sembraron, cosecharon y usaron el algodón para la confección de su vestimenta. En las tierras correspondientes a la selva alta, sembraron y cosechaban la "hoja sagrada": la coca.

Fotografía N° 10



Terrazas ecológicas, Valle Sagrado (Cuzco) Foto tomada por Juan Egas

La base de la alimentación inca, fue la papa y el maíz, complementada con carne de auquénidos: llama y alpaca. En las zonas altas de los Andes, se cultivaron y cosecharon hasta 200 especies de papas, que se diferenciaban por el color y el tamaño. Para evitar su descomposición y con fines de almacenarlas o para la alimentación de su numeroso ejército sobre todo cuando salían de campaña, ellos desarrollaron el tipo más temprano de liofilizar.

Las papas, eran dejadas durante la noche, cuando helaba, en el día, cuando las temperaturas subían, el agua en las papas se evaporaba. Después de pocos días esta pulpa secada de papa, conocido como chuño, era capaz de mantenerse por un año. Un proceso semejante se ejecutó luego con la carne de vaca, a lo que se denominaba charqui. Hoy por hoy se lo conoce como tasajo. Otro alimento moderno popular vino del Inca; las palomitas de maíz.

Complementaban su dieta con otros vegetales como olluco, oca, tomate, frijol, zapallo, ají, maní (del cual además extraían aceite), quinua y frutas.

Las horas de comer eran: nueve de la mañana y cuatro de la tarde, estas estaban normalmente acompañadas de una bebida moderadamente alcohólica llamada chicha; esta era tan importante en su dieta que el agua solo se consumía en ocasiones especiales como ritos de fertilidad.

Una típica comida Inca generalmente se componía de una sopa a base de papa, maíz, combinada con alguna carne o estofado mas la ya mencionada chicha, la planta de coca también se uso de manera regular y también con fines medicinales. En las festividades lo tradicional era que cada familia llevara algo para comer, se hacían grandes comederos donde los participantes invitados se sentarían en dos líneas largas frente a uno al otro para su cena.

(<http://www.monografias.com/trabajos72/incas-ecuador/incas-ecuador2.shtml>)

2.2.2.3 Los Incas en el Ecuador

La invasión territorial hacia lo que hoy es Ecuador se inicia a mediados del siglo XV y se prolongó hasta las primeras décadas del siglo XVI, la empezó Tupac Yupanqui, pero fue su hijo Huayna Cápac quien la consolidó.

Avanzaron los ejércitos Incas por el sur y se encontraron con los Cañaris y Puruháes con quienes después de unas primeras escaramuzas, decidieron pactar y someterse al dominio imperial. Después de esto Tupac Yupanqui fundó la ciudad de Tomebamba, actual ciudad de Cuenca, y es aquí donde nacería Huayna Cápac.

Este avanzaría hacia el norte con sus ejércitos en donde si tuvieron que imponerse sobre la fuerza militar ya que encontraron dura resistencia; un testimonio de esto fue el episodio que se dio en Yahuarcocha, lago que se teñiría de sangre por la muerte de los valientes caranquis que cayeron en manos de la fuerza invasora.

Según las prácticas de conquista de los Incas el sometimiento de los pueblos se realizaba por medio de la mitma. Entonces los Cayambis fueron trasladados a Ancara, cerca del Lago Titicaca y fueron sustituidos por indígenas traídos de Collao. Cerca de Cotocollao situaron grupos de cañaris y chachapoyas. Quienes fueron trasladados a Pomasqui, los conocían de riego ya que esta es una zona seca, mientras que los que ocuparon El Quinche eran militares dado que los nativos de Cochasquí y Cayambe se resistieron a la ocupación.

Es evidente que este sistema de recolocación de pueblos conquistados trajo consigo de manera directa las costumbres de los conquistadores, tales como los sistemas de riego, las técnicas de cultivo, la religión, etc.

Así como también se produjo una simbiosis y una adaptación al medio adoptando de los pueblos sometidos sus conocimientos de metalurgia, agronomía, la extracción de la concha *Spondylus*, entre otras.

Dentro del aspecto culinario un hecho importante es que se introdujo el consumo masivo de la Llama que en nuestros pueblos no era tan frecuente, de la cual se consumía la carne, se usaba su piel para vestido y su sangre era primordial en los rituales religiosos.

Se adoptaron las técnicas del cultivo de terrazas ecológicas con la diferencia que dadas las condiciones geográficas estas tierras eran mas fértiles si comparamos el norte de lo que hoy es el Perú.

Se complementaron las herramientas para el labrado, en restos arqueológicos se encontraron también metales y morteros, necesarios para el consumo del maíz, especialmente para las mazamoras o coladas de maíz muy comunes dentro de la alimentación Inca.

Se combinaron los métodos de conservación de los alimentos, y la administración de los mismos, ya que los mitmas, además de reconocer como autoridad a su señor étnico, dependían del *tutricut*, representante directo del Inca.

<http://www.monografias.com/trabajos72/incas-ecuador/incas-ecuador2.shtml>

2.2.3 Influencia Europea

Introducción:

El Ecuador posee una riquísima, abundante y variada cultura gastronómica. Una comida auténtica y mestiza, cocida por igual en cazuelas de barro y en viejos y ahumados peroles castellanos. Una cocina, en fin, con tradición de siglos y en la que se han mesclado, sustancias, condimentos y experiencias del propio y de lejanos continentes.

2.2.3.1 Influencia española.

La llegada de España a estas tierras fue, en cuanto a la comida, pródiga de sorpresas. En esto, como en todo, fue un encuentro de mundos diferentes, con elementos propios y costumbres diversas.

Y los conquistadores, absortos ante un mundo exuberante que no alcanzaban a entender, apenas si atinaron a sobre nombrar frutos y comidas de América tomando como ejemplo las cosas de su tierra que les recordaban algún lejano parecido: a la palta llamaron pera; a la quinua, arroz pequeño; al mamey, melocotón; a la tuna, higo; a la flor de maguey, alcaparra; a la tortilla, pan; a la chicha, vino. Pasada la sorpresa, los europeos se adhirieron con entusiasmo a los frutos y viandas americanos.

El aporte español a nuestra cocina fue de carácter doble: por una parte, trajo a nuestro suelo elementos y experiencias europeos y africanos; por otra, permitió el intercambio de cosas y animales aborígenes hasta entonces de uso local y limitado. Fue así que nos llegaron cerdos, reses y ovejas, pavos, gallinas, ajos y cebollas, trigo, cebada, habas, coles, tomates, cítricos, plátanos y caña de azúcar.

Especial importancia cobró la manteca de chanco, densa y sabrosa, que permitió la lubricación de los viejos potajes de la tierra y la realización de una amplia gama de frituras. La carne del porcino, por su parte, vino a enriquecer el vientre de tamales serraniegos y de bollos costeños y a engordar el de por sí sabroso locro de quinua.

Además surgieron nuevos locros, como el de cuero o el arroz de cebada con espinazo. Aprovechado en todas sus posibilidades, el chanco se volvió recurso pródigo para el asador, la paila y los embutidos familiares; con ello aparecieron los múltiples hornados, el sancocho de paila, la fritada, etc. El chanco se volvió inclusive vehículo de convivencia social llegando al punto de celebrar casi como una boda el acto de matar uno de estos animales

Con el borrego sucedió algo igual, aunque en escala menor, por la no adaptación del animal a los climas calientes. Con todo, este sirvió de base para soberbios platos populares: chanfaina, treinta y uno, yahuarlocro o mondongo cocinado en chicha de jora. Otro pariente suyo, el chivo, fue a su vez motivo de una delicada creación culinaria: el popular seco de chivo.

La gallina vino a completar el terceto de carnes populares. Criada en todos los patios y corrales campesinos, se convirtió en proveedora de huevos y recurso de urgencia para toda ocasión inesperada

La vaca, aunque menos numerosa en los corrales familiares, rindió también su fruto en las hábiles manos de sus mujeres. Su carne ingresó a la olla ecuatoriana para integrar el sancocho, émulo del puchero español. El queso, por su parte, pasó a ser ingrediente indispensable de salsas y pasteles, aparte se lo empleó en tortillas de maíz, empanadas, choclotandas, pan, entre otros. (Pazos 2008, varias)

Animales traídos por los españoles relacionados con la alimentación

Cuadro N° 14

Nombre	Utilidad
Ganado vacuno	Carne, leche, piel
Ganado ovino	Lana, carne
Ganado caprino	Carne, leche
Ganado porcino (cerdo ibérico)	Carne, piel, grasa
Gallináceos	Carne, huevos
Paloma	Carne
Conejo	Carne, piel
Caballo	Transporte
Asno	Transporte
Abeja	Miel
Gallipavo (pavo)	Carne

Fuente Microsoft Enciclopedia Encarta, 2003

Productos Vegetales comestibles que llegaron a la Sierra del Ecuador desde España

(según Gerardo Martínez)

Cuadro N° 15

Nombre	Uso / tipo
Ajo	Condimento
Albahaca	Hierba aromática
Albaricoque	Fruta
Anís	Aromatizante
Borraja	Hierba medicinal
Caña de azúcar	Azúcar, ron
Cebada	Cereal
Cebolla	Condimento
Ciruela	Fruta
Col, berza	Hortaliza

Coliflor	Hortaliza
Culantro	Condimento
Haba	Leguminosa
Higo	Fruta
Hinojo	Condimento
Lenteja	Leguminosa
Lima	Fruta
Limón real	Fruta
Limón sutil (ceutí)	Fruta
Manzana	Fruta
Manzanilla	Hierba medicinal
Melocotón	Fruta
Membrillo	Fruta
Mostaza	Condimento
Nabo	Hortaliza
Naranja	Fruta
Naranja agria	Fruta
Olivo	Aceite
Orégano	Condimento
Pera	Fruta
Perejil	Condimento
Rábano	Hortaliza
Romero	Condimento
Toronjil	Hierba medicinal
Trigo	Cereal
Vid, uva	Fruta, vino
Hierbabuena	Hierba aromática
Zanahoria	Hortaliza

Fuente: El Sabor de la Memoria. Pazos Julio

La cocina de los pobladores de lo que sería la Real audiencia en el siglo XVI no cambió sustancialmente, poco a poco se fueron introduciendo, nuevos productos del viejo continente dedicados al arte culinario así como sus técnicas y costumbres.

En Diciembre de 1534 llagaron a Quito los sacerdotes franciscanos Jodoco Ricke y Pedro Gocial, traían chanchos, gallinas y también vino. Jodoco Ricke sembró trigo en la que hoy es la plaza San Francisco, en el huerto del convento sembraron duraznos, vides, olivos, en los corrales criaron chanchos, ovejas y gallina. En al huerto del hermano español Alonso de Baena inició la apicultura.

A Jodoco Ricke se le atribuye la elaboración de la cerveza, y de igual manera los franciscanos hicieron harina, la amasaron y hornearon, naciendo así el pan en la colonia. En

1544 funcionaba ya en la ciudad un molino, para la producción de harina y pan, la confección de este fue oficio de las mujeres, no se conoce si españolas o mestizas.

En cuanto a la vajilla en el siglo XVI se conocen pocas piezas europeas en las cocinas y comedores, recipientes de bronce y platos y fuentes de Talavera de la Reina. En los siglos XVII y XVIII se encuentran vasos y botellas de cristal.

A principios del siglo XVII se habían instaurado piletas en la ciudad y se dispuso que todas las personas tomen el agua solo de ellas. El vino era caro y escaso, no así el aguardiente (al que se le denominaba “aguardiente de la tierra”). El consumo de este aguardiente era cotidiano entre mestizos e indios.

En 1612 aparecen los pulperos y pulperías (Tienda de bebidas, mercerías, y géneros de droguería), vendían jamones, manteca, pescado, velas aguardiente, chicha, productos europeos como aceite de oliva, vinagre canela de Castilla, almendras, de las zonas bajas de la audiencia provenían el chocolate, raspadura, azúcar, maní, achiote, arroz, alimentos provenientes de la Sierra tenemos: arroz de cebada, papas, quinua, mote pelado, entre otras.

También se hacen presentes ciertas costumbres particulares como hacer Colaciones, (relación con dulces o pastas, fiambre) como obsequio a un huésped o por la celebración de algún suceso, mas no para consumo regular o venta.

La cerámica quiteña y los bronce aparecieron en los primeros años del siglo XVI; así que encontramos:

Platillo pequeño de una cuarta de ancho, vidriado blanco

Platillo de cuarta en ancho pintado

Escudilla de una sesma en ancho, honda

Escudilla mismo ancho pintada

Jaro de fraile de una cuarta de alto

Jarros pequeños

Jarro talaverano de dos asas

Taza de fraile

Jarro pequeño

Plato grande de dos sesmas, pintado o no

Alcuza pequeño

Jarrillo pequeño

Un servicio vidriado blanco ancho y fornido, otro mediano, otro menor, otro servicio de niños

Ollas; grande vidriada, mediana y chica

Un librilla grande (vasija grande de barro vidriado) parecido a una lavacara

Un librilla mediano y chico

El siglo XVIII tuvo a un cronista como el padre Juan de Velazco (1727-1792), quien en sus escritos hace referencia a ciertas frutas y productos de consumo, tales como: frutilla, granadilla, guanábana, naranjilla, níspero, papaya, toronja; habla del banano, que se vendía asado, con sal y ají y en calidad de pan al cual, los yungas y sunguillas del Reino de Quito lo llamaban tanda. Después que vino el pan europeo lo nombraron también tanda.

El plátano maduro lo reducían a una especie de vino o chicha fortísima llamada tanda asua y este fue el primer vinagre que usaron los españoles en el Reino de Quito, sin embargo la información del padre Velazco no es del todo confiable.

Las ocas eran frecuentes, asadas o cocidas. Los mellocos solo lo comían los indios, se cultivaban 10 a 12 variedades de papas de toda calidad, se comían las hojas de achira, se hacía harina, pan polenta y se sacaba el mejor almidón. Se la comía asada o cocida.

Había diversas clases de porotos o fréjoles. Se consumía ensaladas cocidas con hojas de quinua y ensaladas (Velazco).

Las especies vegetales europeas que completaban el abasto era; trigo, cebada, alverjas, lentejas, garbanzos, arroz, coles, lechugas y coliflores.

La misión Geodésica Francesa llega a la Audiencia de Quito en 1736, El rey de España nombró a Jorge Juan Antonio de Ulloa para que acompañara a los científicos; sus informes se encuentran en el libro Noticias Secretas de América, Ulloa recogió alguna información sobre

la cocina de Quito. Habla del abundante consumo de queso y manteca, así como de azúcar y miel. Una bebida frecuente es el mate o bebida del Paraguay.

La cocina quiteña de la década de 1820 o sea el periodo grancolobiano (siglo XIX) y de las primeras décadas republicanas en las casas de los criollos, fue la misma del siglo XVIII el indio comía maíz, tostado, harina de cebada, papas frejoles cuy y chicha, la comida de los artesanos se completaba con carne de buey y caña dulce, en las plazas se vendían aguacates, chirimoyas, plátanos, etc.

El viajero W.B. Stevenson llegó a Quito en 1808 como secretario del Conde Ruiz de Castilla, presidente de la Real Audiencia, hizo una descripción detallada de la cocina quiteña, aquí se preparaban 46 platos y bollos de maíz, 32 potajes con papas, mas los que se hacían con maíz y papas, Otra novedad eran los helados preparados en moldes de peltres, colocaba allí el zumo de las frutas, luego los hundían en hielo mesclado con sal, las especialistas de esto eran las monjas de claustro.

Siglo XX en 1923 Reimburg publica un extenso artículo sobre gastronomía ecuatoriana escrito en francés en la revista *Revue d'Etnographie*, Según este autor, en la cocina ecuatoriana predomina “un régimen de tipo vegetariano” expresado en el uso constante de harinas, cereales, y papa.

En 1986 Michele O. Fried publicó el recetario *Comidas del Ecuador. Recetas tradicionales para la gente de hoy*; la novedad de este recetario es la organización de platos en menús. Esto incluye generalmente una sopa, un plato fuerte, un postre y una bebida. Estos componentes del menú son frecuentes en el sistema alimentario de la mayoría de la población quiteña y ecuatoriana en general.

El recetario insiste en la utilización de productos nativos, sin desdeñar la aplicación de alimentos introducidos, sobretodo frutas y vegetales. (Pazos 2008, varias)

2.2.3.2 Influencia Francesa.

La misión geodésica arribada a Quito en 1736 despertó en la ciudadanía un enorme interés por la cultura Gala; esto se tradujo de diversas maneras, filosófica, literaria, ideológicamente, y

por ende la gastronomía no podía pasar desapercibida, se adoptó entonces dentro de las clases sociales altas, especialmente para el ámbito protocolario el modo de servicio francés (que aun hoy en día se usa en grandes hoteles) así como en la comida “gourmet” se adoptaron platos y postres del repertorio culinario francés.

El primer libro de cocina impreso en Quito que se conoce es el “Manual de la cocinera, repostero, pastelero, confitero y botillero con el método para trinchar y servir toda clase de viandas, y la cortesía y urbanidad que se debe observar en la mesa”. Escrita por Juan Pablo Sanz. Obra escrita con vista del manual francés y la práctica de este país, se desconoce la fecha exacta de este libro pero se da antes y alrededor de 1882.

El manual francés que cita es el almanaque de los Golosos publicado por Alexander Grimond de la Reynière entre los años 1803 – 1812 Sanz se inspiró en el almanaque sobretodo en los servicios del menú, adaptó el protocolo y los servicios a la práctica del Ecuador.

Otro documento a citar es el Manual o tratado práctico de cocina para el Ecuador según las producciones y comodidades del país por A. G. aficionado práctico, 1897 (Adolfo Hehin) son recetas para madres de familia y señoritas con ingredientes que se encuentran en el país.

La mayor parte de las recetas son europeas, es decir se inician con el caldo y el puchero, vieja herencia española, sin embargo utiliza muchos conocimientos de la cocina francesa a la que cita constantemente, también son frecuentes los platos de origen alemán e italiano. Es cocina para la clase alta donde se impone el afrancesamiento. La primera receta es el caldo puchero casero francés o “pot a feu” este caldo de la carne más sana del buey se mejora con el cocimiento de los tendones y cartílagos. Este caldo en la actualidad es el fondo de sancocho y otros caldos.

La influencia francesa e inglesa presentes en el manual se expresan en platos como el beefsteak francés Chateaubriand, bistec comunes, roostbeefs asado Inglés, etc. En la cocina ecuatoriana quedaron los bistec, carnes cocidas generalmente con tomate. (Pazos 2008, varias)

CAPITULO III

DIAGNOSTICO GASTRONÓMICO DEL SECTOR

3.1 Datos Generales de la Gastronomía del Cantón.

3.1.1 Platos Propios del Cantón

Cuadro N°16

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Apanados	Apanados	3	0,10%
	Camarones apanados	2	0,07%
	Corvina apanada	2	0,07%
	Pollo brosterizado	1	0,03%
Arroces	Arroz con camarón	3	0,10%
	Arroz con mariscos	3	0,10%
	Arroz con menestra	3	0,10%
	Chaulafan	2	0,07%
	Agachaditos	1	0,03%
	Arroz con chorizo	1	0,03%
	Arroz con concha	1	0,03%
	Arroz con pollo	1	0,03%
Asados	Cuy	38	1,31%
	Pollo asado/ a la braza	25	0,86%
	Pinchos	19	0,66%
	Carne asada	8	0,28%
	Parrilladas	7	0,24%
	Conchas asadas	5	0,17%
	Choclo asado	3	0,10%
	Gallina criolla asada	3	0,10%
	Maduro asado	3	0,10%
	Parrillada de mariscos	2	0,07%
	Pollo	2	0,07%
	Pollo al carbón	2	0,07%
	Asado	1	0,03%
	Atún rojo a la parrilla	1	0,03%
	Bife argentino	1	0,03%
	Carne a la piedra	1	0,03%
	Carne a la plancha	1	0,03%
	Carne en palito	1	0,03%
	Corvina asada	1	0,03%
	Cuero asado	1	0,03%
Mayto	1	0,03%	
Pollo con papas	1	0,03%	
Bebidas Calientes	Morocho dulce	78	2,69%
	Canelazos	17	0,59%

Bebidas Calientes	Chocolate	7	0,24%
	Colada morada	6	0,21%
	Vino hervido	2	0,07%
	Café con leche	1	0,03%
	Chocolate con queso	1	0,03%
	Colada de plátano	1	0,03%
	Jucho	1	0,03%
	Mazamorra	1	0,03%
Bebidas Frías	Jugos Naturales	21	0,72%
	Chicha	16	0,55%
	Chicha de jora	14	0,48%
	Ponche	14	0,48%
	Rosero	10	0,35%
	Batidos	2	0,07%
	Cuajada	2	0,07%
	Sangría	2	0,07%
	Chicha de morocho	1	0,03%
	Jugo de borojó	1	0,03%
	Jugo de maracuyá	1	0,03%
	Jugo de mora	1	0,03%
	Jugo de naranja	1	0,03%
	Jugo de naranjilla	1	0,03%
	Jugo de tamarindo	1	0,03%
	Jugo de taxo	1	0,03%
	Jugo de tomate	1	0,03%
	Quaquer	1	0,03%
	Sanduche bebida	1	0,03%
	Yogurt	1	0,03%
Caldos	Caldo de patas	82	2,83%
	Caldo de gallina	71	2,45%
	Caldo de 31	57	1,97%
	Caldo de bagre	5	0,17%
	Caldo de manguera	5	0,17%
	Caldo de bolas de verde	4	0,14%
	Caldo de menudo	3	0,10%
	Caldos	2	0,07%
	Caldillo de pescado	1	0,03%
	Caldo de churos	1	0,03%
Ceviches	Ceviche	25	0,86%
	Cevichocho	10	0,35%
	Ceviche de camarón	3	0,10%
	Ceviche de concha	3	0,10%
	Banderas	1	0,03%
	Ceviche de pescado	1	0,03%
	Ceviche peruano	1	0,03%
Entremeses	Mote / con chicharrón	87	3,01%
	Tripa mishqui	62	2,14%
	Empanadas de viento	55	1,90%
	Humitas	55	1,90%
	Quimbolitos	42	1,45%
	Empanadas de morocho	36	1,24%

Entremeses	Tortillas con caucara	31	1,07%
	Tamales	18	0,62%
	Mote con fritada	17	0,59%
	Morocho con empanadas	16	0,55%
	Choclo con queso	15	0,52%
	Sanduches de pernil	13	0,45%
	Chochos con tostado	11	0,38%
	Habas con melloco	10	0,35%
	Bolones de verde	8	0,28%
	Tortillas con hornado	8	0,28%
	Choclo mote	7	0,24%
	Tortillas de maíz	7	0,24%
	Empanadas de verde	5	0,17%
	Hamburguesa	5	0,17%
	Mote pillo	5	0,17%
	Sanduches	5	0,17%
	Tripas con papas	5	0,17%
	Choclos cocinados	4	0,14%
	Tortillas con chorizo	4	0,14%
	Bonitísimas	3	0,10%
	Caucara	3	0,10%
	Empanadas de mejido	3	0,10%
	Hot Dog	3	0,10%
	Maduro con queso	3	0,10%
	Mote sucio	3	0,10%
	Tortillas	3	0,10%
	Tortillas de papa	3	0,10%
	Café con humitas	2	0,07%
	Chochos	2	0,07%
	Churos	2	0,07%
	Cueritos	2	0,07%
	Cuero reventado	2	0,07%
	Habas cocinadas	2	0,07%
	Mapahuiria	2	0,07%
	Molo	2	0,07%
	Mote con hornado	2	0,07%
	Mote con tostado	2	0,07%
	Papas con salsa de queso	2	0,07%
	Papas de la María	2	0,07%
	Tamales de gallina	2	0,07%
	Tortillas con carne	2	0,07%
Tostado	2	0,07%	
Allullas con queso de hoja	1	0,03%	
Arepas	1	0,03%	
Bolones	1	0,03%	
Chapo	1	0,03%	
Chifles	1	0,03%	
Choclo mote y chicharrón	1	0,03%	
Chulpichocho	1	0,03%	
Cuero de chancho	1	0,03%	
Empanadas chilenas	1	0,03%	

Entremeses	Empanadas de maíz	1	0,03%
	Empanadas de queso	1	0,03%
	Empanadas de verde con camarón	1	0,03%
	Melloco con maní	1	0,03%
	Mote con tripas	1	0,03%
	Muchines de yuca	1	0,03%
	Papas con salsa de maní	1	0,03%
	Papas en salsa criolla	1	0,03%
	Papas quiteñas	1	0,03%
	Queso de hoja	1	0,03%
	Queso de leche	1	0,03%
	Sanduches de jamón	1	0,03%
	Tamal lojano	1	0,03%
	Tamales de chancho	1	0,03%
	Tortillas de verde	1	0,03%
	Tripleta	1	0,03%
	Volquetero	1	0,03%
Estofados o Bistecs	Papas con cuero	90	3,11%
	Seco de chivo	46	1,59%
	Seco de gallina	30	1,04%
	Menstras	26	0,90%
	Papas con librilla	19	0,66%
	Seco de borrego	5	0,17%
	Seco de pollo	4	0,14%
	Lengua	2	0,07%
	Bistec de carne	1	0,03%
	Lengua con maní	1	0,03%
	Menestra con carne	1	0,03%
	Secos	1	0,03%
	Fritos	Fritada	228
Llapingachos		62	2,14%
Churrasco		18	0,62%
Corvina		14	0,48%
Chugchucaras		12	0,41%
Corvina con papas		6	0,21%
Pescado frito		6	0,21%
Carne colorada		5	0,17%
Pargo frito		3	0,10%
Salchipapas		3	0,10%
Fritada con tortillas		2	0,07%
Tilapia		2	0,07%
Trucha frita		2	0,07%
Cecina		1	0,03%
Chuletas		1	0,03%
Chuletas con menestra		1	0,03%
Corvina tártara		1	0,03%
Fritada con mote		1	0,03%
Papas con fritada		1	0,03%
Papas fritas		1	0,03%
Plato ambateño	1	0,03%	
Horneados	Hornado	147	5,07%

Horneados	Pizza	10	0,35%
	Bille	1	0,03%
	Conejo	1	0,03%
	Conejo con papas	1	0,03%
	Pernil de cerdo	1	0,03%
	Pollo criollo al horno	1	0,03%
	Pollo horneado	1	0,03%
Otros	Comida china	1	0,03%
	Comida típica	1	0,03%
	Sambo	1	0,03%
	Tacos	1	0,03%
	Tallarín especial	1	0,03%
Postres	Dulce de higos	50	1,73%
	Colaciones	49	1,69%
	Quesadillas	28	0,97%
	Pristiños	17	0,59%
	Dulce de leche	14	0,48%
	Espumilla	14	0,48%
	Helados de paila	13	0,45%
	Helados	10	0,35%
	Higos confitados	7	0,24%
	Arroz de leche	6	0,21%
	Come y bebe	6	0,21%
	Ensalada de frutas	6	0,21%
	Maní de dulce	6	0,21%
	Mistelas	6	0,21%
	Biscochos	5	0,17%
	Delicados	5	0,17%
	Emborrajados	5	0,17%
	Rompoppe	5	0,17%
	Buñuelos	3	0,10%
	Moncaibas	3	0,10%
	Tostado de dulce	3	0,10%
	Aplanchados	2	0,07%
	Chimborazos	2	0,07%
	Dulce de sambo	2	0,07%
	Dulce de zapallo	2	0,07%
	Pan de yuca	2	0,07%
	Postre 3 leches	2	0,07%
	Suspiros	2	0,07%
	Alfajores	1	0,03%
	Alfeñiques	1	0,03%
	Almendras tostadas	1	0,03%
	Babaco en almíbar	1	0,03%
	Caca de perro	1	0,03%
	Chocolatines	1	0,03%
	Cocadas	1	0,03%
	Dulce de babaco	1	0,03%
	Dulce de guayaba	1	0,03%
	Dulce de tomate de árbol	1	0,03%
	Dulces	1	0,03%

Postres	Flan De Coco	1	0,03%
	Pastel de frutas	1	0,03%
	Frutillas con crema	1	0,03%
	Habas enconfitadas	1	0,03%
	Hostias	1	0,03%
	Manizados	1	0,03%
	Melvas	1	0,03%
	Pan de dulce	1	0,03%
	Pan de yuca con yogurt	1	0,03%
	Pasta mil hojas	1	0,03%
	Pastel de maqueño	1	0,03%
	Pastel de plátano	1	0,03%
	Pasteles	1	0,03%
	Volteados de piña	1	0,03%
Sopas	Yahuarlocro	145	5,01%
	Locro de papas	73	2,52%
	Locro con cuero	24	0,83%
	Arroz de cebada	17	0,59%
	Fanesca	16	0,55%
	Encebollado	13	0,45%
	Sancocho	13	0,45%
	Ají de carne	8	0,28%
	Colada de churos	8	0,28%
	Aguado de gallina	7	0,24%
	Ají de cuy	7	0,24%
	Sopa de quinua	7	0,24%
	Timbushca	6	0,21%
	Ají de librilla	4	0,14%
	Ají de pata	4	0,14%
	Locro con queso	4	0,14%
	Locro de sambo	4	0,14%
	Sopa de bolas de verde	4	0,14%
	Ají	3	0,10%
	Cariucho	3	0,10%
	Cariucho de patas	3	0,10%
	Cazuela	3	0,10%
	Consomé	3	0,10%
	Sopa de arroz de Cebada	3	0,10%
	Viche de pescado	3	0,10%
	Ají Yacu	2	0,07%
	Colada de machica	2	0,07%
	Polla ronca	2	0,07%
	Sopa de fideo	2	0,07%
	Sopa de lentejas	2	0,07%
	Sopa de lluzpas	2	0,07%
	Sopa de mellocos	2	0,07%
	Sopa de verduras	2	0,07%
	Aji de queso	1	0,03%
Arvejas con guineo	1	0,03%	
Cazuela de mariscos	1	0,03%	
Colada de horno	1	0,03%	

Sopas	Colada de maíz	1	0,03%
	Colada de morocho	1	0,03%
	Crema de tomate	1	0,03%
	Criadillas	1	0,03%
	Locro de acelga	1	0,03%
	Locro de choclo	1	0,03%
	Locro quiteño	1	0,03%
	Puchero	1	0,03%
	Repe	1	0,03%
	Sancocho serrano	1	0,03%
	Sola Juliana	1	0,03%
	Sopa bolas de maíz	1	0,03%
	Sopa chorreada	1	0,03%
	Sopa de acelga	1	0,03%
	Sopa de bolas de maíz	1	0,03%
	Sopa de frejol	1	0,03%
	Sopa de mote	1	0,03%
	Sopa de pollo	1	0,03%
	Sopa de verde	1	0,03%
	Sopas	1	0,03%
Vísceras	Menudo	62	2,14%
	Guatita	56	1,93%
	Librillo	31	1,07%
	Morcilla	9	0,31%
	Chanfaina	2	0,07%
	Menudencias	2	0,07%
	Mondongo	1	0,03%
Total general	2897	100,00%	

Debido a que el cantón Quito ha recibido a lo largo de los años una gran cantidad de migración proveniente de todos los rincones del país, su gastronomía se ha enriquecido y combinado con diferentes platos y productos, dando como resultado que aquí se puede encontrar comida de todas las regiones.

Algunos platos sin necesariamente ser originarios de la ciudad se han convertido en parte habitual de la cocina quiteña.

Basados en los datos de frecuencia de las tablas encontramos los siguientes platos, bebidas y postres que más se consumen.

Fotografía N°11



Fuente: www.elchozondeltaitapedro.

Así tenemos el cuy (1,31%); animal que se lo consume desde tiempos pre hispánicos, de gran simbolismo dentro del pueblo indígena, que ha variado su preparación a través de los años, hoy se lo encuentra generalmente asado y puede estar acompañado de diferentes formas ya sea con papas y salsa de maní o con mote.

El pollo asado (0,86%), que es de gran consumo por ser de precio accesible, de gran nutrición y que se lo encuentra en muchos sitios de comida, generalmente va acompañado de papas fritas.

Fotografía N°12



Fuente: www.milrecetasdecocina.com

En la variedad de sopas encontramos el yahuarlocro (5,01%), de tradición indígena reconocida por estar acompañado de sangre de res, además lleva tomate y aguacate; se lo encuentra principalmente en mercados, restaurantes de comida típica y en ferias gastronómicas.

El caldo de patas (2,83%), de procedencia hispana se mezcla con el mote serrano, de precio accesible y de consumo regular.

Fotografía N°13



Fuente: *avcphoto.blogspot.com*

El mote se sirve como entremés y se combina de diversas maneras, como; el mote con fritada (0,59%), con chicharrón (3,01%), con tripas(0,03%), etc., su precio es módico y se lo encuentra en muchos sitios.

También tenemos las diversa clases de empanadas de morocho (1,24%) y viento (1,90%), de gran aceptación, elaboradas con harina de trigo y de morocho y fritas en aceite,

Fotografía N°14



Fuente: Foto tomada por Juan Egas

Un plato muy tradicional es la fritada (7,87%) que es la carne de cerdo hervida y luego frita, se la acompaña con mote, choclo y maduro, es de alto consumo, de precio moderado, y se encuentra en cualquier parte de la ciudad.

En las bebidas calientes el morocho dulce (2,69%) es el de mayor apetencia, se prepara con morocho, leche, canela y especias, se consigue en toda la ciudad y es de precio accesible.

Fotografía N°15



Fuente: salonemprendedor.files.wordpress.com

Como bebidas frías encontramos los jugos naturales (0,72%), disponible en cualquier restaurante o casa, de fácil preparación y de precio accesible. Las chichas de maíz (0,55%) y de jora (0,48%) son bebidas ancestrales consumidas especialmente por los indígenas, actualmente se la consigue en las ferias de comida típica.

El ponche (0,48%) es una bebida tradicional de Quito, se prepara con leche huevos, azúcar, canela y eventualmente ron, se lo consigue especialmente en el centro histórico.

En la variedad de postres contamos con; Colaciones (1,69%), es un dulce muy tradicional a base de azúcar y maní, su producción data desde la colonia, antiguamente se preparaba en conventos y se ofrecía como obsequio. Hoy por hoy es muy común su comercialización en el centro.

Existen otros platos que pese a ser históricamente típicos, en la actualidad su consumo se ha reducido, como el caso de la colada de churos (0,03%) que se la puede encontrar en el centro histórico, también en parroquias rurales como Nayón y en las partes populares del sur de la ciudad.

3.1.2 Platos que se Preparan en este Cantón en Épocas de Fiestas.

Cuadro N° 17

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Arroces	Arroz con menestra	1	0,05%
	Arroz marinero	1	0,05%
	Arroz moro	1	0,05%
Asados	Cuy asado	32	1,53%
	Pinchos	14	0,67%
	Parrilladas	10	0,48%
	Pollo asado	6	0,29%
	Pollo al carbón	3	0,14%
	Conejo	2	0,1%
	Pollo a la brasa	1	0,05%
Bebidas Calientes	Colada morada	301	14,4%
	Canelazo	89	4,26%
	Morocho	51	2,44%
	Arroz de leche	50	2,39%
	Vino hervido	8	0,38%
	Champús	7	0,33%
	Jucho	7	0,33%
	Rosero	5	0,24%
	Guayusa	4	0,19%
	Trigo de leche	4	0,19%
	Chocolate	3	0,14%
	Colada de morocho	2	0,1%
	Café	1	0,05%
	Hervidos	1	0,05%
	Puchero	1	0,05%
Bebidas Frías	Chicha	28	1,34%
	Chicha de Jora	13	0,62%
	Colas	9	0,43%
	Ponche	5	0,24%
	Sangría	4	0,19%
	Jugos naturales	3	0,14%
	Chaguramishqui	1	0,05%
	Cocteles	1	0,05%
	Horchata	1	0,05%
	Margaritas	1	0,05%
Caldos	Caldo de patas	23	1,1%
	Caldo de gallina	19	0,91%

Caldos	Caldo de 31	2	0,1%
	Caldo de bagre	2	0,1%
Ceviches	Ceviche	18	0,86%
	Cevichochos	4	0,19%
Entremeses	Guaguas de pan	73	3,49%
	Molo	38	1,82%
	Humitas	26	1,24%
	Empanadas	23	1,10%
	Quimbolitos	21	1,00%
	Tamales	16	0,77%
	Empanadas de morocho	15	0,72%
	Mote con chicharrón	13	0,62%
	Empanadas de viento	10	0,48%
	Tortillas con caucara	5	0,24%
	Mote	4	0,19%
	Mote con fritada	4	0,19%
	Tripa mishqui	4	0,19%
	Ayacac	3	0,14%
	Salchipapas	3	0,14%
	Tortillas	3	0,14%
	Choclo con queso	2	0,10%
	Tamales de gallina	2	0,10%
	Ají	1	0,05%
	Alitas B.B.Q.	1	0,05%
	Allullas	1	0,05%
	Biscochos	1	0,05%
	Bolones	1	0,05%
	Buñuelos	1	0,05%
	Cascarita	1	0,05%
	Chochos con chulpi	1	0,05%
	Chochos con tostado	1	0,05%
	Choclo mote	1	0,05%
	Choclos asados	1	0,05%
	Dulces tradicionales	1	0,05%
	Emborrajados	1	0,05%
	Habas con queso y ají	1	0,05%
Hamburguesas	1	0,05%	
Huevos duros pintados	1	0,05%	
Maduros asados	1	0,05%	
Mote pillo	1	0,05%	
Pan de finados	1	0,05%	
Pan de pascua	1	0,05%	

Entremeses	Puré	1	0,05%
	San duche de pernil	1	0,05%
	Sanduches	1	0,05%
	Shawarmas	1	0,05%
	Tamales de maíz	1	0,05%
	Tamales de pollo	1	0,05%
	Tortilla con fritada	1	0,05%
	Tortillas con carne	1	0,05%
	Tortillas con chorizo	1	0,05%
	Tortillas con hornado	1	0,05%
	Ushucuta	1	0,05%
	Viche	1	0,05%
Estofados o Bistecs	Papas con cuero	10	0,48%
	Seco de chivo	9	0,43%
	Seco de gallina	5	0,24%
	Papas con gallina	1	0,05%
	Papas con librillo	1	0,05%
	Papas con queso	1	0,05%
	Pollo criollo	1	0,05%
	Trucha	1	0,05%
	Trucha con champiñones	1	0,05%
Fritos	Fritada	83	3,97%
	Llapingachos	10	0,48%
	Corvina con papas	8	0,38%
	Pescado frito	5	0,24%
	Chugchucaras	3	0,14%
	Churrasco	3	0,14%
	KFC	2	0,10%
	Pargo frito	2	0,10%
	Pollo	2	0,10%
	Corvina tártara	1	0,05%
	Pescados y mariscos	1	0,05%
	Pollo frito con papa y salsa	1	0,05%
Horneados	Hornado	92	4,41%
	Pavo al horno	22	1,05%
	Pollo al horno	7	0,33%
	Pavo relleno	3	0,14%
	Pollo navideño	3	0,14%
	Pizza	2	0,10%
	Cuy al horno	1	0,05%
	Cochinillo	1	0,05%
Otros	Lasaña	1	0,05%

	Comida típica	2	0,10%
Postres	Pristiños	97	4,64%
	Buñuelos	71	3,40%
	Dulce de higos	62	2,97%
	Colaciones	11	0,53%
	Dulces tradicionales	9	0,43%
	Dulce de leche	8	0,38%
	Mistelas	8	0,38%
	Espumilla	6	0,29%
	Helados de paila	6	0,29%
	Quesadillas	6	0,29%
	Helados	3	0,14%
	Alfajores	2	0,10%
	Churros	2	0,10%
	Cocadas	2	0,10%
	Dulce de guayaba	2	0,10%
	Higos confitados	2	0,10%
	Alfeñique	1	0,05%
	Algodón de azúcar	1	0,05%
	Dulce de arroz	1	0,05%
	Dulce de sambo	1	0,05%
	Dulce de zapallo	1	0,05%
	Ensalada de frutas	1	0,05%
	Manzanas con dulce	1	0,05%
	Miel con queso	1	0,05%
	Pastel de piña	1	0,05%
	Pasteles de frutilla	1	0,05%
	Queso con miel	1	0,05%
Rompope	1	0,05%	
Roscas de coco	1	0,05%	
Roscones	1	0,05%	
Torta de maqueño	1	0,05%	
Tortas frías	1	0,05%	
Sopas	Fanesca	336	16,08%
	Yahuarlocro	34	1,63%
	Encebollados	20	0,96%
	Ají de cuy	4	0,19%
	Locro de cuero	4	0,19%
	Locro de papas	4	0,19%
	Ají de librillo	2	0,10%
	Locro de cuy	2	0,10%
	Cariucho	1	0,05%

Sopas	Cazuela	1	0,05%
	Repe	1	0,05%
	Sancocho	1	0,05%
	Sopa de bolas de verde	1	0,05%
	Sopa de marisco	1	0,05%
	Sopa de queso y quinua	1	0,05%
	Sopas	1	0,05%
Vísceras	Menudo	19	0,91%
	Guatita	8	0,38%
	Cortaditos	1	0,05%
	Lengua con maní ají yacu	1	0,05%
	Librillo	1	0,05%
	Morcilla	1	0,05%
Total general		2090	100%

La ciudad de Quito por ser la capital del Ecuador, reúne gran variedad gastronómica, en épocas de fiestas, las principales son; la Semana Santa, día de los difuntos, fiestas de fundación de Quito, la navidad y fin de año, en las cuales se elabora una diversidad de platos, bebidas y postres, así como se reúne la danza, música y otras celebraciones, esto da un entorno de tradiciones y costumbres, las cuales se han plasmado a lo largo del tiempo en el consiente colectivo.

Un plato muy popular es el cuy asado (1,53%), aunque en la actualidad se lo prepara de muchas maneras su consumo se extiende por toda la serranía, especialmente en comunidades indígenas quienes le atribuyen propiedades curativas en sus rituales. Su consumo si bien se prolonga todo el año, es en épocas de fiesta de las comunidades en donde alcanza su mayor apogeo, en la ciudad lo encontramos en ferias y restaurantes.

Fotografía N°16



Fuente: goecuador.com

La colada morada(14,4%) es una combinación de diferentes frutas tales como cáscara de piña, hierbas dulces, trozos de babaco, moras cocinadas, naranjillas, mortiño, frutillas, entre otros, con la harina de maíz negra, es consumida en el día de Difuntos ,esta exquisita bebida esta acompañada de la guagua de pan(3,49%), se dice que estas representan a los familiares de los muertos que se quedan acompañando a las almas en el cementerio, la costumbre ancestral es de visitar las tumbas de los seres queridos y compartir con ellos, la colada.

Fotografía N°17



Fuente: laylita.com/.../uploads/2008/03/Fanesca.JPG

La Fanesca(16,08%), es una sopa elaborada a base de granos y bacalao, tiene gran connotación religiosa, es consumida durante la Semana Santa, este plato es de tradición indígena; éstos en agradecimiento a sus Dioses por las cosechas realizaban este plato con la mayoría de los granos cultivados, a la llegada de los españoles y la religión Católica este plato se volvió tradicional y casi obligatorio en la fiesta católica, hoy en día se ha convertido en una de las tradiciones más importantes del pueblo quiteño.

Una de las celebraciones más importantes en la ciudad es la fundación de la ciudad de Quito que se caracterizan por la presencia de bandas de pueblo y las tarimas con conciertos en

diversos puntos de la ciudad, en estas festividades podemos encontrar una amplia variedad de platos, bebidas y dulces, dentro de estos el mas popular son los canelazos (4,26%), que es una bebida a base de aguardiente, canela y azúcar, que sirve para calentar las frías noches quiteñas. Otra bebida es el vino hervido (0,38%), que se sirve caliente y es de ascendencia española, que vino con la fiesta taurina.

Fotografía N°18



Fuente: www.supermaxi.com/recetas/archivos/1241716650.

Los postres como el, dulce de higos (2,97%), buñuelos (3,40%) pristiños(4,64%), colaciones(0,53%) entre otros, son los más apetecidos y se los encuentra generalmente en el centro histórico y se los consume en las fiestas de fundación, navidad y fin de año.

Fotografía N°19



Fuente: www.cundinamarcamia.com/media/garapina_chicha.jpg

La chicha (1,34%) y la chicha de jora (0,62%), tienen sus orígenes en la época pre colombina, la chicha se consume en fiestas de la serranía y celebraciones como las de la Carnaval. La chicha se la hace a partir de la fermentación del maíz, quinua, cebada, jora o harina acompañados de panela o azúcar común. Así también, frutas de la región como el tomate de árbol, mora, taxo y naranjilla son utilizados como ingredientes. Generalmente, se la deja fermentar por periodos que van de tres a veinte días.

Fotografía N°20



Fuente: www.generacion.com/.../pavo-al-horno.jpg

En la época de Navidad y fin de año se elaboran el pavo al horno (1,05%), que se da como influencia de las tradiciones norteamericanas, sin ser un plato típico ecuatoriano en la actualidad se ha introducido en las cocinas y costumbres del país.

Cabe señalar que cada habitante que ha emigrado a esta ciudad trae consigo sus propias costumbres culinarias y las pone en práctica también cuando existen festividades.

3.1.3 Platos que se Elaboran con Mayor Frecuencia.

Cuadro N° 18

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Arroces	Arroz con camarón	1	0,05%
	Arroz con carne	1	0,05%
	Arroz marinero	1	0,05%
	Arroz y pescado	1	0,05%
	Chanfaina	1	0,05%
	El chifa	1	0,05%
Asados	Pollo asado /a la brasa	44	2,13%
	Pinchos	24	1,16%
	Cuy	12	0,58%
	Carne asada	11	0,53%
	Parrilladas	4	0,19%
	Conchitas asadas	3	0,15%
	Cuero asado	2	0,10%
	Pollo con papas	2	0,10%
	Carne a la piedra	1	0,05%
Pollos al carbón	1	0,05%	
Bebidas Frías	Jugos naturales	42	2,03%
	Ponche	8	0,39%
	Chicha	4	0,19%

Bebidas frías	Chicha de jora	3	0,15%
	Batidos	4	0,20%
	Yogurt	1	0,05%
	Sangría	1	0,05%
	Rosero	1	0,05%
	Quaker	2	0,10%
	Malteadas	1	0,05%
	Limonada/colas	1	0,05%
	Jugo de mora y guayaba	1	0,05%
	Jugo de coco	1	0,05%
	Jugo de alfalfa	1	0,05%
	Coctelitos	1	0,05%
	Chicha de morocho	1	0,05%
	Chicha de avena	1	0,05%
Caldos	Caldo de gallina	58	2,81%
	Caldo de patas	57	2,76%
	Caldo de 31	29	1,41%
	Sancocho	5	0,24%
	Caldo de bagre	3	0,15%
	Caldo de manguera	1	0,05%
	Caldo de menudo	1	0,05%
Ceviches	Ceviche	36	1,74%
	Cevichochos	7	0,34%
	Ceviche de camarón	3	0,15%
	Ceviche mixto	2	0,10%
	Ceviche de chocho	1	0,05%
	Ceviche de pescado	1	0,05%
Entremeses	Mote con chicharrón/con fritada	70	3,40%
	Humitas	49	2,37%
	Mote	46	2,23%
	Empanadas	36	1,74%
	Tripa mishqui	28	1,36%
	Tortillas con caucara	23	1,11%
	Sanduches	22	1,07%
	Quimbolitos	20	0,97%
	Tripas	19	0,92%
	Chochos con tostado	16	0,78%
	Empanadas de viento	14	0,68%
	Hamburguesa	13	0,63%
	Choclo con queso	11	0,53%
	Salchipapas	9	0,44%
	Empanadas de morocho	8	0,39%
	Tamales	8	0,39%
	Tortillas	8	0,39%
	Papas fritas	8	0,39%
Hot dog	6	0,29%	

Entremeses	Choclo asado	5	0,24%
	Habas con melloco	5	0,24%
	Sanduches de Pernil	5	0,24%
	Choclo mote	5	0,24%
	Empanadas de mejido	4	0,19%
	Tortillas de papa	4	0,19%
	Choclos	3	0,15%
	Maduro asado	3	0,15%
	Tortillas con carne	3	0,15%
	Tortillas con chorizo	3	0,15%
	Tortillas de maíz	3	0,15%
	Bolones de verde	2	0,10%
	Café con humitas	2	0,10%
	Chochos	2	0,10%
	Pan de yuca	2	0,10%
	Papipollo	2	0,10%
	Plátano asado	2	0,10%
	Shawarma	2	0,10%
	Bolas de verde	1	0,05%
	Café con empanadas	1	0,05%
	Caucara	1	0,05%
	Chifles con canguil	1	0,05%
	Chochos con chulpi	1	0,05%
	Choclos a la parrilla	1	0,05%
	Choclos cocinados	1	0,05%
	Choclos con habas	1	0,05%
	Cuero de chancho	1	0,05%
	Cuero reventado	1	0,05%
	Empanadas de carne	1	0,05%
	Empanadas de harina de maíz	1	0,05%
	Empanadas de queso	1	0,05%
	Empanadas de verde	1	0,05%
	Habas	1	0,05%
Maduro con queso	1	0,05%	
Mote choclo	1	0,05%	
Pan	1	0,05%	
Queso de hoja	1	0,05%	
Tortilla con hornado	1	0,05%	
Tortillas de verde	1	0,05%	
Tripleta	1	0,05%	
Estofados o Bistecs	Papas con cuero	66	3,20%
	Seco de chivo	28	1,36%
	Seco de gallina	18	0,87%
	Menestra	13	0,63%
	Seco de pollo	12	0,58%
	Papas con librilla	11	0,53%

Estofados o Bistecs	Carnes	5	0,24%
	Papas con cuy	5	0,24%
	Almuerzos	2	0,10%
	Secos	2	0,10%
	Lengua	1	0,05%
	Lengua en salsa de maní	1	0,05%
	Papas con caucara	1	0,05%
	Papas con chicharrón	1	0,05%
	Papas de la María	1	0,05%
	Seco de borrego	1	0,05%
	Seco de carne	1	0,05%
Fritos	Fritada	243	11,78%
	Llapingachos	24	1,16%
	Corvina frita	12	0,58%
	Churrasco	8	0,39%
	Corvina con papas	5	0,24%
	Pescado frito	5	0,24%
	Pollo brosterizado	4	0,19%
	Chugchucaras	3	0,15%
	Mariscos	3	0,15%
	Pargo frito	2	0,10%
	Pescados	2	0,10%
	Carne colorada	1	0,05%
	Cecina	1	0,05%
	Parrillada de mariscos	1	0,05%
Horneados	Hornado	118	5,71%
	Pizza	12	0,58%
	Pollo al horno	2	0,10%
Postres	Quesadillas	19	0,92%
	Colaciones	18	0,87%
	Helados	16	0,78%
	Dulce de higos	15	0,73%
	Arroz con leche	10	0,48%
	Espumilla	10	0,48%
	Maní dulce	8	0,39%
	Higos confitados	6	0,29%
	Buñuelos	5	0,24%
	Chocolate	5	0,24%
	Helados de paila	5	0,24%
	Biscochos	4	0,19%
	Ensalada de frutas	3	0,15%
	Aplanchados	2	0,10%
	Postres	2	0,10%
	Pristiños	2	0,10%
	Suspiros	2	0,10%
	Alfajores	1	0,05%

Postres	Dulce de leche	1	0,05%
	Dulce de morocho	1	0,05%
	Flan	1	0,05%
	Guagua de pan	1	0,05%
	Mango	1	0,05%
	Melcocha	1	0,05%
	Melvas	1	0,05%
	Mil Hojas	1	0,05%
	Moncaibas	1	0,05%
	Naranjas	1	0,05%
	Pan / tortas	1	0,05%
	Pastas	1	0,05%
	Pasteles	1	0,05%
	Rompope	1	0,05%
	Sandía	2	0,10%
	Tostado de dulce	1	0,05%
	Tres leches	1	0,05%
	Turrone	1	0,05%
	Sopas	Yahuarlocro	93
Encebollado		29	1,41%
Locro de papa		22	1,07%
Arroz de cebada		6	0,29%
Sopa de fideo		5	0,24%
Aguado de gallina		4	0,19%
Fanesca		4	0,19%
Sopas		4	0,19%
Locro de cuero		3	0,15%
Locros		3	0,15%
Sopa de pollo		3	0,15%
Cariucho		2	0,10%
Cazuela		2	0,10%
Colada de churos		4	0,20%
Consomé		2	0,10%
Sopa de lentejas		2	0,10%
Sopa de quinua		2	0,10%
Cazuela de mariscos		1	0,05%
Gallina criolla		1	0,05%
Locro de mote		1	0,05%
Locro de queso		1	0,05%
Sopa de habas		1	0,05%
Sopa de mote		1	0,05%
Sopa Juliana		1	0,05%
Timbushca	1	0,05%	
Vísceras	Guatita	57	2,76%
	Menudo	48	2,33%
	Librillo	11	0,53%

Vísceras	Morcilla	8	0,39%
	Menudo con morcilla	2	0,10%
	Menudencias	1	0,05%
Bebidas Calientes	Morocho de dulce	66	3,20%
	Canelazo	12	0,58%
	Colada morada	3	0,15%
	Vino hervido	3	0,15%
	Chocolate caliente	2	0,10%
	Cortaditos	1	0,05%
	Guayusa	1	0,05%
N/C	N/C	2	0,10%
	NSC	1	0,05%
TOTAL		2064	100,00%

En la ciudad existe una gran oferta gastronómica en la que se puede encontrar todo tipo de comida, sin embargo entre lo más frecuente tenemos:

En los asados tenemos; el pollo asado o la braza (2,13%) que se lo encuentra en todas partes servido generalmente con papas fritas.

También hallamos las papas con cuero (3,20%), muy conocidas las del sector de la Magdalena, y el seco de chivo que se prepara tanto en casa como en restaurantes, famosos son los de San Agustín.

Nuevamente se encuentra la Fritada (11,78%) por su gran demanda en cualquier temporada del año, los sectores mas comunes son al norte el Inca, al centro en San Juan y en el sur en el Pintado, aunque se lo puede hallar casi en cualquier zona de la ciudad.

El hornado (5,71%) es también muy común y se lo encuentra generalmente en los mercados y en los restaurantes de comida típica.

Los caldos mas frecuentes son los de gallina (2,81%), de patas (2,76%), y de 31(1,41%), se los puede degustar todo el año en mercados y restaurantes de toda la ciudad.

La guatita (0,76%) y el menudo (2,33%) se los halla en restaurantes tradicionales y mercados su consumo es muy popular.

Fotografía N°21



Fuente: migrantecuadoriano.gov.ec/.../09/ceviche.jpg

Los ceviches (1,74%) son de todo tipo y se encuentra de todas las regiones de la costa, se los prepara todos los días pero existe mayor demanda los fines de semana, son muy conocidos los del sector de la Rumiñahui.

Entre las bebidas, lo más frecuente son los jugos naturales (2,03%) de todo tipo de frutas.

Fotografía N°22



Fuente: www.mira.ec/Images/Recetas/morb.jpg

Como bebida caliente lo que se puede encontrar en varios sitios de la ciudad y de forma regular es el morocho dulce (3,20%), al que lo acompaña casi siempre una empanada. Muy conocidos son los que se expenden el parque de la Floresta.

Como postres: lo mas cotidiano son las quesadillas (0,92%), las colaciones (0,87%), el dulce de higos (0,73%), y los helados (0,78%).

Los tres primeros se comercializan principalmente en el centro histórico aunque de igual forma se los puede encontrar en cafeterías y delicatessen de la ciudad, los helados, se los puede adquirir en todas partes, desde tiendas hasta restaurantes y los hay de todo tipo, sabores, y precios.

3.1.4 Platos más Demandados por los Visitantes

Cuadro N° 19

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Apanados	Apanado	1	0,05%
Arroces	Arroz con mariscos	2	0,11%
	Arroz con camarón	1	0,05%
	Arroz con carne	1	0,05%
	Arroz de cebada	1	0,05%
	Chanfaina	1	0,05%
	Chaulafan	1	0,05%
Asados	Pinchos	30	1,63%
	Pollo asado	33	1,80%
	Cuy asado con papas	12	0,65%
	Carne asada	9	0,49%
	Shawarma	5	0,27%
	Choclo asado	4	0,22%
	Carnes	2	0,11%
	Conchitas asada	2	0,11%
	Parrilladas	2	0,11%
	Carne a la piedra	1	0,05%
	Cuero asado	1	0,05%
	Cuy con ají	1	0,05%
	Plátano asado	1	0,05%
	Pollo al carbón	1	0,05%
Bebidas Calientes	Morocho dulce	43	2,33%
	Canelazos	8	0,44%
	Chocolate	6	0,33%
	Colada morada	5	0,27%
	Vino hervido	2	0,11%
	Café	1	0,05%
	Café con leche	1	0,05%
	Guayusa	1	0,05%
Bebidas Frías	Jugos naturales	24	1,31%
	Cervezas	14	0,76%
	Ponche	11	0,60%
	Colas	8	0,43%
	Batidos de frutas	2	0,11%
	Chicha	3	0,16%
	Chicha de jora	2	0,11%
	Chucula	1	0,05%
	Sangría	1	0,05%
Caldos	Caldo de gallina	64	3,48%
	Caldo de patas	47	2,56%
	Caldo de 31	30	1,63%

	Caldo de bagre	3	0,16%
	Sancocho	2	0,11%
	Caldo de manguera	1	0,05%
	Caldos	1	0,05%
Ceviches	Ceviches	42	2,28%
	Cevichochos	11	0,60%
	Ceviche de camarón	7	0,38%
	Mariscos	3	0,16%
Entremeses	Mote con chicharrón o fritada	58	3,16%
	Humitas	44	2,39%
	Tripa mishque	40	2,17%
	Mote	43	2,34%
	Empanadas	32	1,74%
	Sanduches	24	1,31%
	Tortillas con caucara	23	1,25%
	Quimbolitos	19	1,03%
	Choclos con queso	11	0,60%
	Tortillas de papa	11	0,60%
	Empanadas de morocho	10	0,54%
	Sanduches de pernil	9	0,49%
	Chochos con tostado	8	0,44%
	Tamales	7	0,38%
	Hot Dog	6	0,33%
	Choclo mote	5	0,27%
	Café con humitas	4	0,22%
	Habas con melloco	3	0,16%
	Tortillas con chorizo	3	0,16%
	Tortillas de maíz	3	0,16%
	Bolones	2	0,11%
	Choclos cocinados	2	0,11%
	Maduros con queso	2	0,11%
	Ají	1	0,05%
	Allullas con queso de hoja	1	0,05%
	Arepas	1	0,05%
	Camotillos	1	0,05%
	Chochos	1	0,05%
	Chulpi	1	0,05%
	Comida rápida	1	0,05%
	Habas tostadas	1	0,05%
	Habas y choclos	1	0,05%
	Maduro asado	1	0,05%
	Maní tostado	1	0,05%
Pan de yuca	1	0,05%	
Papas de la María	1	0,05%	
Patacones	1	0,05%	
Tamales lojanos	1	0,05%	

	Tortillas con carne	1	0,05%
Estofados o Bistecs	Papas con cuero	57	3,10%
	Seco de chivo	22	1,20%
	Menestras	12	0,65%
	Seco de pollo	11	0,60%
	Seco de gallina	6	0,33%
	Papas con librilla	5	0,27%
	Escabeche	3	0,16%
	Secos	3	0,16%
	Menestra de porotos	1	0,05%
	Sango de choclo	1	0,05%
	Seco de borrego	1	0,05%
	Seco de carne	1	0,05%
	Fritos	Fritada	227
Salchipapas		27	1,47%
Llapingachos		16	0,87%
Corvina con papas		17	0,93%
Pescado frito		10	0,54%
Churrasco		8	0,44%
Hamburguesas		7	0,38%
Chuchucas		5	0,27%
Papas fritas		5	0,27%
Pargo frito		2	0,11%
Pollo broster		2	0,11%
Caucara		1	0,05%
Cecina		1	0,05%
Chuletas		1	0,05%
Papi pollo		1	0,05%
Pollo frito		1	0,05%
Horneados		Hornado	127
	Pizza	30	1,63%
	Pernil	1	0,05%
N/C	N/C	2	0,11%
Postres	Helados	27	1,47%
	Quesadillas	21	1,14%
	Colaciones	11	0,60%
	Dulce de higos	10	0,55%
	Espumilla	6	0,33%
	Helados de paila	6	0,33%
	Maní de dulce	6	0,33%
	Arroz de leche	5	0,27%
	Pristiños	3	0,16%
	Ensalada de frutas	2	0,11%
	Chimborazo	1	0,05%
	Dulces	1	0,05%
	Guagua de pan	1	0,05%

	Higos confitados	1	0,05%
	Mango con sal	1	0,05%
	Naranjas	1	0,05%
	Pastas	1	0,05%
	Sandias	1	0,05%
	Suspiros	1	0,05%
	Tres leches	1	0,05%
Sopas	Yahuarlocro	81	4,40%
	Encebollado	36	1,96%
	Locro de papas	22	1,20%
	Librillo	12	0,65%
	Sopa de fideo	3	0,16%
	Ají de cuy	2	0,11%
	Sopa de bolas de verde	2	0,11%
	Aguado de gallina	1	0,05%
	Almuerzos	1	0,05%
	Cangrejada	2	0,10%
	Cariucho	1	0,05%
	Chupe de mariscos	1	0,05%
	Colada de churos	1	0,05%
	Consomé	1	0,05%
	Fanesca	1	0,05%
	Locro de acelga	1	0,05%
	Sopa de bolas de maíz	1	0,05%
	Sopa de menudo	1	0,05%
	Sopa de pollo	1	0,05%
	Sopa de quinua	1	0,05%
Vísceras	Menudo	48	2,61%
	Guatita	38	2,07%
	Morcilla	8	0,44%
	Menudencias	1	0,05%
TOTAL		1839	100,00%

Existe en la ciudad una gran cantidad de platos que son muy apetecidos por propios y extraños, dentro de los más solicitados encontramos:

Las papas con cuero (3,10%), el seco de chivo(1,20%), de gran tradición dentro de la población, y de carácter popular, se los encuentra en muchos restaurantes.

La muy demandada fritada (12,34%) que se lo puede encontrar en toda la ciudad y con varias combinaciones.

La salchipapas (1,47%) son las más consumidas en lo que se denomina comida rápida, el plato es muy simple pero de agradable sabor, las prefieren especialmente lo jóvenes, se las encuentra en todos los sectores de la ciudad.

Fotografía N°23



Fuente: www.scaredycatstalker.com/.../images/hornado.jpg

Otro plato muy demandado a base de chanco es el hornado (6,89%), apreciado por su sabor y presentación, se lo encuentra sobre todo en parroquias rurales, pero también en restaurantes típicos del área urbana.

Los caldos más demandados son el de gallina (3,48%), de patas (2,56%) y de 31(1,63%), a estos se les atribuye propiedades reconstituyentes, incluso se las recomienda para convalecencias, se los puede encontrar todo el año en restaurantes y en los hogares.

Fotografía N°24



Fuente: www.linesofflight.net/.../locro_de_papas.JPG

Entre las sopas de mayor demanda encontramos todos los tipos de locro (1,20%), hechas a base de papa y generalmente acompañadas de aguacate de elaboración relativamente simple.

El menudo (2,61%) es un plato de carácter popular y tradicional se lo encuentra fundamentalmente en mercados, pero también existen restaurantes que lo ofrecen.

La bebida caliente mas pedida es el morocho dulce (2,33%).

Como bebidas frías tenemos los jugos naturales (1,31%), otra de gran importancia es la cerveza (0,76%) que tiene un origen colonial y desde ese tiempo se la consume con gran avidez, de sabor refrescante es ideal para acompañar platos fuertes.

Los ceviches (2,28%) han sido muy bien acogidos por la población de la ciudad se los prefiere los fines de semana y comúnmente se le atribuye la propiedad de curar el “chuchaqui” o la resaca, su precio es elevado pero existen restaurantes para todos los gustos.

3.1.5 Platos que Recomendaría Consumir a los Visitantes

Cuadro N° 20

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Apanados	Apanado	4	0,22%
Arroces	Arroz con camarón	2	0,11%
	Arroz con pollo	2	0,11%
	Arroz con mariscos	1	0,05%
	Arroz marinero	1	0,05%
	Chanfaina	1	0,05%
Asados	Cuy	37	2,01%
	Pollo asado o la brasa	27	1,46%
	Parrilladas	9	0,49%
	Carne asada	6	0,32%
	Conchas asadas	4	0,22%
	Pinchos	4	0,22%
	Pollo al carbón	3	0,16%
	Cueros asados	1	0,05%
	Pernil de cerdo	1	0,05%
Bebidas Calientes	Morocho de dulce	73	3,96%
	Colada morada	29	1,57%
	Canelazos	26	1,41%
	Chocolate	5	0,27%
	Vino hervido	5	0,27%
	Chocolate con queso	3	0,16%
	Chocolate espeso	1	0,05%
	Chucula	1	0,05%
	Guayusa	1	0,05%
	Hervidos	1	0,05%
	Bebidas Frías	Jugos naturales	26
Chicha		19	1,03%
Ponche		12	0,65%
Chicha de jora		8	0,43%
Rosero		4	0,22%

	Sangría	3	0,16%
	Jugo de tomate	2	0,11%
	Aguas frescas	1	0,05%
	Batido de coco	1	0,05%
	Batidos	1	0,05%
	Bebas	1	0,05%
	Jugo de alfalfa	1	0,05%
	Limonadas	1	0,05%
	Quaker	1	0,05%
	Sábila y horchata	1	0,05%
	Yogurt	1	0,05%
Caldos	Caldo de gallina	37	2,00%
	Caldo de patas	29	1,57%
	Caldo de 31	13	0,70%
	Sancocho	5	0,27%
	Caldo de bagre	2	0,11%
	Caldo de bolas de verde	2	0,11%
	Caldo bolas de verde	1	0,05%
	Caldo de manguera	1	0,05%
	Caldo de menudo	1	0,05%
	Caldos	1	0,05%
Ceviches	Ceviche	45	2,44%
	Cevichochos	10	0,54%
	Ceviche de camarón	6	0,32%
	Ceviche de concha	3	0,16%
	Banderas	1	0,05%
	Ceviche de calamar	1	0,05%
	Ceviche de cangrejos	1	0,05%
	Ceviche de chocho	1	0,05%
	Ceviche mixto concha camarón	1	0,05%
	Ceviches y mariscos	1	0,05%
Ensaladas frías	Ensalada de chochos	1	0,05%
Entremeses	Humitas	56	3,03%
	Quimbolitos	36	1,95%
	Empanadas	32	1,73%
	Mote con chicharrón	32	1,73%
	Mote	24	1,30%
	Quesadillas	21	1,14%
	Empanada de morocho	18	0,97%
	Empanada de viento	18	0,97%
	Tortillas con caucara	15	0,81%
	Tripas	20	1,08%
	Tamales	10	0,54%
	Sanduches de pernil	9	0,49%
	Choclo con queso	9	0,48%
	Sanduches	7	0,38%

	Mote con fritada	6	0,32%
	Tortilla de maíz	6	0,32%
	Tortillas	6	0,32%
	Chochos con tostado	5	0,27%
	Maduro con queso	4	0,22%
	Pan de yuca	4	0,22%
	Choclo mote	3	0,16%
	Guagua de pan	3	0,16%
	Humitas con café	3	0,16%
	Ají de chochos	4	0,21%
	Habas con mellocos	2	0,11%
	Maduro asado	2	0,11%
	Almejas	1	0,05%
	Bolones	1	0,05%
	Bolones de verde	1	0,05%
	Bonitísimas	1	0,05%
	Café con humitas	1	0,05%
	Chochos con chulpi	1	0,05%
	Choclo con mapahuirá	1	0,05%
	Chulpichocho	1	0,05%
	Comida típica	1	0,05%
	Empanada de verde	1	0,05%
	Empanadas de mejido	1	0,05%
	Habas	1	0,05%
	Habas con queso	1	0,05%
	Hamburguesas	1	0,05%
	Hot dog	1	0,05%
	Maduro frito	1	0,05%
	Mote con hornado	1	0,05%
	Mote con pernil	1	0,05%
	Mote pillo	1	0,05%
	Queso de hoja	1	0,05%
	Salchipapa	1	0,05%
	Tortilla de trigo	1	0,05%
	Tortillas con chorizo	1	0,05%
	Tortillas con hornado	1	0,05%
	Tripleta	1	0,05%
Estofados o Bistecs	Papas con cuero	35	1,89%
	Seco de chivo	21	1,14%
	Menestra	8	0,43%
	Seco de gallina	7	0,38%
	Corvina con papas	6	0,32%
	Seco de pollo	5	0,27%
	Papas con librilla	3	0,16%
	Secos	3	0,16%

	Carne a la piedra	2	0,11%
	Seco de borrego	2	0,11%
	Camarones encocados	1	0,05%
	Mariscos	1	0,05%
	Papas con cuy	1	0,05%
	Papas de la María	1	0,05%
	Seco de pata	1	0,05%
Fritos	Fritada	215	11,64%
	Llapingachos	34	1,84%
	Corvina frita	12	0,65%
	Chuchucas	8	0,43%
	Churrasco	6	0,32%
	Pescado frito	6	0,32%
	Trucha frita	4	0,22%
	Caucara	2	0,11%
	Chuleta frita	2	0,11%
	Pargo frito	2	0,11%
	Pollo frito	2	0,11%
	Camotillo frito	1	0,05%
	Cecina	1	0,05%
	Papipollo	1	0,05%
	Plátano frito	1	0,05%
	Pollo brosterizado	1	0,05%
Horneados	Hornado	118	6,39%
	Pizzas	2	0,11%
	Hornado con mote	1	0,05%
	Hornado y tortillas	1	0,05%
Postres	Dulce de higos	35	1,90%
	Colaciones	29	1,57%
	Helados de paila	19	1,03%
	Pristiños	18	0,97%
	Helados	15	0,80%
	Espumilla	11	0,60%
	Ensalada de frutas	9	0,49%
	Arroz de leche	8	0,43%
	Buñuelos	7	0,38%
	Maní de dulce	4	0,22%
	Pastel de maqueño	4	0,22%
	Emborrajados	3	0,16%
	Higos confitados	3	0,16%
	Suspiros	3	0,16%
	Come y bebe	2	0,11%
	Melcochas	2	0,11%
	Mistelas	2	0,11%
	Aplanchados	1	0,05%
	Caca de perro	1	0,05%

	Chimborazo	1	0,05%
	Churros	1	0,05%
	Dulce de leche	1	0,05%
	Dulce de uvillas	1	0,05%
	Dulces	1	0,05%
	Flan	1	0,05%
	Habas enconfitadas	1	0,05%
	Higos	1	0,05%
	Maíz enconfitado	1	0,05%
	Maní enconfitado	1	0,05%
	Ocas con leche	1	0,05%
	Torta de chocolate	1	0,05%
Sopas	Yahuarlocro	96	5,20%
	Locro de papa	36	1,95%
	Fanesca	21	1,14%
	Encebollado	16	0,87%
	Locro de cuero	8	0,43%
	Locro	6	0,32%
	Locro con queso	3	0,16%
	Aguado de gallina	2	0,11%
	Cazuela	2	0,11%
	Sopa bolas de verde	2	0,11%
	Sopa de pollo	2	0,11%
	Sopa de quinua	2	0,11%
	Ají de cuy	1	0,05%
	Arroz de cebada	1	0,05%
	Cariucho	1	0,05%
	Chupe de pescado	1	0,05%
	Sopa de lentejas	1	0,05%
	Sopa de papas	1	0,05%
	Sopa de zapallo	1	0,05%
	Sopa marinera	1	0,05%
Sopas	1	0,05%	
Vísceras	Menudo	35	1,89%
	Guatita	21	1,14%
	Librillo	1	0,05%
	Morcilla	1	0,05%
	Ubre en salsa de maní	1	0,05%
N/C	NSC	2	0,11%
Otros	Langosta	1	0,05%
	Platos típicos	1	0,05%
TOTAL		1847	100,00%

La ciudad de Quito, por ser reconocida internacionalmente como patrimonio cultural de la humanidad por la UNESCO, recibe gran afluencia de visitantes ya sea de otras ciudades o

países, los cuales pueden disfrutar de exquisitos platos de comida ecuatoriana; entre los más recomendados tenemos, el tradicional cuy asado (2,01%) acompañado con papas y en distintas preparaciones ha tomado gran importancia entre los visitantes, su presentación llama mucho la atención. Entre las bebidas encontramos el morocho dulce (3,96%), y la colada morada (1,57%), esta última, reconocida por su importancia en el Día de los Difuntos, los canelazos (1,41%) bebida caliente que es disfrutada por el visitante en las frías noches de Quito elaborada con aguardiente y naranjilla.

La chicha (1,03%) es una bebida de tradición indígena se la encuentra en ferias gastronómicas preparada normalmente con jora o maíz.

El ceviche (2,44%) a pesar de no ser un plato serrano sino costeño es sin duda consumido en sus distintas preparaciones e ingredientes, tales como camarones, concha, pescado, pulpo, entre otros, estos suelen ser una delicia para los visitantes.

Fotografía N°25



Fuente: apartcentralsantiago.com

A la hora del café se puede disfrutar de humitas (3,03%), quimbolitos (1,95%) y empanadas (1,73%), estos entremeses deliciosos son parte de las costumbres quiteñas,

La fritada (11,64%) acompañada con variedad de productos que en combinación forman un exquisito plato llama la atención del visitante.

Fotografía N°26



Fuente: www.laylita.com/.../2008/07/lapingachos-4.jpg

Los llapingachos (1,84%) plato preparado con tortillas de papas y chorizo de tradicional sabor, el hornado (6,39%) con el agrio, es llamativo para el turista por su llamativa presentación y sabor, el yahualocro (5,20%) es una sopa que se distingue fundamentalmente por estar acompañada con sangre, estas particularidades la hacen atractiva para el consumidor.

El locro de papas (1,95%) deliciosa sopa preparada con tres tipos de papas, ha tomado un lugar importante en la cocina gourmet y la fanesca (1,14%), preparada durante la Semana Santa; todos estos forman parte del menú en restaurantes de comida típica.

La variedad de postres, forman un deleite para la visita, entre los cuales encontramos, dulce de higos (1,90%) acompañado de queso fresco, colaciones (1,57%), helados de paila (1,03%) hechos a mano y los pristiños con miel de raspadura (0,97%).

3.2 Platos, Bebidas o Postres tradicionales

A continuación se observa una tabla que permite evaluar en base a la investigación de campo realizada mediante encuestas qué platos/bebidas/postres/, como se preparaban hace años y en que han cambiado e identificar cuales ya no se elaboran.

Cabe recalcar que el análisis está basado en información real dada por los encuestados en base a su conocimiento respecto a gastronomía quiteña.

3.2.1 ¿Qué platos, bebidas o postres, conoce que se preparaban hace años y en que han cambiado su preparación?

Cuadro N° 21

TIPO DE PLATO	NOMBRE DEL PLATO	FRECUENCIA	CAMBIOS EN LA PREPARACIÓN	FRECUENCIA DEL CAMBIO	PORCENTAJE
Asados	Cuyes	15	Ahora lo preparan en otras formas	2	2,65%
			Nuevos ingredientes	2	
			Con salsa, asado, al carbón, estofado, en sopa, cremas	1	
			Ahora hay brosterizado	1	
			Ahora lo hacen en ceviches	1	

			Con salsa	1	
			Se lo preparaba al horno	1	
			Ahora preparado de muchas formas incluso al horno y brosterizado	1	
			Se agrega maní	1	
			Ya no sabe igual	2	
			Hay platos variados	1	
			Diferente sabor/antes en leña	1	
	Pollo	9	Lo hacen apanado	3	1,59%
			Hoy se prepara de muchas formas y sabores	3	
			Gran variedad en la preparación	1	
			Ya no es el mismo sabor	1	
	Parrillada	1	La porción es menor	1	0,18%
	Cuy con papas	1	NSC	1	0,18%
BEBIDAS CALIENTES	Colada Morada	65	Preparación instantánea	22	1,46%
			No se colocan todas las hierbas	9	
			Se usa otras harinas	5	
			Ahora es con menos variedad de frutas	2	
			Ahora se compra hecha	2	
			Cambio en los ingredientes	2	
			Se la hace sin todas las harinas	2	
			Antes se usaba maíz negro, ahora usan maicena	2	
			Se adiciona fresas o frutillas	2	
			No ponen fruta picada	3	
			Cambios en la harina y las frutas	1	
			Se hace solo con harina	1	
			Ahora se ponen menos especias y hierbas	1	
			NSC	1	
			No se usan todos los ingredientes	1	
			Usan más frutas	1	
			Ya no usan ishpingo	1	
			ya no usan mortifño	1	
Tiene otro sabor	1				

		Se hacía con muchos ingredientes ahora solo para mezclar con agua	1	
		Mas ingredientes y más pesado	1	
		No usan mortíño solo mora	1	
Morocho Dulce	23	Aumento ingredientes: pasas, leche evaporada	3	4,06%
		Ahora los preparan con más especias	3	
		Más ingredientes	3	
		No se colocan todas las especias	3	
		Ahora le agregan esencia de vainilla	2	
		Lo preparan de diferentes formas	1	
		Antes se molía el morocho en piedra ahora viene ya molido	1	
		Aumentan canela	1	
		Ahora no le ponen panela	1	
		También se utiliza azúcar morena	1	
		Se le cocina menos tiempo	1	
		Se elabora con azúcar, antes con panela y en cocina de leña	1	
		NSC	1	
		Nuevos ingredientes: pasas, canela, clavo, vainilla	1	
Jucho	7	Ahora se le agregan otras frutas	2	1,23%
		Casi ya no se lo prepara	1	
		NC	1	
		Usan frutas diferentes no capulí	1	
		Aumentan durazno y frutillas	1	
		Incluyen frutillas	1	
Chocolate	5	Lo preparan con canela	1	0,88%
		Lo preparan de diferentes formas	1	
		Algunos acompañados	1	
		Cambio de ingredientes	1	
		Ya no se usa chocolate en tabletas	1	

	Canelazos	3	Otro licor	1	0,53%
			Ahora usan solo cualquier licor	1	
			Ya no le ponen naranjilla	1	
	Chocolate con queso	1	Hoy se usa chocolate en polvo antes era en tabletas	1	0,18%
	Colada de capulí	1	Mortiño	1	0,18%
Colada de plátano	1	Ahora es con canela	1	0,18%	
Bebidas Frías	Jugos naturales	10	Usan pulpas / ingredientes procesados	7	1,76%
			Ahora los mezclan con otras frutas	1	
			Más agua menos fruta	1	
			Son muchos químicos	1	
	Chicha	7	Antes se hacía masticada	1	1,23%
			Se la fermenta menos	2	
			Antes tenía mejor sabor, calidad de ingredientes	1	
			Ahora se dice chicha al quaquer	1	
			Antes se fermentaba una semana en pundos	1	
	Rosero	5	Ponen más ingredientes	1	1,88%
			Ya no se hace con mote	2	
			Se hace sin mote y con otros ingredientes	1	
			Cambio de Ingredientes	1	
	Avena / Quaker	3	La venden lista para tomar	1	0,53%
			Usan azúcar en lugar de panela	1	
NSC			1		
Ponche	2	Licuan los ingredientes	2	0,35%	
Champús	1	Antes se hacía en olla de barro y con panela	1	0,18%	
Chicha de jora	1	Avena incluyen	1	0,18%	
Caldos	Caldo de 31	13	Ahora no ponen todas las menudencias	4	2,29%
			Se cocinaba con leña	3	
			Menos ingredientes	2	
			Cambio de ingredientes	1	
			No se colocan todas las menudencias y vísceras	1	

			Ya no se pone chicha ni ají picado	1	
			Ingredientes	1	
	Caldo de gallina	9	No se usa gallina de campo	2	1,59%
			NSC	2	
			Han cambiado la harina para hacer bolas	1	
			Cambio de sabor	1	
			Ya no hay la gallina criolla	1	
			Mas condimentado	1	
			Cambio de preparación	1	
	Caldo de patas	8	Se cocinaba con leña toda la noche	2	1,41%
			Ahora es mas condimentado	1	
			Aumentaron el mote	1	
			NC	1	
			La sazón	1	
			Cambio en sabor	1	
	Sancocho	3	Han cambiado el tipo de carne	3	0,53%
	Caldo de Bolas	1	Usan pollo en lugar de gallina criolla	1	0,18%
	Caldo de Mondongo	1	Ya no se coloca toda la cabeza de borrego	1	0,18%
Ceviches	Ceviche	4	Ahora existen más variantes/pollo, chochos	1	0,71%
			Ahora hay con chochos	1	
			Cocinados	1	
			Más variedad de ceviches	1	
	Ceviche de chochos	2	Ya no tiene jugo	1	0,35%
		Ahora se aumenta cueros, papas, etc.	1		
	Ceviche de camarón	1	Ahora se prepara con jugo de naranja	1	0,18%
Entremeses	Humitas	9	Antes se molía con molino, ahora es licuada	2	1,59%
			Preparación de la masa es distinta	1	
			Se usa afrecho	1	
			Ya no se ponen las mismas harinas	1	
			No ciernen la mezcla en su preparación	1	

		NC	1	
		Otro sabor	1	
		En la sazón	1	
Tortillas de maíz	6	Se preparaba en recipientes de barro	2	1,06%
		Se hacían en tiesto	2	
		Se lo preparaba al horno	1	
		Ya no se tuestan si no que se fríen	1	
Quimbolitos	5	Ahora se usa coñac en su preparación	1	0,88%
		Antes de usaba manteca ahora margarina	1	
		Tipo de harina	1	
		Son más fáciles para hacer, antes se molía la harina	1	
		Son insípidos	1	
Tamales	4	Con más condimentos	2	0,71%
		La masa no es cocinada	1	
		Ya no se hace con todo el condumio de antes	1	
Bonitísimas	3	No saben iguales	1	0,53%
		Tienen otro sabor	1	
		Ahora usan otra harina/maíz sabrosa	1	
Chochos con tostado	3	Hoy se hace en forma de cebiche y ponen cuero	2	0,53%
		Ahora se hace en forma de ceviches	1	
		Chulpi y chochos	1	
Molo	3	Es aguado	1	0,53%
		Agregan yuca	1	
		Ya no se sirve con huevos cocidos	1	
Tripas	3	Antes solo se comía asadas al carbón, hoy se sirve con salsa y papas	1	0,53%
		Se sirven solas antes con papas y mote	1	
		NC	1	
Mote con chicharrón	2	Antes con mapa huirá	1	0,35%
		El tipo de manteca es distinto	1	
Empanadas de morocho	2	Se la prepara con masa prefabricada	1	0,35%
		Ya no se muele el morocho	1	

	Humitas de pollo	1	La humitas llevan ahora mas margarina	1	0,18%
	Mote	1	Antes se hacía en leña	1	0,18%
	Papas con chicharrón	1	Ahora se agrega mas chicharrón	1	0,18%
	Puré	1	Ahora le ponen queso y cebolla blanca	1	0,18%
	Tamales de gallina	1	El condumio es diferente	1	0,18%
	Tostado con cachos	1	Ya no se usan cachos sino chicharrón	1	0,18%
	Empanadas	1	Ahora se hacen de pollo y de carne también	1	0,18%
	Tortillas con caucara	1	Usan cualquier carne, no solo caucara	1	0,18%
	Tortillas con hornado	1	Le ponen habas	1	0,18%
Estofados o Bistecs	Seco de Chivo	8	Usan duraznos en su preparación	3	1,41%
			Usan frutas en su preparación	2	
			Ya no se pone jugo de naranjilla	1	
			Ya no se pone cerveza	1	
			NSC	1	
	Lengua	3	Tiene más variedad de preparaciones	2	0,53%
			Ahora usan otros ingredientes	1	
	Hígado	3	Ahora lo hacen al ajillo	1	0,53%
			Ya no tiene el mismo sabor	1	
			Ahora solo es apanado	1	
	Menestras	2	No saben igual, no usan garbanzo	1	0,35%
			También hay con pollo y pescado	1	
	Seco de gallina	1	Variación del plato con coca cola, duraznos	1	0,18%
Corazón	1	Pocos lo preparan	1	0,18%	
Fritos	Fritada	10	En algunos sitios ponen habas	1	1,76%
			Lleva granos como choclo	1	
			NSC	1	
			Se acompaña con maduro frito	1	
			Ahora se hace con mas condimentos	1	

			No son los mismos ingredientes	1	
			Antes era más sabrosa	1	
			No sabe igual	1	
			Cambio de sabor	1	
			No han cambiado nada	1	
	Llapingachos	3	Ahora es con huevo y chorizo	1	0,53%
			Se aumenta el chorizo	1	
			NSC	1	
	Fritada de pollo	1	Antes había de chancho, de pollo se hacía otras cosas pero no fritada	1	0,18%
	Fritada Ligera	1	Se sirve todo el plato sin la carne	1	0,18%
	Carne frita y tomate	1	Ya no se coloca cebollas ni mucho tomate	1	0,18%
	Carnes coloradas	1	Se añade tortillas y aguacate	1	0,18%
	Encocado de pescado	1	Ingredientes	1	0,18%
	Pescado	1	Diferentes preparaciones	1	0,18%
	Tilapias	1	NSC	1	0,18%
	Truchas	1	Antes se hacían fritas ahora se las hace al carbón al horno	1	0,18%
Horneados	Hornado	4	Menos aliños	1	0,71%
			Menos tortillas (cantidad)	1	
			No se utiliza chicha	1	
			Su sabor	1	
Otros	Tallarines	1	Cambio en las salsas	1	0,18%
	Pato en navidad	1	Ahora es pavo	1	0,18%
	Mariscos	1	Mas variedad y formas de preparar	1	0,18%
	Picante de conchas	1	Ahora tiene otros ingredientes	1	0,18%
	Harina de maíz	1	Se preparaba en vasijas de barro	1	0,18%
Postres	Espumilla	8	Se hacía con la mano, hoy con batidora	6	1,41%
			Hacían a mano y con cedazo	1	
			Se hace en máquinas	1	
Arroz con leche	6	Ahora lo hacen con otras especias	1	1,06%	
		Ahora ponen clavo de olor y canela	1		

		Colocan crema de leche	1	
		los condimentos no tienen el mismo	1	
		La mayoría de platos no se los hace como antiguamente, antes se cocinaba en leña y con ingredientes naturales.	1	
		No ponen manzana	1	
Guaguas de Pan	5	Han cambiado la masa	2	0,88%
		Se prepara sin mermelada	2	
		Se las hace muy simple	1	
Helados	4	Mas Ingredientes	1	0,71%
		Mas variedad en sabores	1	
		Los hacen en máquinas	1	
		Con saborizantes	1	
Mistelas	4	No conozco otra preparación	1	0,71%
		Se usan menos tipos de licores	1	
		NSC	1	
		ya no se hace como antes	1	
Pan	3	Se hacía en horno de leña	2	0,53%
		Antes se hacía en leña	1	
Higos con queso	3	Antes sin especies ahora si	1	0,53%
		NC	1	
		Diferente sabor	1	
Quesadillas	2	Más delicadas tipo gourmet	1	0,35%
		NSC	1	
Come y bebe	2	Ahora solo es fresco con plátano	1	0,35%
		Mas frutas	1	
Helados de paila	2	Aumentaron variedad de sabores	1	0,35%
		NSC	1	
Machica	2	No se prepara como antes	1	0,35%
		NSC	1	
Dulce de leche cortada	2	Usaban otras especierías	1	0,35%
		NC	1	
Pan miel de abeja	1	No conozco otra preparación	1	0,18%
Budín de avena	1	Colada de avena	1	0,18%

	Buñuelos	1	Antes se hacía con harina de maíz hoy se hace con harina de trigo	1	0,18%
	Emborrajados	1	No saben iguales	1	0,18%
	Ensalada de frutas	1	Se usan diferentes mermeladas	1	0,18%
	Helados de crema	1	No usan crema, usan solo leche	1	0,18%
	Machica con miel	1	Ahora usan azúcar	1	0,18%
	Mouse	1	Especias	1	0,18%
	Pastel de camote	1	Cambio de ingredientes	1	0,18%
	Pristiños	1	En la sazón	1	0,18%
	Pristiños con miel de maíz	1	la miel ya no es de maíz, se usa la miel común	1	0,18%
	Torta de plátano	1	Ahora le ponen pasas	1	0,18%
	Tortas	1	Ahora hay nuevos sabores	1	0,18%
	Colaciones de sabores	1	Ya no hay diferentes sabores	1	0,18%
	Dulce de camote	1	Ya no se prepara	1	0,18%
	Dulce de chamburo	1	usaban canela y licor	1	0,18%
	Dulce de coco	1	Colocan colorantes en vez de coco	1	0,18%
	Mermelada	1	Todo es con colorantes	1	0,18%
	Rompope	1	Cambio de licor en el preparado	1	0,18%
	Fanesca	109	Usan menos granos en su preparación	46	19,22%
			Menos Ingredientes	13	
			Ya no se cocina o pone pescado	10	
			Cambio de ingredientes y sabor	11	
			Variación de granos	4	
			Hay cambio en las especias y los granos	2	
			Ya no se sirve completa	2	
			Ponen otro tipo de pescado	2	
			Usan otro pescado, no el original	2	
			NSC	2	
			Ahora ponen otros granos también	1	

Sopas			Antes se pelaban todos los granos	1					
			La variedad de granos ya no es como antes	1					
			Más industrializado	1					
			No siempre lleva bacalao	1					
			Se agrega mellocos, lentejas, garbanzos y maduro	1					
			Tenía más ingredientes	1					
			Otros ingredientes (mellico)	1					
			Falta de granos, otro pescado	1					
			Ya no se hacen en las casas, se compra	1					
			Optimizaron la preparación	1					
			Agregan agua, antes se la preparaba solo con leche	3					
			Ahora se realiza con muchos ingredientes	1					
			Yahuarlocro	13			La mayoría de gente lo come sin sangre	3	2,29%
							NSC	2	
							Usan menos ingredientes	1	
Antes hacia la mamá ahora el hijo cambio de sabor	1								
Es diferente la cocción	1								
La sazón	1								
El sabor es diferente	1								
Ya no se pone la sangre en el plato	1								
Ya no se prepara igual	1								
Antes es con menudencia de conejo ahora con menudencia de res	1								
Sopa de quinua	8		Antes se la cocinaba con carne de chancho	4	1,41%				
			Ahora se agregan algunas verduras	1					
			No se ponen todos los ingredientes	1					
			Ya no se sirve con carne	1					
			Cambio de Ingredientes	1					
Locro de papas	6		No se ponen todas las clases de papas	5	1,06%				
			Acompañan con cueritos	1					

Locro de queso	5	No sabe igual	1	0,88%
		Ya no lo preparan	1	
		Se aumenta crema de leche y aguacate	1	
		Agregan otros ingredientes	1	
		NSC	1	
Locro de cuero	4	Se cambió el tipo de cuero	1	0,71%
		No se ponen todas las clases de papas	1	
		Cambia los tipos de papas y cueros	1	
		No se ponen todas las clases de papas y se usa un cuero ya reventado	1	
Coladas	4	Ahora le llaman cremas y son menos espesas	1	0,71%
		Se ha cambiado las harinas	1	
		Antes se hacían con carne papas y col hoy son más ligeras y se llaman cremas	1	
		Ahora no son tan espesas	1	
Sopa de cebada	3	Antes con hueso de chanco	1	0,53%
		Ya no se pone carne de res	1	
		Ya no se le pone carne de chanco	1	
		Ya no se hace con harina de haba	2	
		Ya no es tan espesa	1	
Coladas de sal	3	Hoy se llaman cremas, no llevan muchas cosas	1	0,53%
		Hoy son más livianas sin tanto ingrediente	1	
		No lleva ni papas ni col se llaman cremas	1	
Encebollado	2	No ponen cebolla	2	0,35%
Colada De arvejas	2	Antes era con granos ahora es con chanco	1	0,35%
		Ya no se hace con harina de maíz	1	
Colada de churos	2	Solo hay en el barrio la Victoria	1	0,35%
		Casi ya no se prepara	1	
Sopa de habas	2	Ahora le ponen harina de castilla	1	0,35%
		Ya no se hace con harina	1	

		de haba		
Sopa Juliana	2	Casi nadie sabe que ingredientes se usan	1	0,35%
		Ahora ya no ponen chorizo	1	
Timbushca	2	Ya no se usa la col	1	0,35%
		No ponen col ni mote	1	
Locro	2	Ahora utilizan leche descremada	1	0,35%
		Ya no utilizan todos los tipos de papas	1	
Arroz de cebada	2	Antes con mas granos ahora es con carne	1	0,35%
		Antes llevaba menos condimentos	1	
Ají De Cuy	2	Con otros condimentos	2	0,35%
Ají de fritada	2	Ahora lo preparan con zapallo	2	0,35%
Colada de machica	1	Ahora ya no se pone col ni tostado	1	0,18%
Crema de tomate	1	Ya no se sirve con papas y carne	1	0,18%
Cremas	1	Líquidas	1	0,18%
Morocho de sal	1	Antes se molía el grano ahora ya se compra molido y da otro sabor	1	0,18%
Mazamorra	1	Antes se hacían bien espesas, ahora se llaman cremas	1	0,18%
Menestrón	1	Ahora solo hay sopas instantáneas	1	0,18%
Repe	1	La hacen con mas guineo	1	0,18%
		Mas verduras	1	0,18%
		NSC	1	0,18%
Sango de maní	1	Ya no se maja el verde si no que se licua	1	0,18%
Sopa de bolas	1	No es la misma harina	1	0,18%
Sopa de bolas de maíz	1	Uso de la harina maíz sabrosa en vez de harina de maíz	1	0,18%
Sopa de col	1	Ya no se pone carne de chacho	1	0,18%
Sopa de harina de maíz	1	Tipo de harina	1	0,18%
Sopa de tomate	1	No se le pone carne	1	0,18%
Sopas / coladas de	1	No se hacen	1	0,18%

	sal				
	Locro de ají	1	Se usa un solo tipo de papa y ají	1	0,18%
	Arroz de cebada de dulce	1	antes de hacía con panela	1	0,18%
	Arroz de cebada de sal	1	Se preparaba con carne de chancho o con huesos de hornado hoy se hace con carne de res	1	0,18%
	Cariucho	1	Ahora se pone maduro antes no	1	0,18%
	Cariucho de patas	1	No sabe igual	1	0,18%
	Ají de pepas de sambo	1	Ya no usan pepas	1	0,18%
	Cazuela de camarón	1	Ahora tiene menos ingredientes	1	0,18%
	Cazuelas	1	Ahora ponen menos mariscos	1	0,18%
Vísceras	Guatita	4	Ahora no pelan el maní	2	0,71%
			Ahora le ponen cilandro	1	
			Acompañan con huevo duro	1	
	Menudo	2	NC	1	0,35%
			Con papa	1	
	Ubre	2	Cambio de preparación	1	0,35%
Se la preparaba con salsa de maní ahora hay más variedades			1		

Análisis de los cambios de preparación de los platos:

Existen diferentes criterios considerados como cambios, no todos las personas conocen sobre la preparación exacta de los platos, ya que la mayoría de ellos son únicamente consumidores de los mismos, por esta razón existe una alta frecuencia que menciona que el cambio está en el sabor que hoy en día tienen comparado con el de hace algunos años, sugieren además que la calidad y la cantidad de ingredientes influyen en la preparación actual de muchos de ellos.

El plato que más denota un cambio es la fanesca (19,22%) con el paso de los años la mayoría de gente opina que en su preparación ya no se usa la misma cantidad ni los mismos granos sino que varían dependiendo de quién la prepara y de su capacidad adquisitiva, también se

aprecia diferencias en su presentación y acompañamiento; por ejemplo se la sirve con molo, con maduros o empanadas; sin embargo su tradición y significado aún se mantiene.

La colada morada (11,46%) presenta un alto cambio respecto a su preparación tradicional con ingredientes naturales ya que hoy en el mercado existe una variedad de colada instantánea que simplifica todo el proceso, además hay una sustitución de harinas.

El morocho (4,06%) usa ahora otro tipo de endulzante, las especias son diferentes y los utensilios en su preparación no son los mismos se ha reemplazado la piedra de moler por el molino incluso se lo puede encontrar a la venta ya molido, todo esto sin duda debido a que el ritmo de vida actual requiere de la simplificación en las tareas.

El cuy (2,65%) que llama mucho la atención de propios y extraños ha variado su presentación y forma de preparación para todos los gustos, lo hacen en ceviche, brosterizado, e incluso se realizan en la ciudad ferias donde se sirve este plato de muy variadas formas.

Fotografía N°27



Fuente: recetaecuatoriana.com

Platos como el caldo de 31 (2,29%) han reducido la cantidad de ingredientes (vísceras de la res, ají y chicha) la gente cree que ya no es igual, el uso de cocinas a leña en las que antes se preparaba ha hecho que el sabor cambie, sin embargo es muy tradicional encontrar este plato en ferias de comidas y mercados.

El típico yahuralocro (2,29%) tiene un sabor diferente para sus consumidores, la sangre que es su particularidad no todos la incluyen en el plato, además de la reducción de otras vísceras con las que se solía preparar. Es muy común encontrarlo en los restaurantes de comida típica.

Bebidas como jugos naturales (1,76%) ya no son naturales del todo ya que por facilidad y agilidad al momento de atender al cliente en algunos negocios la gente usa pulpas procesadas que están listas para licuar, pero esto le da un sabor diferente.

Fotografía N°28



Fuente: quito.restaurantes.com.ec

El seco de chivo (borrego) (1,41%) tiene en la actualidad una singular forma de preparación, adicionan a la cocción frutas como duraznos y en algunos casos cerveza que le dan un singular sabor, se lo acompaña con ensaladas y tiene una gran acogida entre la población.

Fotografía N°29



Fuente: supermaxi.com

Uno de los dulces muy apreciado por los quiteños es la espumilla (1,41%), se elaboraba hace algún tiempo de una forma muy artesanal y se expedía en las calles de la ciudad en conos de galleta, hoy en día la preparan usando máquinas batidoras grandes para conseguir mayor producción y la ofrecen con fruta picada en vasos.

Su valor comercial ha hecho que su preparación y presentación cambien, sin embargo su demanda posiblemente ha aumentado.

El caldo de gallina (1,59%) que se lo elabora en casa o en restaurantes ya no usa la llamada gallina criolla que es aquella que ha sido criada de manera natural y le da un sabor diferente a

este apetecido caldo, sin embargo su oferta no puede faltar en los restaurantes de comida típica ecuatoriana.

3.2.2 *Qué platos, bebidas o postres, conoce que se preparaban hace años y que ya no se elaboran actualmente*

Cuadro N° 22

TIPO DE PLATO	NOMBRE DEL PLATO	FRECUENCIA	CONOCE USTED, QUIEN SABE COMO SE LO PREPARABA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Asado	Conejo asado	1	En pueblos	1	0,22%
Horneado	Bille	4	NC	2	0,88%
			Barrio de Chilibulo	1	
			Terminal Cumandá	1	
	Conejo al horno	1	NSC	1	0,22%
	Pernil de pavo	1	La abuela	1	0,22%
Fritos	Cauca	1	Abuela	1	0,22%
	Cauca con cuy	1	NC	1	0,22%
	Cauca con gallina	1	NC	1	0,22%
Estofados	Banderín	1	Familiar/Guata y Concha	1	0,22%
	Cariucho	1	Mamá	1	0,22%
o Bistecs	Cariucho de patas	5	Vecina Blanca	1	1,10%
			Sr. Gustavo Peralta	1	
			No, nadie sabe hacerlo	1	
			NC	1	
			Sr . Patricio	1	
Vísceras	Chanfaina	2	La madre	1	0,44%
			Mercado central	1	
	Corazón	1	Familia	1	0,22%
	Cortaditas	1	Salón la Michelena	1	0,22%
	Criadillas	3	Salón la Michelena	1	0,66%
			NC	1	
			Michelena	1	
	Librillo en salsa de maní	1	Familiar N/S	1	0,22%
Mondongo	3	NC	3	0,66%	
Sesos	2	NC	2	0,44%	

	Sesos estofados	1	NC	1	0,22%
Caldos	Caldillo / Caldo de huevos	4	NSC	3	0,88%
			Abuela / Mamá	1	
	Caldo de 31	2	Mercados	1	0,44%
			Guápulo	1	
	Caldo de bolas	1	Familiar	1	0,22%
	Caldo de calavera	2	NC	1	0,22%
			Bisabuela	1	
	Caldo de gallina a leña	1	Abuela	1	0,22%
	Caldo de Huagrasinga	1	NC	1	0,22%
	Caldo de huevera	2	La madre	2	0,44%
	Caldo de mondongo	1	Abuela	1	0,22%
	Caldo de salchicha	1	Familiar/ menudencia de cerdo	1	0,22%
	Caldo de sesos	1	La madre	1	0,22%
	Caldo en leña	2	Abuela	2	0,44%
	Caldo menudencias gallina	1	NC	1	0,22%
	Chaquiango en caldo	1	NC	1	0,22%
Chulco de huevos	1	Abuela	1	0,22%	
Consomé a la reina	1	El padre	1	0,22%	
Sopas	Chuchuca de sal	1	NC	1	0,22%
	Chuchuca	1	Suegra	1	0,22%
	Chupe de pescado	1	Mercado de la Ofelia	1	0,22%
	Colada agria	6	Tía	2	1,32%
			Abuela	2	
			Bisabuela	1	
			NC	1	
Colada de arvejas	3	NC	1	0,66%	
		La abuela	1		
		La madre	1		
Colada de	15	NC	6	3,30%	

churos		Barrio la Victoria	3	
		Hospital del sur	1	
		Las personas antiguas	1	
		Picantería Isabelita	1	
		Barrio de Chilibulo	1	
		Sra. Rosita	1	
		Ferroviana	1	
Colada de haba / Colada de harina de haba	15	NC	4	3,30%
		Abuela	3	
		La abuela	2	
		Mamá	1	
		La madre	1	
		Familiar	1	
		Abuelos	1	
		Sra. Isabel	1	
Colada de harina de arveja	1	No se hace	1	0,22%
Colada de machica	11	La abuela	4	2,42%
		NC	3	
		La madre	2	
		Casa	1	
		Ya no se hace	1	
Coladas	1	NC	1	0,22%
Crema de habas	1	La madre	1	0,22%
Gazpacho	1	La abuela	1	0,22%
La polla ronca	6	NC	3	1,32%
		La abuela	2	
		Sra. María Luisa Delgado	1	
Lluspas	1	Tía	1	0,22%
Locro de acelga	2	NC	1	0,44%
		El padre	1	
Locro de chaquiango	1	Abuelita	1	0,22%
Locro de churos	1	NC	1	0,22%
Locro de cuy	1	En el campo	1	0,22%
Locro de habas	2	La madre	1	0,44%
		NC	1	
Locro de mellocos	1	Familiar/Abuela	1	0,22%

Locro de uñas	2	NC	2	0,44%
Mazamorra	5	La madre	2	1,10%
		NC	2	
		La abuela	1	
Morocho con carne	1	NC	1	0,22%
Morocho de Sal	3	Familiar NC	1	0,66%
Morocho de sal	2	Abuela	2	0,44%
Puchero	3	Capulí	2	0,66%
		Sra. Aurora López	1	
Repe	1	La madre	1	0,22%
Sango	1	Ya no se hace	1	0,22%
Sango de quinua	1	NC	1	0,22%
Sango de harina de maíz	1			0,22%
Sango de verde	2	Abuela	1	0,44%
		NC	1	
Sémola	3	Abuela	2	0,66%
		NC	1	
Sopa chorreada	6	NC	2	1,32%
		Mamá	1	
		Tía	1	
		Abuela	1	
		NC	1	
Sopa cola de maíz	1	Familiar / Con Maíz	1	0,22%
Sopa con chorizo	1	Abuela	1	0,22%
Sopa de arvejas	1	Familiar/carne, arveja	1	0,22%
Sopa de arroz	1	Tía	1	0,22%
Sopa de arroz y col	1	Madre	1	0,22%
Sopa de arveja	1	NC	1	0,22%
Sopa de cebada	1	NC	1	0,22%
Sopa de churos	2	En el sur de Quito	1	0,44%
		NC	1	
Sopa de col	2	Abuela	1	0,44%
		Familiar	1	

	Sopa de frejol y habas	1	Madre	1	0,22%
	Sopa de habas	1	Abuela	1	0,22%
	Sopa de lentejas	1	Madre	1	0,22%
	Sopa de machica	2	Madre	1	0,44%
			NC	1	
	Sopa de mellocos	3	Familiar/NC	1	0,66%
			Abuela	2	
	Sopa de menudencias	2	Mamá	2	0,44%
	Sopa de pan	12	NC	3	2,64%
			NC	3	
			Abuela	2	
			Bisabuela	2	
			Madre	1	
			Familiar / pan , carne aliños	1	
	Sopa de quinua	1	Madre	1	0,22%
	Sopa harina de arveja / colada harina de arveja	2			0,44%
			Abuela	2	
	Sopa Juliana	1	Abuela	1	0,22%
	Timbushca	10	Abuela	5	2,20%
			NC	3	
			Hogares	1	
			Mamá	1	
	Yahuarloco	1	NC	1	0,22%
	Arroz de cebada	3	La madre	1	0,66%
			Familiar NC	1	
			Abuela Julia Carrera	1	
	Arroz de cebada de leche	2	Abuela	1	0,44%
			NC	1	
	Arroz de cebada dulce	1	Madre	1	0,22%
Postres	Arroz de leche	3	NC	1	0,66%
			Familiar	1	
			Abuela	1	

Avena con frutas	1	Madre	1	0,22%
Bien me sabe	1	Familiar /postre de coco	1	0,22%
Biscochos de dulce	1	En el centro histórico	1	0,22%
Canguil dulce	1	La Suegra	1	0,22%
Choco-Banana	1	Tienda/NC	1	0,22%
Colaciones	4	Familiar NC	3	0,88%
		Centro histórico	1	
Delicadas	5	NC	4	1,10%
		Festival comidas típicas	1	
Dulce da zambo	1	Abuela	1	0,22%
Dulce de babaco	1	Familiar NC	1	0,22%
Dulce de camote	6	Abuela	2	1,32%
		NC	2	
		Tía	1	
		Familiar	1	
Dulce de chamburo	2	NC	1	0,44%
		Abuela	1	
Dulce de duraznos	1	Familiar NC	1	0,22%
Dulce de guayaba	1	Familiar NC	1	0,22%
Dulce de higos	1	NC	1	0,22%
Dulce de leche	1	NC	1	0,22%
Dulce de leche cortada	1	Madre	1	0,22%
Dulce de membrillo	1	NC	1	0,22%
Dulce de pepas de sambo	1	Abuela	1	0,22%
Dulce de peras	2	Madre	1	0,44%
		Tía	1	
Dulce de sambo	7	Familiar	1	1,54%
		Abuela	1	
		NC	5	
Dulce de tomate de árbol	2	Familiar / Ahora usan clavo de olor	1	0,44%
		Familiar/ cocinado con	1	

		azúcar y canela		
Dulce de zapallo	5	NC	2	1,10%
		Familiar/zapallo se hervía con el azúcar	1	
		Ya no se hace	1	
		Libros de cocina	1	
Dulces enconfitados	1	NC	1	0,22%
Galletas de maíz	1	Madre	1	0,22%
Helado de chirimoya	2	NC	1	0,44%
		Familiar	1	
Helados de paila	1	NC	1	0,22%
Higos confitados	1	Tiendas calle Guayaquil	1	0,22%
Hostias	2	Vendían libremente	1	0,44%
		Familiar NC	1	
Los confites	1	NC	1	0,22%
Machica con miel	1	Abuelo	1	0,22%
Maní dulce	1	Abuela/panela y tostaban	1	0,22%
Mazamorra morada	1	NC	1	0,22%
Mistelas	8	NC	5	1,76%
		Tía	1	
		Cafeterías de la plaza grande	1	
		Cafetería bajo la Catedral	1	
Natilla	1	Familiar/antes ponían otras especies	1	0,22%
Nogadas	1	NC	1	0,22%
Pan de fréjol	1	NC	1	0,22%
Pan de pinillo	1	Familiar NC	1	0,22%
Pan de cuajado	1	Abuela	1	0,22%
Pan en horno de leña	5	Abuela	3	1,10%
		Madre	1	
		NC	1	
Pastel de maqueño	2	Familiar / maqueño azúcar	1	0,44%
		Familiar NC	1	
Plátano con	1	Familiar	1	0,22%

	chocolate				
	Ponche de carritos	1	Ya no se hacen	1	0,22%
	Queso con miel	1	Familiar NC	1	0,22%
	Queso de piña	2	Familiar	1	0,44%
			Familiar NC	1	
	Quinoa de leche	1	Abuela	1	0,22%
	Rompopo	5	Familiar	1	1,10%
			Familiar	1	
			Abuela	1	
			Tío	1	
			María Peralta	1	
	Suspiros con chocolate	1	NC	1	0,22%
Torta de camote	3	La familia	1	0,66%	
		Madre	1		
		Familiar	1		
Torta de maqueño	1	NC	1	0,22%	
Trigo de leche	2	Abuela	1	0,44%	
		NC	1		
Entremeses	Ají de carne	5	NC	3	1,10%
			María Guachamín	1	
			Ya no saben preparar	1	
	Ají de chancho	1	NC	1	0,22%
	Ají de cuy	4	NC	4	0,88%
	Ají de pata	1	NC	1	0,22%
	Bolas de maíz tostado	1	NC	1	0,22%
	Bonitísimas	4	Valle de Lloa (sector sur occidente de Quito)	2	0,88%
			NC	2	
	Camote con salsa	4	Abuela	1	0,88%
			Madre	1	
			Suegra	1	
Personas antiguas			1		
Camote dulce	1	NC	1	0,22%	
Chapo	6	Abuela	2	1,32%	
		Tíos	1		
		Abuelo	1		

		Familiar	1	
		No se hace	1	
Churos con tostado	1	NC	1	0,22%
Habas con melloco	1	NC	1	0,22%
Habas con queso	1	NC	1	0,22%
Habas tostadas	1	NC	1	0,22%
Ocas	1	Abuela/dejan las ocas que se sequen al sol	1	0,22%
Humitas	3	Las Casas	1	0,66%
		Sector Las Casas / Choclo	1	
		Abuela	1	
Machica	1	Si, Familiar	1	0,22%
Machica traposa	10	NC	4	2,20%
		Madre/se calienta mantequilla	1	
		Si	1	
		La Familia	1	
		Abuela	1	
Maíz de sal	1	NC	1	0,22%
Mellocos con salsa de maní	1	Abuela	1	0,22%
Mote sucio	1	Sra. María José Rivadeneira	1	0,22%
Ocas dulces	2	NC	2	0,44%
Papa rellena	1	NC	1	0,22%
Papas en salsa de maní	1	Familiar / Papas	1	0,22%
Quimbolito de maduro	1	NC	1	0,22%
Quimbolito de mote	2	La familia	1	0,44%
		Abuela	1	
Tamales	3	Las Casas	2	0,66%
		NC	1	
Tamal de gallina	2	NC	1	0,44%
		Norte de Quito	1	
Tamal de mote	1	NC, con Mote	1	0,22%
Tamales de arroz	1	Familiar NmS	1	0,22%

	Tortillas de maduro	1	Mamá	1	0,22%
	Tortillas de maíz	2	Familiar NC	1	0,44%
			Abuela	1	
	Tortillas de trigo	1	NC	1	0,22%
	Empanadas de mejido	6	Suegra	1	1,32%
			Familiar NC	1	
			NC	1	
			Madre	1	
			Valle de Lloa	1	
			Madre	1	
	Empanada de menudo	1	Familiar NC	1	0,22%
	Empanadas de maíz	1	NC	1	0,22%
	Empanadas harina de maíz	1	Familiar/ rellenas de huevo, carne, arroz	1	0,22%
Ensaladas	Ensalada de espinaca	1	Tía	1	0,22%
Cebiches	Ceviche de cangrejo	1	Rincón Manabita	1	0,22%
Bebidas frías	Chaguarmis hqui	5	NC	3	1,10%
			En Pomasqui	2	
	Champus	12	Abuela	4	2,64%
			NC	3	
			Familiar NC	1	
			El Cinto	1	
			Valle de Lloa/ Quinche	1	
			El Cinto	1	
			Tia	1	
	Champus con mote	1	Familiar NC	1	0,22%
	Chicha	3	NC	1	0,66%
			Ya no se hace	1	
			Abuela	1	
	Chicha de jora	12	Abuela	5	2,64%
			Familiar NC	2	
			mamá Miche	2	
			Familiar NC	1	
NC			1		
NC			1		
Chicha de maíz	2	NC	2	0,44%	
	Come y	4	Madre	2	0,88%

	bebe		Familiar NC	1	3,52%
			Abuela	1	
	Rosero con mote	16	NC	6	
			Cafeterías tradicionales	2	
			Cafetería Modelo	2	
			Casa	1	
			Familiar NC	1	
			Abuela	1	
			El Cucurucho Restaurante	1	
			Familiar / rosero, mote	1	
			Familiar NC	1	
Bebidas Calientes	Colada de avena	1	NC	1	0,22%
	Colada de plátano	1	Ahora viene instantánea	1	0,22%
	Jucho	5	Casa	1	1,10%
			Familiar	1	
			NC	1	
			Abuela	1	
			Restaurantes centro histórico	1	
	Leche con queso	1	NC	1	0,22%
	Morocho	1	Familiar	1	0,22%
	Ponche	3	NC	2	0,66%
Ya nadie sabe prepararlo			1		

Análisis de los platos que ya no se preparan:

Como se menciona anteriormente la aparición de ciertos platos en esta tabla dependen del conocimiento de las personas encuestadas, quienes creen que estos ya no se preparan debido a factores como el sector de residencia, nivel socioeconómico, hábitos alimenticios, etc.

Respecto a personas que conocían o conocen de su preparación, en su mayoría son familiares y de generaciones pasadas.

Sin embargo se puede considerar que aquellos que presentan una mayor frecuencia en su defecto han dejado de prepararse o cada vez se preparan menos, es así que se tiene:

El bille, frecuencia 5 es uno de los platos que en tiempos actuales por su apariencia no llama la atención de los consumidores, afectando su demanda y consecuente desaparición. Los únicos lugares donde ahora se los puede encontrar son mercados populares.

La timbushca frecuencia 10; sopa de pan 12, de churos, sopa chorreada, sémola, mazamorra que son sopas de preparación casera y que debido a la discontinuidad en su preparación las nuevas generaciones no tienen conocimiento sobre las mismas. Otras como el arroz de cebada que aunque se sigue preparando no todos conocen la tradicional creencia de que al hacerla los lunes se garantiza el abastecimiento de la comida en el hogar para el resto de la semana

La gente menciona también platos como criadillas frecuencia 4; mondongo y sesos categoría 3; chanfaina 2; otros con menor frecuencia como cortaditas, ubre, que se preparaban en su mayoría por personas de generaciones pasadas y muy pocos ahora saben de su existencia. Los ingredientes que usan para estos platos no resultan agradables para muchas personas y probablemente este sea uno de los motivos por el que no se ha rescatado la tradición de su preparación.

El caldo de huevos con frecuencia 4, la colada agria frecuencia 6, polla ronca 6 y entre los menos nombrados en la actualidad y con una frecuencia menor: caldo de sesos, de huagrasinga, chaquiango, de huevera y caldos preparados en cocinas de leña, dejaron de ser preparados por falta de transmisión de la costumbre.

Muchos dulces especialmente aquellos elaborados con frutas y otros productos como el camote, de chamburo, membrillo, pepas de sambo ya no son comunes porque sus ingredientes principales no son muy ofertados en el mercado.

Hay muchos platos elaborados a base de la machica como el chapo, la machica con miel, coladas que en la actualidad no son consumidos y la gente de tiempos pasados los consideraban como un gran alimento y formaban parte de la dieta diaria casera.

El chaguarmishqui elaborado a base del penco es una bebida que no ha dejado de prepararse del todo, de hecho en la localidad de Pomasqui se resaltan sus cualidades nutricionales y la tradición se está transmitiendo para no perder esta costumbre.

3.3 Platos, Bebidas o Postres Actuales

Cuadro N° 23

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	b. INGREDIENTE BASICO	c. LUGAR EN DONDE SE LO PUEDE ADQUIRIR
Apanados	Brócoli apanado	3	Brócoli	Restaurantes
	Camarones apanados	2	Camarones	Las Palmeras Restaurante Manabita
Arroces	Paella	10	Mariscos	La Jaiba
				Comida española
				Paella Valenciana
				Restaurante
	Arroz a la valenciana	1	Carnes	Restaurantes españoles
	Arroz con leche	1	NSC	NSC
	Arroz moro	1	Arroz, fréjol	Rincón Cubano
Arroz relleno con palmitos	1	Arroz, palmitos	Hogar	
Bandera	1	Mariscos	El Familita	
Asados	Carne a la parrilla	9	Carne	La Tablita Del Tartaro
	Tacos	6	Tortillas de maíz	Taco Bell, Tacos Margarita.
	Cuy brosterizado	4	Cuy	Feria del cuy
				Restaurante
				Feria de Comidas
	Hígados asados	4	hígados de pollo	Santa Rita
				Calles de Quito
				Av. América
	Costillas	2	Chancho	Pobre Diablo
	Alitas BBQ	1	Pinchos BBQ	NSC
	Asado marinero	1	Mariscos	Ceviches de la Rumiñahui
	Asados	1	Pollo, salchicha	Sra. Marcela Bautista
	Bandeja de mariscos	1	Mariscos	Las Palmeras
	Banderas quiteñas	1	NC	Mea Culpa
	Concha asadas	1	Conchas	Restaurant
				Ceviches de la Rumiñahui
	Costillas BBQ	1	Costillas/salsa	Texas Chiken
Patatas asadas	1	patas de pollo	BBQ Pinchos	
			Calle Cusubamba y Maldonado	
Pernil en leña	1	Chancho	Familiar	
Pescado al carbón	1	Pescado	Cocina de leña	
Pollo a la parrilla	2	Pollo	Quito	
Pollo a la plancha	1	Pollo	Cualquier salón	
Tripleta	1	Pollo, carne, chuleta	El Familita	
Bebidas	Batido de frutas	3	Frutas , leche	Centro Histórico

Frías				Frutería Monserrate	
	Roserito Quiteño	3	Chicha de arroz	Cafetería Monserrat Mamá Clorinda Restaurante Cafetería Monserrat	
	Milk shake	2	Leche, fruta	Cafetería Sport Planet	
	Mojito	2	Aguardiente	Reina Victoria Rincón Cubano	
	Chocolate con amareto	1	leche, chocolate	Cafetería Querubín	
	Chocolate helado	1	Chocolate helado	Cafecito	
	Cocktelitos	1	Licores	Reina Victoria	
	Gatorade	1	NC	Tienda	
	Jugo de alfalfa	1	Alfalfa /mora	Mercado	
	Jugo de borojó	1	Borojó	Mercados	
	jugo de guayaba	1	Guayaba	NC	
	Jugo de maracuyá	1	Maracuyá	Cafetería Monserrat	
	Martinis	1	Licores	Coffé Tree	
	Sangria	1	Vino	Parrilada Del Ñato	
	Submarino	1	Cerveza, tequila	Casa	
	Bebidas Calientes	Vino Hervido	14	Vino	Centro Histórico La Cueva Del Lobo Pobre Diablo Restaurante Centro Histórico, Casa de la Peña La Ronda Palacio Arzobispal
Canelazo de mora		3	Licor, mora	La Ronda	
Chocolate espumante		1	leche, chocolate	Barrionuevo	
colada de manzana		1	manzana	En casa	
Leche de soya		3	soya	Supermaxi	
Mokachino		1	Café/Neskuik/leche	Restaurante	
Caldos		Aguado de gallina con yuca	1	Gallina	Picanteria Cristina
		Ají de pata	1	Pata de res	Restaurantes La Michelena
		Cevichocho	31	Chochos	NSC Calle Comisariato Cualquier lugar Sector U.T.E. La Carolina Calle Ulloa Universidad Central Vendedores ambulantes
		Ceviche de cuy	6	Cuy	Festival de cuy Restauranttes

				La Ambateñita
				Hoteles
				Rest. Gourmet
	Ceviche de palmito	3	Palmito	Salón
				Casa
				Cevichería
Ceviches	Ceviche de calamar	2	Calamar	Las Palmeras
				Ceviches de la Rumiñahui
	Ceviche de cangrejo	1	Cangrejo	Ceviches de la Rumiñahui
	Ceviche de pollo	1	Pollo	Casa
	Ceviche de camarón serrano	1	camarón serrano	Notansanto Restaurante
	Ceviche de aguacate chochos	1	aguacate, chochos	Restaurante La Choza
	Ceviche de caracol	1	Caracoles	Centro Histórico
	Ceviche de salchicha	1	Salchicha	Calle
	Ceviche Peruano	1	Pescado	Puerto Camaron
Ensaladas Frías	Ensalada de frutas	5	Frutas	Cafetería
				Frutería Monserrate
	Comida vegetariana	3	Vegetales	Fry green tomatoes
	Ensalada de col	2	Col	KFC
	Ensalada Cesar	1	Lechuga	U.T.E.
	Ensalada de cangrejo	1	Cangrejo, verduras	El Familita
	Ensalada de palmito	1	Palmito	En Casa
	Ensalada de Papa	1	Papa	Columbus
	Ensalada dulce y sal	1	Piña y papa	Restaurante
	Ensalada Mediterranea	1	Lechuga/mariscos	Restaurant
	Ensalada Premium	1	Lachuga	El Español
	Ensalada rusa	1	Verduras/frutas	Casa
	Ensalada Tabule	1	Trigo Tomate	El Arabe
Entremeses	Shawarma	29	Tortillas de maíz, pollo	Restaurantes arabes
				Av. Amazonas
				Pipas arabes
				Av Los Shyris
	Pizza	22	Harina, queso, jamon	Pizzería
				Pizza Hut
				Ch-Farina
	Sushi	18	Pescado	Quicentro shopping, Restaurantes
				Cc.El Bosque
				Restaurante
				Shake
				Shushi Bar
			Metro Café	
			Shushi Bar	
			Restaurante	
			Sushito	

			El colorado
			Mc Donalds
			Tropi burger
			KFC
			Jimmy Hurber
Hamburguesas	16	carne y pan	Restaurantes Fast food
			Burguer king
			Papitas a lo bestia
			Hamburguesas Cuadradas
			Av. Juan León Mera
Chulpichochos	15	Chochos/Chulpi	Restaurante
			Casa
			Cabana Carioca
Arepas	12	Queso, Maizsabrosa	Comida venezolana
			Arepa Colombiana
			Restaurante
			NSC
Salchipapas	11	Papa, salchicha	Papas a lo bestia
			American Deli
			El colorado
			Crepes & Waffles
			Restaurante
Creps de sal y de dulce	10	Helado, fruta, harina	Pizzería-Hornero
			Self Service
			Pizzería D`Rulo
			El Recreo
Mango con pimienta y limón	9	mangos	El camal
			Calle Molineros
			Puestos de la calle
			Yogurt de la Amazonas
Pan de yuca	8	Harina de yuca	Amazonas
			Panaderias
			Yogurth Persa
Nuggets de pollo	6	pechuga de pollo	Supermercados
			Mitad del Mundo
Empanada Chilena	6	Harina	Hilton Colón
Wantan	6	Harina	Chifa
Hot dogs	5	pan, salchicha	Av. González Suárez
			El Recreo
			Restaurante
Hamburguesa Con Piña	5	Carne ,piña	Av.Rio Coca
			Calle
			Real Audiencia
Pincho de mariscos	4	Mariscos	Ceviches de la Rumiñahui

Papa rellena	3	Papa	Frutería Monserrate Bellavista La Colombiana
Falafel	3	Tortillas de maíz, vegetales	Shawarmas Restaurante Libanes Amazonas
Choripan	3	Chorizo y pan	Restaurantes Parrillada Del Ñato
Tortillas rellenas de atún	2	papa, atún	En casa
Scargot	2	Caracol	Restaurant Chifa
Pinchos de camarón	2	camarones	San Carlos Calle
Picada de mariscos	2	Muchos mariscos	Ceviches de la Rumiñahui
Picaditas	2	Mariscos	Café Metro Pim's
Picaditas de mariscos	2	Mariscos	Casa de la Peña
Ancas de rana	2	Rana	Chifas
Verduras al vapor	1	Verduras, carne de cerdo	Chifas
Verduras en salsa	1	Verduras	Chifas
Twister	1	Pollo	KFC
Tortillas de quinua	1	Quinua	Casa
Tortilla con fideos	1	Huevos	En Casa
Tortilla queso y chicharrón	1	Harina de maíz	Casa
Tigrillo	1	Verde , huevo y queso	Familiar
Tamal de papa	1	Papa	Don Dieguito
Tamales de cuy	1	Cuy	Feria del Cuy
Souflé	1	Maíz	Supermaxi
Soufle de pollo	1	Pollo	Supermaxi
Semillas de girasol	1	Semillas	Supermaxi
Sazonado de mote	1	Mote	Restaurante
Sanduche de champiñones	1	Pan	Kronchis
Sanduche de jamón	1	Jamón, pan	Cafeterías
Sanduche de jamón y queso	1	Jamón, queso	El Español
Sanduches gourmet	1	Carnes/queso/pan	Cafeterías
Quishe	1	Jamón, queso	Honey&honey
Quimbolitos	1	Mantequilla	El Goloso
Pinchos	1	Carnes, embutidos	Puestos de la calle
Pinchos tejanos	1	Carnes/papas fritas	Texas Chiken
Pizza hawaiana	1	Queso, frutas	Pizza hut
Picadas de carne	1	Varias carnes	NSC
Pan de horno	1	Harina	Panaderías
Pan de mariscos	1	Mariscos	Creps and Waffles
Pancakes	1	Harina	Salón
Papa chaucha en salsa de	1	Papa/queso	Mitad Del Mundo

aueso				
papas con salsa de queso	1	queso	En casa	
Papas Gratinadas	1	Papas	Swiis Hotel	
Orito asado frito	1	Orito	Calle	
Nuggets	1	Carne	KFC	
Mote	1	Mote	Motes de la María	
Mote pillo	1	Mote Huevo	Sangolqui	
Mote verde	1	Verde	Loja	
Lasaña Vegetariana	1	Verduras	Resturante/Casa	
Las Tapas	1	Varios	Reina Victoria	
Hamburguesas de camarón	1	pan, camarones	Shrim Restaurante	
Gratinado de brócoli	1	brócoli	Restaurante	
Guacamole	1	Aguacate	Tacos Margarita	
Fondue de mariscos	1	Queso, mariscos	Mirador de Guápulo	
Emborrajados	1	pata de chacho	Calle Caldas (San Blas)	
Emborrajados patas de cerdo	1	Patas de cerdo	NC	
Empanada de camarón	1	Camarones	Rincon Manabita	
Empanada de cuy	1	Cuy	Feria del Cuy	
Empanada de miel	1	Harina	La Mariscal	
Empanada de papa	1	Papa	U.T.E.	
Empanada de viento gigante	1	Queso,harina	La Tortilla	
Empanadas de guayaba	1	Guayaba	Pastelería	
Cuero con chochos	1	Chochos	San Gabriel	
Crepe de ternera con queso	1	Queso	Crepes and Wafles	
Crepes palmito cangrejo	1	Cangrejo	Crepes and Wafles	
Chorizo asado	1	Chorizo	Dos Argentinos	
Chorizo con arepa	1	Chorizo	La Colombiana	
Chochos fritos	1	Chochos	Supermaxi	
Choclo mote con chicharron	1	Choclo mote	Mi Cocina	
Burritos	1	Fréjol	Tacos Margarita	
Aguacate con camarones	1	Camarones	Jocay Marisquería	
Estofados o Bistecs	Cerdo agridulce	7	Cerdo, especias	Chifas
	Cerdo agridulce	5	Cerdo, especias	Restaurant
	Carne al vino	3	Carne , vino	Restaurante
	Pollo con champiñones	3	Pollo, champiñones	La Ronda
	Camarones al ajillo	2	Camarón	Casa
				Jocay Marisquería
				Las Palmeras
	Carne a la naranja	2	Carne	Restaurante gourmet
				Toronto
	Pollo a la coca cola	2	pollo	En casa
	Pollo con verduras	2	Pollo, verduras	Chifa
	Cuy con Hongos	1	Cuy	Feria de Comidas
	Brochetas de cerdo en salsa de guayaba	1	Carne de cerdo, guayaba	Restaurantes
	Cabsa	1	Carne de borrego	Sector la Amazonas
Camarones Ahumados	1	Camarón	Alquimia Restaurante	

	Carne al jugo	1	Carne	Casa
	Carne con manzanas	1	Cerme para asar	Salón
	Carne de soya	1	Soya	Supermaxi
	Carne vegetal	1	Berengena	Casa
	Carnes al vino	1	Carnes	Toronto
	Chuleta agridulce	1	Chuletas	Menestras de la michelena
	Corvina al tocino en jugo de carne	1	corvinas, zanahoria	Alkimia
	Corvina con champiñones	1	Corvina	El Cañón
	cuy en salsa de jora	1	cuy	NC
	Guatipollo	1	Guatita, pollo	El Familita
	Mariscos en salsa de ajo	1	Mariscos	Restaurantes
	Menestras	1	Carne	Restaurante
	Mollejas en salsa	1	Mollejas	NSC
	Palmitos Guisados	1	Palmito	En Casa
	Pescado en salsa de coco	1	Coco	Restaurante
	pollo a la naranja	1	pollo	Restaurantes
	Pollo al curry	1	Pollo	Don Dieguito
	Pollo con salsa de maracuya	1	Pollo/maracuya	Restaurant
	Punta de cadera con cerveza	1	Carne de res	EL Limonar
	Seco De Guanta	1	Guanta	Oriente
Comida Extranjera	Comida China	2	Mariscos	Restaurante
	Comida Árabe	1	Vegetales	Restaurante Libanes
	Comida Japonesa	1	Pescado	Restaurante Japonés
	Comida Libanesa	1	Carne /Pollo	Restaurante
Fritos	Pollo broster	8	Pollo	KFC
	Fritada light	5	Choclo, maduro, gluten	La Villaflora
				Casa de la Peña
				La Atahualpa
				Centros Naturistas
	Papi carne	3	papas	Miraflores
				Calles de Quito
				Universidad Central
	Pescado	3	pescado	Los Bancos
	Pescado	3	pescado	Los Bancos
Filet Migñon	1	Carne fina	La Ronda	
Fritada de pollo	1	Pollo	Casa	
Llapingachos con filete de pollo	1	papa	Mamá Clorinda Restaurante	
Horneados	Lasaña	6	Fideos.carnes,pollo	pizzerías
				Pizzería Di Rulo
				Pizzería-Hornero
				Crazy Pizza
	Restaurante			
Enrollado de queso	5	queso	Panadería Arenas	
Pavo con ciruelas	3	Pavo	Restaurant	

				Fiestas Navideñas
				Hotel Marriot
	Pollo hornado	2	Pollo	Pollo Gus
	Pato a la orange	2	Pato	Chifa
				Restaurant
	Cuy hornado	1	Cuy	Ambato
	Conchas Gratinadas	1	Conchas	Ceviches de la Rumiñahui
	Enrollado de pavo	1	pavo	Restaurantes
	Pato con nuez	1	Pato	Restaurant
Postres	3 Leches	15	Leche	Panadería Moderna
	Helado de aguacate	9	Aguacate	Heladería
				Heladería pingüino
				Coqueiros
	Cheesecake	8	Queso, requeson	Panadería
	Mil Hojas	8	Hojaldre, crema	Panaderías
				Baguette
				La Moderna
				Pastelerías
	Pastel de chocolate	8	Chocolate, harina	Pastelería Espiga
				Frutería Monserrate
	Tiramisu	7	Crema de café	Cafeterías
				Cyrano
				Dulcinea
				Crepes And Waffles
Hansel Y Gretel				
Brownie	7	chocolate	Juan León Mera	
			La Casita del chocolate	
			Pastelerías	
			Café Juan Valdez	
			Crepes And Waffles	
			Hansel Y Gretel	
Churros	6	Harina	Cafeterías de paso	
			C.C.I	
			Quicentro Shopping	
			Tiendas	
Pie de frutas	6	Frutas	Baguette	
			Honey y Honey	
			Monserrate	
			Sweet and coffe	
			Panaderia la Union	
Espuma de mango	5	Mango/huevos	Restaurant	
			Calle	
			Michelena	
			Centro Histórico, Calles de la Villaflora	

			Centro ciudad
Waffles	5	Harina	Creps and Waffles
			Cafeteria Querubin
			Centros comerciales
Yogurt Con Frutas y cereal	4	Frutas	Cafetería Monserrat
			Amazonas
			Frozen Yogurt
			La Mariscal
Fondue	4	Fresas, chocolate	Restaurante
			Plaza Foch
			Chez Alaine Restaurante
Frutas con Chocolate	4	Frutas	Xocoa
Flan	4	Huevo	Casa
			Pastelería
			Supermaxi/pastelerías
Cuatro leches	3	Leche	
Durazno en almibar	3	Durazno	Latas
Duraznos con crema	3	Duraznos, crema	Fruteria Monserrate
Gelatina con crema	3	Colorantes	Rose
Mousse de chocolate	3	Chocolate	Cafeteria Querubin
			Salón
			Restaurante
Pie de nuez	3	Harina/nuez	Honey & Honey
			Fruteria Monserrate
Pastel de mortiño	3	mortiño	Hansel y Gretel
Trufas	3	Chocolate	Panadería
			Feria de Dulces
Babaroise de mora	2	Huevos, mora	Cafeterías
			Pastelerías, cafeterías
Banana split	2	Helado, banana	Quicentro
			Cyrano
Cheesecake de maracuyá	2	Queso, maracuyá	Pastelería
			Café Juan Valdez
Dulce de leche	2	Leche, azucar	Casa
Helados de crema	2	Crema	Heladerías
Manjar de leche	2	Leche, azúcar	Tiendas
Manzanas al horno	2	Manzanas	Casa
Strudel de manzana	2	Harina/manzana	Panadería
			Cafetería
sundae	2	helado	Centros comerciales
			CC El Recreo
Tarta de limón	2	Cornflakes, leche	Sra. Fanny
			cafeterías
Turrón	2	Miel de abeja	Supermaxi
			Dulcerías
Melvas	2	Harina	Panaderia

			Supermaxi
Merlines	2	crema pastelera	Panaderías
			Panadería Selecta
Mousse de maracuyá	2	Maracuyá	Metro Café
			Hilton Colón
Obleas	2	galleta, mermelada	CC El Recreo
			Centros comerciales
Pie de durazno	2	Duraznos	Pastelerías
			Baguette
Pincho de frutas	2	Frutas, chocolate	Centro comercial
			Palacio Arzobispal
Aplanchados	1	Hojaldre	Panadería
Babydol	1	Helado	Barrionuevo
Berlinesas	1	Crema pastelera	Panadería
Biscocho enconfitado	1	Biscocho	Centro histórico
Bohemios	1	Harina	Pastelería Espiga
Brazo gitano	1	Harina	La Suiza
Carlota de Pera	1	Pera	Plaza Independencia
choconuez	1	nueces	Hansel y Gretel
Cocadas	1	Coco, panela	Bus
Copa de helado con frutas	1	Frutas	Frutería Monserrate
Crema de Azúcar	1	Huevos	Café Zolia
			Panaderías
Dulce de avena y coco	1	Avena	Bagette
Dulce de babaco	1	Babaco	Casa
Dulce de higos	1	Higos	Casa
Dulce de pera	1	Pera	En casa
Dulce de uvillas	1	Uvillas	Dulcerías
Fanesca con frutas	1	Frutas	Restaurante
Fanesca Dulce	1	Frutas	Restaurante
Flan de cuy	1	Cuy	Feria del cuy
Frutas con Crema	1	Frutas, crema	Frutería Monserrate
Frutas Confitadas	1	Frutas	Tiendas
Frutillas al aire	1	Frutillas/huevos	Restaurant
Frutillas con yogurt	1	Frutillas	KFC
Galleta de avena con chocolate	1	Avena	Casa
Galletas nutritivas	1	Avena , frutilla, acelga	Supermercados
Helado de amareto	1	crema/amareto	Frutería Monserrate
Helado de arazá	1	Arazá	Heladería Cumbaya
Helado de higo	1	higos	Mercado Artesanal
Helado de mortiño	1	Mortiño	Crepes & Waffles
Helado de vainilla	1	Vainilla	Casa
Helados a la parrilla	1	Helados de sabores	Mokado
Helados calientes	1	Helado	La Mariscal
Helados de paila	1	Pulpa de frutas	Centro histórico
Helados de Yogurt	1	Yogurt	Frozen Yogurt

Limones dulces	1	Limones	Feria de Dulces
Maduros dulces	1	Maduros	Rincón Cubano
Manjar	1	Leche	Supermaxi
Manzanas con caramelo	1	manzanas	C.C El Recreo
Manzanas dulces	1	Manzanas	Play land park
Maqueños al horno	1	Maqueño	Casa
Mousse de Limón	1	Harina	Pastelería Pan del Horno
Mousse de mora	1	Mora	Cafeteria, restaurant
Mousse de zapote	1	zapote	NC
Orejas	1	Harina	Supermaxi
Pan de chocolate	2	Masa, Chocolate	Xocoa
Pastel de Avellana	1	Avellana	Cyrano
Pastel De Coco	1	Coco	Dolupa
Pastel de Kiwi	1	Kiwi	Pastelerías
Pastel de manjar	1	Manjar de leche	Panadería Moderna
Pastel de yuca	1	Yuca	Casa
Pastel de Zanahoria	1	Zanahoria	Centros naturistas
Pie de chocolate	1	Chocolate	Casita del chocolate
Pie de coco	1	Coco	Hilton Colón
Pie de frutillas	1	Frutillas	Pastelería
Pie de Limón	1	Limón	C.C.I.
Pie de manzana	1	Manzanas	Restaurante
Pie de mora	1	Mora	Panadería la Unión
Pie de piña	1	Harina, piña	Panadería
Pie de queso y piña	1	Queso, piña	Panadería la Unión
Plátanos al merengue	1	Plátano	Salón
Postre café y amareto	1	Café, amareto	Pastelería
Postre de guayaba	1	Guayaba/leche/maicena	Restaurant
Postre de tamarindo	1	Tamarindo/huevos	Restaurant
Pudín	1	Chocolate	Pastelería
Quesadillas	1	queso	Centro
Quesadillas con manjar de leche	1	quesadillas	Notansanto Restaurante
Tomate de árbol en almíbar	1	tomate de árbol	Mamá Clorinda Restaurante
Torta de cuatro leches	1	Leche	Sweet And Coffe
Torta de maduro	1	Maduro	Mercado Central
Torta de maracuyá	1	Maracuyá	Swiss hotel
Torta de naranja	1	Naranja/harina	Casa
Torta de nuez	1	Nuez	Honey & honey
Torta de yogurt	1	Harina/yogurt	Pastelerías
Torta de zapallo	1	zapallo	Restaurants
Torta fría de limón	1	Limón	Pastelería
Torta Helada	1	Helado	Tiendas
torta oreo	1	galletas oreo	Pastelerías
Torta rellena	1	Frutas	Panaderías

	Uvas Dulces	1	Uvas	Feria de Dulces
	Volteado De Piña	1	Piña	Hansel Y Gretel
Sopas	Sopa instantanea	3	NC	Comisariato
	Sopa de chifles	1	Caldo, verde	Casa
	Crema de Cebollas	1	Cebollas	Restaurantes
	Locro de lonja	1	lonjas	NC
Tallarines	Chaufarin	1	Arroz, Fideo	May Flower
	Tallarines al Pesto	1	Fideos	Tomatoe's

Quito es una ciudad metrópoli, que actualmente acoge a poblaciones de distintas provincias y países, por tanto ha sufrido influencias gastronómicas importantes que han generado una fusión entre sus sabores, así como, una nueva variedad de platos.

Dentro de la encuesta realizada y según este cuadro, tenemos alrededor de 628 platos nuevos, los cuales están divididos en las siguientes categorías:

Apanados: frecuencia 5; (0,80%); Arroces: frecuencia 14; (2,23%); Asados: frecuencia 27; (4,32%); Bebidas frías: frecuencia 10; (1,60%); Bebidas calientes: frecuencia 22; (3,51%); Ceviches.: frecuencia 47; (7,50%); Ensaladas frías: frecuencia 12; (1,92%); Entremeses: frecuencia 189; (30,13%); Estofados: frecuencia 45; (7,19%); Comida extranjera: frecuencia 4; (0,80%); Fritos: frecuencia 12; (1,92%); Horneados: frecuencia 21; (3,35%); Postres: frecuencia 213; (34,01%); Sopas: frecuencia 4; (0,64%); Tallarines: frecuencia 10; (1,60%).

Podemos citar entre la comida extranjera; la cocina árabe, con shawarmas, cabsa, falafel; la comida china, wantan, cerdo agridulce, chaulafan. Japón ha penetrado con el sushi y los rollitos de arroz. México nos ha traído especialmente los tacos, burritos y guacamole, la sazón italiana con sus variedades de pizzas, pastas y lasañas, la cocina francesa con diferentes tipos creps, carnes como el filet migñon, gran variedad de postres y panes como los croissants; de igual manera Norteamérica nos ha traído alitas y costillas asadas y en BBQ también una variedad de carnes asadas y al grill, no podemos olvidar a Chile con sus famosas empanadas, al igual que Perú con sus ceviches y más recientemente a Cuba con su arroz moro y mojitos.

Otro tipo de platos que han visto la luz, vienen de nuevas formas de preparación que se les da a productos ya conocidos, tales como: el cuy brosterizado, hecho en ceviche o en tamal, empanadas y muchos otros. O por la inclusión de nuevos productos que antes no se consumían regularmente, el palmito, introducido recientemente a la mesa quiteña nos presenta su ceviche de palmito, ensaladas y fritos. La sazón costeña que se encuentra en la capital, también ha renovado su panorama culinario y ahora encontramos conchas asadas, gratinadas,

a la parrilla, al carbón, ceviches de calamar, de caracol y diferentes tipos de pescado y mariscos al ajillo o con salsas.

Sin duda, el área de la repostería y pastelería es la que más presenta cambios e innovaciones; hoy fácilmente podemos degustar de una infinidad de tortas y pasteles, dulces de diferentes frutas al igual que flanes y mousses, también la variedad de helados ha aumentado y en el mercado se ofertan desde helados de yogurt hasta de mortiño o arazá.

La cocina es un arte que siempre está en constante fusión y adaptación con su entorno, esto ha provocado que hoy podamos degustar de platos que antes hubiesen resultado inverosímiles, algunos ejemplos de esto son: mango con pimienta y limón, caracoles en salsa, ancas de ranas, carne de soya o vegetal, flan de cuy, guatipollo, seco de guanta, fritada light, fanesca dulce, entre otros. Hay gran variedad de ensaladas también como: la vegetariana, ensalada de col, César, de cangrejo, de palmito, entre otras. Entre los estofados se puede degustar cerdo agridulce, carnes al vino, pollo con champiñones, camarones al ajillo, camarones ahumados y muchos más. Finalmente citamos sopas tales como la de chifles, la instantánea y locro de lonja.

Como podemos apreciar, la oferta culinaria para nuevas degustaciones es rica y variada, indudablemente seguirá aumentando y sorprendiéndonos con nuevos sabores, lo expuesto anteriormente, es tan solo una muestra de todo lo que podríamos encontrar.

CAPITULO IV

INVENTARIO DE LA GASTRONOMÍA TÍPICA Y TRADICIONAL DEL CANTÓN

4.1 Fichas

Cuadro N° 24

NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/ POSTRE TÍPICO O TRADICIONAL	CON QUE OTRO NOMBRE SE LO CONOCE	SENSIBILIDAD AL CAMBIO	LUGAR DE EXPENDIO	LOCALIZACIÓN					
				PROVINCIA	CANTÓN	CIUDAD	PARROQUIA	CALLE/ LOCALIDAD	COMUNIDAD
Locro de papas	Ninguno	Baja	Casa Lugares comida típica	Pichincha	Quito	Quito	Mariscal Sucre	6 de Diciembre E9 -125 y Veintimilla	Ninguno
	Ninguno	Alta	Restaurantes de comida Típica	Pichincha	Quito	Quito	Chiriyacu	Av. Napo y Juan bautista Aguirre	Ninguno
Sopa de quinua	Ninguno	Baja	Mercados	Pichincha	Quito	Quito	Mariscal Sucre	6 de Diciembre E9 -125 y Veintimilla	Ninguno
	Ninguno	Media	Restaurantes o casa	Pichincha	Quito	Quito	Rumipamba	Rumipamba y Ulloa	Ninguno
Fritada quiteña	Ninguno	Baja	Fritadas del Inca	Pichincha	Quito	Quito	El Inca	El Inca	Ninguno
	Ninguno	Baja	Superfritadas	Pichincha	Quito	Quito	La Mariscal	6 de Diciembre y Colón	Ninguno
Yahuarlocro	Ninguno	Baja	Toda la ciudad	Pichincha	Quito	Quito	Chimbacalle	Bartolomé Alvez y Alpahuasi	Ninguno
	Ninguno	Baja	Restaurantes comida típica Ecuatoriana	Pichincha	Quito	Quito	La Mariscal	Reina Victoria 1144 y Calama	Ninguno
Caldo de patas	Ninguno	Baja	En toda la ciudad	Pichincha	Quito	Quito	Chimbacalle	Bartolomé Alvez y Alpahuasi	Ninguno
	Ninguno	Baja	Restaurantes de toda la ciudad	Pichincha	Quito	Quito	Chiriyacu	Jadan y Bobonaza	Ninguno
Humitas	Tandas de maíz, chumal	Baja	Cafeterías	Pichincha	Quito	Quito	La Magdalena	Princesa Toa	Ninguno
	Ninguno	Baja	Cafeterías, casas	Pichincha	Quito	Quito	Centro histórico	Venezuela 1011	Ninguno
Pristiños	Ninguno	Baja	Cafeterías Centro ciudad	Pichincha	Quito	Quito	Solanda	Paquisha	Ninguno
	Ninguno	Baja	Cafeterías Centro ciudad	Pichincha	Quito	Quito	Centro histórico	Leon 732 y Oriente	Ninguno
Caldo de gallina	Ninguno	Baja	Mercado La Magdalena	Pichincha	Quito	Quito	La Magdalena	Eplacachima	Ninguno
	Ninguno	Baja	Mercado Central	Pichincha	Quito	Quito	Centro Histórico	Gran Colombia y Esmeraldas	Ninguno
Cuy	Ninguno	Media	A 500 mts Club Nacional	Pichincha	Quito	Quito	Cumbayá	Vía Cunuyacu	Ninguno
	AjÍ de cuy	Media	Restaurante La Ambateñita	Pichincha	Quito	Quito	Cotocollao	Av. Prensa N°4995 y Angél Ludeña	Nininguno
Tripa Mishque	Chinchulin es Chunchuyo	Media	Restaurante la Ponderosa	Pichincha	Quito	Quito	Cotocollao	Vaca de Castro OE-5-233 y Machala	Ninguno
	Tripa de indio	Media	Asadero la Prensa	Pichincha	Quito	Quito	Cotocollao	Av Prensa N° 2920Machala	Ninguno

4.2 Gastronomía relacionada a las fiestas.

Cuadro N° 25

GASTRONOMÍA RELACIONADA A LAS FIESTAS			
Nombre de la fiesta	Nombre del plato/bebida/postre relacionado a la fiesta	Simbolismo del plato	Ritual del plato
Fiestas de Quito	Fritada	La fritada es una fusión entre los hispánico (cerdo) y lo indígena (mote) por lo tanto simboliza una unión de culturas.	Antiguamente sacrificaban cerdos para la prosperidad, esto estaba acompañado de celebraciones y comilonas.
Fiestas Indígenas (Fundaciones de comunidades y fiestas por santos)	Cuy	Al cuy se le atribuye bienestar, salud y protección	Los chamanes realizan ritos, utilizando al cuy para la purificación y limpieza en las personas.
Fiestas Indígenas (Fundaciones de comunidades y fiestas por santos)	Chicha	La chicha mantiene su importancia alimenticia y cultural en la vida del poblador campesino, simboliza la unión de su comunidad.	En las distintas festividades indígenas, se comparte la chicha con una sola vasija, para todos los asistentes.
Semana Santa	Fanesca	La fanesca es consumida durante la Semana Santa, conmemoración religiosa, que recuerda la Pasión, Muerte y Resurrección de Jesús	El ritual comenzó en las catacumbas romanas donde los cristianos cocinaban y arrojaban en la olla común granos, esto servía para preparar a la gente durante el largo ayuno desde la muerte hasta la resurrección, esta tradición nos llegó con los españoles.
Navidad	Pristiños	Los pristiños son de origen español, reunía a la familia	En los tiempos antiguos era muy importante para la familia reunirse y

			rezar la novena, al final se compartía con todos estos bocaditos acompañados con miel.
Día de los Difuntos	Colada Morada	La colada morada, tiene especial simbolismo ya que se realiza una vez al año durante el día de difuntos, es un símbolo arraigado entre las personas, y sus seres fallecidos la guagua de pan simboliza, la imagen del ser humano.	El ritual en torno a esta bebida, consiste en llevar comida al cementerio y comer alrededor de las tumbas de los seres queridos, se cree que los espíritus de los muertos necesitan alimentarse.

Fuente: Entrevistas

CAPÍTULO V

PROPUESTA DE PUESTA EN VALOR DEL RECURSO GASTRONÓMICO TÍPICO Y TRADICIONAL DEL CANTÓN

5.1 Estrategias de promoción y difusión de la gastronomía típica y tradicional del cantón

En la actividad turística, existen nuevas tendencias que necesitan ser aprovechadas e incluso se han desarrollado nuevos conceptos los cuales están acorde a la realidad contemporánea a nuestros días.

Tal es el caso del turismo comunitario y gastronómico, el cual centra su desarrollo en la participación de las poblaciones autóctonas que se encuentran en el área del un sector que se quiere desarrollar.

Las estrategias de promoción y difusión de la gastronomía son muy variadas pero no han sido explotadas en su máxima capacidad para aprovechar de esa manera este recurso como un atractivo turístico.

Visión

Posicionar la gastronomía quiteña como un atractivo principal dentro de la variada oferta turística que ofrece la provincia, mediante la educación de los residentes del país y el apoyo de las entidades pertinentes con el tema de difusión masiva.

Misión

Lograr obtener el apoyo de entidades relacionadas con el sector turístico, que disponen de los recursos necesarios para difundir la publicidad, para crear campañas de capacitación sobre gastronomía, y costear los proyectos presentados por universidades, centros de capacitación, microempresas o asociaciones de turismo comunitario.

Objetivos

- Tener un inventario de los potenciales atractivos turísticos gastronómicos propios de la provincia y del cantón para poder promocionarlos.
- Apoyar a proyectos gastronómicos y las actividades de las instituciones encargadas del sector turístico en el cantón.
- Hacer del cantón un centro de desarrollo turístico con atractivos naturales, culturales, históricos y gastronómicos.

- Concienciar a la población quiteña para que esta se sienta involucrada en el desarrollo de todo tipo de turismo y que a la vez sea actor activo dentro de la promoción gastronómica de forma verbal.
- Valorar primero lo nuestro, y ser los primeros en entender que la actividad turística no es simplemente visitar lugares hermosos o de valor histórico, sino también apreciar lo cotidiano y lo vivencial que distingue nuestro cantón de otros.

Educación:

Los estudiantes que se forman en la carrera de gastronomía y afines al turismo deben hacer investigaciones acerca del potencial turístico para así capacitar a las comunidades aledañas al cantón y de esta manera potenciar el tema de turismo gastronómico, enseñando a los líderes comunitarios que las prácticas cotidianas culinarias de sus habitantes, pueden convertirse en un atractivo turístico comunitario y vivencial, que sea apreciado por propios y extraños.

Inclusión:

Mediante la realización de la presente tesis y un compendio del estudio realizado de cada uno de los cantones, delegados de la UTPL están en la capacidad de proponer a entidades político - administrativas como ministerios, municipios, prefecturas entre otros, para incluir en campañas como la ya conocida “*PRIMERO ECUADOR*” la difusión de los platos típicos ecuatorianos como atractivo turístico tanto para visitantes extranjeros como para la población local.

Existe en el consiente colectivo nacional sobre todo en el sector turístico la idea de que la comida típica ecuatoriana no reúne los requisitos higiénicos, estéticos y nutritivos como para ser ofertados a un turista extranjero, sin embargo este es un cliché que es necesario cambiar.

Por tanto la propuesta es que el Ministerio de Turismo impulse o promulgue que en restaurantes y hoteles se ofrezca también una alternativa culinaria ecuatoriana mejor presentada, preparada y que sea atractiva a los paladares más exigentes.

Buscar apoyo:

Nosotros como actores principales de este proyecto y en representación de la UTPL, ponemos a disposición nuestra investigación piloto, como argumento base para la creación de proyectos de turismo gastronómico a mayor escala difundidos y ampliamente desarrollados por entidades como el Ministerio de Turismo, Cámara de Turismo de Pichincha, Municipios, etc.

Posicionar el producto:

Lograr que los comerciantes de comida típica creen un inventario de los principales platos, los secretos que estos tienen, para que además de generar ingresos a sus negocios contribuyan con el desarrollo de turismo que esta pobremente estructurado en la mayoría de provincias del país.

Investigar otras cualidades de los platos que puedan resultar atractivas para el visitante como su historia, mitos o propiedades curativas y distribuir la información recopilada en los lugares de expendio de comida típica.

Ser actores activos:

Son varias las entidades u organismos no gubernamentales que se han dedicado a la práctica de turismo comunitario, ecoturismo y agro ecoturismo, los cuales ofrecen al turista la posibilidad de conocer y experimentar de manera directa los procesos de producción de las fincas agropecuarias y las agroindustrias, culminando con la degustación de los platos terminados.

Después de culminar este proyecto e investigación de campo, nosotros somos conscientes del potencial atractivo que tenemos tan cerca y no hemos aprovechado, por tanto podemos ser nosotros los primeros en empezar junto a nuestro círculo social a promocionar la práctica de este tipo de turismo dentro de cada comunidad, cantón y país.

Análisis FODA acerca de la puesta en valor del recurso gastronómico típico y tradicional del cantón Quito

Cuadro N°26

<p>Fortalezas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tener una gastronomía diversa y con valor histórico. • Los ingredientes de la comida típica están al alcance de todos los habitantes. • La preparación de los platos, los secretos culinarios y la sazón la mayoría de las veces son heredados de generación en generación. • Contar con entidades que se encargan de sustentar y promocionar proyectos en los cantones y el país. 	<p>Oportunidades</p> <ul style="list-style-type: none"> • Incrementar la oferta turística del cantón. • Generar más ingresos económicos para los habitantes • Mejorar el nivel de vida de los habitantes del cantón.
<p>Debilidades</p> <ul style="list-style-type: none"> • Falta de recursos económicos a nivel de microempresas, ONG'S, para la publicidad de pequeños proyectos. • La gastronomía no es aun considerada como un atractivo turístico, sino únicamente como una forma de negocio. 	<p>Amenazas</p> <ul style="list-style-type: none"> • No ser ecuatorianos consientes del potencial turístico que tenemos a nuestro alcance por la falta de capacitación. • No invertir capital importante en el desarrollo del turismo gastronómico.

5.2 Instituciones y Organismos que promocionan, comercializan los platos, bebidas o postres típicos y tradicionales

En el cantón Quito existen varios organismos que se encargan del desarrollo de la promoción turística en el país y posteriormente en el mundo, a través de distintos proyectos y leyes.

A continuación se presentan los principales organismos promotores de la actividad turística y que proponemos pueden involucrarse en un proyecto de desarrollo turístico gastronómico a través de las siguientes recomendaciones:

Consejo Provincial de Pichincha:

Formular, ejecutar y evaluar planes de desarrollo que permita mejorar la calidad de vida de la población; sobre todo de las áreas rurales de la provincia, a través de la capacitación para el emprendimiento de microempresas basadas en la comercialización de comida típica generando así ingresos extras para sus comunidades.

(www.ecuadory.com)

Ministerio de Turismo:

Como institución fomentadora de la competitividad de la actividad turística, mediante procesos participativos y concertados, y que busca posesionar al turismo como eje estratégico del desarrollo económico, social y ambiental del Ecuador. Puede incentivar la riqueza gastronómica del país utilizando medios tecnológicos modernos como el internet; donde puede desarrollar una página especializada en oferta culinaria con datos sobre dónde se la puede encontrar así como una breve reseña histórica y mítica.

(www.turismo.gov.ec)

OPTUR:

Es una organización que se especializa en capacitar y fortalecer la gestión de la operación turística a nivel nacional, por tanto, aprovechando su gestión se puede formar a sus miembros, especialmente aquellos dedicados a la actividad gastronómica en el valor que tiene nuestra comida típica así como su manipulación, preparación e higiene; para que exista una verdadera cultura gastronómica a nivel país.

(www.optur.org)

CAPTUR:

La Cámara de Turismo de Pichincha es el máximo representante de la actividad turística privada de la provincia y agrupa a todas las empresas pertenecientes a las cinco actividades turísticas reconocidas por la Ley Especial de Desarrollo Turístico y la Ley de Cámaras de Turismo y su Federación Nacional. Esto es:

- a) El servicio de hotelería
- b) Los servicios de operadores de agencias de viajes
- c) El servicio de transporte aéreo, terrestre, marítimo y fluvial, nacional e internacional.
- d) El servicio de alimentos y bebidas
- e) Los demás servicios considerados turísticos

(www.captur.com)

FEDECOMIP:

La Federación de Comerciantes Minoristas durante las fiestas Quiteñas reúne decenas de aficionados al arte culinario tradicional, con la organización del festival de comidas típicas en la Av. Eloy Alfaro y Amazonas, en otros sectores al sur de Quito y en la conocida Plaza República del Consejo Provincial de Pichincha las cuales son abiertas al público en general y son ya una importante vitrina para la difusión y valoración de nuestra comida.

El FEDECOMIP, brinda además capacitación sobre manipulación de alimentos a quienes forman parte de estos festivales; y este es un requisito para poder estar allí, así los quiteños pueden disfrutar de las delicias del lugar en un ambiente tradicional e higiénico.

Este tipo de actividades deberían promoverse con mayor frecuencia y no solo en las festividades de la ciudad.

(Entrevista personal: Sra. Margarita Analuisa Dirigente FEDECOMIP)

CAPITULO VI

PROPUESTA EN BASE AL INGREDIENTE BASE:

PROPONER ALTERNATIVAS DE PLATOS, BEBIDAS O POSTRES PARA EL DESAYUNO ESCOLAR EN ESCUELAS.

El siguiente menú está basado en una dieta equilibrada de 1.800 calorías, cada desayuno tiene un aproximado a las 500 calorías, se ha tomado como referencia ingredientes que son de fácil adquisición, de consumo popular y de precio económico.

Los ingredientes que se presentan con mayor frecuencia para la elaboración de los platos tradicionales según las encuestas aplicadas son los siguientes:

Cuadro N°27

INGREDIENTE BASICO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Papa	266	16,00%
Carne de cerdo	187	11,24%
Mote	97	5,83%
Maíz	80	4,81%
Harina	73	4,39%
Pollo	70	4,21%
Arroz	58	3,49%
Choclo	42	2,53%
Carnes	35	2,10%
Huevos	35	2,10%
Frutas	34	2,04%
Víceras	34	2,04%
Carne de res	30	1,80%
Morocho	30	1,80%
Carne de gallina	29	1,74%
Leche	27	1,62%
Queso	23	1,38%
Granos	22	1,32%
Azúcar	20	1,20%
Tomate	20	1,20%
Maní	19	1,14%
Chocho	17	1,02%
Carne de cuy	14	0,84%

Higos	13	0,78%
Pescado	13	0,78%
Aguacate	12	0,72%
Carne borrego	12	0,72%
Habas	12	0,72%
Mariscos	12	0,72%
Plátano verde	12	0,72%

Hay que citar que para la propuesta se han tomado en cuenta aquellos ingredientes que partiendo de la lista anterior, pueden formar parte de un desayuno y se detalla además su valor nutricional:

Los ingredientes considerados son:

Morocho

Harina

Frutas

Leche Queso

Choclos/maíz

Papas

Tomate

Huevos

Quinua

Pollo

Avena

Chochos

PROPUESTA PARA DESAYUNOS ESCOLARES			
DETALLE PARA DOS SEMANAS			
Opción 1	Calorías:		Opción 6
1 Taza de Morocho dulce	190		Ensalada de frutas
Pan	250		Sanduche de queso
1 Manzana	59		1 Vaso de limonada
Total calorías:	499		Total calorías:
			Calorías:
Opción 2	Calorías:		Opción 7
Choclo con queso	256		2 Papas con queso
1 Plátano	90		1 Tomate picado
1 Vaso de leche chocolatada	90		1 Vaso de jugo de mora
Total calorías:	436		Total calorías:
			Calorías:
Opción 3	Calorías:		Opción 8
Pan	250		1 Tortilla de quinua
1 Huevo revuelto	200		1 Yogurt
1 Vaso Jugo naranja	49		1 manzana
Total calorías:	499		Total calorías:
			Calorías:
Opción 4	Calorías:		Opción 9
1 Colada de avena	200		1 Sanduche de pollo
2 Galletas trigo	270		1 Vaso de jugo de sandia
Sandia	30		Total calorías:
Total calorías:	500		Calorías:
			Calorías:
Opción 5	Calorías:		Opción 10
Chochos con tostado	320		3 Panes de yuca
1 Vaso de jugo de naranja	150		1 Yogurt
Total calorías:	470		1 Mandarina
			Total calorías:
			Calorías:

CONCLUSIONES:

- La oferta culinaria existente en cantón es un potencial atractivo turístico que necesita ser explotado y promocionado de manera planificada y regular.
- La gastronomía del cantón que podemos encontrar actualmente es muy rica en diversidad y sabores, por tanto puede satisfacer desde los paladares más refinados hasta los más populares.
- Quito por ser la capital del Ecuador recibe una gran influencia culinaria tanto interna y externa, lo que al inventariar los platos permite concluir que la comida netamente tradicional esta en menor proporción que la comida fusión.
- Los productos utilizados para la preparación de la mayoría de los platos no son propios del cantón sino que son importados de otras provincias.
- Basados en la investigación de campo realizada hemos notado que un mismo producto base sirve para la preparación de una variedad de platos.
- Los hábitos alimenticios de los quiteños tanto diaria como festivos, se basan en la preparación de locros, sopas, caldos, arroces, carnes, fritos, que sirven acompañadas de verduras y jugos de fruta.
- A lo largo del tiempo la comida tradicional ha sufrido modificación en lo que se refiere a sus ingredientes y preparación, estos se han acomodado al entorno y estilo de vida actuales.
- La gastronomía quiteña ha demostrado ser un potencial atractivo turístico, por lo tanto instituciones públicas y privadas están trabajando para incluir planes de desarrollo y promoción de este sector esperando que con su difusión consolide este sector como un producto más a ofertar dentro de la rama turística.

RECOMENDACIONES:

- Crear un inventario gastronómico completo donde se detalle, los ingredientes básicos, su preparación, su historia y lugares de expendio a nivel nacional que esté al alcance del público en general. La información ya está disponible en base a este proyecto piloto de la UTPL
- Capacitar y formar de mejor manera a las personas dedicadas a la preparación de comida tradicional sea en restaurantes, mercados y ferias de comida, en lo referente a salubridad, promoción y atención al cliente a cargo de instituciones ya mencionadas como CAPTUR y FEDECOMIP
- Disponer de información gastronómica en centros de información turística.
- Proponer que las universidades con carreras de turismo, hotelería y gastronomía incluyan en sus prácticas profesionales proyectos de capacitación en comunidades sobre el turismo gastronómico.
- Añadir en los stands de ferias internacionales en las que participa el Ministerio de Turismo publicidad relacionada con la gastronomía y ofrecer degustaciones.
- Implementar en la página web del Ministerio de Turismo información relacionada con la comida típica ecuatoriana, dando información de dónde encontrarla y una breve reseña histórica y mítica.
- La UTPL debería unificar la información recopilada por las tesis de todos los cantones a fin de tener una base de datos a nivel país.
- A través de la campaña “*Primero Ecuador*” implementada por el gobierno, concienciar a la población sobre el valor de nuestra gastronomía tradicional.

Referencias y Bibliografía:

Libros:

Adoum, Jorge Enrique, 1999. *Ecuador Señas Particulares*

Quito: Editorial Eskeletra

Cuvi, Pablo; NESTLE, 2001. *Recorrido por los Sabores del Ecuador*

Quito: NESTLE

Freire Rubio Édgar, 2005. *Quito tradicional y legendario*

Quito, FONSAAL: Editorial Trama

Pazos Barrera, Julio 2008. *El sabor de la memoria: historia de la cocina Quiteña.*

Quito: FONSAAL

Reyes, Oscar Efrén 1948. *Breve historia del Ecuador.*

Quito: Editorial: Don Bosco

Rojas, Eduardo Luis. (Director General). *El Gran Libro de la Cocina Ecuatoriana*

Quito: Círculo de Lectores

Tinajero A, Barba 1998. *Cronología de la Historia Resumida del Ecuador.* Quito

Tesis:

Álvarez Ballesteros, Ana 2009. *Influencia de la conquista española en la gastronomía del siglo XVI en la ciudad de Quito.* Tesis de licenciatura en Administración Gastronómica: Universidad Técnica Equinoccial. U.T.E.

Documentos varios:

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC.)

Anuario de estadísticas vitales: nacimientos y defunciones 2008. Quito, 2008

Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda (2005 - 2006). Quito, 2006

Encuesta de condiciones de vida ECV Quinta Ronda; Actividades Económicas (2005 - 2006). Quito, 2006

Estadísticas vitales, INEC CEI – 10 (Grupos 103 Causas). Quito, 2005

Censo 2001 datos definitivos, población Pichincha. Quito, 2003

División Político - Administrativa de la República del Ecuador. Quito

Municipio del D.M.Q. *El Barómetro de Quito N° 1, Indicadores Sociales Geo referenciados del Distrito, sus Administraciones Zonales y Parroquiales (PDF)* Quito 2005

UDEM; Unión Nacional de Empleados Municipales 2007. *Documentos de Archivo Administración General del I.M.D.M.Q.* Quito.

Páginas Web:

Wikipedia La Enciclopedia Libre. Quito artículo

[http://es.wikipedia.org/wiki/Quito.](http://es.wikipedia.org/wiki/Quito)

http://es.wikipedia.org/wiki/Escuela_quite%C3%B1a

Visitaecuador.com. Información general de Quito.

<http://www.visitaecuador.com/andes.php?opcion=datos&provincia=19&ciudad=Qlay6BQh>

In-Quito.com. artículo sobre los artesanos en la ciudad:

<http://www.in-quito.com/uio-kito-qito-kyto-qyto/spanish-uio/artesanos-quito-ecuador/quito-artesano.htm>

Junta Nacional de Defensa del Artesano J.N.D.A. Artículo sobre los beneficios de los artesanos calificados y titulados.

http://www.jnda.gov.ec/jnda/index.php?option=com_content&view=article&id=1&Itemid=3

Quito.com.ec, artículo sobre el transporte urbano en la ciudad.

http://www.quito.com.ec/index.php?option=com_content&task=view&id=38&Itemid=151

Monografias.com. subido por Jimena Parra. Historia de la Gastronomía.

<http://www.monografias.com/trabajos11/histgast/histgast.shtml?monosearch>

Monografias.com. subido por Marcelo Molina. Los Incas en el Ecuador.

<http://www.monografias.com/trabajos72/incas-ecuador/incas-ecuador2.shtml>

Edufuturo.com. artículo sobre comidas rituales del Ecuador, recogido del libro Recorrido por los sabores del Ecuador de NESTLE.

<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=1091>

Rincondelvago.com. artículo sobre la Prehistoria de Ecuador - Civilizaciones precolombinas ecuatorianas. Época aborígen. Sociedades aborígenes.

<http://html.rincondelvago.com/prehistoria-de-ecuador.html>

Consejo Provincial de Pichincha www.ecuadory.com

Ministerio de Turismo www.turismo.gov.ec

OPTUR www.optur.org

CAPTUR www.captur.com

A

N

E


X

O

S

Anexo A

Encuesta:

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA		
 <p style="text-align: center; font-size: small;">UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA La Universidad Católica de Loja</p>		
		Encuesta No. _____
<p>Encuesta para determinar la producción y consumo de platos y bebidas típicas de las diferentes regiones del Ecuador, para la puesta en valor como atractivo diversificador de la oferta turística, en todos los cantones de las provincias del Ecuador.</p>		
I. ASPECTOS GENERALES	1. Cuáles son los platos/bebidas/postres/etc. que conoce usted, que son propios de este sector (zona).	
	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS
	c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR	
	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	8	
	9	
	10	
	11	
2. Qué platos/bebidas/postres/ etc, se elaboran en épocas de fiestas en este sector.		
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS	
c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR		
1		

2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
3. Cuáles son los platos/bebidas/postres/ etc, que se elaboran con mayor frecuencia en este sector.		
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS	c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
4. Cuáles son los más demandados por los visitantes en este sector.		
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS	c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
5. Qué platos/bebidas/postres/ etc, recomendaría usted consumir al algún visitante.		
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS	c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR
1		

	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
II. PLATOS/BEBIDAS/POSTRES TRADICIONALES	6. Qué platos/bebidas/postres/ etc, conoce que se preparaban hace años y en que han cambiado su preparación.		
	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. CAMBIOS EN PREPARACIÓN	
	1		
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7. Qué platos/bebidas/postres/ etc, conoce que se preparaban hace años y que ya no se elaboran actualmente.		
	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. CONOCE USTED, QUIEN SABE COMO SE LO PREPARABA	
III. PLATOS/BEBIDAS/POSTRES ACTUALES	8. Qué platos, bebidas, postres nuevos conoce:		
	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. INGREDIENTE BASICO	c. LUGAR EN DONDE SE LO PUEDE ADQUIRIR

IV. INGREDIENTES BÁSICOS DEL SECTOR	9.Cuál es el ingrediente básico del sector, que más se emplea en la elaboración de platos		
	a. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 1	b. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 2	c. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 3
	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARAN CON ESTE INGREDIENTE	b. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARAN CON ESTE INGREDIENTE	c. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARAN CON ESTE INGREDIENTE
	1	1	1
	2	2	2
	3	3	3
	4	4	4
	5	5	5
	6	6	6

**UNIVERSIDAD TECNICA PARTICULAR DE LOJA
CENTRO DE INVESTIGACIONES TURISTICAS CEITUR
MANUAL DE LA ENCUESTA**

Para aplicar la presente encuesta deberá tener en consideración lo siguiente.

1. FUNCIONES DEL ENCUESTADOR.

- Informar a su director en caso de presentarse algún problema en la realización de su trabajo.
- Remitirse sólo a realizar las preguntas que contiene la encuesta.
- Terminado el trabajo de campo, el encuestador debe revisar, ordenar y numerar las encuestas para posteriormente tabularlas, y luego enviar a su director (archivo tabulado y encuestas aplicadas).

2. MATERIAL PARA EL ENCUESTADOR.

El encuestador debe llevar consigo los siguientes materiales para cumplir su labor:

- Elementos del trabajo:
 - Manual del encuestador
 - Encuestas (el número de encuestas dependerá de la muestra de cada cantón)
 - Tablero, lápiz, y/o portaminas, borrador, bolsas manilas, y bolsas plásticas.

3. NORMAS GENERALES A OBSERVAR POR EL ENCUESTADOR

- Presentación personal adecuada.
- Utilice un lenguaje claro y sencillo.
- Debe presentarse como profesional en formación de la UTPL.
- Explicar en términos claros el objetivo de la encuesta.
- Comentar la importancia de la veracidad de toda la información.
- Si alguna persona encuestada, se niega a dar información, usted no debe discutir con ella ni presionarla.
- Debe explicar que el hecho de que la encuesta se realiza no es a una persona en particular, sino a varias.

4. NORMAS A OBSERVAR DURANTE LA ENCUESTA

- Revisar la encuesta varias veces, de manera que se familiarice con la estructura de la misma, así como de las preguntas.
- No comentar ni discutir cuestiones políticas, religiosas, íntimas u otros temas de carácter personal que no contemple la encuesta. }
- No mostrar sorpresa o desagrado ante las respuestas. La posición del encuestador debe ser neutral.
- No desesperarse, ni perder la calma. Recuerde que su actitud durante la entrevista afecta la disposición del encuestado.
- Mantener un ritmo constante durante la entrevista, de tal manera que permita al encuestado expresar sus respuestas completas.
- La solicitud y registro de los datos debe hacerse en el mismo orden de las preguntas contenidas en la encuesta con el fin de evitar omisiones.
- En ningún caso deduzca, sugiera o infiera respuestas. En la encuesta se busca obtener información que corresponda a la realidad.

Encuesta para Determinar la producción y consumo de platos y bebidas típicas de las diferentes regiones del Ecuador, para la puesta en valor como atractivo diversificador de la oferta turística, en todos los cantones de las provincias del Ecuador.

Formato de la encuesta:

ASPECTOS GENERALES

- 1. Cuáles son los platos/bebidas/postres/etc. que conoce usted, que son propios de este sector (zona).**
 - a. Nombre del platos/bebidas/postres/etc.:** debe preguntar al encuestado y escribir el nombre del plato/bebida/postre, etc, del cantón (parroquia) donde se encuentra realizando su investigación.

- b. Donde recomienda consumirlos:** debe preguntar al encuestado cuáles son los sitios donde concurre más cantidad de personas de la zona y turistas, o a su vez los (lugares) más famosos, en donde se puede consumir los platos/bebidas/postres/etc.
- c. Quién los prepara mejor:** deberá preguntar al encuestado a detalle el nombre de la empresa y de la persona en donde se preparan estos platos/bebidas/postres/etc.

1. Cuáles son los platos/bebidas/postres/etc. que conoce usted, que son propios de este sector (zona).		
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS	c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR
1		
2		
3		

2. Qué platos/bebidas/postres/etc. se elaboran en épocas de fiestas en este sector.

- **Nombre del platos/bebidas/postres/etc.:** debe preguntar al encuestado el nombre de platos/bebidas/postres/etc, que se preparan en las fiestas de cada sector (cantón).
- **Donde recomienda consumirlos:** debe preguntar al encuestado cuáles son los sitios donde concurre más cantidad de personas/turistas para consumir los platos/bebidas/postres/etc. (o a su vez los lugares más famosos), espacialmente en épocas de fiestas.
- **Quién los prepara mejor:** indagar al encuestado el nombre de la empresa y de la persona en donde se preparan estos alimentos, esto debe enfocarse por cada fiesta.

2. Qué platos/bebidas/postres/ etc, se elaboran en épocas de fiestas en este sector.		
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS	c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR
1		
2		
3		

3. Cuáles son los platos/bebidas/postres/ etc, que se elaboran con mayor frecuencia en este sector.

- **Nombre del platos/bebidas/postres/ etc**, debe preguntar al encuestado el nombre del platos/bebidas/postres/ etc, que se efectúan en cada sector con mayor frecuencia.
- **Donde recomienda consumirlos:** debe preguntar al encuestado cuáles son los sitios donde concurre más cantidad de personas / turistas para consumir los platos y bebidas.
- **Quién los prepara mejor:** preguntar al encuestado a detalle el nombre de la empresa y de la persona en donde se preparan estos alimentos.

3. Cuáles son los platos/bebidas/postres/ etc, que se elaboran con mayor frecuencia en este sector.		
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS	c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR
1		
2		
3		

4. Cuáles son los platos/bebidas/postres/ etc , más demandados por los visitantes en este sector.

- **Nombre de los platos/bebidas/postres/ etc**, preguntar al encuestado el nombre de platos/bebidas/postres/ etc, que tienen mayor preferencia por los turistas y visitantes.
- **Donde recomienda consumirlos:** preguntar al encuestado cuáles son los sitios donde concurre más cantidad de personas/ turistas para consumir los platos y bebidas, de cada sector.
- **Quién los prepara mejor:** preguntar al encuestado el nombre de la empresa y de la persona en donde se preparan estos alimentos.

4. Cuáles son los platos/bebidas/postres/ etc , más demandados por los visitantes en este sector.

a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS	c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR
1		
2		
3		

5. Qué platos/bebidas/postres/ etc, recomendaría usted consumir a algún visitante.

- **Nombre de platos/bebidas/postres/ etc,** debe especificar el nombre de platos/bebidas/postres/ etc, que el encuestado considere que puede recomendar para ser consumido.
- **Donde recomienda consumirlos:** debe especificar cuáles son los sitios que el encuestado, considere que son los mejores gracias a su conocimiento y experiencia.
- **Quién los prepara mejor:** detallar el nombre de la empresa y de la persona en donde se preparan mejor estos alimentos.

5. Qué platos/bebidas/postres/ etc, recomendaría usted consumir a algún visitante.

a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS	c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR
1		
2		
3		

II. PLATOS/BEBIDAS/POSTRES TRADICIONALES

6. Qué platos/bebidas/postres/ etc, conoce que se preparaban hace años y en que ha cambiado su preparación.

- **Nombres de platos/bebidas/postres/ etc:** deberá preguntar al encuestado el nombre de platos citar los platos/bebidas/postres/ etc, que años atrás (varias generaciones atrás) se preparaban en la zona.

- **Cambios en preparación:** deberá preguntar al encuestado en que ha cambiado la preparación década uno de los platos (si algún platos/bebidas/postres/ etc ha sufrido algún cambio o alteración en sus ingredientes o métodos para prepararlos).

6. Qué platos/bebidas/postres/ etc, conoce que se preparaban hace años y en que ha cambiado su preparación.	
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. CAMBIOS EN PREPARACIÓN
1	
2	
3	

7. Qué platos/bebidas/postres/ etc, conoce que se preparaban hace años y que ya no se elaboran actualmente.

- **Nombres de platos/bebidas/postres/ etc:** debe preguntar al encuestado el nombre de platos/bebidas/postres/ etc, que se preparaban hace años y que en la actualidad ya no se preparan.
- **Conoce usted, quién sabe como se lo preparaba:** preguntar al encuestado el nombre de las personas que saben cómo se preparaban estos platos.

7. Qué platos/bebidas/postres/ etc, conoce que se preparaban hace años y que ya no se elaboran actualmente.	
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. CONOCE USTED, QUIEN SABE COMO SE LO PREPARABA

III. PLATOS/BEBIDAS/POSTRES ACTUALES

8. Qué platos/bebidas/postres/etc, nuevos conoce:

- **Nombre del platos/bebidas/postres/etc,** preguntar al encuestado el nombre de los nuevos platos que conoce.

- **Ingrediente Básico:** preguntar al encuestado cuál es el nombre específico del ingrediente básico del plato/bebida/postre/etc, y con qué nombre se lo conoce comúnmente en el sector al ingrediente básico.
- **Lugar adquirir:** preguntar al encuestado el lugar/es específico (s), en donde se puede adquirir el ingrediente básico.

8. Qué platos, bebidas, postres nuevos conoce:		
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	b. INGREDIENTE BASICO	c. LUGAR EN DONDE SE LO PUEDE ADQUIRIR

IV. INGREDIENTES BÁSICOS DEL SECTOR

9.Cuál es el ingrediente básico del sector, que más se emplea en la elaboración de platos

- **Nombre del ingrediente básico 1,2,3:** indagar al encuestado, el nombre del o de los ingredientes básicos que más se empleen en el sector, para la elaboración de platos/bebidas/postre/etc, (especificar el nombre que se conoce comúnmente en la zona al ingrediente).
- **Nombre del plato/bebida/postre que se preparan con este ingrediente(a,b,c):** preguntar al encuestado el nombre de plato/bebida/postre que se preparan con los ingredientes básicos.

a. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 1	b. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 2	c. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 3
a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARAN CON ESTE INGREDIENTE	b. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARAN CON ESTE INGREDIENTE	c. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARAN CON ESTE INGREDIENTE
1	1	1
2	2	2
3	3	3

Anexo C

Parrilla para el ingreso de información en blanco

NÚMERO DE ENCUESTA	1. Cuáles platos/bebidas/postres/etc, conoce propios del sector			2. Qué platos/bebidas/postres/etc. elaboran en épocas de fiestas en el sector.			3. Cuáles son los platos/bebidas/postres/ etc, que se elaboran con mayor frecuencia en este sector.		
	A. Nombre del plato/bebida /postre	B. Donde recomienda consumirlos	C. Quien los prepara mejor	A. Nombre del plato/bebida/postre	B. Donde recomienda consumirlos	C. Quien los prepara mejor	A. Nombre del plato/bebida/postre	B. Donde recomienda consumirlos	C. Quien los prepara mejor
1									
2									

INSTRUCTIVO PARA EL INGRESO DE INFORMACION DE LAS ENCUESTAS A LA PARRILLA

Previo al ingreso de información debe/n:

1. Revisar las encuestas, de manera que estén debidamente llenadas.
2. Numerar las encuestas y escribir en la parte superior derecha, el nombre de la parroquia en la que se levantó el estudio.

Al momento de ingresar la información a la parrilla, hay que tener en consideración lo siguiente:

Si la redacción es larga, sintetizar la respuesta, pero teniendo cuidado de que no se pierda la esencia de la respuesta.

- a. En el literal a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, puede existir repetición con el nombre de los platos, (preg. 1 y3), no hay inconveniente en que se repitan.
- b. En el literal a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, puede existir nombres de platos que no pertenezcan a la zona, (preg. 1 - 8), debe igualmente escribirlos en la parrilla.
- c. En el literal a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE (preg. 1-8), puede existir la posibilidad que al mismo plato lo conocen con diferentes nombres, deberá ingresar a la parrilla todos los nombres.
- d. En el literal a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARABAN CON ESTE INGREDIENTE (preg. 9), puede existir la posibilidad que al mismo ingrediente se lo conoce con diferentes nombres, deberá ingresar a la parrilla todos los nombres.
- e. En el literal b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS (preg. 1-6), se deberá especificar el lugar (macro-micro: parroquia urbana/rural, barrio, dirección).
- f. En el literal b. CONOCE USTED, QUIEN SABE COMO SE LO PREPARABA (preg. 7), deberá escribir el nombre de la persona.
- g. En el literal c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR (preg. 1-6), es posible que haya alguna asociación con el literal b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS, así se repita debe escribir la respuesta.
- h. En el literal c. LUGAR EN DONDE SE LO PUEDE ADQUIRIR (preg. 8), si en la respuesta le dijeron el mercado, feria, etc. deberán poner el nombre de la persona, o

su vez si le mencionaron un lugar, hay que especificar (macro-micro: parroquia urbana/rural, barrio, dirección).

- i. Puede existir la posibilidad, que en los literales b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS / c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR, no quisieron responder, o no sabían la responder a una de las dos preguntas; si fuese así se deberá llenar en la matriz de la siguiente manera.

NC= No contesta

NSC= No sabe contestar/Desconoce

Para la columna (A) Número de encuesta, debe ingresar el número de encuesta, de acuerdo a l ingreso de información.

Con respecto a la pregunta: 1. Cuáles platos/bebidas/postres/etc., conoce propios del sector, esta tiene tres variables:

Columna (B), a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, deberá digitalizar el nombre del plato/bebida o postre que conste en la encuesta.

Columna (C), b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS, deberá escribir el nombre del lugar, restaurante, mercado que consta en la encuesta.

Columna (D), c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR, deberá escribir el nombre de la persona, o personas que consta en la encuesta.

En relación a la pregunta: 2. Qué platos/bebidas/postres/etc. elaboran en épocas de fiestas en el sector.

Columna (E), a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, deberá digitalizar el nombre del plato/bebida o postre que conste en la encuesta.

Columna (F), b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS, deberá escribir el nombre del lugar, restaurante, mercado que consta en la encuesta.

Columna (G), c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR, deberá escribir el nombre de la persona, o personas que consta en la encuesta.

En relación a la pregunta: 3. Cuáles son los platos/bebidas/postres/ etc., que se elaboran con mayor frecuencia en este sector.

Columna (H), a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, deberá digitalizar el nombre del plato/bebida o postre que conste en la encuesta.

Columna (I), b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS, deberá escribir el nombre del lugar, restaurante, mercado que consta en la encuesta.

Columna (J), c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR, deberá escribir el nombre de la persona, o personas que consta en la encuesta.

En relación a la pregunta: 4. Cuáles son los más demandados por los visitantes en este sector.

Columna (K), a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, deberá digitalizar el nombre del plato/bebida o postre que conste en la encuesta.

Columna (L), b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS, deberá escribir el nombre del lugar, restaurante, mercado que consta en la encuesta.

Columna (M), c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR, deberá escribir el nombre de la persona, o personas que consta en la encuesta.

En relación a la pregunta: 5. Qué platos/bebidas/postres/ etc., recomendaría usted consumir al algún visitante.

Columna (N), a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, deberá digitalizar el nombre del plato/bebida o postre que conste en la encuesta.

Columna (O), b. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS, deberá escribir el nombre del lugar, restaurante, mercado que consta en la encuesta.

Columna (P), c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR, deberá escribir el nombre de la persona, o personas que consta en la encuesta.

En relación a la pregunta: 6. Qué platos/bebidas/postres/ etc., conoce que se preparaban hace años y en que han cambiado su preparación.

Columna (Q), a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, deberá digitalizar el nombre del plato/bebida o postre que conste en la encuesta.

Columnas (R-S), b. CAMBIOS EN LA PREPARACIÓN, deberá sintetizar las respuestas que se encuentran en las encuestas al momento de digitalizar en la parrilla.

En relación a la pregunta: 7. Qué platos/bebidas/postres/ etc., conoce que se preparaban hace años y que ya no se elaboran actualmente.

Columna (T), a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, deberá digitalizar el nombre del plato/bebida o postre que conste en la encuesta.

En las columnas (U-V), b. CONOCE USTED, QUIEN SABE COMO SE LO PREPARABA, deberá escribir el nombre de la persona/restaurante/lugar, que se encuentran en las encuestas.

En la relación a la pregunta: 8. Qué platos, bebidas, postres nuevos conoce:

Columna (W), a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE, deberá digitalizar el nombre del plato/bebida o postre que conste en la encuesta.

Columna (X), b. INGREDIENTE BASICO, deberá escribir el nombre del o los ingredientes básicos que consten en la encuesta.

Columna (Y), c. LUGAR EN DONDE SE LO PUEDE ADQUIRIR, deberá escribir el nombre del lugar, restaurante, mercado, persona que consta en la encuesta.

En relación a la pregunta: 9.Cuál es el ingrediente básico del sector, que más se emplea en la elaboración de platos.

Columna (Z), a. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 1, deberá escribir el nombre del ingrediente/es, que han sido denominados como ingrediente básico.

Columna (AA), a.1. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARAN CON ESTE INGREDIENTE, deberá escribir el nombre del plato, bebida o postre que se prepara/n con el ingrediente básico que consta en la columna (Z).

Columna (AB), a. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 2, deberá escribir el nombre del ingrediente/es, que han sido denominados como ingrediente básico.

Columna (AC), a.1. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARAN CON ESTE INGREDIENTE, deberá escribir el nombre del plato, bebida o postre que se prepara/n con el ingrediente básico que consta en la columna (AB).

Columna (AD), a. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 3, deberá escribir el nombre del ingrediente/es, que han sido denominados como ingrediente básico.

Columna (AE), a.1. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE QUE SE PREPARAN CON ESTE INGREDIENTE, deberá escribir el nombre del plato, bebida o postre que se prepara/n con el ingrediente básico que consta en la columna (AD).

Anexo E

Platos Propios del Cantón

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Apanados	Apanados	3	0,10%
	Camarones apanados	2	0,07%
	Corvina apanada	2	0,07%
	Pollo brosterizado	1	0,03%
Arroces	Arroz con camarón	3	0,10%
	Arroz con mariscos	3	0,10%
	Arroz con menestra	3	0,10%
	Chaulafan	2	0,07%
	Agachaditos	1	0,03%
	Arroz con chorizo	1	0,03%
	Arroz con concha	1	0,03%
	Arroz con pollo	1	0,03%
Asados	Cuy	38	1,31%
	Pollo asado/ a la braza	25	0,86%
	Pinchos	19	0,66%
	Carne asada	8	0,28%
	Parrilladas	7	0,24%
	Conchas asadas	5	0,17%
	Choclo asado	3	0,10%
	Gallina criolla asada	3	0,10%
	Maduro asado	3	0,10%
	Parrillada de mariscos	2	0,07%
	Pollo	2	0,07%
	Pollo al carbón	2	0,07%
	Asado	1	0,03%
	Atún rojo a la parrilla	1	0,03%
	Bife argentino	1	0,03%
	Carne a la piedra	1	0,03%
	Carne a la plancha	1	0,03%
	Carne en palito	1	0,03%
	Corvina asada	1	0,03%
	Cuero asado	1	0,03%
	Mayto	1	0,03%
	Pollo con papas	1	0,03%
Bebidas Calientes	Morocho dulce	78	2,69%
	Canelazos	17	0,59%
	Chocolate	7	0,24%
	Colada morada	6	0,21%
	Vino hervido	2	0,07%
	Café con leche	1	0,03%

	Chocolate con queso	1	0,03%
	Colada de plátano	1	0,03%
	Jucho	1	0,03%
	Mazamorra	1	0,03%
Bebidas Frías	Jugos Naturales	21	0,72%
	Chicha	16	0,55%
	Chicha de jora	14	0,48%
	Ponche	14	0,48%
	Rosero	10	0,35%
	Batidos	2	0,07%
	Cuajada	2	0,07%
	Sangría	2	0,07%
	Chicha de morocho	1	0,03%
	Jugo de borojó	1	0,03%
	Jugo de maracuyá	1	0,03%
	Jugo de mora	1	0,03%
	Jugo de naranja	1	0,03%
	Jugo de naranjilla	1	0,03%
	Jugo de tamarindo	1	0,03%
	Jugo de taxo	1	0,03%
	Jugo de tomate	1	0,03%
	Quaquer	1	0,03%
	Sanduche bebida	1	0,03%
	Yogurt	1	0,03%
Caldos	Caldo de patas	82	2,83%
	Caldo de gallina	71	2,45%
	Caldo de 31	57	1,97%
	Caldo de bagre	5	0,17%
	Caldo de manguera	5	0,17%
	Caldo de bolas de verde	4	0,14%
	Caldo de menudo	3	0,10%
	Caldos	2	0,07%
	Caldillo de pescado	1	0,03%
	Caldo de churos	1	0,03%
Ceviches	Ceviche	25	0,86%
	Cevichocho	10	0,35%
	Ceviche de camarón	3	0,10%
	Ceviche de concha	3	0,10%
	Banderas	1	0,03%
	Ceviche de pescado	1	0,03%
	Ceviche peruano	1	0,03%
Entremeses	Mote / con chicharrón	87	3,01%
	Tripa mishqui	62	2,14%
	Empanadas de viento	55	1,90%
	Humitas	55	1,90%
	Quimbolitos	42	1,45%
	Empanadas de morocho	36	1,24%
	Tortillas con caucara	31	1,07%
	Tamales	18	0,62%
	Mote con fritada	17	0,59%
	Morocho con empanadas	16	0,55%

Entremeses	Choclo con queso	15	0,52%
	Sanduches de pernil	13	0,45%
	Chochos con tostado	11	0,38%
	Habas con melloco	10	0,35%
	Bolones de verde	8	0,28%
	Tortillas con hornado	8	0,28%
	Choclo mote	7	0,24%
	Tortillas de maíz	7	0,24%
	Empanadas de verde	5	0,17%
	Hamburguesa	5	0,17%
	Mote pillo	5	0,17%
	Sanduches	5	0,17%
	Tripas con papas	5	0,17%
	Choclos cocinados	4	0,14%
	Tortillas con chorizo	4	0,14%
	Bonitísimas	3	0,10%
	Caucara	3	0,10%
	Empanadas de mejido	3	0,10%
	Hot Dog	3	0,10%
	Maduro con queso	3	0,10%
	Mote sucio	3	0,10%
	Tortillas	3	0,10%
	Tortillas de papa	3	0,10%
	Café con humitas	2	0,07%
	Chochos	2	0,07%
	Churos	2	0,07%
	Cueritos	2	0,07%
	Cuero reventado	2	0,07%
	Habas cocinadas	2	0,07%
	Mapahuirá	2	0,07%
	Molo	2	0,07%
	Mote con hornado	2	0,07%
	Mote con tostado	2	0,07%
	Papas con salsa de queso	2	0,07%
	Papas de la María	2	0,07%
	Tamales de gallina	2	0,07%
	Tortillas con carne	2	0,07%
	Tostado	2	0,07%
	Allullas con queso de hoja	1	0,03%
	Arepas	1	0,03%
	Bolones	1	0,03%
	Chapo	1	0,03%
	Chifles	1	0,03%
	Choclo mote y chicharrón	1	0,03%
Chulpichocho	1	0,03%	
Cuero de chancho	1	0,03%	
Empanadas chilenas	1	0,03%	
Empanadas de maíz	1	0,03%	
Empanadas de queso	1	0,03%	
Empanadas de verde con camarón	1	0,03%	
Melloco con maní	1	0,03%	

Entremeses	Mote con tripas	1	0,03%
	Muchines de yuca	1	0,03%
	Papas con salsa de maní	1	0,03%
	Papas en salsa criolla	1	0,03%
	Papas quiteñas	1	0,03%
	Queso de hoja	1	0,03%
	Queso de leche	1	0,03%
	Sanduches de jamón	1	0,03%
	Tamal lojano	1	0,03%
	Tamales de chancho	1	0,03%
	Tortillas de verde	1	0,03%
	Tripleta	1	0,03%
	Volquetero	1	0,03%
Estofados o Bistecs	Papas con cuero	90	3,11%
	Seco de chivo	46	1,59%
	Seco de gallina	30	1,04%
	Menestras	26	0,90%
	Papas con librillo	19	0,66%
	Seco de borrego	5	0,17%
	Seco de pollo	4	0,14%
	Lengua	2	0,07%
	Bistec de carne	1	0,03%
	Lengua con maní	1	0,03%
	Menestra con carne	1	0,03%
	Secos	1	0,03%
Fritos	Fritada	228	7,87%
	Llapingachos	62	2,14%
	Churrasco	18	0,62%
	Corvina	14	0,48%
	Chugchucaras	12	0,41%
	Corvina con papas	6	0,21%
	Pescado frito	6	0,21%
	Carne colorada	5	0,17%
	Pargo frito	3	0,10%
	Salchipapas	3	0,10%
	Fritada con tortillas	2	0,07%
	Tilapia	2	0,07%
	Trucha frita	2	0,07%
	Cecina	1	0,03%
	Chuletas	1	0,03%
	Chuletas con menestra	1	0,03%
	Corvina tártara	1	0,03%
	Fritada con mote	1	0,03%
	Papas con fritada	1	0,03%
	Papas fritas	1	0,03%
Plato ambateño	1	0,03%	
Horneados	Hornado	147	5,07%
	Pizza	10	0,35%
	Bille	1	0,03%
	Conejo	1	0,03%
	Conejo con papas	1	0,03%

	Pernil de cerdo	1	0,03%
	Pollo criollo al horno	1	0,03%
	Pollo horneado	1	0,03%
Otros	Comida china	1	0,03%
	Comida típica	1	0,03%
	Sambo	1	0,03%
	Tacos	1	0,03%
	Tallarín especial	1	0,03%
Postres	Dulce de higos	50	1,73%
	Colaciones	49	1,69%
	Quesadillas	28	0,97%
	Pristiños	17	0,59%
	Dulce de leche	14	0,48%
	Espumilla	14	0,48%
	Helados de paila	13	0,45%
	Helados	10	0,35%
	Higos confitados	7	0,24%
	Arroz de leche	6	0,21%
	Come y bebe	6	0,21%
	Ensalada de frutas	6	0,21%
	Maní de dulce	6	0,21%
	Mistelas	6	0,21%
	Biscochos	5	0,17%
	Delicados	5	0,17%
	Emborrajados	5	0,17%
	Rompope	5	0,17%
	Buñuelos	3	0,10%
	Moncaibas	3	0,10%
	Tostado de dulce	3	0,10%
	Aplanchados	2	0,07%
	Chimborazos	2	0,07%
	Dulce de sambo	2	0,07%
	Dulce de zapallo	2	0,07%
	Pan de yuca	2	0,07%
	Postre 3 leches	2	0,07%
	Suspiros	2	0,07%
	Alfajores	1	0,03%
	Alfeñiques	1	0,03%
	Almendras tostadas	1	0,03%
	Babaco en almíbar	1	0,03%
	Caca de perro	1	0,03%
	Chocolatines	1	0,03%
	Cocadas	1	0,03%
	Dulce de babaco	1	0,03%
	Dulce de guayaba	1	0,03%
	Dulce de tomate de árbol	1	0,03%
	Dulces	1	0,03%
	Flan De Coco	1	0,03%
	Pastel de frutas	1	0,03%
Frutillas con crema	1	0,03%	
Habas enconfitadas	1	0,03%	

Postres	Hostias	1	0,03%
	Manizados	1	0,03%
	Melvas	1	0,03%
	Pan de dulce	1	0,03%
	Pan de yuca con yogurt	1	0,03%
	Pasta mil hojas	1	0,03%
	Pastel de maqueño	1	0,03%
	Pastel de plátano	1	0,03%
	Pasteles	1	0,03%
	Volteados de piña	1	0,03%
	Sopas	Yahuarlocro	145
Locro de papas		73	2,52%
Locro con cuero		24	0,83%
Arroz de cebada		17	0,59%
Fanesca		16	0,55%
Encebollado		13	0,45%
Sancocho		13	0,45%
Ají de carne		8	0,28%
Colada de churos		8	0,28%
Aguado de gallina		7	0,24%
Ají de cuy		7	0,24%
Sopa de quinua		7	0,24%
Timbushca		6	0,21%
Ají de librillo		4	0,14%
Ají de pata		4	0,14%
Locro con queso		4	0,14%
Locro de sambo		4	0,14%
Sopa de bolas de verde		4	0,14%
Ají		3	0,10%
Cariucho		3	0,10%
Cariucho de patas		3	0,10%
Cazuela		3	0,10%
Consomé		3	0,10%
Sopa de arroz de Cebada		3	0,10%
Viche de pescado		3	0,10%
Ají Yacu		2	0,07%
Colada de machica		2	0,07%
Polla ronca		2	0,07%
Sopa de fideo		2	0,07%
Sopa de lentejas		2	0,07%
Sopa de lluzpas		2	0,07%
Sopa de mellocos		2	0,07%
Sopa de verduras		2	0,07%
Aji de queso		1	0,03%
Arvejas con guineo		1	0,03%
Cazuela de mariscos		1	0,03%
Colada de horno		1	0,03%
Colada de maíz		1	0,03%
Colada de morocho		1	0,03%
Crema de tomate		1	0,03%
Criadillas	1	0,03%	

Sopas	Locro de acelga	1	0,03%
	Locro de choclo	1	0,03%
	Locro quiteño	1	0,03%
	Puchero	1	0,03%
	Repe	1	0,03%
	Sancocho serrano	1	0,03%
	Sola Juliana	1	0,03%
	Sopa bolas de maíz	1	0,03%
	Sopa chorreada	1	0,03%
	Sopa de acelga	1	0,03%
	Sopa de bolas de maíz	1	0,03%
	Sopa de frejol	1	0,03%
	Sopa de mote	1	0,03%
	Sopa de pollo	1	0,03%
	Sopa de verde	1	0,03%
	Sopas	1	0,03%
	Vísceras	Menudo	62
Guatita		56	1,93%
Librillo		31	1,07%
Morcilla		9	0,31%
Chanfaina		2	0,07%
Menudencias		2	0,07%
Mondongo		1	0,03%
Total general		2897	100,00%

Platos que se Preparan en este Cantón en Épocas de Fiestas.

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Arroces	Arroz con menestra	1	0,05%
	Arroz marinero	1	0,05%
	Arroz moro	1	0,05%
Asados	Cuy asado	32	1,53%
	Pinchos	14	0,67%
	Parrilladas	10	0,48%
	Pollo asado	6	0,29%
	Pollo al carbón	3	0,14%
	Conejo	2	0,1%
	Pollo a la brasa	1	0,05%
Bebidas Calientes	Colada morada	301	14,4%
	Canelazo	89	4,26%
	Morocho	51	2,44%
	Arroz de leche	50	2,39%
	Vino hervido	8	0,38%

	Champús	7	0,33%
	Jucho	7	0,33%
	Rosero	5	0,24%
	Guayusa	4	0,19%
	Trigo de leche	4	0,19%
	Chocolate	3	0,14%
	Colada de morocho	2	0,1%
	Café	1	0,05%
	Hervidos	1	0,05%
	Puchero	1	0,05%
Bebidas Frías	Chicha	28	1,34%
	Chicha de Jora	13	0,62%
	Colas	9	0,43%
	Ponche	5	0,24%
	Sangría	4	0,19%
	Jugos naturales	3	0,14%
	Chaguramishqui	1	0,05%
	Cocteles	1	0,05%
	Horchata	1	0,05%
	Margaritas	1	0,05%
Caldos	Caldo de patas	23	1,1%
	Caldo de gallina	19	0,91%
	Caldo de 31	2	0,1%
Caldos	Caldo de bagre	2	0,1%
Ceviches	Ceviche	18	0,86%
	Cevichochos	4	0,19%
Entremeses	Guaguas de pan	73	3,49%
	Molo	38	1,82%
	Humitas	26	1,24%
	Empanadas	23	1,10%
	Quimbolitos	21	1,00%
	Tamales	16	0,77%
	Empanadas de morocho	15	0,72%
	Mote con chicharrón	13	0,62%
	Empanadas de viento	10	0,48%
	Tortillas con caucara	5	0,24%
	Mote	4	0,19%
	Mote con fritada	4	0,19%
	Tripa mishqui	4	0,19%
	Ayacas	3	0,14%
	Salchipapas	3	0,14%
Tortillas	3	0,14%	

	Choclo con queso	2	0,10%
	Tamales de gallina	2	0,10%
	Ají	1	0,05%
	Alitas B.B.Q.	1	0,05%
	Allullas	1	0,05%
	Biscochos	1	0,05%
	Bolones	1	0,05%
	Buñuelos	1	0,05%
	Cascarita	1	0,05%
	Chochos con chulpi	1	0,05%
	Chochos con tostado	1	0,05%
	Choclo mote	1	0,05%
	Choclos asados	1	0,05%
	Dulces tradicionales	1	0,05%
	Emborrajados	1	0,05%
	Habas con queso y ají	1	0,05%
	Hamburguesas	1	0,05%
	Huevos duros pintados	1	0,05%
	Maduros asados	1	0,05%
	Mote pillo	1	0,05%
	Pan de finados	1	0,05%
	Pan de pascua	1	0,05%
Entremeses	Puré	1	0,05%
	San duche de pernil	1	0,05%
	Sanduches	1	0,05%
	Shawarmas	1	0,05%
	Tamales de maíz	1	0,05%
	Tamales de pollo	1	0,05%
	Tortilla con fritada	1	0,05%
	Tortillas con carne	1	0,05%
	Tortillas con chorizo	1	0,05%
	Tortillas con hornado	1	0,05%
	Ushucuta	1	0,05%
	Viche	1	0,05%
Estofados o Bistecs	Papas con cuero	10	0,48%
	Seco de chivo	9	0,43%
	Seco de gallina	5	0,24%
	Papas con gallina	1	0,05%
	Papas con librilla	1	0,05%
	Papas con queso	1	0,05%
	Pollo criollo	1	0,05%
	Trucha	1	0,05%

	Trucha con champiñones	1	0,05%
Fritos	Fritada	83	3,97%
	Llapingachos	10	0,48%
	Corvina con papas	8	0,38%
	Pescado frito	5	0,24%
	Chugchucaras	3	0,14%
	Churrasco	3	0,14%
	KFC	2	0,10%
	Pargo frito	2	0,10%
	Pollo	2	0,10%
	Corvina tártara	1	0,05%
	Pescados y mariscos	1	0,05%
	Pollo frito con papa y salsa	1	0,05%
Horneados	Hornado	92	4,41%
	Pavo al horno	22	1,05%
	Pollo al horno	7	0,33%
	Pavo relleno	3	0,14%
	Pollo navideño	3	0,14%
	Pizza	2	0,10%
	Cuy al horno	1	0,05%
	Cochinillo	1	0,05%
Otros	Lasaña	1	0,05%
	Comida típica	2	0,10%
Postres	Pristiños	97	4,64%
	Buñuelos	71	3,40%
	Dulce de higos	62	2,97%
	Colaciones	11	0,53%
	Dulces tradicionales	9	0,43%
	Dulce de leche	8	0,38%
	Mistelas	8	0,38%
	Espumilla	6	0,29%
	Helados de paila	6	0,29%
	Quesadillas	6	0,29%
	Helados	3	0,14%
	Alfajores	2	0,10%
	Churros	2	0,10%
	Cocadas	2	0,10%
	Dulce de guayaba	2	0,10%
	Higos confitados	2	0,10%
	Alfeñique	1	0,05%
	Algodón de azúcar	1	0,05%
	Dulce de arroz	1	0,05%

	Dulce de sambo	1	0,05%
	Dulce de zapallo	1	0,05%
	Ensalada de frutas	1	0,05%
	Manzanas con dulce	1	0,05%
	Miel con queso	1	0,05%
	Pastel de piña	1	0,05%
	Pasteles de frutilla	1	0,05%
	Queso con miel	1	0,05%
	Rompopo	1	0,05%
	Roscas de coco	1	0,05%
	Roscones	1	0,05%
	Torta de maqueño	1	0,05%
	Tortas frías	1	0,05%
Sopas	Fanesca	336	16,08%
	Yahuarlocro	34	1,63%
	Encebollados	20	0,96%
	Ají de cuy	4	0,19%
	Locro de cuero	4	0,19%
	Locro de papas	4	0,19%
	Ají de librillo	2	0,10%
	Locro de cuy	2	0,10%
	Cariucho	1	0,05%
	Cazuela	1	0,05%
	Repe	1	0,05%
	Sancocho	1	0,05%
Sopas	Sopa de bolas de verde	1	0,05%
	Sopa de marisco	1	0,05%
	Sopa de queso y quinua	1	0,05%
	Sopas	1	0,05%
Vísceras	Menudo	19	0,91%
	Guatita	8	0,38%
	Cortaditos	1	0,05%
	Lengua con maní ají yacu	1	0,05%
	Librillo	1	0,05%
	Morcilla	1	0,05%
Total general		2090	100%

Platos que se Elaboran con Mayor Frecuencia.

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Arroces	Arroz con camarón	1	0,05%
	Arroz con carne	1	0,05%

	Arroz marinero	1	0,05%
	Arroz y pescado	1	0,05%
	Chanfaina	1	0,05%
	El chifa	1	0,05%
Asados	Pollo asado /a la brasa	44	2,13%
	Pinchos	24	1,16%
	Cuy	12	0,58%
	Carne asada	11	0,53%
	Parrilladas	4	0,19%
	Conchitas asadas	3	0,15%
	Cuero asado	2	0,10%
	Pollo con papas	2	0,10%
	Carne a la piedra	1	0,05%
	Pollos al carbón	1	0,05%
Bebidas Frías	Jugos naturales	42	2,03%
	Ponche	8	0,39%
	Chicha	4	0,19%
	Chicha de jora	3	0,15%
	Batidos	4	0,20%
	Yogurt	1	0,05%
	Sangría	1	0,05%
	Rosero	1	0,05%
	Quaker	2	0,10%
	Malteadas	1	0,05%
	Limonada/colas	1	0,05%
	Jugo de mora y guayaba	1	0,05%
	Jugo de coco	1	0,05%
	Jugo de alfalfa	1	0,05%
	Coctelitos	1	0,05%
	Chicha de morocho	1	0,05%
	Chicha de avena	1	0,05%
Caldos	Caldo de gallina	58	2,81%
	Caldo de patas	57	2,76%
	Caldo de 31	29	1,41%
	Sancocho	5	0,24%
	Caldo de bagre	3	0,15%
	Caldo de manguera	1	0,05%
	Caldo de menudo	1	0,05%
Ceviches	Ceviche	36	1,74%
	Cevichocho	7	0,34%
	Ceviche de camarón	3	0,15%
	Ceviche mixto	2	0,10%
	Ceviche de chocho	1	0,05%
	Ceviche de pescado	1	0,05%
Entremeses	Mote con chicharrón/con fritada	70	3,40%
	Humitas	49	2,37%

	Mote	46	2,23%
	Empanadas	36	1,74%
	Tripa mishqui	28	1,36%
	Tortillas con caucara	23	1,11%
	Sanduches	22	1,07%
	Quimbolitos	20	0,97%
	Tripas	19	0,92%
	Chochos con tostado	16	0,78%
	Empanadas de viento	14	0,68%
	Hamburguesa	13	0,63%
	Choclo con queso	11	0,53%
	Salchipapas	9	0,44%
	Empanadas de morocho	8	0,39%
	Tamales	8	0,39%
	Tortillas	8	0,39%
	Papas fritas	8	0,39%
	Hot dog	6	0,29%
Entremeses	Choclo asado	5	0,24%
	Habas con melloco	5	0,24%
	Sanduches de Pernil	5	0,24%
	Choclo mote	5	0,24%
	Empanadas de mejido	4	0,19%
	Tortillas de papa	4	0,19%
	Choclos	3	0,15%
	Maduro asado	3	0,15%
	Tortillas con carne	3	0,15%
	Tortillas con chorizo	3	0,15%
	Tortillas de maíz	3	0,15%
	Bolones de verde	2	0,10%
	Café con humitas	2	0,10%
	Chochos	2	0,10%
	Pan de yuca	2	0,10%
	Papipollo	2	0,10%
	Plátano asado	2	0,10%
	Shawarma	2	0,10%
	Bolas de verde	1	0,05%
	Café con empanadas	1	0,05%
	Caucara	1	0,05%
	Chifles con canguil	1	0,05%
	Chochos con chulpi	1	0,05%
	Choclos a la parrilla	1	0,05%
	Choclos cocinados	1	0,05%
	Choclos con habas	1	0,05%
	Cuero de chancho	1	0,05%
	Cuero reventado	1	0,05%
	Empanadas de carne	1	0,05%

	Empanadas de harina de maíz	1	0,05%
	Empanadas de queso	1	0,05%
	Empanadas de verde	1	0,05%
	Habas	1	0,05%
	Maduro con queso	1	0,05%
	Mote choclo	1	0,05%
	Pan	1	0,05%
	Queso de hoja	1	0,05%
	Tortilla con hornado	1	0,05%
	Tortillas de verde	1	0,05%
	Tripleta	1	0,05%
Estofados o Bistecs	Papas con cuero	66	3,20%
	Seco de chivo	28	1,36%
	Seco de gallina	18	0,87%
	Menestra	13	0,63%
	Seco de pollo	12	0,58%
	Papas con librilla	11	0,53%
	Carnes	5	0,24%
	Papas con cuy	5	0,24%
	Almuerzos	2	0,10%
	Secos	2	0,10%
Estofados o Bistecs	Lengua	1	0,05%
	Lengua en salsa de maní	1	0,05%
	Papas con caucara	1	0,05%
	Papas con chicharrón	1	0,05%
	Papas de la María	1	0,05%
	Seco de borrego	1	0,05%
	Seco de carne	1	0,05%
Fritos	Fritada	243	11,78%
	Llapingachos	24	1,16%
	Corvina frita	12	0,58%
	Churrasco	8	0,39%
	Corvina con papas	5	0,24%
	Pescado frito	5	0,24%
	Pollo brosterizado	4	0,19%
	Chugchucaras	3	0,15%
	Mariscos	3	0,15%
	Pargo frito	2	0,10%
	Pescados	2	0,10%
	Carne colorada	1	0,05%
	Cecina	1	0,05%
	Parrillada de mariscos	1	0,05%
Horneados	Hornado	118	5,71%
	Pizza	12	0,58%
	Pollo al horno	2	0,10%
Postres	Quesadillas	19	0,92%

	Colaciones	18	0,87%
	Helados	16	0,78%
	Dulce de higos	15	0,73%
	Arroz con leche	10	0,48%
	Espumilla	10	0,48%
	Maní dulce	8	0,39%
	Higos confitados	6	0,29%
	Buñuelos	5	0,24%
	Chocolate	5	0,24%
	Helados de paila	5	0,24%
	Biscochos	4	0,19%
	Ensalada de frutas	3	0,15%
	Aplanchados	2	0,10%
	Postres	2	0,10%
	Pristiños	2	0,10%
	Suspiros	2	0,10%
	Alfajores	1	0,05%
Postres	Dulce de leche	1	0,05%
	Dulce de morocho	1	0,05%
	Flan	1	0,05%
	Guagua de pan	1	0,05%
	Mango	1	0,05%
	Melcocha	1	0,05%
	Melvas	1	0,05%
	Mil Hojas	1	0,05%
	Moncaibas	1	0,05%
	Naranjas	1	0,05%
	Pan / tortas	1	0,05%
	Pastas	1	0,05%
	Pasteles	1	0,05%
	Rompope	1	0,05%
	Sandía	2	0,10%
	Tostado de dulce	1	0,05%
	Tres leches	1	0,05%
	Turrone	1	0,05%
	Sopas	Yahuarlocro	93
Encebollado		29	1,41%
Locro de papa		22	1,07%
Arroz de cebada		6	0,29%
Sopa de fideo		5	0,24%
Aguado de gallina		4	0,19%
Fanesca		4	0,19%
Sopas		4	0,19%
Locro de cuero		3	0,15%
Locros		3	0,15%
Sopa de pollo		3	0,15%

	Cariucho	2	0,10%
	Cazuela	2	0,10%
	Colada de churos	4	0,20%
	Consomé	2	0,10%
	Sopa de lentejas	2	0,10%
	Sopa de quinua	2	0,10%
	Cazuela de mariscos	1	0,05%
	Gallina criolla	1	0,05%
	Locro de mote	1	0,05%
	Locro de queso	1	0,05%
	Sopa de habas	1	0,05%
	Sopa de mote	1	0,05%
	Sopa Juliana	1	0,05%
	Timbushca	1	0,05%
Vísceras	Guatita	57	2,76%
	Menudo	48	2,33%
	Librillo	11	0,53%
	Morcilla	8	0,39%
	Menudo con morcilla	2	0,10%
	Menudencias	1	0,05%
Bebidas Calientes	Morocho de dulce	66	3,20%
	Canelazo	12	0,58%
	Colada morada	3	0,15%
	Vino hervido	3	0,15%
	Chocolate caliente	2	0,10%
	Cortaditos	1	0,05%
	Guayusa	1	0,05%
N/C	N/C	2	0,10%
	NSC	1	0,05%
TOTAL		2064	100,00%

Platos más Demandados por los Visitantes

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Apanados	Apanado	1	0,05%
Arroces	Arroz con mariscos	2	0,11%
	Arroz con camarón	1	0,05%
	Arroz con carne	1	0,05%
	Arroz de cebada	1	0,05%
	Chanfaina	1	0,05%
	Chaulafan	1	0,05%
Asados	Pinchos	30	1,63%
	Pollo asado	33	1,80%
	Cuy asado con papas	12	0,65%

	Carne asada	9	0,49%
	Shawarma	5	0,27%
	Choclo asado	4	0,22%
	Carnes	2	0,11%
	Conchitas asada	2	0,11%
	Parrilladas	2	0,11%
	Carne a la piedra	1	0,05%
	Cuero asado	1	0,05%
	Cuy con ají	1	0,05%
	Plátano asado	1	0,05%
	Pollo al carbón	1	0,05%
Bebidas Calientes	Morocho dulce	43	2,33%
	Canelazos	8	0,44%
	Chocolate	6	0,33%
	Colada morada	5	0,27%
	Vino hervido	2	0,11%
	Café	1	0,05%
	Café con leche	1	0,05%
	Guayusa	1	0,05%
Bebidas Frías	Jugos naturales	24	1,31%
	Cervezas	14	0,76%
	Ponche	11	0,60%
	Colas	8	0,43%
	Batidos de frutas	2	0,11%
	Chicha	3	0,16%
	Chicha de jora	2	0,11%
	Chucula	1	0,05%
	Sangría	1	0,05%
Caldos	Caldo de gallina	64	3,48%
	Caldo de patas	47	2,56%
	Caldo de 31	30	1,63%
	Caldo de bagre	3	0,16%
	Sancocho	2	0,11%
	Caldo de manguera	1	0,05%
	Caldos	1	0,05%
Ceviches	Ceviches	42	2,28%
	Cevichochos	11	0,60%
	Ceviche de camarón	7	0,38%
	Mariscos	3	0,16%
Entremeses	Mote con chicharrón o fritada	58	3,16%
	Humitas	44	2,39%
	Tripa mishque	40	2,17%
	Mote	43	2,34%
	Empanadas	32	1,74%
	Sanduches	24	1,31%

	Tortillas con caucara	23	1,25%
	Quimbolitos	19	1,03%
	Choclos con queso	11	0,60%
	Tortillas de papa	11	0,60%
	Empanadas de morocho	10	0,54%
	Sanduches de pernil	9	0,49%
	Chochos con tostado	8	0,44%
	Tamales	7	0,38%
	Hot Dog	6	0,33%
	Choclo mote	5	0,27%
	Café con humitas	4	0,22%
	Habas con melloco	3	0,16%
	Tortillas con chorizo	3	0,16%
	Tortillas de maíz	3	0,16%
	Bolones	2	0,11%
	Choclos cocinados	2	0,11%
	Maduros con queso	2	0,11%
	Ají	1	0,05%
	Allullas con queso de hoja	1	0,05%
	Arepas	1	0,05%
	Camotillos	1	0,05%
	Chochos	1	0,05%
	Chulpi	1	0,05%
	Comida rápida	1	0,05%
	Habas tostadas	1	0,05%
	Habas y choclos	1	0,05%
	Maduro asado	1	0,05%
	Maní tostado	1	0,05%
	Pan de yuca	1	0,05%
	Papas de la María	1	0,05%
	Patacones	1	0,05%
	Tamales lojanos	1	0,05%
	Tortillas con carne	1	0,05%
Estofados o Bistecs	Papas con cuero	57	3,10%
	Seco de chivo	22	1,20%
	Menestras	12	0,65%
	Seco de pollo	11	0,60%
	Seco de gallina	6	0,33%
	Papas con librilla	5	0,27%
	Escabeche	3	0,16%
	Secos	3	0,16%
	Menestra de porotos	1	0,05%
	Sango de choclo	1	0,05%
	Seco de borrego	1	0,05%
	Seco de carne	1	0,05%
Fritos	Fritada	227	12,34%

	Salchipapas	27	1,47%
	Llapingachos	16	0,87%
	Corvina con papas	17	0,93%
	Pescado frito	10	0,54%
	Churrasco	8	0,44%
	Hamburguesas	7	0,38%
	Chuchucas	5	0,27%
	Papas fritas	5	0,27%
	Pargo frito	2	0,11%
	Pollo broster	2	0,11%
	Caucara	1	0,05%
	Cecina	1	0,05%
	Chuletas	1	0,05%
	Papi pollo	1	0,05%
	Pollo frito	1	0,05%
Horneados	Hornado	127	6,89%
	Pizza	30	1,63%
	Pernil	1	0,05%
N/C	N/C	2	0,11%
Postres	Helados	27	1,47%
	Quesadillas	21	1,14%
	Colaciones	11	0,60%
	Dulce de higos	10	0,55%
	Espumilla	6	0,33%
	Helados de paila	6	0,33%
	Maní de dulce	6	0,33%
	Arroz de leche	5	0,27%
	Pristiños	3	0,16%
	Ensalada de frutas	2	0,11%
	Chimborazo	1	0,05%
	Dulces	1	0,05%
	Guagua de pan	1	0,05%
	Higos confitados	1	0,05%
	Mango con sal	1	0,05%
	Naranjas	1	0,05%
	Pastas	1	0,05%
	Sandias	1	0,05%
	Suspiros	1	0,05%
	Tres leches	1	0,05%
Sopas	Yahuarlocro	81	4,40%
	Encebollado	36	1,96%
	Locro de papas	22	1,20%
	Librillo	12	0,65%
	Sopa de fideo	3	0,16%
	Ají de cuy	2	0,11%
	Sopa de bolas de verde	2	0,11%

	Aguado de gallina	1	0,05%
	Almuerzos	1	0,05%
	Cangrejada	2	0,10%
	Cariucho	1	0,05%
	Chupe de mariscos	1	0,05%
	Colada de churos	1	0,05%
	Consomé	1	0,05%
	Fanesca	1	0,05%
	Locro de acelga	1	0,05%
	Sopa de bolas de maíz	1	0,05%
	Sopa de menudo	1	0,05%
	Sopa de pollo	1	0,05%
	Sopa de quinua	1	0,05%
Vísceras	Menudo	48	2,61%
	Guatita	38	2,07%
	Morcilla	8	0,44%
	Menudencias	1	0,05%
TOTAL		1839	100,00%

Platos que Recomendaría Consumir a los Visitantes

TIPO DE PLATO	a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Apanados	Apanado	4	0,22%
Arroces	Arroz con camarón	2	0,11%
	Arroz con pollo	2	0,11%
	Arroz con mariscos	1	0,05%
	Arroz marinero	1	0,05%
	Chanfaina	1	0,05%
Asados	Cuy	37	2,01%
	Pollo asado o la brasa	27	1,46%
	Parrilladas	9	0,49%
	Carne asada	6	0,32%
	Conchas asadas	4	0,22%
	Pinchos	4	0,22%
	Pollo al carbón	3	0,16%
	Cueros asados	1	0,05%
	Pernil de cerdo	1	0,05%
Bebidas Calientes	Morocho de dulce	73	3,96%
	Colada morada	29	1,57%
	Canelazos	26	1,41%
	Chocolate	5	0,27%
	Vino hervido	5	0,27%
	Chocolate con queso	3	0,16%
	Chocolate espeso	1	0,05%

	Chucula	1	0,05%
	Guayusa	1	0,05%
	Hervidos	1	0,05%
Bebidas Frías	Jugos naturales	26	1,41%
	Chicha	19	1,03%
	Ponche	12	0,65%
	Chicha de jora	8	0,43%
	Rosero	4	0,22%
	Sangría	3	0,16%
	Jugo de tomate	2	0,11%
	Aguas frescas	1	0,05%
	Batido de coco	1	0,05%
	Batidos	1	0,05%
	Bebas	1	0,05%
	Jugo de alfalfa	1	0,05%
	Limonadas	1	0,05%
	Quaker	1	0,05%
	Sábila y horchata	1	0,05%
	Yogurt	1	0,05%
Caldos	Caldo de gallina	37	2,00%
	Caldo de patas	29	1,57%
	Caldo de 31	13	0,70%
	Sancocho	5	0,27%
	Caldo de bagre	2	0,11%
	Caldo de bolas de verde	2	0,11%
	Caldo bolas de verde	1	0,05%
	Caldo de manguera	1	0,05%
	Caldo de menudo	1	0,05%
	Caldos	1	0,05%
Ceviches	Ceviche	45	2,44%
	Cevichochos	10	0,54%
	Ceviche de camarón	6	0,32%
	Ceviche de concha	3	0,16%
	Banderas	1	0,05%
	Ceviche de calamar	1	0,05%
	Ceviche de cangrejos	1	0,05%
	Ceviche de chocho	1	0,05%
	Ceviche mixto concha camarón	1	0,05%
	Ceviches y mariscos	1	0,05%
Ensaladas frías	Ensalada de chochos	1	0,05%
Entremeses	Humitas	56	3,03%
	Quimbolitos	36	1,95%
	Empanadas	32	1,73%
	Mote con chicharrón	32	1,73%
	Mote	24	1,30%
	Quesadillas	21	1,14%

	Empanada de morocho	18	0,97%
	Empanada de viento	18	0,97%
	Tortillas con caucara	15	0,81%
	Tripas	20	1,08%
	Tamales	10	0,54%
	Sanduches de pernil	9	0,49%
	Choclo con queso	9	0,48%
	Sanduches	7	0,38%
	Mote con fritada	6	0,32%
	Tortilla de maíz	6	0,32%
	Tortillas	6	0,32%
	Chochos con tostado	5	0,27%
	Maduro con queso	4	0,22%
	Pan de yuca	4	0,22%
	Choclo mote	3	0,16%
	Guagua de pan	3	0,16%
	Humitas con café	3	0,16%
	Ají de chochos	4	0,21%
	Habas con mellocos	2	0,11%
	Maduro asado	2	0,11%
	Almejas	1	0,05%
	Bolones	1	0,05%
	Bolones de verde	1	0,05%
	Bonitísimas	1	0,05%
	Café con humitas	1	0,05%
	Chochos con chulpi	1	0,05%
	Choclo con mapahuirá	1	0,05%
	Chulpichocho	1	0,05%
	Comida típica	1	0,05%
	Empanada de verde	1	0,05%
	Empanadas de mejido	1	0,05%
	Habas	1	0,05%
	Habas con queso	1	0,05%
	Hamburguesas	1	0,05%
	Hot dog	1	0,05%
	Maduro frito	1	0,05%
	Mote con hornado	1	0,05%
	Mote con pernil	1	0,05%
	Mote pillo	1	0,05%
	Queso de hoja	1	0,05%
	Salchipapa	1	0,05%
	Tortilla de trigo	1	0,05%
	Tortillas con chorizo	1	0,05%
	Tortillas con hornado	1	0,05%
	Tripleta	1	0,05%
Estofados o	Papas con cuero	35	1,89%

Bistecs			
	Seco de chivo	21	1,14%
	Menestra	8	0,43%
	Seco de gallina	7	0,38%
	Corvina con papas	6	0,32%
	Seco de pollo	5	0,27%
	Papas con librillo	3	0,16%
	Secos	3	0,16%
	Carne a la piedra	2	0,11%
	Seco de borrego	2	0,11%
	Camarones encocados	1	0,05%
	Mariscos	1	0,05%
	Papas con cuy	1	0,05%
	Papas de la María	1	0,05%
	Seco de pata	1	0,05%
Fritos	Fritada	215	11,64%
	Llapingachos	34	1,84%
	Corvina frita	12	0,65%
	Chuchucas	8	0,43%
	Churrasco	6	0,32%
	Pescado frito	6	0,32%
	Trucha frita	4	0,22%
	Caucara	2	0,11%
	Chuleta frita	2	0,11%
	Pargo frito	2	0,11%
	Pollo frito	2	0,11%
	Camotillo frito	1	0,05%
	Cecina	1	0,05%
	Papipollo	1	0,05%
	Plátano frito	1	0,05%
	Pollo brosterizado	1	0,05%
	Horneados	Hornado	118
Pizzas		2	0,11%
Hornado con mote		1	0,05%
Hornado y tortillas		1	0,05%
Postres	Dulce de higos	35	1,90%
	Colaciones	29	1,57%
	Helados de paila	19	1,03%
	Pristiños	18	0,97%
	Helados	15	0,80%
	Espumilla	11	0,60%
	Ensalada de frutas	9	0,49%
	Arroz de leche	8	0,43%
	Buñuelos	7	0,38%
	Maní de dulce	4	0,22%
	Pastel de maqueño	4	0,22%

	Emborrajados	3	0,16%
	Higos confitados	3	0,16%
	Suspiros	3	0,16%
	Come y bebe	2	0,11%
	Melcochas	2	0,11%
	Mistelas	2	0,11%
	Aplanchados	1	0,05%
	Caca de perro	1	0,05%
	Chimborazo	1	0,05%
	Churros	1	0,05%
	Dulce de leche	1	0,05%
	Dulce de uvillas	1	0,05%
	Dulces	1	0,05%
	Flan	1	0,05%
	Habas enconfitadas	1	0,05%
	Higos	1	0,05%
	Maíz enconfitado	1	0,05%
	Maní enconfitado	1	0,05%
	Ocas con leche	1	0,05%
	Torta de chocolate	1	0,05%
Sopas	Yahuarlocro	96	5,20%
	Locro de papa	36	1,95%
	Fanesca	21	1,14%
	Encebollado	16	0,87%
	Locro de cuero	8	0,43%
	Locro	6	0,32%
	Locro con queso	3	0,16%
	Aguado de gallina	2	0,11%
	Cazuela	2	0,11%
	Sopa bolas de verde	2	0,11%
	Sopa de pollo	2	0,11%
	Sopa de quinua	2	0,11%
	Ají de cuy	1	0,05%
	Arroz de cebada	1	0,05%
	Cariucho	1	0,05%
	Chupe de pescado	1	0,05%
	Sopa de lentejas	1	0,05%
	Sopa de papas	1	0,05%
	Sopa de zapallo	1	0,05%
	Sopa marinera	1	0,05%
	Sopas	1	0,05%
Vísceras	Menudo	35	1,89%
	Guatita	21	1,14%
	Librillo	1	0,05%
	Morcilla	1	0,05%
	Ubre en salsa de maní	1	0,05%

N/C	NSC	2	0,11%
Otros	Langosta	1	0,05%
	Platos típicos	1	0,05%
TOTAL		1847	100,00%

Anexo F

Ficha de Entrevistas

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACION	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localidad:	Comunidad:
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
Nombre del plato/bebida/postre						
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre						
Tipo de plato/bebida/postre						
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)						
Lugares más cercanos al lugar de preparación						
Características	Ingredientes					
	Ingrediente principal					
	Preparación					
	Acompañamiento					
	Combinación/sustitución de productos					

	Nombre de los platos con el ingrediente base	
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)	
Utensilios para la preparación	Ollas de barro	
	Horno de barro	
	utensilios de madera	
	cocina a leña	
	Otros:	
Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	
	Significado que posee el plato	
	Historia	
	Usos	
	Qué representa	
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	
	Por qué se prepara en estas fiestas	
	Relación con mitos/leyendas	
	Relación con las fiestas	
	Lugares en donde se elabora	
	Quién los elabora	
	Quienes lo consumen	

Instituciones/org anizaciones	Promocionan el plato	
	Comercializan el plato	
Centros de producción del ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	
	Comercializan	
	Mercados (al mayorista)	
	Mercados (al minorista)	
Producción del Ingrediente base	Área	
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	
	Provincia	
	Población	
	Épocas de producción	

**UNIVERSIDAD TECNICA PARTICULAR DE LOJA
CENTRO DE INVESTIGACIONES TURISTICAS CEITUR
MANUAL DE LA ENTREVISTA**

Para aplicar las entrevistas deberá tener en consideración lo siguiente.

5. FUNCIONES DEL ENTREVISTADOR.

- Informar a su director en caso de presentarse algún problema en la realización de su trabajo.
- Remitirse sólo a realizar las preguntas que contiene la entrevista.
- Terminado el trabajo de campo, el entrevistador debe revisar la información y tippearla para posteriormente tabular, y luego enviar a su director (archivo tabulado y las grabaciones en digital).

6. MATERIAL PARA EL ENCUESTADOR.

El encuestador debe llevar consigo los siguientes materiales para cumplir su labor:

- Elementos del trabajo:
 - Manual del entrevistador
 - Entrevistas (el número de entrevistas dependerá de la selección que se realice conjuntamente el director con los estudiantes)
 - Tablero, lápiz, y/o portaminas, borrador, bolsas manilas, y bolsas plásticas.
 - Cámara de fotos
 - Celular u otro equipo que permita grabar en digital

7. NORMAS GENERALES A OBSERVAR POR EL ENTREVISTADOR

- Presentación personal adecuada.
- Utilice un lenguaje claro y sencillo.
- Debe presentarse como profesional en formación de la UTPL.
- Explicar en términos claros el objetivo de la entrevista.
- Comentar la importancia de la veracidad de toda la información.

- Si alguna persona encuestada, se niega a dar información, usted no debe discutir con ella ni presionarla.
- Debe explicar que el hecho de que la encuesta se realiza no es a una persona en particular, sino a varias.

8. NORMAS A OBSERVAR DURANTE LA ENTREVISTA

- Revisar la entrevista varias veces, de manera que se familiarice con la estructura de la misma, así como de las preguntas.
- No comentar ni discutir cuestiones políticas, religiosas, íntimas u otros temas de carácter personal que no contemple la entrevista.
- No mostrar sorpresa o desagrado ante las respuestas. La posición del entrevistador debe ser neutral.
- No desesperarse, ni perder la calma. Recuerde que su actitud durante la entrevista afecta la disposición del entrevistado.
- Mantener un ritmo constante durante la entrevista, de tal manera que permita al entrevistado expresar sus respuestas completas.
- La solicitud y registro de los datos debe hacerse en el mismo orden de las preguntas contenidas en la encuesta con el fin de evitar omisiones.
- En ningún caso deduzca, sugiera o infiera respuestas. En la entrevista se busca obtener información que corresponda a la realidad.

9. ASPECTOS QUE DEBEN TENER EN CONSIDERACIÓN PREVIO Y DURANTE LA APLICACIÓN DE LAS ENTREVISTAS

Recuerde que del éxito de la obtención de información en la entrevista, depende de usted, ya que hay que tener prudencia para poder llegar a las personas, y que nos faciliten la información y preparación del plato.

- La investigación está dirigida únicamente a los platos típicos y tradicionales.
- Se deberá llenar una ficha por plato (dos fichas por plato: dos informantes claves).
- Una vez que los informantes claves cumplan los requisitos, hay que tomar en consideración que los mismos deben residir preferiblemente en las zonas rurales.
- Al momento de aplicar las entrevistas, hay que tener cuidado de que los informantes claves no se sientan interrogados.

- De ser posible contactarse con los informantes claves, para determinar el día, lugar, hora en la que podrán atendernos.
- Lograr en lo posible que se realice la preparación del plato/bebida/postre.
- Se sugiere que la entrevista sea grabada en digital, ya que tendrán que enviar las grabaciones.
- La entrevista se la debe realizar con tres generaciones atrás, es decir se deberá preguntar por como prepara el informante clave, como preparaba su madre y como lo hacía su abuela.
- Las entrevistas deben realizarse con objetividad, es decir hay que tener cuidado de la información que dan los informante claves, que la misma no sea subjetiva.
- Se debe tener en cuenta que los informantes claves, pueden brindar información errada, y esto puede ser por desconocimiento.
- Deberán presentar 5 fotografías por cada plato/bebida/postre.

LOCALIZACIÓN

Provincia: Deberá escribir el nombre de la provincia en la que se está realizando la entrevista.

Cantón: Deberá escribir el nombre del cantón en la que se está realizando la entrevista.

Ciudad: Deberá escribir el nombre de la ciudad en la que se está realizando la entrevista.

Parroquia: Deberá escribir el nombre de la parroquia en la que se está realizando la entrevista.

Calle/localidad: Deberá escribir el nombre de las calles o localidad en la que se está realizando la entrevista.

Comunidad: Deberá escribir el nombre de la comunidad en la que se está realizando la entrevista.

CARACTERISTICAS DL INFORMANTE CLAVE

Nombres y Apellidos: Deberá escribir los nombres y apellidos completos de las persona/s que son los informantes claves.

Edad: Deberá escribir la edad de las persona/s que son los informantes claves.

Sexo: Deberá escribir el sexo de las persona/s que son los informantes claves.

Dirección y teléfono: Deberá escribir la dirección y el teléfono de las persona/s que son los informantes claves.

Tiempo que vive en el sector: Deberá escribir el tiempo que viven en el sector de las persona/s que son los informantes claves.

Nombre del plato/bebida/postre: Deberá escribir el nombre completo del plato/bebida o postre típico o tradicional.

Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre: Deberá escribir con que otros nombres se lo conocen al plato/bebida o postre típico o tradicional.

Sensibilidad al cambio: Se colocará una “X” según corresponda:

Alto: Cuando al plato/bebida/postre, ya no se lo preparan por diversas índoles (anotar las razones) o a su vez la preparación es casi nula.

Medio: Cuando la comunidad no está interesada en mantener su preparación y consumo.

Bajo: Cuando la comunidad manifiesta interés en su preparación y consumo, pero existe variación en la preparación y consumo.

Lugar de expendio/adquisición (actores locales): Deberán anotar el o los lugares en donde prepara el plato/bebida o postre típico o tradicional.

Lugares más cercanos al lugar de preparación: Esto se refiere a los lugares de referencia para poder llegar al lugar de preparación del plato/bebida o postre típico o tradicional.

CARACTERÍSTICAS

Ingredientes: Deberán anotar todos los ingredientes que se requieren para la preparación del plato/bebida o postre típico o tradicional.

Ingrediente principal: Deberán anotar el nombre del ingrediente principal con el que se prepara el plato/bebida o postre típico o tradicional.

Preparación: Deberán anotar la preparación del plato/bebida o postre típico o tradicional.

Acompañamiento: Deberán anotar el nombre de los productos con que se acompaña o sirve el plato/bebida o postre típico o tradicional.

Combinación/sustitución de productos: Deberán anotar el nombre de los productos con que se combina o se sustituye algunos de los ingredientes del plato/bebida o postre típico o tradicional.

Nombre de los platos con el ingrediente base: Deberán anotar el nombre de otros platos/bebidas/postres (sean o no típicos o tradicionales) que se preparan con el ingrediente básico del plato/bebida o postre típico o tradicional que se está investigando.

Recomendaciones de preparación (tips especiales o, secretos): Deberán anotar los tips especiales o recomendaciones (secretos de la abuela) con que se preparan el plato/bebida o postre típico o tradicional.

UTENSILIOS PARA LA PREPARACIÓN

Ollas de barro / Horno de barro/Utensilios de madera/Cocina a leña/Otros (anotar otros que no consten en la ficha): Deberán anotar si existe algún cambio en empleo de los diferentes utensilios con los que originalmente se prepara el plato/bebida o postre típico o tradicional.

USOS Y CONSERVACIÓN (VALORACIÓN HISTÓRICA)

Valor histórico y cultural: origen e historia del plato: Deberán averiguar el origen e historia del plato/bebida o postre típico o tradicional

Porque del nombre/frases relacionadas con el plato: Deberán averiguar las frases alusivas al plato/bebida o postre típico o tradicional

Significado que posee el plato: Deberán averiguar el significado que tiene el plato/bebida o postre típico o tradicional en la comunidad.

Usos: Deberán averiguar el uso que se le da al plato/bebida o postre típico o tradicional en la comunidad.

Qué representa: Deberá averiguar la representación del plato/bebida o postre típico o tradicional que tiene en la comunidad.

Temporada (fechas y fiestas en que se preparan): Deberán averiguar en qué fechas, meses y fiestas se prepara el plato/bebida o postre típico o tradicional

Por qué se prepara en estas fiestas/ Relación con las fiestas: Deberán averiguar le pro qué se lo prepara al plato/bebida o postre típico o tradicional en las fiestas (que indique el informante clave) y la relación que tiene con las mismas, según lo que indique el informante clave.

Relación con mitos/leyendas: Deberán averiguar la relación que tiene el plato/bebida o postre típico o tradicional con mitos o leyendas del sector.

Lugares en donde se elabora: Deberán averiguar el nombre de los lugares en donde se elabora el plato/bebida o postre típico o tradicional.

Quién los elabora: Deberán averiguar el nombre de las personas que elaboran el plato/bebida o postre típico o tradicional.

Quienes lo consumen: Deberán averiguar el estrato socioeconómico (estrato alto, medio o bajo), que consume el plato/bebida o postre típico o tradicional.

INSTITUCIONES/ORGANIZACIONES

Promocionan el plato: Deberán averiguar el nombre de instituciones u organismos que actualmente promocionan el plato/bebida o postre típico o tradicional.

Comercializan el plato: Deberán averiguar el nombre de instituciones u organismos que actualmente comercializan (sea esta, empleando métodos técnicos de conservación del plato u otros) el plato/bebida o postre típico o tradicional.

CENTROS DE PRODUCCIÓN DEL INGREDIENTE BASE

Producción directa (consumo interno): Deberán averiguar si la producción del ingrediente base del plato/bebida o postre típico o tradicional, es propia del informante clave y si la misma es empleada para autoconsumo.

Comercializan: Deberán averiguar si la producción del ingrediente base del plato/bebida o postre típico o tradicional, a más de servir para autoconsumo, esta es comercializada a otros sectores (anotar a qué sectores, nombres de empresas o personas) y si esta es al mayorista o al minorista.

Mercados (al mayorista): Deberán averiguar si la adquisición del ingrediente base del plato/bebida o postre típico o tradicional, la realizan en mercados al por mayor, así mismo averiguar el nombre de los lugares o personas de la adquisición.

Mercados (al minorista): Deberán averiguar si la adquisición del ingrediente base del plato/bebida o postre típico o tradicional, la realizan en mercados al por menor, así mismo averiguar el nombre de los lugares o personas de la adquisición.

PRODUCCIÓN DEL INGREDIENTE BASE

Área: Se deberá preguntar sobre el área de producción (el nombre del lugar específico) del ingrediente base y si la producción es a gran escala.

Región (Costa, Sierra, Oriente): Se deberá preguntar sobre la región en donde se produce el ingrediente base y si se lo está exportando.

Población: Se deberá pregunta el nombre de la población en donde se produce el ingrediente base
Épocas de producción: Se deberá pregunta las épocas (meses) en que producen el ingrediente base.

Fichas de entrevista llenas

Anexo H

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACION	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localidad	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	La Mariscal	6 de Diciembre E9 -125 y Veintimilla	
CARACTERÍSTICAS INFORMANTE CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Luis Eduardo Guerra		42	Masculino	6 de Diciembre	3 años
Nombre del plato/bebida/postre			Locro de papas			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			Ningún otro			
Tipo de plato/bebida/postre			Es una sopa espesa			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Lugares de comida Típica, en casa			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Sector de la amazonas			
Características	Ingredientes			Papa chola, cebolla, ajo, sal, pimienta, concentrado de carne o pollo, queso, leche, achiote, aguacate		
	Ingrediente principal			Papa chola		
	Preparación			En una olla colocar el achiote, la cebolla, luego el ajo picado, agregar las papas peladas, dejar que la papa bote el almidón, agregar agua, sal, un poquito de concentrado de pollo o carne, dejamos cocinar. Cuandolas papas están suaves agregar la leche y el queso desmenuado y se deja hervir (se le puede colocar opcionalmente nata o crema de leche.		
	Acompañamiento			Aguacate, tostado		
	Combinación/sustitución de productos			Se puede combinar con cuero o con menudo de borrego		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Papas con cuero, Yahuarlocro		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales)			Se cocine siempre con papa chola		
Utensilios para preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			No utiliza		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Cocina a gas, olla, sartén		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	El plato empieza con la llegada de los españoles que trajeron las papas y se combinó ingredientes, como la papa, la leche
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Locro viene de la palabra quichua "Ruqru", que quiere decir sopa, y su ingrediente principal son las papas.
	Significado que posee el plato	Se deriva del vocablo quichua "Ruqru" que significa sopa y la palabra Papa en quichua significa "sustento de vida"
	Historia	El plato empieza con la llegada de los españoles que trajeron las papas y se combinó ingredientes, como la papa, la leche
	Usos	Se lo sirve como sopa o plato fuerte con guarnición de tostado
	Qué representa	Plato representativo de los pueblos indígenas
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Se consume en todo el año (especialmente fines de semana)
	Por qué se prepara en estas fiestas	No se prepara
	Relación con mitos/leyendas	Las poblaciones del callejón interandino, consumían papa silvestre desde 4000 AC, adicional esta se utilizaba para sanar huesos rotos y prevenir reumatismos. Las variedades de papa se han bautizado con nombres de mujeres.
	Relación con las fiestas	No tiene relación con las fiestas
	Lugares en donde se elabora	Restaurantes, en casa
	Quién los elabora	En el restaurante el sr. Luis Eduardo Guerra y una ayudante
	Quiénes lo consumen	Cientes del restaurante, clase media, media alta
Instituciones /organismos	Promocionan el plato	Ninguno
	Comercializan el plato	En el restaurante (Mesón de san Luis)
Centros de producción del ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	Consumo interno
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	Se compra la papa en el mercado mayorista
	Mercados (al minorista)	Se compra la papa en las tiendas para preparación en pequeñas porciones
Producción del ingrediente base	Área	Ibarra, Guaranda
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Región Sierra
	Provincia	Imbabura, Bolívar
	Población	Sierra en general
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACION	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Chiriyacu	Av. Napo y	Ninguno
					Juan	
					bautista	
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Efrén Daniel Cisneros Cevallos		30	Masculino	Av. Napo y	30 años
					Juan	
					bautista	
					Aguirre	
Nombre del plato/bebida/postre					Locro de papas	
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre					Ningún otro	
Tipo de plato/bebida/postre					Es una sopa para entrada	
Sensibilidad al cambio					Alta	Media
					X	Baja
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)					Restaurantes de comida Típica	
Lugares más cercanos al lugar de preparación					Mercado el Camal	
Características	Ingredientes			Papa, cebolla blanca , ajo, sal, pimienta , leche, achiote, aguacate		
	Ingrediente principal			Papa chola		
	Preparación			En una olla hacer un refrito con la cebolla, el achiote, el ajo picado,		
	Acompañamiento			Queso, cuero, tostado, aguacate		
	Combinación/sustitución de productos			Se puede sustituir la cebolla blanca por cebolla perla y agregar apio o zanahoria		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Papas con cuero, Llapingachos		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			Usar crema de leche y en lugar de aceite mantequilla		
Utensilios para preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			No utiliza		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Cocina a gas, olla, cucharetas,		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	El plato era una tradición indígena con la preparación de una sopa de papas, luego con los españoles se le agregó la leche
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	El plato es de origen indígena y viene de "ruqru" que quiere decir sopa
	Significado que posee el plato	Se deriva de "ruqru" que significa sopa y papa que en quichua significa; "sustento de vida"
	Historia	El plato empieza con la llegada de los españoles que trajeron las papas y se combinó ingredientes, como la papa, la leche
	Usos	Se lo sirve como entrada
	Qué representa	la tradición indígena
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Se consume en todo el año
	Por qué se prepara en estas fiestas	No se prepara para fiestas
	Relación con mitos/leyendas	Los aborígenes consumían la papa para sanar los huesos y prevenir enfermedades, a los diferentes tipos de papas se les daba nombre de mujer
	Relación con las fiestas	No tiene relación
	Lugares en donde se elabora	Restaurantes, en casa
	Quién los elabora	Los chefs en restaurantes
	Quiénes lo consumen	Cientes en restaurantes y las familias
Instituciones/organizaciones	Promocionan el plato	La Universidad Técnica equinoccial UTE realiza el festival de las papas y se promociona el loco
	Comercializan el plato	Los restaurantes
Centros de producción ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	Consumo interno
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	Se compra la papa en el mercado mayorista
	Mercados (al minorista)	Se compra pocas papas para las familias
Producción del Ingrediente base	Área	Sierra
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Región Sierra
	Provincia	Carchi, Imbabura
	Población	Mira, san Gabriel
	Épocas de producción	Todo el año, pero Mayo es la mayor temporada

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACIÓN	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localidad	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	La Mariscal	6 de Diciembre E9 -125 y Veintimilla	
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Luis Eduardo Guerra		42	Masculino	6 de Diciembre E9 -125 y Veintimilla. Telf. 3282475	3 años
Nombre del plato/bebida/postre			Sopa de Quinua			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			Ningún otro			
Tipo de plato/bebida/postre			Es una Sopa			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Se compra la quinua, en mercados y lugares de expendio			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Restaurantes de comida típica, y sector de la Mariscal			
Características	Ingredientes			Quinua, carne de res o chanco, papas, leche, concentrado de carne o pollo, cebolla blanca, ajo , sal, pimienta, aceite de color		
	Ingrediente principal			Quinua		
	Preparación			En un sartén aparte, hacer un refrito, con el aceite, la cebolla, el ajo. Mientras tanto, en una holla se debe tener agua hirviendo y colocar la carne y la quinua previamente remojada la víspera. Colocar el refrito en la olla y dejar cocinar todo durante dos o tres horas. Una vez cocinada la carne y la quinua se le agrega el concentrado de carne o pollo, sal y pimienta al gusto, las papas y dejamos cocinar durante 10 a 15 minutos y finalmente agregar la leche .		
	Acompañamiento			No se le acompaña		
	Combinación/sustitución de productos			No se le sustituye,		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Dulces, postres, tortas, bebidas		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			la quinua debe estar bien lavada y tratada		

Utensilios para preparación	Ollas de barro	No utiliza
	Horno de barro	No utiliza
	utensilios de madera	No utiliza
	cocina a leña	No utiliza
	Otros:	Cocina a gas, olla
Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Es consumido por todo estrato social
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Lleva el nombre del cereal, o sea la quinua
	Significado que posee el plato	Desconoce
	Historia	Al igual que la papa, la quinua fue uno de los principales alimentos de los pueblos pre-incaicos e incaicos.
	Usos	Se le sirve como primer plato
	Qué representa	Plato representativo de los pueblos aborígenes
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Se prepara todo el año
	Por qué se prepara en estas fiestas	No se prepara
	Relación con mitos/leyendas	Como pseudocereal la quinua forma parte de diversas ceremonias y rituales andinos ofrecidos a la "Pacha Mama".
	Relación con las fiestas	No se prepara
	Lugares en donde se elabora	Restaurantes y en casa
	Quién los elabora	En el restaurante el sr. Luis Eduardo Guerra y una ayudante
	Quiénes lo consumen	Clientes del restaurante, clase media, media alta
Instituciones/organizaciones	Promocionan el plato	Ningún
	Comercializan el plato	En el restaurante (Mesón de san Luis)
Centros de producción del ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	Consumo interno
	Comercializan	Se lo encuentra en ferias y supermercados
	Mercados (al mayorista)	Se compra en los mercados de la ciudad
	Mercados (al minorista)	Se compra en las tiendas de barrio
Producción del ingrediente base	Área	Sector de los lagos
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Región Sierra
	Provincia	Imbabura
	Población	Andina
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Rumipamba	Rumipamba Y Ulloa	Ninguna
CARACTERÍSTICAS DE INFORMANTE CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector
	Danny Espinoza		28	Femenino	Rumipamba Y Ulloa Telf: 098844420	
Nombre del plato/bebida/postre			Sopa de Quinua			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			Ningún otro			
Tipo de plato/bebida/postre			Sopa de entrada			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
			X			
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			La sopa se compra en restaurantes o se la hace en ca			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Reaustaurantes o en casas de las familias			
Características	Ingredientes			Quinua lavada, espinazo de chanco sin grasa, papas, leche, cebolla blanca, ajo , sal, pimienta, aceite		
	Ingrediente principal			Quinua		
	Preparación			En un sartén aparte, hacer un refrito, con el aceite, la cebolla, el ajo y el espinazo del chanco, dejar que salga el sabor. Luego agregar la quinua lavada y al agua para la cocción que debe durar una hora u hora y media. Cuando la quinua ya esté suave, agregar las papas peladas y picadas, así como sal y pimienta al gusto. Finalmente agregar la leche y perejil.		
	Acompañamiento			No se le acompaña		
	Combinación/sustitución de productos			Se puede sustituir la carne de cerdo por la de res o pollo		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Dulce de quinua, caloadas, quinua de leche		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			la quinua debe ser lavada y dejada en remojo la víspera		

Utensilios para preparación	Ollas de barro	No utiliza
	Horno de barro	No utiliza
	utensilios de madera	No utiliza
	cocina a leña	No utiliza
	Otros:	Cocina a gas, olla, cuchillo, tabla
Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Es un plato que lleva tradición indígena y se consume desde antes de la colonia
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	La sopa toma el nombre del cereal con que se prepara
	Significado que posee el plato	Es tradición aborígen ya que nuestro pueblos ya consumían la quinua
	Historia	La quinua fue un alimento base para los pueblos aborígenes desde antes del incario
	Usos	Se lo sirve como plato de entrada
	Qué representa	la tradición culinaria
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Se prepara todo el año
	Por qué se prepara en estas fiestas	No se prepara
	Relación con mitos/leyendas	Antiguamente se ofrecían cereales y frutos a la pacha mama para las buenas cosechas
	Relación con las fiestas	No tiene relación
	Lugares en donde se elabora	Restaurantes y en casa
	Quién los elabora	Los cocineros de los restaurantes y en casa
	Quiénes lo consumen	Todas las personas en general
	Institución /organización	Promocionan el plato
Comercializan el plato		En restaurantes
Centros de producción ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	Consumo interno
	Comercializan	La quinua y demás se encuentran en mercados y tiendas
	Mercados (al mayorista)	Los restaurantes pueden comprar en el mayorista los ingredientes
	Mercados (al minorista)	Las personas para sus casas compran los ingredientes en las tiendas
Producción de Ingrediente base	Área	Desconoce
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Región Sierra
	Provincia	Imbabura,
	Población	Desconoce
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACIÓN	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localidad	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Chaupichuz	Av. El Inca E11-45 y las Toronjas	Ninguna
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Gabriela de Pilar Estevez		45	Femenino	Av. El Inca E11-45 y las Toronjas. Telf. 2414575	44 años
Nombre del plato/bebida/postre			Fritada			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			Ningún otro			
Tipo de plato/bebida/postre			Frito, plato fuerte			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Fritadas del Inca			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Av. El Inca diagonal a la Gasolinera Primax			
Características	Ingredientes			Carne de cerdo, grasa de cerdo, ajo, cebolla, sal, agua		
	Ingrediente principal			Carne de cerdo		
	Preparación			Se lava la carne y se deja remojar en sal el día anterior. En una paila se la pone a cocinar junto con la cebolla, el ajo la sal y el agua, y dejar cocinar unas tres horas, luego se coloca la grasa de cerdo y se deja hervir unas dos horas más		
	Acompañamiento			la base es el mote, también con tortillas de papa, tostado, arvejas, cebolla, otra combinación es con papa y maduro frito		
	Combinación/sustitución de productos			Ninguno		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Hornado, cerdo agridulce, parrillada, chicharrón, pernil		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			Sasonar bien la carne, adobar con cerveza y ajo		
Utensilios par preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			Pala de madera		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Pailas de bronce, cocina a gas		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Desconoce
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Carne de cerdo frita y acompañada con patatas
	Significado que posee el plato	Desconoce
	Historia	Es un plato típico de Ecuador, su origen se remonta a la época del colonialismo español a principios de los años 1800
	Usos	Para comercialización
	Qué representa	Representa tradición
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Todo el año, especialmente en diciembre
	Por qué se prepara en estas fiestas	Este plato se prepara ya que el ingrediente base es de fácil
	Relación con mitos/leyendas	En la antigüedad se sacrificaban cerdos, para la prosperidad
	Relación con las fiestas	La fritada forma parte del menú en fiestas indígenas
	Lugares en donde se elabora	Restaurante Fritadas del inca, Centro histórico.
	Quién los elabora	En el restaurante la Sra. Gabriela de Pilar Estevez y ayudantes
	Quiénes lo consumen	Personas de todas las edades, fines de semana sobre todo los jóvenes
	Institución /organización	Promocionan el plato
Comercializan el plato		Directa del restaurante al cliente
Centros de producción ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	Propio criadero de cerdo
	Comercializan	Se compra la grasa de cerdo de Don Diego o Pronaca
	Mercados (al mayorista)	Se compra cebolla, ajo, maíz en el mercado
	Mercados (al minorista)	No
Producción de ingrediente base	Área	Norte del Inca llamado Guálo
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Pichincha
	Población	Guálo
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	La Mariscal	6 de Diciembre y Colón	
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANT	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Ana Beltrán		79	Femenino	Av. 6 de Diciembre y Colón. Telf: 2547364	24
Nombre del plato/bebida/postre			Fritada			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			Desconoce otro			
Tipo de plato/bebida/postre			Frito, plato fuerte			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Restaurante las superfritada			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Hospital Baca Hortiz. En la Av. 6 de Diciembre			
Características	Ingredientes			Carne de cerdo, ajo, cebolla, pimienta, comino, sal, agua		
	Ingrediente principal			Carne de cerdo		
	Preparación			Se lava la carne y se trocea. En una paila se la pone la carne con un vaso de alrededor 4 dedos de ajo, comino y pienta, aparte se licua la cebolla con agua esto se le agreva a la carne, se cocina y se mueve con una pala periodicamente, la coccion dura de una hora y media a dos horas		
	Acompañamiento			se acompaña con mote, papa y maduro		
	Combinación/sustitución de productos			Ninguno		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Chicharrón		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			Sevir o acompañar con ají y un encebollado		
Utensilios par preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			Pala de madera		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Cocina a gas, paila de bronce		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	El origen es español
	Porque del nombre/frases relacionadas con el	Desconoce
	Significado que posee el plato	Desconoce
	Historia	Su origen se da con los españoles que trajeron los cerdos y se combinó con productos locales
	Usos	Para comercialización
	Qué representa	Una tradición
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Todo el año, pero mas en diciembre
	Por qué se prepara en estas fiestas	Porque es de agradable sabor y los ingredientes son fáciles de adquirir
	Relación con mitos/leyendas	En la época colonial se mataban cerdos en banquetes para atraer la prosperidad
	Relación con las fiestas	Es un plato típico sobretodo en las fiestas de la ciudad
	Lugares en donde se elabora	Restaurante La Superfritada y en ferias
	Quién los elabora	En el restaurante la Sra. Ana Beltrán y una ayudante
	Quienes lo consumen	Todo tipo de personas
Instituciones/organizaciones	Promocionan el plato	Ninguna
	Comercializan el plato	Directa del restaurante al cliente
Centros de producción ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	Se compra la carne de cerdo de Pronaca
	Comercializan	Se compra la carne de cerdo de Pronaca
	Mercados (al mayorista)	En el mercado se compra el ajo, cebollas
	Mercados (al minorista)	No
Producción de Ingrediente base	Área	Granjas de Pronaca
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Pichincha
	Población	Desconoce
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Chiriyacu	Bartolomé A	Ninguna
CARACTERÍSTICAS DEL INFOR CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Patricio García Mora		50 años	Masculino	Bartolomé Alvez y Alpahuasi	45 años
						2
Nombre del plato/bebida/postre			Yahuarlocro			
Con que otros nombres se lo conoce a este			NSC			
Tipo de plato/bebida/postre			Sopa			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			En toda la ciudad en las provincias de la Sierra: Imbabura, Pichincha, Cotopaxi y Tungurahua			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Sector de las Fritadas en la Alpahuasi			
Características	Ingredientes			Menudo de borrego, sangre de borrego, cebolla, ajo macho, comino, orégano, aguacate		
	Ingrediente principal			Menudo de borrego		
	Preparación			Lavar el menudo, precocinarlo y volver a lavarlo con hierba buena, sal y limón. Agregar los aliños, papas. En un recipiente aparte freir la sangre de borrego con cebolla blanca, sal, y hierbas al gusto.		
	Acompañamiento			Sangre frita de borrego, encurtido de cebolla y tomate, sal y una taja de aguacate		
	Combinación/sustitución de productos			Sustituyen el menudo de borrego por guatita, o menudo de res. Usan otro tipo de papa		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Menudo, caldo de 31		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			lavar bien el menudo con hierba buena y agua tibia y caliente. Usar cuchara de palo		
Utensilios par preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			No utiliza		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Ollas, cuchillo, cuchara de palo, platos		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Producto de la sierra de procedencia indígena
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Por su traducción del Quichua al español
	Significado que posee el plato	Yahuar que significa sangre. Locro caldo de papas. Es decir caldo de papas con sangre
	Historia	El locro es una sopa de tradición antigua, y al añadir la sangre se recuerda la masacre ocurrida en el lago de Yahuarcocha
	Usos	Comercial y mantener la tradición familiar de cuatro generaciones
	Qué representa	Tradición de una población
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Todo el año pero tiene mayor demanda durante los meses de noviembre y diciembre
	Por qué se prepara en estas fiestas	Porque la gente tiene más dinero en estas fechas
	Relación con mitos/leyendas	Se prepara en memoria del suceso donde muchos indígenas fueron asesinados.
	Relación con las fiestas	Se consume en la mayoría de las fiestas indígenas
	Lugares en donde se elabora	En el sur de Quito, en los Valles de Guayllabamba, Cumbayá, Cunuyacu y en general en toda la ciudad
	Quién los elabora	Restaurantes, mercados, ferias de comida
	Quiénes lo consumen	Toda la población
Centros de producción	Institución/organización	Promocionan el plato
	Comercializan el plato	No se promociona
	Producción directa (consumo interno)	Ferias de comida, mercados
	Comercializan	No
Producción del Ingrediente	Mercados (al mayorista)	No
	Mercados (al minorista)	Camal Metropolitano
	Área	No
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Imbabura, Pichincha, Cotopaxi y Tungurahua
Población	No	
Épocas de producción	Todo el año, puede haber una baja en tiempo de sequía, en donde sube el precio pero siempre hay el producto	

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACION	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localidad	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	La Mariscal	Reina Victoria 1144 y Calama	
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Julio Avendaño		35 años	Masculino	Reina Victoria 1144 y Calama	15
					Telf:	
					2544362	
Nombre del plato/bebida/postre			Yahuarlocro			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			NSC			
Tipo de plato/bebida/postre			Sopa			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			En todos los restaurantes de comida típica ecuatoriana			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Plaza Foch			
Características	Ingredientes		Tripa de borrego, sangre de borrego, agua, leche, papas, cebolla blanca, maní molido, limones, cebolla colorada, orégano, ajo, yerba buena, aceite, achiote, sal, pimienta y comino.			
	Ingrediente principal		Tripa de borrego			
	Preparación		Limpiar las tripas con sal, el jugo de limón y las hojas de hierbabuena. En una olla con agua y sal, cocinar las tripas hasta que estén suaves. y cortarlas. Hacer el refrito con aceite-achiote, pimienta, comino y ajo, añadir el maní disuelto en leche, el caldo del menudo, las papas, la sangre de borrego cocinada, colada y desmenuzada. Cocinar la sangre con agua y sal, sofría con achiote, cebolla y pimienta hasta que quede bien frita.			
	Acompañamiento		Sangre frita de borrego, cebolla, tomate y aguacate			
	Combinación/sustitución de productos		NSC			
	Nombre de los platos con el ingrediente base		Menudo, tripa mishque			
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)		Aliñar bien los ingredientes y lavar bien la tripa			

Utensilios para preparación	Ollas de barro	No utiliza
	Horno de barro	No utiliza
	utensilios de madera	Cuchara de palo
	cocina a leña	No utiliza
	Otros:	Ollas, cuchillo
Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Es un plato tradicional serrano
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Palabra de origen Quichua
	Significado que posee el plato	Etimológicamente Yaguar = Sangre , Locro = Sopa de papas
	Historia	El locro es una sopa de tradición antigua, y al añadir la sangre se recuerda la masacre ocurrida en el lago de Yahuarcocha
	Usos	Comercial, promover la comida ecuatoriana
	Qué representa	Gastronomía ecuatoriana
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Todo el año
	Por qué se prepara en estas fiestas	No se prepara únicamente en fiestas sino todo el año
	Relación con mitos/leyendas	Con este plato se conmemora a la masacre donde murieron muchos indígenas.
	Relación con las fiestas	No tiene
	Lugares en donde se elabora	En restaurantes de comida típica ecuatoriana de toda la ciudad y en los hogares
	Quién los elabora	Chefs de los restaurantes, y amas de casa
	Quiénes lo consumen	Toda la población
Centros de Institución /organización	Promocionan el plato	No se promociona
	Comercializan el plato	Restaurantes, ferias de comida, mercados
Centros de producción de ingredientes	Producción directa (consumo interno)	No
	Comercializan	No, lo adquieren
	Mercados (al mayorista)	Supermercados
	Mercados (al minorista)	No
Producción de Ingrediente base	Área	Andina
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Todas las provincias de la sierra
	Población	No
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichicha	Quito	Quito	Chiriyacu	Bartolomé Alvez y Alpahuasi	
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMAN	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Patricio García Mora		50 años	Masculino	Bartolomé Alvez y Alpahuasi 3130715	45 años
Nombre del plato/bebida/postre			Caldo de Patas			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			NSC			
Tipo de plato/bebida/postre			Caldo			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			En toda la ciudad			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Sector de las Fritadas en la Alpahuasi, sur oriental			
Características	Ingredientes			Pata de res, mote, aliños, salsa de maní, cebolla blanca, achiote		
	Ingrediente principal			Pata de res		
	Preparación			Lavar la pata, cocinarla con el mote por aproximadamente 8 horas, cortar, unir con la salsa de maní, que se realiza licuando el maní con leche y cebolla.		
	Acompañamiento			Antiguamente se lo acompañaba con chiguil o tamal, empanadas de morocho, papas con salsa de maní y aguacate, ahora el plato se sirve solo		
	Combinación/sustitución de productos			No hay sustitución de productos sino de utensillos, antes se usaba olla de barro y se cocinaba a leña		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Emborrajados		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			No cocinar en olla de presión, lavar bien y usar un buen aliño		
Utensilios para preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			Cuchara de palo		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Cocina a gas, olla normal		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Es una adaptación de un plato español
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Se llama así ya que su ingrediente base es pata de res
	Significado que posee el plato	Sopa con patas de res
	Historia	Después de la conquista, muchas de las costumbres españolas fueron
	Usos	Comercial
	Qué representa	Tradiciones ancestrales
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Todo el año pero tiene mayor demanda durante el mes de diciembre
	Por qué se prepara en estas fiestas	Porque la gente tiene más dinero en estas fechas
	Relación con mitos/leyendas	No tiene
	Relación con las fiestas	No tiene
	Lugares en donde se elabora	Mercados, ferias y restaurantes de comida típica
	Quién los elabora	Cocineros
	Quiénes lo consumen	Todos sin distinción de posición socio económica
	Instituciones/organismos	Promocionan el plato
Comercializan el plato		Ferias de comida, mercados
Centros de producción de ingredientes	Producción directa (consumo interno)	No
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	Camal Metropolitano
	Mercados (al minorista)	No
Producción del Ingrediente	Área	Andina
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Imbabura, Carchi, Pichincha
	Población	No
	Épocas de producción	Todo el año, en la capital el consumo de carne de res es mayoritario

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACION	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localidad	Comunidad:
	Pichicha	Quito	Quito	Chiriyacu	Jadan y Bobonaza	
CARACTERÍSTICAS INFORMANTE CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Andrés Peralta		57 años	Masculino	Jadan y Bobonaza	57 años
Nombre del plato/bebida/postre			Caldo de Patas			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			NSC			
Tipo de plato/bebida/postre			Caldo / sopa			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Restaurantes de toda la ciudad			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Colegio Montúfar			
Características	Ingredientes		Pata de res, cebolla blanca, perejil, culantro, aceite, maní tostado, maní molido, leche, mote, achiote, sal, comino			
	Ingrediente principal		Pata de res			
	Preparación		Lavar la pata, ponerla en una olla de presión junto con la cebolla el perejil, agregar el agua y cocinarla hasta que la pata esté suave. Refreír la cebolla picada, el culantro, el aceite, el achiote, sal y comino. Agregar la leche y el maní, luego el caldo de pata previamente cernido, picar la pata y agregarla al caldo.			
	Acompañamiento		Con mote cocinado, ají			
	Combinación/sustitución de productos		Son los mismos			
	Nombre de los platos con el ingrediente base		NSC			
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)		Cocinar bien la pata			
Utensilios para preparación	Ollas de barro		No utiliza			
	Horno de barro		No utiliza			
	utensilios de madera		Cuchara de palo			
	cocina a leña		No utiliza			
	Otros:		Cocina, olla, cuchillo.			

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Plato español, adaptado a la cocina ecuatoriana
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Por su ingrediente principal
	Significado que posee el plato	Desconoce
	Historia	Adaptación del plato los "Callos a la Madrileña" después de la conquista.
	Usos	Comida cotidiana
	Qué representa	Tradición ecuatoriana
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Cualquier época del año
	Por qué se prepara en estas fiestas	Porque a la gente le gusta
	Relación con mitos/leyendas	No tiene
	Relación con las fiestas	No tiene
	Lugares en donde se elabora	Restaurantes, casas
	Quién los elabora	Cocineros, amas de casa
	Quienes lo consumen	Todas las personas que gustan de la comida ecuatoriana
Instituciones organizacionales	Promocionan el plato	No se promociona
	Comercializan el plato	Restaurantes, casas
Centros de producción base ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	No
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	No
	Mercados (al minorista)	Mercado Mayorista
Producción de Ingrediente base	Área	Sierra
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Pichincha
	Población	No
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA							
FICHA TECNICA							
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:	
		Pichincha	Quito	Quito	La	Princesa Toa	Ninguna
					Magdalena		
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMAN	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:	
	Blanca Altamirano		56 años	Femenino	Princesa Toa y Condorazo 2614796	14 años	
Nombre del plato/bebida/postre			Humitas				
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			Tandas de maíz, Chumal				
Tipo de plato/bebida/postre			Entremes				
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja		
					X		
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Cafeterías				
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Fábrica Pilsener				
Características	Ingredientes			Choclo, huevos, royal, harina de maíz, sal, azúcar, mantequilla, manteca de chancho			
	Ingrediente principal			Choclo			
	Preparación			Moler el choclo, colocar en un recipiente donde se agregan las yemas del huevo, royal, azúcar y sal, batir la masa agregando manteca de chancho y mantequilla hasta que se unifique, luego añadir las claras a punto de nieve. Colocar la masa en las hojas de choclo junto con el queso, mientras calentamos el agua en la tamalera. Cocinar por 20 minutos y servir con café			
	Acompañamiento			Café negro			
	Combinación/sustitución de productos			No			
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Coladas y ensaladas			
	Recomendaciones de preparación (tips especiales)			Es secreto			
Utensilios para preparación	Ollas de barro			No Utiliza			
	Horno de barro			No Utiliza			
	utensilios de madera			Cuchara de palo			
	cocina a leña			No Utiliza			
	Otros:			Cuchara sopera, batidora, tazón, molino, tamalera			

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Herencia de culturas amerindias
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	El nombre no se relaciona en absoluto con el humo sino que se deriva de la palabra Quichua "Huminta"
	Significado que posee el plato	Viene del Quichua "Humint'a"
	Historia	Las primeras tribus en el continente solían preparar los platos según los productos que cosechaban, dado que la producción de choclo era abundante nació este plato.
	Usos	Comercial
	Qué representa	Cultura ancestral
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	En ninguna fiesta en especial
	Por qué se prepara en estas fiestas	No se prepara Se sirve como entremes o bocaditos
	Relación con mitos/leyendas	El maíz es uno de los principales elementos dentro de los rituales del solsticio y equinoccio
	Relación con las fiestas	Relación con fiestas del sol
	Lugares en donde se elabora	Cafeterías, restaurantes, hogares
	Quién los elabora	Amas de casa, los que saben
	Quienes lo consumen	Todas las personas
	Centros de producción ingrediente/organización	Promocionan el plato
Comercializan el plato		Ferias, cafeterías
Producción directa (consumo interno)		No
Comercializan		No
Producción de ingrediente base	Mercados (al mayorista)	El Camal, San Roque y bodegas
	Mercados (al minorista)	No
	Área	Sierra
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Imbabura y Bolívar
Población	NSC	
Épocas de producción	Todo el año	

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Centro histórico	Venezuela 1011	Ninguno
CARACTERÍSTICAS DE INFORMANTE CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	José Baez		40 años	Masculino	Venezuela 1011 Telf: 2587624	23 años
Nombre del plato/bebida/postre			Humitas			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			No			
Tipo de plato/bebida/postre			Entremes			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
			X			
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Cafeterías, casas			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Farmacia Fybeca			
Características	Ingredientes		Choclo maduro desgranado, mantequilla, manteca de cerdo, queso, azúcar, polvo de hornear, huevos, hojas de choclo, sal.			
	Ingrediente principal		Choclo			
	Preparación		Moler y cernir el choclo. Derretir la manteca y la mantequilla y agregar al choclo junto con el queso desmenuzado, el azúcar y el polvo de hornear, añadir la sal, agregar las yemas y revuelva, añadir la claras a punto de nieve. Cocinar al vapor envueltas en hojas de choclo.			
	Acompañamiento		Café negro, ají			
	Combinación/sustitución de productos		No			
	Nombre de los platos con el ingrediente base		Ensaladas, sopas, choclo asado			
Recomendaciones de preparación (tips especiales)		Hacer un buen refrito				
Utensilios par preparación	Ollas de barro		No Utiliza			
	Horno de barro		No Utiliza			
	utensilios de madera		Cuchara de palo			
	cocina a leña		No Utiliza			
	Otros:		tamalera, cuchara, tazón, molino.			

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	El maíz ha sido desde tiempos antiguos uno de los principales productos de consumo de los ecuatorianos
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Se deriva de la palabra Quichua "Huminta"
	Significado que posee el plato	Viene del Quichua "Humint'a" que significa envuelto de maíz
	Historia	siendo el maíz uno de los principales productos, los pueblos ancestrales lo consumían en variedad de platos, unos de estos las humitas.
	Usos	Comercial
	Qué representa	Tradición
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Ninguna fiesta en especial
	Por qué se prepara en estas fiestas	Se lo sirve únicamente como entremes o bocadito.
	Relación con mitos/leyendas	El maíz es uno de los principales elementos dentro de los rituales del solsticio y equinoccio
	Relación con las fiestas	Relación con fiestas del sol
	Lugares en donde se elabora	Cafeterías, hogares
	Quién los elabora	Amas de casa, cocineros
	Quienes lo consumen	Todas las personas
Instituciones/organizaciones	Promocionan el plato	Sí, en restaurantes de comida típica
	Comercializan el plato	Ferias, cafeterías
Centros de producción e ingredientes	Producción directa (consumo interno)	No
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	No
	Mercados (al minorista)	Bodegas, mercados
Producción de ingrediente base	Área	Sierra
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Pichincha
	Población	NSC
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Solanda	Paquisha	Ninguna
CARACTERÍSTICAS DEL INFOR CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Mariana Córdova		43 años	Femenino	Calle Paquisha y Sigchos 2963597	9 años
Nombre del plato/bebida/postre			Pristiños			
Con que otros nombres se lo conoce a este			NSC			
Tipo de plato/bebida/postre			Postre			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					x	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Cafeterías del centro de la ciudad			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Parque Chino			
Características	Ingredientes			Harina, sal, azúcar, polvo de hornear, huevos, panela, queso, mantequilla		
	Ingrediente principal			harina		
	Preparación			Mezclar la harina con el polvo de hornear, sal, azúcar, agregar agua tibia, y amasar hasta tener una masa homogénea. La miel se prepara diluyendo la raspadura en agua caliente con canela y una tajita de limón		
	Acompañamiento			Miel de panela y queso		
	Combinación/sustitución de productos			No		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Buñuelos, pan, tortas		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			Positivismo		
Utensilios par preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			No utiliza		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Tazón, bolillo, sartén, olla		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Plato típico quiteño
	Porque del nombre/frases relacionadas con el	NSC
	Significado que posee el plato	En el Ecuador en época navideña, es un tradición comer una cena que consiste en sopa de pollo, pavo, y el tradicional postre de pristiños con miel de raspadura
	Historia	En los tiempos antiguos, era muy importante para la familia reunirse y rezar la novena, cuando esta se terminaba se brindaba a los asistentes un postre pristiños, buñuelos, colaciones
	Usos	Postre navideño
	Qué representa	NSC
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Navidad y fin de año
	Por qué se prepara en estas fiestas	Tradición navideña
	Relación con mitos/leyendas	No existen
	Relación con las fiestas	Tradición navideña
	Lugares en donde se elabora	Centro de la ciudad, cafeterías
	Quién los elabora	NSC
	Quiénes lo consumen	Todas las personas
	Instituciones organizacionales	Promocionan el plato
Comercializan el plato		Ferias de dulces, restaurantes
Centros de producción ingrediente	Producción directa (consumo interno)	No
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	No
	Mercados (al minorista)	Despensas, bodegas
Producción de Ingrediente base	Área	Sierra
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	NSC
	Población	NSC
	Épocas de producción	Todo el año, en especial en la navidad

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Centro histórico	Leon 732 y Oriente	Ninguna
CARACTERÍSTICAS DEL INFOR CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Isabel Maldonado		75 años	Femenino	Leon 732 y Oriente Telf 2951761	60
Nombre del plato/bebida/postre			Pristiños			
Con que otros nombres se lo conoce a este			NSC			
Tipo de plato/bebida/postre			Postre			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					x	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Cafeterías del centro de la ciudad			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Mercado Central			
Características	Ingredientes		Harina de trigo, polvo de hornear, huevos, mantequilla, agua, anís, canela, jugo de limón, sal, azúcar, aceite, raspadura, canela.			
	Ingrediente principal		harina			
	Preparación		Hervir durante 5 minutos el agua con el anís, canela, sal y azúcar; cernir la harina con el polvo de hornear y mezclar con la mantequilla y los huevos, añadir el agua y amasar; dejar en reposo y después extender con el bolillo hasta dejarla delgada. Formar una corona y freír, preparar la miel poniendo al fuego el agua con la raspadura, la canela y el jugo de			
	Acompañamiento		Miel y queso			
	Combinación/sustitución de productos		No			
	Nombre de los platos con el ingrediente base		Buñuelos, pan, pasteles, crepes, empanadas			
	Recomendaciones de preparación (tips especiales)		Unificar bien los ingredientes al amasa			
Utensilios para preparación	Ollas de barro		No utiliza			
	Horno de barro		No utiliza			
	utensilios de madera		No utiliza			
	cocina a leña		No utiliza			
	Otros:		Tazón, bolillo, sartén, olla, cuchara, cuchillo			

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Plato típico quiteño
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	NSC
	Significado que posee el plato	Postre navideño típico de la ciudad
	Historia	En los tiempos antiguos, era muy importante para la familia reunirse y rezar la novena, cuando esta se terminaba se brindaba a los asistentes un postre pristiños,
	Usos	Postre navideño
	Qué representa	Tradición navideña
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Navidad y fin de año
	Por qué se prepara en estas fiestas	Por tradición
	Relación con mitos/leyendas	No existen
	Relación con las fiestas	Época navideña
	Lugares en donde se elabora	Cafeterías, casas
	Quién los elabora	Cocineros, amas de casa
	Quiénes lo consumen	Todas las personas
	Instituciones/organizaciones	Promocionan el plato
Comercializan el plato		Ferias de dulces, restaurantes
Centros de producción de ingredientes	Producción directa (consumo interno)	No
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	No
	Mercados (al minorista)	Dispensas, bodegas
Producción de ingrediente base	Área	Sierra
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	NSC
	Población	NSC
	Épocas de producción	Todo el año, en especial en la navidad

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	La Madgalen	Epicachima	Ninguna
CARACTERÍSTICAS DEL INFOR CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Clara Chávez		35	Femenino	Epicachima y Jambeli 2663669	6 años
Nombre del plato/bebida/postre			Caldo de Gallina			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			NSC			
Tipo de plato/bebida/postre			Caldo			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Mercado la Magdalena			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Una cuadra al sur de Av. 5 de Junio frente a la llantera			
Características	Ingredientes			Gallina, zanahoria, cebolla, apio, culantro, sal		
	Ingrediente principal			Gallina		
	Preparación			Lavar y cocinar la gallina con sal, después agregar la arveja, zanahoria, papa y mote.		
	Acompañamiento			En este caso ella la acompaña con mote		
	Combinación/sustitución de productos			Ahora usan gallina de criadero		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Aguado de gallina, seco de gallina, fondo, concentrado de ave		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			Sazón de la madre		
Utensilios par preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			No utiliza		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Ollas, cucharones		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Su preparación se remonta al periodo paleolítico donde era costumbre cocer aves
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Porque su ingrediente principal es la gallina criolla
	Significado que posee el plato	Costumbres aborígenes
	Historia	Se prepara desde el periodo paleolítico, ya que siempre se acostumbraba a cocer aves viejas. Su preparación ha cambiado ahora en la mayoría de lugares se utiliza pollo en lugar de gallina.
	Usos	Comercial, y base para otros platos
	Qué representa	Costumbre de cocer aves viejas
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Todo el año
	Por qué se prepara en estas fiestas	En fiestas especiales, se sirve como entrada
	Relación con mitos/leyendas	No existen
	Relación con las fiestas	Representa el nivel socioeconómico de los anfitriones
	Lugares en donde se elabora	Mercado la Magdalena, mercados de la ciudad
	Quién los elabora	Todas las personas
	Quiénes lo consumen	Todas las personas
	Instituciones/organismos	Promocionan el plato
Comercializan el plato		No se promociona
Centros de producción de ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	No
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	Camal Metropolitano
	Mercados (al minorista)	No
Producción de ingrediente base	Área	Sierra
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	NSC
	Población	NSC
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACIÓN	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Centro histórico	Gran Colombia y Esmeraldas	Ninguna
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Rosa Tipantuña		35	Femenino	Gran Colombia y Esmeraldas	12
Nombre del plato/bebida/postre			Caldo de Gallina			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			NSC			
Tipo de plato/bebida/postre			Caldo			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
					X	
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Mercado central			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Mercado central			
Características	Ingredientes			Gallina cortada en presas, zanahoria, cebolla blanca, ajo, papas, apio, perejil, agua, sal, pimienta, comino (opcional arroz o fideo).		
	Ingrediente principal			Gallina		
	Preparación			Lavar la gallina con limón o naranja. Hervir en agua las presas, agregar la zanahoria picada, rama de cebolla blanca, ajo, la rama de apio, después las papas, y el perejil picado. Cocinar hasta que esté suave la gallina, se puede poner arroz o fideo.		
	Acompañamiento			Cebolla y cilantro picado, ají		
	Combinación/sustitución de productos			No se usa gallina criolla		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			seco de gallina, gallina frita.		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			Usar gallina criolla		
Utensilios para preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			No utiliza		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Ollas, cucharones		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Desconoce
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Es únicamente por el nombre del ingrediente principal.
	Significado que posee el plato	Costumbres aborígenes
	Historia	Se prepara desde el periodo paleolítico, ya que siempre se acostumbraba a cocer aves viejas. Su preparación ha cambiado ahora en la mayoría de lugares se utiliza pollo en lugar de gallina.
	Usos	Comercial
	Qué representa	Costumbre de cocer aves viejas
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Todo el año
	Por qué se prepara en estas fiestas	En fiestas se sirve como entrada y en hogares.
	Relación con mitos/leyendas	No existen
	Relación con las fiestas	No tiene
	Lugares en donde se elabora	Restaurantes y mercados
	Quién los elabora	Cocineros
	Quiénes lo consumen	Todas las personas
	Centros de producción ingrediente/organización	Promocionan el plato
Comercializan el plato		Si
Producción directa (consumo interno)		No
Comercializan		No
Producción de Ingrediente base	Mercados (al mayorista)	Mercado América
	Mercados (al minorista)	No
	Área	Sierra
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Todas las provincias de la sierra
Población	No	
Épocas de producción	Todo el año	

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Cotocollao	Av Prensa	Ninguno
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMAN	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Pedro Vela Albán		75 años	Masculino	Intervalles/ via Cunuyacu/2 375266	20 años
Nombre del plato/bebida/postre			Cuy Asado			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			No conoce otro			
Tipo de plato/bebida/postre			Plato Típico			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
			x			
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			A 500 metros del Club del Nacional			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Criaderos propio en Ambato			
Características	Ingredientes			Cebolla,comino,ajo y pimienta		
	Ingrediente principal			Cuy		
	Preparación			Se colocan en agua sal en grano,se adoba con cebolla ,comino,ajo y pimienta, mientras se pone en el asdero le brochan con mantteca de cerdo		
	Acompañamiento			Papas		
	Combinación/sustitución de productos			Salsa de maní		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			No hay		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			Paladar del cocinero		
Utensilios par preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			No utiliza		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Horneado a la brasa en latas		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Durante el imperio incaico hacían a la brasa o la piedra ardiente
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Se debe al nombre de animal
	Significado que posee el plato	Se utilizaba en ritos religiosos, para purificar a las personas a través de ellos
	Historia	Los Shamanes desde tiempos incaicos utilizaban estos animales con fines religiosos, en algunas comunidades se mantienen estas costumbres hasta nuestros días.
	Usos	Alimenticios, laboratorios en Estados
	Qué representa	Instrumentos religiosos
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	En el norte del Ecuador en las fiestas de San Pedro, pero se consume todo el año
	Por qué se prepara en estas fiestas	Porque este plato para las comunidades tiene un significado especial
	Relación con mitos/leyendas	Estos animales, se cree que absorben las malas energías de las personas al pasarlos por el cuerpo
	Relación con las fiestas	Es una tradición indígena que se ha mantenido hasta hoy
	Lugares en donde se elabora	Sierra del Ecuador y en Perú
	Quién los elabora	Gente del campo, restaurantes
	Quiénes lo consumen	Toda clase social y extranjeros
Instituciones organizacionales	Promocionan el plato	En Ferias
	Comercializan el plato	Directa al consumidor
Centros de producción de ingrediente base	Producción directa (consumo interno)	Criadero propio
	Comercializan	Lo comercializa en Cuenca
	Mercados (al mayorista)	No
	Mercados (al minorista)	No
Producción del Ingrediente base	Área	Ambato sierra ecuatoriana
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Tunguragua
	Población	Pequeños productores y criadero
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACION	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localidad:	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Cotacollao	Av, de la Prensa	Ninguno
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Luis Serrano		70 años	Masculino	Av. Prensa N°4995 y Ángel Ludeña/2593593	20 años
Nombre del plato/bebida/postre			Cuy asado			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			Ají de cuy			
Tipo de plato/bebida/postre			Plato Típico			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
			x			
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Restaurante La Ambateñita			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Junto a la pizzería Ch Farina			
Características	Ingredientes			Sal, ajo, limón, cebolla, pimienta, comino		
	Ingrediente principal			Cuy		
	Preparación			Se lava bien, se adoba con los condimentos de un día para otro y la braza		
	Acompañamiento			Papa cocinada con salsa de maní, ensalada de tomate, aguacate		
	Combinación/sustitución de productos			Salsa de Maní, Ají		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			Locro de cuy, cuy apanado		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			No utiliza		
Utensilios par preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			No utiliza		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Asador a carbón		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Los incas, lo preparaban para ocasiones especiales, y la gente mestiza para las bodas
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Por el nombre del animal
	Significado que posee el plato	Se utiliza para la purificación de las personas
	Historia	El cuy negro era utilizado para hacer limpieza a las personas,
	Usos	Chamanismo, conejillos de india
	Qué representa	Animal
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Todo el año, Fiestas de Quito
	Por qué se prepara en estas fiestas	Porque el plato es solicitado por los consumidores
	Relación con mitos/leyendas	Se cree que pasando este animal por el cuerpo, limpia las energías negativas
	Relación con las fiestas	Tradicción Indígena y del campo
	Lugares en donde se elabora	Sierra ecuatoriana
	Quién los elabora	Restaurantes, personas del campo
	Quiénes lo consumen	todas las personas y extranjeros
Instituciones	Promocionan el plato	Ministerio a través de la página web
	Comercializan el plato	Directa al consumidor
Centros de producción	Producción directa (consumo interno)	Compra el producto
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	Ambato, Salcedo y en ferias
Producción de ingrediente base	Área	Mercados
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Pichincha
	Población	no
	Épocas de producción	Todo el año

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACI	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localid	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Cotocollao	Vaca de Castro y Machala	
CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANT	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Marta Agreda de Martinez		54 años	FEMENINO	Vaca de Castro OE-5-233 y Machala/25 31014	23 AÑOS
Nombre del plato/bebida/postre			Tripa Mishque			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			Chinchulines/chunchuyo			
Tipo de plato/bebida/postre			Vicera Asada			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
			X			
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Restaurante La Ponderosa			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Paralela al Hospital Pablo Arturo Suarez, junto a la farmacia Sana Sana			
Características	Ingredientes			Tripa,ajo,orégano,comino,achote,sal, albaca o yerba buena		
	Ingrediente principal			Vicerias/intestinos delgados de res		
	Preparación			Se lava bien la tripa,se le aliña a la tripa con los ingredientes y se le asa en un asadero de carbón,cuando se esta asando le ponen chimichurri		
	Acompañamiento			Papas con salsa de maní y mote		
	Combinación/sustitución de productos			No		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			No		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			Que no se queme		
Utensilios par preparación	Ollas de barro			No utiliza		
	Horno de barro			No utiliza		
	utensilios de madera			No utiliza		
	cocina a leña			No utiliza		
	Otros:			Parrilla al carbón, pinzas		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Tripas del intestino de la vaca en quichua quiere decir dulce
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Se deriva de un vocablo quichua "Mishque" que significa dulce. Su traducción literal es Tripa dulce
	Significado que posee el plato	Plato Típico
	Historia	N/S
	Usos	Alimenticios y medicinales para la gastritis
	Qué representa	Cultura de un pueblo
	Temporada (fechas y fiestas en que se preparan)	Todo el año
	Por qué se prepara en estas fiestas	No
	Relación con mitos/leyendas	No existen
	Relación con las fiestas	No existen
	Lugares en donde se elabora	Restaurantes
	Quién los elabora	La señora Marta y las empleadas
	Quienes lo consumen	Clase media alta
	Centros de producción ingrediente/organización	Promocionan el plato
Comercializan el plato		Directa al consumidor
Producción directa (consumo interno)		Compra las Vicerías
Comercializan		No
Producción de Ingrediente base	Mercados (al mayorista)	Camal
	Mercados (al minorista)	Mercado de la Ofelia
	Área	Camal Metropolitano
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Pichincha
Población	No	
Épocas de producción	Todo el año	

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA						
FICHA TECNICA						
LOCALIZACIÓN	Provincia:	Cantón:	Ciudad:	Parroquia:	Calle /localidad:	Comunidad:
	Pichincha	Quito	Quito	Cotacollao	Av Prensa	Ninguno
CARACTERÍSTICAS DE INFORMANTE CLAVE	Nombres y Apellidos:		Edad:	Sexo:	Dirección y teléfono	Tiempo que vive en el sector:
	Marco Guaman		60 años	Masculino	Av Prensa N° 2920	42 años
Nombre del plato/bebida/postre			Tripa Mishque			
Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre			Tripa de indio			
Tipo de plato/bebida/postre			Plato Típico			
Sensibilidad al cambio			Alta	Media	Baja	
				x		
Lugar de expendio/adquisición (actores locales)			Asadero La Prensa			
Lugares más cercanos al lugar de preparación			Junto a Cedal, almacén de aluminio			
Características	Ingredientes			Tripa, sal, ajo, comino, aceite con achote		
	Ingrediente principal			Víceras de la res		
	Preparación			Se limpian las víceras, se adoban con aliños para poder asar		
	Acompañamiento			Papas, mote y aguacate		
	Combinación/sustitución de productos			Ají		
	Nombre de los platos con el ingrediente base			No		
	Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos)			Limpiar con sal, limón y vinagre t hierba buena.		
Utensilios par preparación	Ollas de barro			no utiliza		
	Horno de barro			no utiliza		
	utensilios de madera			no utiliza		
	cocina a leña			no utiliza		
	Otros:			Asador a carbón, cuchillo, pinzas		

Usos y conservación (Valoración histórica)	Valor histórico y cultural: origen del plato	Desconoce
	Porque del nombre/frases relacionadas con el plato	Tripa misque en qichua quiere decir tripa dulce
	Significado que posee el plato	Desconoce
	Historia	Desconoce
	Usos	Se recomienda para problemas de estómago.
	Qué representa	Plato típico
	Temporada (fechas y fiestas en que se	Todo el año
	Por qué se prepara en estas fiestas	no
	Relación con mitos/leyendas	Desconoce
	Relación con las fiestas	Desconoce
	Lugares en donde se elabora	Restaurantes, puestos en la calle
	Quién los elabora	Personas que las venden
	Quienes lo consumen	Todas las personas
	Instituciones/organizaciones	Promocionan el plato
Comercializan el plato		Directo al consumidor
Centros de producción e ingredientes	Producción directa (consumo interno)	No, las compran
	Comercializan	No
	Mercados (al mayorista)	Camal
	Mercados (al minorista)	No
Producción de ingrediente base	Área	Camal Metropolitano
	Región (Costa, Sierra, Oriente)	Sierra
	Provincia	Pichincha
	Población	No
	Épocas de producción	Todo el año