



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA
La Universidad Católica de Loja

ESCUELA DE HOTELERIA Y TURISMO

MODALIDAD ABIERTA Y A DISTANCIA

INVESTIGACION Y PUESTA EN VALOR DE LOS RECURSOS
GASTRONOMICOS DEL CANTON PALTAS, PROVINCIA DE LOJA

TRABAJO DE FIN DE CARRERA PREVIA A LA OBTENCION DEL
TITULO DE INGENIERIA EN ADMINISTRACION TURISTICA

AUTOR:

MAURICIO PATRICIO ARTIEDA PONCE

DIRECTOR:

ING. ANA PATRICIA ARMIJOS MAURAD

CENTRO UNIVERSITARIO LOJA

2011

Ing. Patricia Armijos Maurad

DIRECTORA DE TESIS

CERTIFICA.

Que la presente la presente investigación, previa a la obtención del título Ingeniero en Administración Turística y Hotelera, realizado por, Mauricio Patricio Artieda Ponce, ha cumplido con los requisitos y aspectos reglamentarios para ser aceptado por el Consejo Académico de la Escuela de Hotelería y Turismo de la Universidad Técnica Particular de Loja.

Por esta razón autorizo su presentación.

.....

Ing. Patricia Armijos Maurad

DIRECTORA DE TESIS

AUTORIA

Yo Mauricio Patricio Artieda Ponce declaro que las opiniones, ideas y conceptos del presente trabajo son responsabilidad únicamente de su autor.

F.....

AUTOR

DEDICATORIA

La perseverancia es la clave del éxito, y cuando el hombre culmina una etapa en su vida, se detiene a pensar y hacer un recuento del apoyo recibido a lo largo del camino hasta llegar a la meta.

Por esta razón este nuevo triunfo profesional se lo dedico a Dios por estar junto a mí en cada paso que doy, cuidándome y dándome fortaleza para continuar.

De una manera muy especial a mis padres Carlos y Esther, ellos han sido los pilares fundamentales en mi vida, quien con sus sabios consejos, su tenacidad y humildad me han enseñado el valor del trabajo y el esfuerzo para conseguir mis objetivos, depositando su entera confianza en cada reto que se me presenta sin dudar ni un solo momento de mi inteligencia y capacidad.

A sí mismo a mis hermanos y amigos que han estado conmigo brindándome una voz de aliento en los momentos de decline y cansancio. A todos ellos mis agradecimientos infinitos.

AGRADECIMIENTO

Este trabajo es el resultado del esfuerzo conjunto de todos los que hicieron posible la creación, desarrollo y culminación de este proyecto es por eso que quiero extender un agradecimiento especial a la Universidad Técnica Particular de Loja que me ha brindado apoyo incondicional para el término de esta meta.

A la Escuela de Hotelería y Turismo y su Directora Ing. Clara Gonzaga, a mis colegas de trabajo quienes han demostrado eficiencia en sus labores ayudándome en el desarrollo de mi formación profesional con sus conocimientos y dedicación.

A la Ing. Patricia Armijos, Directora de tesis quien con dedicación y paciencia orientó y guió valiosamente el desempeño de este proyecto, dejando en cuenta el testimonio de trabajo y entrega.

CONTRATO DE SESION DE DERECHOS

Yo, Mauricio Patricio Artieda Ponce, declaro ser autor del presente trabajo y eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales.

Adicionalmente declaro conocer y aceptar la disposición del At. 67 del Estado Orgánico de la Universidad Técnica Particular de Loja que en su parte 4 pertinente textualmente dice, **Forman parte del patrimonio de la universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos de tesis de grado que realiza a través o con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad.**

Mauricio Patricio Artieda Ponce

AUTOR

ÍNDICE

| | |
|--|------|
| Certificación..... | I |
| Autoría..... | II |
| Dedicatoria..... | III |
| Agradecimiento..... | IV |
| Contrato de cesión de derecho de tesis | V |
| Índice..... | VI |
| Resumen..... | VII |
| Introducción | VIII |
| Objetivos..... | IX |

CAPÍTULO I

1. SITUACIÓN ECONÓMICO SOCIAL Y PRODUCTIVA DEL CANTÓN

| | |
|---|----|
| 1.1 Situación Geográfica..... | 14 |
| 1.2 Aspectos Demográficos..... | 14 |
| 1.2.1 Indicadores de Salud..... | 16 |
| 1.2.2 Indicadores Educativos..... | 17 |
| 1.2.3 Migración Interna y Externa..... | 18 |
| 1.2.4 Indicadores de Desarrollo Humano y Pobreza..... | 18 |
| 1.3 Análisis de la Vivienda..... | 19 |
| 1.4 Situación Política y Administrativa..... | 19 |
| 1.5 Sector Productivo Primario..... | 20 |
| 1.5.1 Agricultura..... | 21 |
| 1.5.2 Ganadería..... | 21 |
| 1.5.3 Producción y Rendimiento..... | 22 |
| 1.5.4 Asistencia Técnica..... | 22 |
| 1.5.5 Comercialización y Consumo..... | 23 |
| 1.5.6 Crédito..... | 23 |
| 1.6 Sector Productivo Secundario..... | 23 |
| 1.6.1 Industria..... | 23 |
| 1.6.2 Artesanía..... | 23 |
| 1.7 Sector Productivo Técnico..... | 24 |

| | |
|-----------------------|----|
| 1.7.1 Comercio..... | 24 |
| 1.7.2 Turismo..... | 24 |
| 1.7.3 Transporte..... | 26 |

CAPÍTULO II

2. GENERALIDADES DE LA GASTRONOMÍA

| | |
|--|----|
| 2.1 Gastronomía..... | 28 |
| 2.1.1 Historia de la Gastronomía en General | 29 |
| 2.1.2 Relación Histórica de la comida ecuatoriana y su influencia..... | 32 |

CAPÍTULO III

3. DIAGNÓSTICO GASTRONÓMICO EL SECTOR

| | |
|--|----|
| 3.1 Datos generales de la gastronomía del cantón..... | 49 |
| 3.1.1 Platos/Bebidas/Postres, que conoce usted, que son propios de este sector (zona).. | 50 |
| 3.1.2 Platos/Bebidas/Postres, se elaboran en épocas de fiestas en este sector..... | 52 |
| 3.1.3 Platos/Bebidas/Postres, que se elaboran con mayor frecuencia. | 54 |
| 3.1.4 Platos/Bebidas/Postres, más demandados por los visitantes en este sector..... | 56 |
| 3.1.5 Platos/Bebidas/Postres que recomendaría usted consumir a algún visitante..... | 58 |
| 3.2 Platos /Bebidas/Postres Tradicionales..... | 60 |
| 3.2.1 Platos/Bebidas/Postres, que se preparaban hace años y en qué ha cambiado su preparación | 61 |
| 3.2.2 Platos/Bebidas/Postres, que se preparaban hace años y que ya no se elaboran actualmente..... | 61 |
| 3.3 Platos/Bebidas/Postres Actuales | 64 |

4. INVENTARIO DE LA GASTRONOMÍA TÍPICA Y TRADICIONAL DEL CANTÓN

| | |
|--|----|
| 4.1 Fichas Gastronómicas..... | 67 |
| 4.2 Gastronomía relacionada a las Fiestas..... | 68 |

CAPÍTULO V

5. 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...70 |
|--|

| | |
|---|----|
| 5.2 Instituciones y Organismos que Promocionan Comercializan los Platos/Bebidas/Postres típicos y tradicionales..... | 78 |
|---|----|

CAPÍTULO VI

6. PROPUESTA EN BASE AL INGREDIENTE BASE, PROPONER ALTERNATIVAS DE PLATOS/BEBIDAS/POSTRES PARA EL DESAYUNO ESCOLAR.

| | |
|--|----|
| 6.1 Potencialidades gastronómicas..... | 80 |
| 6.2 Propuesta de Desayuno escolar..... | 81 |

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

RESUMEN

El presente trabajo investigativo, da a relucir la variedad de la gastronomía Lojana especialmente en el cantón de Catacocha donde su gastronomía está enmarcada en ambiente de tradiciones y costumbres que sus pobladores lo han venido desarrollando a lo largo de su vida cotidiana, negándose a que esta desaparezca, transmitiéndola de generación en generación.

Este proyecto gastronómico consta de seis capítulos que se da a conocer a continuación.

Capítulo I

En este capítulo se realiza un análisis de la situación geográfica, productivo, turística del sector haciendo alusión a la situación actual social que atraviesa esta población; como índices de pobreza, indicadores de salud, vivienda, educación, desocupación laboral entre otros para determinar el nivel de organización política y gubernamental que posee el lugar.

Capítulo II

En este capítulo se da a conocer sobre la evolución de la gastronomía y sus diferentes etapas donde se hace énfasis a los distintos cambios, que ha tenido durante toda la civilización, y las nuevas tendencias gastronómicas que vivimos hoy en día.

Capítulo III

En este capítulo se muestra la diversidad de la gastronomía del sector, sus deliciosos platillos clasificados en principales, postres y bebidas, los ingredientes base que se utiliza para su elaboración, las frecuencias y las épocas en los que se elaboran, y la aceptación que tienen estos por parte de los visitantes.

Así mismo la influencia que ha tenido la gastronomía del sector con otras tendencias culinarias, y el cambio que se ha dado.

Capítulo IV

En este capítulo se describe un inventario gastronómico típico tradicional del cantón, a través de fichas (ENCUESTAS) donde se recopila informantes claves como; personas y lugares que son representantes de la gastronomía típica del lugar.

Capítulo V

En este capítulo se acoge la propuesta de difundir la gastronomía del sector a través de estrategias y promoción por parte de las instituciones y organismos que impulsan el turismo en la región.

Capítulo VI

En este capítulo se realiza una propuesta para un desayuno escolar, utilizando productos propios de la región y que reúna todos los valores calóricos nutricionales que debe tener un desayuno, con el objetivo de brindar nuevas alternativas.

INTRODUCCION

La gastronomía ecuatoriana se caracteriza por su gama de sabores y aromas una cocina mestiza que se guisa en ollas de barro, años de cultura y tradiciones indígenas. El presente trabajo investigativo, tiene como finalidad, obtener una amplia realidad del concepto gastronómico del Ecuador, que aún no acaba de dar a relucirse por completo la majestuosidad y variedad de productos y platillos que posee, muchos de ellos casi han desaparecido por el constante cambio, la tecnología, la influencia de nuevas culturas, el agitado diario vivir, la migración, etc. ha hecho que el recurso gastronómico vaya desvaneciéndose.

Hoy por hoy muchos profesionales sabios del tema han unido esfuerzos por rescatar este valioso recurso cultural que se posee, puesto que la gastronomía también forma parte de la identidad de un pueblo. Con esta investigación estoy aportando con un granito de maíz a rescatar la esencia que tiene la tinaja andina donde se han guardado por décadas los sabores más deliciosos de la cocina ecuatoriana.

Después de haber realizado esta investigación gastronómica, es importante recalcar la concienciación a las personas, en saber que la gastronomía es un potencial recurso turístico que debemos aprovecharlo. Atrayendo a la demanda turística con ofertas donde la gastronomía sea parte de los servicios ofrecidos y que mejor convertirse en un destino gastronómico que sea la cocina ecuatoriana la carta de presentación al turista.

El Ecuador por poseer cuatro regiones tiene gran ventaja competitiva ya que cuenta con una inagotable fuente de productos todo el año, para la elaboración de diversos platillos en cada región. A la vez es una oportunidad para ofrecer una gastronomía variada y deliciosa, convirtiéndose esto en una ventaja en la para oferta un producto turístico donde la gastronomía sea complemento principal del mismo.

Esto no solo trae consigo divisas al país sino que mejoraría la economía de muchas comunidades, no olvidemos que el turismo comunitario es una alternativa donde se le da la oportunidad al viajero de conocer más de nuestras costumbres y por ende nuestra gastronomía.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Determinar la producción y consumo de platos y bebidas típicos del cantón Catacocha, provincia de Loja, para la puesta en valor de la gastronomía típica como atractivo diversificado de la oferta turística.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Inventariar los platos de la gastronomía típica ecuatoriana, que se oferta en los menús de restaurantes, mercados, puestos, casas y sitios de expandió.

Identificar los productos que son empleados en la preparación de platos y bebidas típicas y su significado.

Identificar a partir de productos base, la diversidad de platos y bebidas típicas preparados.

Identificar formas de preparación y acompañamientos de platos y bebidas típicas.

Identificar las combinaciones o sustitución de ingredientes para la obtención de los diferentes platos y bebidas típicas.

Identificar los centros de acopio de los productos.

Identificar instituciones y organizaciones que promocionan la cultura gastronómica de la región.

Puesta en valor cultural.

GASTRONOMIA DE CATACocha

CAPITULO I

SITUACIÓN ECONOMICO SOCIAL Y PRODUCTIVA DEL CANTÓN

1.1 Situación geografía

“El cantón Paltas se encuentra ubicado en el Callejón interandino de la Sierra sur Ecuatoriana, al occidente de la ciudad de Loja, entre los meridianos 79° 25´ y 80° de longitud y las paralelas 3° 47´ y 4° 12´de latitud, su clima es templado con una temperatura promedio de 18°C, una altitud promedio de 1.850m sobre el nivel del mar, su extensión territorial es de 1.264 km², con una población de 24.768 habitantes.

El cantón Paltas es uno de los más antiguos de la provincia de Loja fue creado el 25 de junio de 1824. En este sector en la antigüedad existía una laguna, y la historia cuenta que una pareja de indios Paltas estaban mirando la preciosidad de la laguna; la india se encontraba nerviosa y se resbaló, pensó que estaba junto a un Dios y pronunció la palabra Taita – Cocha = Padre Lago; Y la pareja decidió quedarse a vivir en este sector, más tarde fueron los españoles los que dieron el nombre a este lugar.

Su nombre procede de la lengua Palta Catay = aquí y Cocha = Lagunilla¹

Limites

Norte: Cantones Olmedo, Chaguarpamba y parte de la Provincia del Oro.

Sur: Cantones de Calvas, Sozoranga y Celica.

Este: Cantones de Gonzanamá y Catamayo.

Oeste: Cantones de Puyango y Celica

Urbanas: Catacocha, cabecera cantonal y Lourdes; Rurales: Cangonama, Guachanamá, Lauro guerrero, Orianga, San Antonio, Casanga y Yamana.

1.2 Situación demográfica

El cantón Paltas tiene una población proyectada para el 2010 aproximadamente de 27.239 habitantes según el INEC de los cuales 13.596 son hombres y 13.505 son mujeres. En la zona urbana se encuentran solo el 23,80% y en la zona rural el 80,30 de la población cantonal². (Comte, 2009: 3)

De esta manera la población del cantón se encuentra dividida en sus respectivas parroquias de la siguiente manera:

¹Ecuador. Plan de gobierno.(2009). Situación social. Catacocha:Lista66

²Ecuador. Plan de gobierno.(2009). Situación demografica.Catacocha:Lista66

Tabla N-1 Población por parroquias

| PARROQUIAS | TOTAL | HOMBRES | MUJERES |
|--------------------|---------------|----------------|----------------|
| Catacocha (Urbano) | 6369 | 2648 | 2990 |
| Área rural | 18334 | 9857 | 9477 |
| Periferia | 6217 | 3173 | 3044 |
| Cangonamá | 1338 | 694 | 689 |
| Guachanamá | 2952 | 1534 | 1418 |
| Lauro Guerrero | 2041 | 1038 | 1003 |
| Orianga | 2233 | 1143 | 1090 |
| San Antonio | 1336 | 677 | 659 |
| Casanga | 1948 | 991 | 957 |
| Yamana | 1124 | 680 | 623 |
| TOTAL | 27.309 | 13596 | 13525 |

Fuente: Elaboración propia a partir de información del Plan de Gobierno del cantón Paltas 2008

La tasa de mortalidad de este sector de la sociedad es más del 3% de habitantes y esto se debe algunos factores como la falta de servicios básicos entre estos el abastecimiento de agua potable pura apta para el consumo humano, la falta de empleo que esto conlleva a uno de los problemas más graves que aqueja a la sociedad ecuatoriana la mala alimentación que demuestra una deficiencia sobre las exigencia mínima vital³.

³Ecuador. Plan de gobierno.(2009).Indicadores de salud. Catacocha:Lista66

TABLA N- 2 Causas de muerte en la provincia de Loja

| DIEZ CAUSAS DE MORTALIDAD EN LA PROVINCIA DE LOJA | | | |
|---|---|-------|------|
| ORDEN | CASOS DE MORTALIDAD | CASOS | TASA |
| 1 | Síntomas, y hallazgos anormales, muerte | 7.177 | 6.0 |
| 2 | Otras enfermedades del corazón | 3.621 | 3.0 |
| 3 | Neumonía | 2.542 | 2.1 |
| 4 | Enfermedades cerebro vasculares | 2.280 | 1.9 |
| 5 | Todas las demás causas externas | 2.219 | 1.9 |
| 6 | Enfermedades hipertensivas | 2.184 | 1.8 |
| 7 | Ciertas afecciones originadas en el periodo perinatal | 2.104 | 1.8 |
| 10 | Diabetes | 1.896 | 1.6 |
| 8 | Accidentes de tránsito | 2.041 | 1.7 |
| 9 | Enfermedades isquémicas del corazón | 1.944 | 1.6 |

Fuente: Elaboración propia a partir de información del Ministerio de Salud 2008

1.2.1 Indicadores de salud.

El cantón Paltas mantiene una problemática social que le ha sido difícil superarla, la salud; la falta de infraestructura, equipamiento necesario para satisfacer las necesidades de los pobladores en los distintos centros de salud de este cantón se han convertido en las falencias a solucionarse en esta área de servicio a la comunidad pese a que la población en especial la cabecera cantonal cuenta con los siguientes servicios básicos de: luz eléctrica, teléfono, alcantarillado agua potable este último posee en gran parte el sector urbano no así los sectores parroquiales que cuentan con agua tratada o entubada poco confiable para el consumo, lo mismo sucede con el alcantarillado y servicios higiénicos .En lo referente a servicios higiénicos un 12.61% posee de excusado de uso exclusivo un 12.32% de sanitario campesino un 10.77% tiene letrina, 63.81% efectúa sus necesidades en el campo⁴.

Estos son los principales factores de infección a tomar en cuenta para diversas enfermedades de salubridad que adolece la comunidad sin hacer mención de la desnutrición global de la niñez en el cantón Paltas es del 48.07% constituyéndose también en uno de los problemas de esta comunidad.

⁴Ecuador. Plan de gobierno. (2008).Indicadores sociales. Catacocha: Lista66.

A continuación se detalla en una tabla la infraestructura de salud que posee la provincia de Loja, con la finalidad de tener un enfoque, de la oferta médica que tiene la provincia y la infraestructura de salud que posee el cantón Catacocha.

TABLA N 3 Infraestructura de Salud

| INFRAESTRUCTURA DE SALUD EN LA PROVINCIA DE LOJA | |
|---|--------|
| EMPRESA DE SALUD | NUMERO |
| HOSPITALES | 10 |
| CENTROS DE SALUD | 3 |
| SUBCENTROS DE SALUD | 44 |
| SERVICIO DE SALUD COMUNITARIA | 23 |
| DISPENSARIOS | 49 |
| PUESTOS DE SALUD | 41 |
| LA PARROQUIA DE CATACOCCHA CUENTA CON UN HOSPITAL | |

Fuente: Elaboración propia a partir de información del NEC2010

1.2.2 Indicadores educacionales

Uno de los problemas más serios que tiene el cantón es la poca capacidad que poseen las instituciones para la autogestión y el mejoramiento de sus servicios. En el caso del sector educativo algunos centros no prestan las condiciones necesarias de infraestructura tanto académica, profesional ni sanitaria.

La falta de preocupación por la formación y capacitación de los recursos humanos locales sumado a la escases de material pedagógico como profesional abren una brecha en el proceso de brindar una educación de calidad, aunque este problema social no solo lo padece este sector sino que es un problema en general.

El cantón paltas cuenta con 131 escuelas y 13 colegios con un número aproximado de estudiantes de 4500 en primaria y 3100 en secundaria⁵

⁵Ecuador. Ministerio de educación. (2008).Indicadores de educación. Loja: UNE.

1.2.3 Migración Interna y Externa

Loja es la tercera provincia del Ecuador que cuenta con un índice alto de migración de habitantes, después de Cañar y Azuay. El cantón Paltas ha sufrido el fenómeno social de la migración desde 1967 con las extensas sequías que se produjo en ese tiempo en la provincia de Loja, gran parte de la población rural dejó sus tierras para migrar a distintos lugares de la provincia y del país en busca de un sustento para sus familias.

Quedando como registro según el último censo de 2001, que la mayor parte de migración es de carácter rural, en 1974 las comunidades aledañas a la cabecera cantonal contaba con 26.582 habitantes y bajó a 19.378 de acuerdo al último censo, obteniendo una tasa negativa de población del -1.16% al año. Por su parte la zona urbana es decir Catacocha, creció de 3.820 personas que habían en 1974 a 5.390 registradas en el 2001 a una tasa positiva del 1.2%.

Los malos gobiernos, la dolarización, la inestabilidad económica, la falta de fuentes de empleo conllevó a miles de compatriotas a dejar la tierra que los vio nacer, para migrar a otros países con el objetivo de entregar a sus familias bienestar, prosperidad y una vida más digna de lo que llevaban hasta ese momento.

Desde 1990 el Ecuador empieza a soportar una migración masiva hasta el año 2004 aproximadamente los países de preferencia para migrar son los Europeos como España, Italia, Londres, Francia y el país norteamericano de Estados Unidos que para la sociedad latina se convirtió en un icono de progreso y fortuna.

Según el SIISE del 2005 en el cantón Paltas el 7.26% de la población migra de la zona a diferentes partes del mismo cantón y otras provincias y el 69.59% a otros países. Los meses de mayor afluencia para la migración son Junio, Julio, Agosto y Septiembre. De los 2.443 migrantes el 86% sale por circunstancia de trabajo y el 14% por problemas educativos y de enfermedades. Catacocha es la parroquia que más migrantes tiene con el 38.78%⁶.

1.2.4. Indicadores de desarrollo humano y pobreza

En el aspecto social la población de Paltas ha conllevado algunos problemas sociales fruto de la falta de gestión y el olvido de los gobiernos; como servicios básicos que no abastecen las necesidades de la comunidad por ejemplo agua potable segura para toda la población, sistemas de disposiciones excretas y de basura que afectan principalmente al área rural. Otro fenómeno social que aqueja a esta comunidad es la

⁶Ecuador. Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2007).Indicadores de migración. Loja: INEC.

migración la ausencia del padre o madre de familia o ambos en muchos casos conllevando a una decadencia y ruptura del núcleo de la sociedad como lo es la familia, núcleos sociales que no están en condiciones de promover ni dirigir un proceso de cambio.

La pobreza es otro aspecto social por el que atraviesa el cantón según datos del SISSE en el 2005, la indigencia afectaba al 59.9% y la pobreza al 95.5% en la zona rural. En la zona urbana la indigencia afectaba al 52,5% y la pobreza al 90.8%⁷. Los distintos programas comunitarios desarrollados por el gobierno, la inversión pública, las remesas enviadas por los migrantes han logrado en parte cambiar estas cifras que son verdaderamente preocupantes al momento de hablar sobre desarrollo humano en esta población.

Estas son las dificultades que atraviesa no solo la población de Paltas sino algunas otras de la sociedad en general.

1.3. Análisis de vivienda

En el cantón Paltas existe un gran contraste por un lado sus pintorescas viviendas escalonadas de techos tejados, balcones tallados y faroles en sus puertas que nacen de un trazado indio y una arquitectura española fueron las principales características, para que este cantón sea tomado en cuenta como Patrimonio Cultural del Ecuador.

Por otro lado de las 7273 viviendas existentes en el cantón, 1549 dispone de los servicios básicos; es decir el 21.3% el resto de viviendas en su mayoría carece de agua potable pues se abastecen de agua entubada, posos u otro tipo⁸

1.4. Situación política o administrativa

La ciudad de Catacocha fue fundada el 25 de junio de 1824 es uno de los cantones más antiguos de la provincia de Loja. No existe reglamento alguno que impida manosear la participación ciudadana, por ello no hay empoderamiento de los habitantes del cantón Paltas sobre la obra pública, destino de partidas económicas asignadas en presupuestos municipales, baja identificación con los problemas locales, que en cierta manera han permitido que se capitalice electoralmente los problemas internos de la Municipalidad con denuncias de la modificación permanente de cédulas presupuestarias.

⁷Ecuador. Plan de gobierno. (2008).Indicadores de desarrollo. Catacocha: Lista 66.

⁸Ecuador. Desarrollo de Gobierno (2007).Indicadores de desarrollo vivienda. Catacocha: OPS.

Sin conocimiento y aprobación de la cámara provincial cuyo resultado final es la no convocatoria a sesiones ordinarias de consejo violando las disposiciones del régimen municipal dándose lugar al legislamiento cantonal⁹.

El órgano legislativo del cantón encargado de proponer, aprobar y modificar ordenanzas en el cantón está integrado por el Alcalde y 6 concejales aparte otros organismos parroquiales que ayudan a la organización del mismo.

TABLA N 4 Organización Política Administrativa del Cantón Paltas

| ORGANIZACIÓN POLITICA Y ADMINISTRATIVA DEL CANTON PALTAS | | | | | | |
|--|----------------|------------|------------------|----------------|---------------------------|---------------------|
| Alcalde del municipio | V. del consejo | Concejales | Junta parroquial | Comité barrial | Organización de 2do grado | Organismo Funcional |
| | | | | | Junta del agua potable | Cultura |
| | | | | | | Económico |
| | | | | | | Ambiental |
| | | | | | | comercio |

Fuente: Elaboración propia a partir de información del Municipio de Paltas.

1.5. Sector productivo primario.

En el sector productivo Paltas cuenta con una gran extensión de terreno de 112.400 hectáreas aproximadamente aunque solo 28.917 hectáreas son cultivadas este se debe a que el suelo está atravesado por estribaciones transversales haciendo del terreno bastante escarpado dando paso a la erosión, por arar sin ningún conocimiento haciéndolo al sentido de la pendiente sin tomar medidas de protección a favor del suelo¹⁰.

En la actualidad el uso del suelo está dividido de la siguiente manera 23.51% en bosques, 25.99% en vegetación natural, 24.7% en pastos y 27.10% en cultivos permanentes de ciclo corto como por ejemplo: plátano, maní, maíz amarillo etc.

La variedad de clima y las precipitaciones que caen en este sector del país que son de Enero a Junio (época lluviosa) y de Julio a Diciembre (época seca) ha hecho de esta zona un lugar para que se originen varios lugares de vida como los bosques secos y húmedos y por ende una variedad de cultivos¹¹.

⁹Ecuador. Plan de gobierno. (2008).Indicadores sociales. Catacocha: Lista66.

¹⁰Ecuador. Plan de gobierno. (2008).Indicadores sociales. Catacocha: Lista66.

¹¹Ecuador. Plan de desarrollo. (2008).Desarrollo rural. Catacocha: IFAD.

1.5.1 Agricultura

La producción agrícola en el cantón Paltas no es muy desarrollada por algunos factores que han impedido que esta parte de la actividad social se lleve a cabo de la mejor manera, la migración de la gente del campo hacia las zonas urbanas son una de las causas para que baje el nivel agrícola en la zona.

La falta de sistemas de riego también se han convertido en situaciones que los agricultores les ha tocado dejar de lado esta actividad para dedicarse a otros trabajos donde perciban mayores ingresos económicos ya que cabe recalcar que este cantón mantiene precipitaciones bien marcadas y la mitad del año es de época seca, aunque en el 2005 con la ejecución de los proyectos Sembrando Agua y Agua para la vida, auspiciados por COMUNIDEC, El Municipio de Paltas, El Consejo Provincial y el Comité de Gestión de las Cuencas de Playas y Catamayo, se ha podido lograr un proceso de recuperación de la biodiversidad y el agua de consumo humano y para el riego.

La población Paltense se ha caracterizado por ser trabajadora y constante y pese a estas adversidades sociales y de la naturaleza a logrado ejecutar proyectos para pequeños y medianos agricultores promoviendo la economía de esa comunidad uno de los productos que se cultivan en esta zona es el maní por tener un clima subtropical esta región este cultivo no necesita de mucha agua pero el riego debe de ser constante.

La siembra de maní se realiza para complementar la renta de los pequeños agricultores. La producción cubre la demanda local y usada como condimento tradicional en las comidas.

Según datos del MAGAP, (Subsecretaria del Ministerio de Agricultura, Ganadería, Acuacultura y Pesca) cerca de 14 129 ha están cultivadas con maní en todo el país. Manabí tiene el 51% de esa área; Loja, 41%; El Oro, 3,5%; Guayas, 2%; y otras provincias 2,5%. La siembra, se realiza en el período lluvioso de enero a abril.¹²

1.5.2 Ganadería

Una situación similar sucede con la actividad ganadera en este cantón, paltas no se caracteriza por tener una actividad ganadera de consideración esto se debe a que su territorio es un poco árido, escabroso y no cuenta con pastizales suficientes para mantener el ganado y hacer de esta actividad prioritaria es esta zona otro aspecto también es la falta de tecnología y asesoramiento técnico la explotación de alguna raza

¹²Ecuador. Desarrollo de Gobierno (2007).Indicadores de desarrollo rural. Catacocha: OPS.

específica para la crianza y producción ganadera el sistema de manejo y la disponibilidad del recurso natural inciden en su rendimiento, haciendo esta actividad poco atractiva aunque la parroquia de Lauro Guerrero tiene actividad ganadera a poca escala para la satisfacer la demanda del sector.

1.5.3 Producción y rendimiento.

El nivel de producción en el cantón no es muy alentador la falta de asesoría técnica el apoyo de las entidades gubernamentales para emprender nuevos proyectos de autogestión que reactiven la producción agrícola, ganadera, frutícola etc., que son las actividades a las que se dedican esta comunidad del sur del país. Por otra parte la naturaleza ha hecho también desestabilizar la producción en este sector las largas sequias traen consigo que los productos de temporadas se retrasen o en el peor de los casos se pierdan originando pérdidas para los pequeños productores.

El mal estado de las vías de acceso al cantón, es otro problema que afronta esta parroquia, ya que los agricultores no pueden transportar los alimentos con facilidad a las distintas partes de la provincia

Catacocha en un tiempo atrás se convirtió en un centro de articulación comercial para el sur occidente de esta provincia logrando así la mejora de la calidad de vida de sus habitantes los alimentos producidos en el lugar se los vendía a las comunidades rurales y al resto de ciudades aledañas pero el descenso de la oferta de este tipo de productos se origina por la pérdida del suelo agrícola, el encarecimiento permanente de los insumos agrícolas y otros bienes que consumen.

Pese a todas estas dificultades la población Paltense no se ha desmotivado y parte de su vida cotidiana se dedica a la producción de productos que les ayuda a sustentar a sus familias¹³.

1.5.4 Asistencia Técnica

En Catacocha y sus alrededores en cuestión de asistencia técnica se podría decir que mantiene un nivel bajo y en muchos de los casos en algunas aéreas de producción no existe. La falta de recursos económicos por parte del estado y la organización de la comunidad por falta de líderes que apoyen planes de desarrollo para que de esta forma sus pobladores a más de adquirir conocimientos sea parte de un incentivo social para que la mano factura sea de mejor calidad, para que obtengan ideas que los lleve a

¹³Ecuador. Desarrollo de Gobierno (2007).Indicadores de desarrollo rural. Catacocha: OPS.

utilizar y optimizar mejor los recursos que estén a su disposición logrando de esta manera ser más competitivos y por ende el progreso de la comunidad¹⁴.

1.5.5 Crédito

La provincia de Loja cuenta con 180 mil clientes entre cuentas de depósito corriente y ahorros haciendo que este sistema financiero contribuya al desarrollo económico mediante la captación de recursos de los agentes económicos, familiares, empresariales, sector público etc. La producción en la provincia es del 1.85% de la producción nacional y con depósitos que representan el 2.22% del sistema financiero ecuatoriano. Catacocha cuenta con dos entidades financieras El banco de Loja y La cooperativa de ahorro y crédito Conmego los créditos otorgados por las entidades financieras a los pobladores de la parroquia se los entrega sin la mayor dificultad la mayoría de préstamos son utilizados para actividades productivas, operaciones de consumo, adquisición de vivienda etc. De esta forma promueve el crecimiento de una región del país que tradicionalmente ha tenido que buscar sus propias formas de desarrollo.

1.6 Sector productivo secundario

1.6.1 Industrias

Las industrias en la provincia en general son demasiado embrionarias, ósea poco desarrolladas un 27% se dedican a la explotación de madera un 22% a la producción de alimentos bebidas y tabaco. El cantón Paltas no es la excepción la mayoría de las industrias se embarcan dentro del grupo de pequeñas industrias la mayoría se dedican en la fabricación de objetos de cerámica en el sector Tacoranga y Quebrada arriba así mismo existen también fábricas de ladrillo y teja que funcionan de forma rudimentaria pero que a la vez crea fuentes de trabajo para la comunidad¹⁵.

1.6.2 Artesanía

La artesanía en el cantón paltas está concentrada principalmente en el barrio de Tacoranga donde se realiza una cerámica bastante rústica y tradicional que parten desde preparar el barro para que luego hábiles manos lo den formas atractivas que pacientemente llevan a un horno de leña rudimentario donde son quemadas hasta obtener su pintoresco y ancestral color ocre que para los antepasados era el color de la madre tierra, ollas de barro, maceteros y otros objetos que son muy apreciados por los pobladores en ferias de la parroquia y la provincia.

¹⁴Ecuador. Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2007).Indicadores de desarrollo social. Loja: INEC.

¹⁵Ecuador. Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2007).Indicadores de desarrollo humano. Loja: INEC.

El Museo del Colegio Físico Misional Marista: Ubicado en la ciudad de Catacocha, en él se encuentran reliquias arqueológicas representativas de los aborígenes, así como restos de animales y vegetales petrificados, los cuales han sido recogido por los mismos pobladores en los alrededores de la ciudad y sus valles.

1.7 Sector productivo técnico

1.7.1 Comercio

El comercio en la parroquia Catacocha es relativamente comercial ya que es el centro de transacciones del cantón donde pequeños y medianos agricultores se dan cita para vender sus productos recordemos que la principal actividad de fuente de ingresos para los pobladores del lugar es la agricultura, ganadería, jornalearía y la crianza de animales domésticos para la alimentación.

La existencia de más de 800 productores en el cantón en forma desorganizada hace que esta actividad sea oligopolio en los mercados para los pequeños y medianos productores. La producción que sale a la venta masiva en ciertas épocas del año es adquirido de la siguiente manera un 36% por comerciantes un 25.04% por intermediarios un 16.39% se vende en mercados de Catacocha, Chahuarpamba y Céllica

Un 9.75% en las bodegas de los poblados y la diferencia se los utiliza en otros canales o no los venden¹⁶.

1.7.2 Turismo

Catacocha y sus alrededores cuenta con varios atractivos turísticos naturales brindándole al turista algunas opciones para descanso, deporte de aventura o simplemente se cautive con los parajes vistosos que posee esta parte del país.

Impresionantes miradores son el marco que encierra paisajes llenos de historia y belleza natural. Uno de los lugares más representativos de esta ciudad es el Chiriculapo o Balcón del Inca, un mirador natural formado por una montaña rocosa de granito, cuya pared lateral occidental desciende en forma abrupta y vertical a unos 150 metros de profundidad. Desde el domo superior que semeja a un balcón excavado en la roca, se puede admirar el sitio Playas y el Valle de Casanga; los cerros Guanchuro, Pisaca, Cango, Pilapila y todos los paisajes del entorno de Catacocha.

¹⁶Ecuador. Plan de gobierno. (2008).Indicadores sociales. Catacocha: Lista66.

Otros miradores naturales es el de Chininuma, ubicado al noreste de la ciudad de Catacocha, desde aquí se puede admirar una gran extensión del cantón, como: La verde zona de Lauro Guerrero, Orianga, Cangonamá y el pintoresco cerro Cango.

Para los amantes de la historia ancestral y la arqueología es el sitio ideal para el turismo de investigación ya que estas tierras se asentaron los Paltas una de las culturas aborígenes del país.

La piedra del sol se encuentra en el sitio Santo Domingo de Guzmán de la Parroquia San Antonio. Se compone de una cara antropomorfa con 43 líneas que convergen hacia la cara.

Hacia el lado izquierdo hay una figura rectangular que semeja una oreja. Al pie de la misma, una cara antropomorfa cuadrada. Hacia el lado derecho opuesto a la oreja, hay varias líneas curvas que arriban en un círculo y hacia el centro.

Así mismo a pocos kilómetros de la ciudad de Catacocha se encuentra lugares para que el turista descanse y disfrute del delicioso clima y la naturaleza, El Almendral un balneario turístico a pocos minutos vía que conduce a Macará y junto al corredor turístico sur-occidental de la provincia de Loja, aprovechando su riqueza, el entorno ¹⁷natural ofrece el Chorro y enlaza con otro a escasos 100 metros de distancia en el sector los dos puentes. Este balneario permite a la comunidad y a los turistas que con frecuencia lo visitan de opciones alternativas que posibiliten el turismo ecológico. A continuación se da a conocer los atractivos turísticos dependiendo de su jerarquía.

TABLA N- 4Atractivos Turísticos

| ATRATIVOS TURISTICOS DEL CANTON PALTAS | | |
|--|--------------------------|----------------------|
| Numero | Nombre del atractivo | Jerarquia del 1 al 4 |
| 1 | Ciudad de Catacocha | III |
| 2 | Mirador del Shiriculapo | III |
| 3 | Cerro Pisca | III |
| 4 | Parroquia de Guachanama | II |
| 5 | Parroquia Casanga | II |
| 6 | Parroquia Lauro Guerrero | II |
| 7 | Parroquia Lourdes | III |
| 8 | Museo Hno. Joaquín Calle | III |
| 9 | Parroquia Cangonama | II |
| 10 | Parroquia Yamana | II |
| 11 | Petroglifos de Yamana | II |
| 12 | Parroquia San Antonio | II |

¹⁷Ecuador. Ministerio de Turismo. (2008).Atractivos turísticos. Loja.

| | | |
|----|------------------------|----|
| 13 | Piedra del Sol | II |
| 14 | Tasines de San Antonio | II |

Fuente: Elaboración propia a partir de información del CEITUR

Tomando en cuenta la tabla N-4 del capítulo 1 “Atractivos Turísticos” se podría decir que el más representativo de todos es el mirador del Shiriculapo por su peculiar forma y la impresionante vista que este ofrece de los valles aledaños seguido por el cerro Pisca donde se realizan excursiones para los turistas más aventureros.

Las parroquias cercanas también tienen su belleza natural para ofrecer al visitante momentos de descanso y relax.

1.7.3 Transporte

Referente al transporte existen algunas cooperativas interprovinciales que parten de la ciudad de Loja en distintos horarios durante todo el día hacia la ciudad de Catacocha está por ser una ciudad de paso muchos de los buses tienen rutas hacia las ciudades del sur Macará, Cariamanga, facilitando a los pobladores a trasladarse a cualquier sitio de la provincia, aunque sus carreteras y carreteras vecinales no son de primer orden los pobladores se dan forma para trasladarse y sacar sus productos agrícolas a la venta.

TABLA N 5 Transporte Terrestre

| TURNOS DE COOPERATIVAS DE TRANSPORTE LOJA CATACOCHA LOJA | | | | | | |
|---|-----------|-------|--|-----------|-----------|-------|
| COOPERATIVA DE TRANSPORTES LOJA | | | COOPERATIVA DE TRANSPORTES CARIAMANGA | | | |
| SALIDA | DESTINO | HORA | SALIDA | RUTA | DESTINO | HORA |
| Loja | Catacocha | 05H00 | Loja | Catacocha | Alamor | 04H00 |
| Loja | Catacocha | 07H00 | Loja | Catacocha | Alamor | 19H00 |
| Loja | Catacocha | 09H00 | | | | |
| Loja | Catacocha | 10H00 | Loja | Catacocha | Zapotillo | 06H30 |
| Loja | Catacocha | 10H00 | Loja | Catacocha | Zapotillo | 15H00 |
| Loja | Catacocha | 10H30 | Loja | Catacocha | Zapotillo | 22H45 |
| Loja | Catacocha | 12H30 | Catacocha | | Loja | 01H00 |
| Loja | Catacocha | 13H00 | Catacocha | | Loja | 02H30 |
| Loja | Catacocha | 14H00 | Catacocha | | Loja | 05H30 |
| Loja | Catacocha | 15H00 | Catacocha | | Loja | 08H00 |
| Loja | Catacocha | 17H00 | Catacocha | | Loja | 10H00 |

| | | | | | | |
|--|-----------|-------|-----------|--|------|-------|
| Loja | Catacocha | 18H00 | Catacocha | | Loja | 11H00 |
| Loja | Catacocha | 19H00 | Catacocha | | Loja | 16H00 |
| Loja | Catacocha | 22H00 | Catacocha | | Loja | 18H00 |
| Loja | Catacocha | 22H30 | | | | |
| Loja | Catacocha | 23H00 | | | | |
| Quito | Catacocha | 18H00 | | | | |
| Guayaquil | Catacocha | 22H15 | | | | |
| Fuente: Elaboración propia a partir de información de la Cooperativa Loja | | | | | | |

Tomando en cuenta la información de la tabla # 5 “Transporte terrestre” se llegaría a la conclusión de que no es difícil trasladarse hacia la ciudad de Catacocha ya que existen frecuencias de transporte durante todo el día tanto de partida como de retorno incluso en horas de la noche. Las frecuencias empiezan desde tempranas horas del día la principal cooperativa de transporte que opera esta ruta es la Loja con muchos años de experiencia. Esta es una ventaja de la ciudad para que el turista tenga la facilidad de visitar este cantón sin preocuparse por el traslado.

CAPITULO II

Gastronomía

“Es el estudio de la relación entre cultura y alimento. La palabra “gastronomía” deriva del griego “gáster” o “gastros” que quiere decir estómago y gnomos, conocimiento o ley. Gastrónomo es la persona que se ocupa de esta ciencia. La gastronomía estudia varios componentes culturales tomando como eje central la comida”¹⁸. (Comte, 2006:57).

2.1 HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA EN GENERAL

Como se observa la gastronomía no sólo tiene relación con la comida, sino que también con las distintas culturas que existen en la tierra. Por lo que la gastronomía, está inexorablemente vinculada, a la cultural de los países. Por esto cabe señalar, que cada país posee su propia gastronomía. Es así que la gastronomía francesa, italiana, china, mexicana, española etc. Las cuales se han ido popularizando, con el correr de los años, debido no sólo a que sus inmigrantes las han introducido por todo el mundo, sino también por su excelencia en la preparación de diversos platos. Los cuales han logrado imponerse, en paladares nacionales e internacionales de la más alta exigencia, tratándose de sabor y distinción.

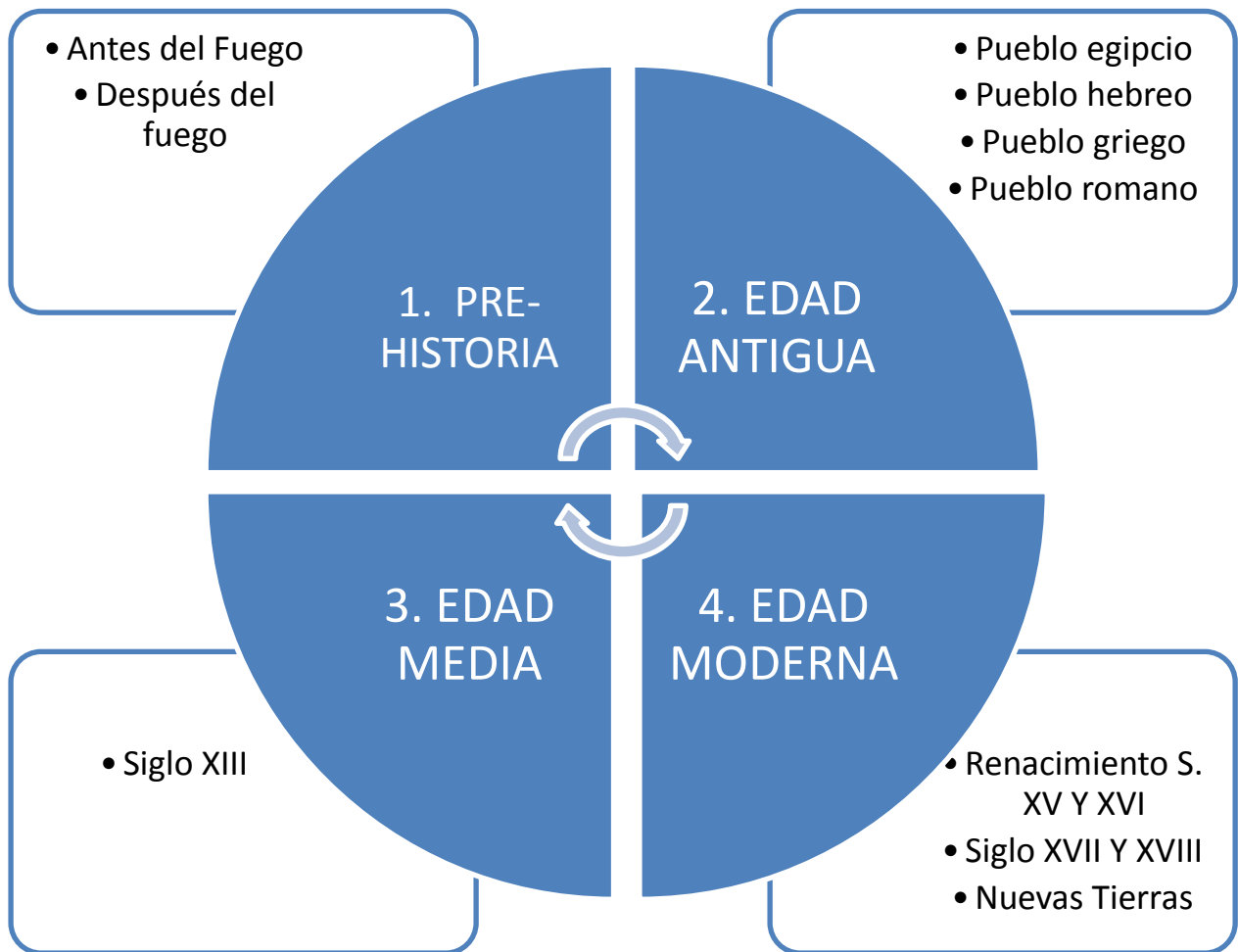
A través de la gastronomía se puede determinar un sinnúmero de elementos que abarca la cultura culinaria como por ejemplo la historia, psicología, antropología y algunas expresiones artísticas. Todas estas manifestaciones representan la identidad de un pueblo o nación las cuales están resumidas en las clásicas recetas¹⁹.

A continuación se presenta una gráfica con los alimentos de cada etapa, los utensilios desarrollados y la conjugación entre ambas, se lograrán ver algunas similitudes o diferencias entre cada período.

¹⁸Acosta, J.,(2006) Historia natural de la cocina. Edición, Atlas, Madrid

¹⁹ (n.d.) Artículos del Ecuador. Obtenido el 03 de enero de 2010, de [http\\ www.exploringecuador.com](http://www.exploringecuador.com)

Grafica N 1 HISTORIA DE LA GASTRONOMIA



FUENTE: www. Enciclopedia.us.es 2009

Como lo muestra el gráfico N- 1 la historia de la gastronomía se la puede distinguir en cuatro etapas donde se muestra su notable evolución.

Primera etapa.- En esta etapa el descubrimiento del fuego marca una pauta importante en la evolución culinaria a partir de esta hazaña el hombre empieza a consumir sus alimentos cocidos.

Antes de la invención del fuego los alimentos se os consumía crudos: frutos silvestres, hojas, tallos, grandes piezas de carnes bisontes, renos etc. La caza en esta época lo hacían con herramientas rudimentarias como: arcos, flechas, hachas fabricadas en piedra.

En esta época las mujeres se dedicaban a la agricultura y al cuidado de la casa el hombre vio la necesidad de cubrirse del frío y las mujeres eran las encargadas de confeccionar las prendas de vestir. Luego de la invención del fuego el consumo de carne se hizo prioridad en la dieta diaria, es por eso que la caza de volvió una actividad bastante practicada por los nativos de esta época.

Segunda etapa. En esta época se destacan cuatro pueblos antiguos que aportaron a la historia de la gastronomía con su cultura y los importantes descubrimientos culinarios.

Egipcios.- Este pueblo se alimentaba de cereales como las lentejas, trigo y en especial el mijo, también consumían frutos, tallos de papiro, raíces y bulbos como la de lotus. En esta época ya existían las clases sociales altas quienes eran las más privilegiadas, y comían carnes como las de buey, ternera, cabras, ocas y pichones ellos fueron los encargados de descubrir el método de la salazón. A la hora de comer hombres y mujeres se sentaban por separado, los egipcios realizaban un culto a la comida, cuando un faraón moría lo momificaban y lo adornaban con alimentos, ellos creían que hay una vida después de la muerte.

El consumo de cereales dio paso al descubrimiento del pan y la cerveza que era la bebida nacional aunque esta se la realizaba sin levadura.

Hebreos.- Entre los alimentos más consumidos en esta época era la frutas, cereales, hortalizas el cultivo del olivo y el consumo de leche agria es lo que se destaca en esta etapa. En los templos no se oraba sino también se comía, el vino fue la bebida emblemática de este pueblo y un aporte importante a la historia de la gastronomía mundial.

Romanos.- La incorporación de vegetales como la col, nabos y rábanos eran alimentos en la dieta diaria de los romanos al igual que frutos como higos y cerezos en esta época se elaboraban tres comidas diarias desayuno, almuerzo y cena.

Griegos.- Este pueblo aportó grandes descubrimientos y técnicas para la gastronomía, se cree que es la madre de la cocina de occidente siete son los cocineros legendarios de esta época: IGIS, NEREO, CHARIADES, LAMPRIA, APCTONETE, EUTHYNO y ARISTON.

Grecia llevo a la cocina aristocrática la cocción del pescado y la utilización de especias como: tomillo, orégano, salvia, cilantro y malva.

Tercera etapa. En la edad media el consumo de frutos secos fue prioridad, por otra parte Carlomagno fue el primer rey cristiano que sentó a las mujeres a la mesa, se comía con la manos y la utilización de un cuchillo luego apareció la cuchara y posteriormente el tenedor. El mantel juega un papel importante, comer en le mismo mantel significaba igualdad de condiciones.

En esta época se destacan los caldos y salsas muy condimentadas para acompañar platos a base de carne.

Las confecciones de algunos artículos de alfarería y herramienta más sofisticadas para la caza marcan factores importantes dentro de esta época.

Cuarta etapa. En la época del renacimiento la gastronomía formo parte importante de la cultura europea podríamos decir que son las raíces de lo que hoy conocemos como la gastronomía actual los grades banquetes que se ofrecían a los reyes y sus invitados de esta época emerge la hospitalidad y la actividad culinaria que en la actualidad se ha convertido en un verdadero arte, ya no es simplemente el hecho de elaborar una receta, sino que existe de por medio la parte científica, histórica y cultura.

2.2 RELACIÓN HISTÓRICA DE LA COMIDA ECUATORIANA Y SU INFLUENCIA

La cocina ecuatoriana, que es conocida bajo como comida criolla o comida nacional, es una gastronomía relativamente nueva. Al lado de los diferentes alimentos básicos en las regiones Sierra, Costa, Amazonas, que sirven para platos fuertes simples de recetas antiguas, también influencias europeas y norteamericanas tienen un papel importante en la cocina del Ecuador.

Los conquistadores españoles reemplazaron ampliamente los alimentos indios como cuy o llama, por cerdo y ternera. Por otro lado, la vida de los habitantes de la costa ha sido determinada desde siempre del pescado.

La gastronomía ecuatoriana no es más que una exquisita fusión de sabores para deleitar el paladar exigente de los ecuatorianos y extranjeros. Cabe mencionar que la cocina Ecuatoriana significa variación, por el sin número de platos típicos de las diferentes regiones del país, tomando muy en cuenta que todo es creación y herencia de sus antepasados.

Es difícil definir el origen exacto de algunos platos, o definir el área de consumo. Más allá de ciertas variantes locales, existen comidas y bebidas difundidas en todo el territorio²⁰.

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 fundido.

Pero en donde se muestra más espléndido ese realismo mágico es en sus instrumentos de cocina: ollas, cazuelas, cántaros, piedras para moler, tiestos de asado, extractores de jugo, cedazos, ralladores, moldes para hacer panes con figura de guaguas, platos iridiscentes para iluminar caldos, compoteras que se alzan sobre senos femeninos, vasijas musicales que endulzan las tareas y aligeran cansancios.

En base a tres productos de la tierra: maíz, papas, porotos. Los antiguos moradores de los Andes construyeron una mesa admirable. Con el maíz lograban platos múltiples: tostado, canguil, mote, chuchuca, mazamorra y tortillas. Los

²⁰(n.d.) Cocina Andina. Obtenido el 03 de enero de 2010, de [http\\ www.encyclopedia.us.es](http://www.encyclopedia.us.es)

choclos, por su parte, se cocinaban tiernos, algo duros para el choclomote o se molían para elaborar esa delicia culinaria que es el chumal o humita. Con la harina del germen disecado se elaboraba chicha y excelente vinagre, y de las cañas tiernas se obtenía una miel de buena calidad.

Las papas, por su parte, se comían cocidas, asadas, en puré o servían de base para platos sabrosos como los llapingachos o los locros. A su vez, los porotos se cocinaban tiernos o maduros y enriquecían ollas familiares junto a cuyes, nabos, achogchas y condimentos varios.

Las carnes de la cocina indígena serrana provenían mayoritariamente de la caza y más escasamente de la ganadería. Sin embargo, su variedad no era desdeñable: llamas, guanacos, venados, corzas, cuyes, conejos, dantas, pavas, tórtolas, perdices, garzas, patos y gallaretas.

Contra lo que podría suponerse, hubo varias bebidas de consumo común, destacándose entre todas la «chicha» de maíz, elaborada con un proceso parecido al de la cerveza. También se producía «chicha» de frutas como el molle y las moras. Lugar aparte y valor especial tuvo el chaguarmishqui, equivalente ecuatoriano del pulque, obtenido del zumo del maguey.

La vida y la cocina del indígena estaban reguladas por la naturaleza, por las estaciones climáticas y por los ritos a ellas vinculados. Normalmente era simple y dependía de la caza o de la temporada de los frutos, pero tenía fechas especiales que le brindaban la oportunidad de mostrar su esplendor.

La ocasión más fastuosa de la cocina indígena la daban las cosechas. Junto al canto coral de la recolección de papas o mazorcas estaba el lujurioso ají de cuy y hacían acto de presencia los variados potajes de la quinua, el aguamiel de maguey y la chicha madura en rincones secretos.

Si la cocina andina era importante, la de la Costa lo era aún más. Además del maíz, contaba con la yuca, el maní, los camotes, el cacao, el coco, los palmitos, aves al por mayor, carnes de animales salvajes y una variedad de frutas tropicales.

El ají fue el más noble condimento de la comida indígena. Entero o molido, crudo o cocinado, solo, relleno o mezclado con otros condimentos, fue el saborizante por antonomasia, el condimento clave de las grandes y pequeñas comidas aborígenes. El dio nombre o apellido a viandas y productos de la tierra: ají de cuy, ají de queso, ají de chochos, tomate de ají, ajiaco. Con el llamado tomate de árbol

formó indisoluble pareja gastronómica y dio por descendencia una salsa rosada digna de los paladares más exigentes²¹.

Por detrás del ají, y casi siempre próximo, se mantuvo el achiote. Y ahí donde el ají puso su sabor exultante, el achiote llegó con su color espléndido.

2.2.1 Referencia general a la comida precolombina

Desde épocas precolombinas los antepasados demuestran que el hombre se dedicó a la explotación agrícola, básicamente del maíz y de la yuca, inventaron la cerámica y algunos instrumentos, se volvieron sedentarios y alcanzaron un nivel de organización.

La cultura Valdivia es una de las culturas agroalfareras más antiguas del continente americano. Temporalmente se ubica entre 4.000 y 2.020 a.C. Los Valdivianos se mantenían de recursos de varios nichos ecológicos, aprovecharon del manglar y de tierra adentro en el continente. Cultivaron maíz, fréjol, yuca, calabazas, achira y algodón. Su dieta se complementaba con la caza, especialmente de venado, la pesca en mar abierto y la recolección de molusco y crustáceos en playas, manglares y esteros. En región costa debió iniciarse el consumo del fréjol o poroto, la yuca, el camote, la papaya y otros productos tropicales²².

La cultura Machalilla se desarrolló entre 1.800 y 1.500 años a.C. en lo que hoy es la provincia de Manabí y el norte de la provincia del guayas. Los hombres de Machalilla vivieron de los productos del mar, pero básicamente de la agricultura.

La cultura Chorrera se desarrolló en las actuales provincias de Esmeraldas, Manabí y Guayas en el periodo comprendido entre 1.500 a 500aC. El hombre de esta sociedad estuvo más ligado a la producción agrícola, especialmente del maíz.

Los Cotocollao se desarrollaron en el Quito actual desde 1.500 a 500 a.C. Fue un pueblo dedicado a la agricultura, cultivo maíz, frejol, quinua, papa y oca. En las laderas del Pichincha obtenía maderas para la construcción de sus viviendas, plantas comestibles y medicinales.

²¹Acosta, J.,(2006) Historia natural de la cocina. Edición, Atlas, Madrid

²²(n.d.) Historia de la cocina Latina. Obtenido el 10 de enero de 2010, de [http\\www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)

La cultura Guangala va de 500 años a.C. a 500 d.C. y se ubica al sur de la actual provincia de Manabí y en la zona norte del Golfo de Guayaquil. La base de alimentación era el maíz y la yuca.²³

La Tolita va desde 600 años a.C. hasta 350 d.C. El hombre tolita aprovecho de los recursos del mar y los del área ribereña fluvial del bosque tropical húmedo. Caza, pesca. Recolección de frutos y agricultura básicamente de yuca, de maíz, y de frejol.

La cultura Cosacanga se desarrolló entre 400 A.C Y 700 d.C. y se ubicó en los valles de los ríos Quijos, Cosanga y Misagualli. Este pueblo hizo uso de la agricultura, probablemente cultivo el maíz, la yuca y el camote. Cazaba y recogía frutos silvestres.

Los Manteño-Huancavilca se desarrollaron entre 800 y 1.525 d.C. Los Manteños fueron expertos agrícolas que cultivaron el maíz, la yuca, el maní, el frejol, los tomates y el algodón. Domesticaron animales, sin embargo cazaban y recolectaban mariscos.

Las siguientes culturas se desarrollan a partir del siglo x d. C. hasta el siglo XV d. C. Los quitos aportaron los elementos básicos para la formulación del modelo de señorío para la región septentrional de los Andes, cultivaron productos como el maíz, el algodón, el ají, la sal, la coca, y realizaron actividades como la caza y la recolección de hierbas y frutos.

Los Quijos se desarrollaron en el actual Oriente, llevaban a la Sierra canela, oro, algodón, coca, collares de hueso y piedra, tejidos y adornos diversos. De vuelta traían sobre todo sal. Cultivaban yuca, pero también el maíz, los plátanos, la calabaza, el frejol, el algodón, la papa, la canela, la calabaza, etc.²⁴

2.2.2 Influencia Inca

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,

²³ Gallegos, M.(200).Historia, tradición y simbología. Edición Cinco. Quito.

²⁴ Acosta, J.,(2006) Historia natural de la cocina. Edición, Atlas, Madrid

aprendieron a secar y trozar la papa, luego, antes de consumirlas las volvían a hidratar y se cocinaban. Complementaban esta dieta con otros vegetales como olluco, oca, tomate, frijol, zapallo, ají, maní, quinua y frutas.²⁵

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.

Pescaban diversas especies de peces y cazaban aves silvestres. Para mantener tal cantidad de tierras sembradas, los incas fueron grandes ingenieros hidráulicos: mucho de los canales de regadía de la sierra aún hoy, funcionan perfectamente e irrigan las nuevas tierras de cultivo.²⁶

Los cañarís-incas usaron pocos animales para la cocina. Los habitantes del Imperio incaico mezclaban harina de maíz con verduras secas pulverizadas como reserva alimenticia en sus jornadas de trabajo o viajes. Al conocerse la cebada europea la usaron mezclándola con raspadura y haciendo de ella una reserva para consumirla seca o gracias al agua de cualquier material, como bebida alimenticia y seca o gracias al agua de cualquier material, como bebida alimenticia y nutritiva. Se lo conoce a este alimento como pinol y la harina de cebada.

Con harina de maíz hacían mazamorra, llamada en quichua api. La quínoa se comía como el mote, acompañado de sal y ají. La tostaban y la convertían en harina para tortillas y mazamorras.

Los fréjoles en las tres variedades blanco, negro y bayo, recibían tratamiento similar eran llamados así guisos. Podían mezclarlos con papas, aracachas, ají y sal. O los tostaban para comerlos así o convertirlos en harina en los metales.

Las zonas bajas o yungas suministraban algunos alimentos a los cañarí-incas. De allí venían el maní y la yuca, que se usaban sancochada, asada, en sopa o en forma de masa que obtenían rallándola. Tenían instrumentos de cocina como los rallos de cerámica con puntas de piedrecillas que podían servir para este objeto. La aracacha o zanahoria blanca hacía buenos guisos con mezcla de otras hortalizas o con carne de cualquier otro animal doméstico o silvestre.

²⁵Gallegos, M.(200).Historia, tradición y simbología. Edición Cinco. Quito.

²⁶(n.d.) Cocina Andina. Obtenido el 11 de enero de 2010, de [http\\www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)

La raíz tuberosa de la achira o atsera, como el camote, se comía asada o cocida.

La papa alimento universal de los Andes. Se han investigado por lo menos 23 variedades distintas de papas que se usaron con el Incario, incluido el Ecuador actual. Su preparación permitiría asarla o cocinarla sola como el locro de papas actual, o combinándola con otros alimentos vegetales o animales. Lo mismo ocurría con los mellocos mientras las ocas y las mazhuas, sin esta precaución, son amargas cuando frescas²⁷.

Zapallos y otras calabazas como el zambo, se podían comer tiernos o maduros, cocidos. El zapallo se había convertido en plato de cuaresma en la temprana vida colonial.

El cuy cocinado y asado, carecía de ajo y otros condimentos aunque se usaba el ají. Las frutas eran parte del manjar. Años atrás se comía más, se merendaba igual cantidad que el almuerzo además se acostumbraba a cenar.

Cuando llegaban las visitas a casa, se brindaba a las damas mistelas de colores y a los caballeros bebidas fuertes. Lo adecuado para agasajar era el rompopo con bizcochuelos o la leche guisada con roscas de yema, el bocado de la reina, el chocolate de pastilla, los quimbolitos, el ponche de chicha, ponche de leche, champús, cualesquiera de estos potajes era bueno para servir a los amigos.

Los obsequios en el día de los santos eran los charoles de buen pan, las compoteras con dulce de babaco, majar blanco. Cuando había una parturienta la dieta estaba a cargo de la persona más experimentada. Se sacrificaban 40 gallinas y la señora debía comer una cada día.

El mate o hierba de Paraguay para tomar en grandes cantidades, con bombilla de plata, acompañado de costras.

Completaban la alimentación huevos, chocolate ya que la mujer debía estar robusta para alimentar al niño con el seno.

Una celebración exclusiva era la preparación del pavo antes del sacrificio. A la víctima se le engullía copas de aguardiente y vino, luego se le hacía correr. Tomándole de las alas, hasta que la cabeza se le ponía morada y las patas sangrantes.

Cuando los jóvenes estaban en la edad del hambre, era muy divertido preparar el pan colegial, que consistía en abrir los mestizos para rellenar con quesillo

²⁷(n.d.) Influencia de la cocina Andina. Obtenido el 11 de enero de 2010, de <http://www.slideshare.net>

desmenuzado y panela raspada: luego se les colocaba forrados con un mantel, entre dos tablas y se brincaba sobre ellas el tiempo necesario, para que los panes crezcan.

El lugar destinado para la cocina estaba por regla general en el fondo de la casa. El fogón de carbón o de leña y en algunos casos dos cocinas de carbón y de leña o la cocina de plancha de hierro importada, con botellón de agua caliente, con hornillas, que ofrecía un gran servicio. No podían faltar ollas de mote y la olla de agua caliente, las piedras de moler, los morteros de mármol y de loza para triturar los alimentos más delicados, la máquina de moler café, el molino de varios usos.

Las pailas de cobre y de bronce de todo tamaño, bateas de madera, tinajas, cántaros y el huallo de barro, las mamacucharas de madera, poncheras de barro vidriado y de loza, ollas de todos los tamaños, vidriadas poroteñas, medianos, cazuelas, olletas, ocupaban su puesto en las alacenas de la cocina.

El guardafrío consistía en un armario con malla en las puertas, para guardar los alimentos en un ambiente fresco, en muchas casas existía el alambique y filtros para preparación de licores.

Los hornos fueron casi en su totalidad de adobe. Había las artesas para mezclar los ingredientes del pan, eran enormes tinas de madera, que en los carnavales sacaban a las calles y las convertían en bañeras.

La panadería antigua, la dueña dirigía el trabajo que era la patrona, especie de madre de familia, a la que sus obreras tenían la obligación de obedecerle, quererle y tratarle de niña.²⁸

2.2.3 Influencia europea cronológicamente

El aporte español a la cocina fue de carácter doble: trajo al suelo elementos y experiencias europeos y africanos; 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. Enriquecida con nuevos elementos, la cocina popular ecuatoriana pudo desarrollar sus propias tradiciones regionales, inventar nuevas viandas y cocinar tierna y amorosamente, durante tres siglos, los potajes de la succulenta gastronomía nacional. Uno de los hechos más significativos fue la adopción popular del chancho, el borrego, los pavos y las gallinas.

²⁸(n.d.) Influencia de la cocina Andina. Obtenido el 20 de enero de 2010, de <http://www.slideshare.net>

La llegada de España a estas tierras 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: ala 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.

Enriquecida con nuevos elementos, la cocina popular ecuatoriana pudo desarrollar sus propias tradiciones regionales, inventar nuevas viandas y cocinar tierna y amorosamente, durante tres siglos, los potajes de la suculenta gastronomía nacional.

Uno de los hechos más significativos de la nueva situación fue la adopción popular del chanco, el borrego, los pavos y las gallinas, que pasaron a convertirse en animales domésticos de la mayoría de la población, mejorando la dieta y reforzando el arte culinario.

Especial importancia cobró la manteca de chanco, densa y sabrosa, 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 loco 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 jugoso sancocho de paila, la empalagosa fritada y esa roja serpiente de la longaniza, cargada de achiote y ahumada largamente en los cordeles de la cocina.

El ovino sirvió de base para soberbios platos populares: chanfaina, treinta y uno, yaguarlocro 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, rebozante de plátanos pelados, de yuca y de trozos de choclo tierno. El queso, por su parte, pasó a ser ingrediente indispensable de salsas y pasteles. Queso para tortillas de maíz,

queso para empanadas, queso para llapingachos, queso para chiguiles, queso para choclotandas, queso para ajíes, queso para acompañar al maduro cocinado o para rellenar el maduro al horno, queso para el pan, queso para todo.

A comienzos del siglo XIX, el Nuevo viajero universal destacó el gusto generalizado de la yerba mate entre los ecuatorianos a la que, agregaban algunas gotas de zumo de naranja agria o de limón, y flores aromáticas.

La comida ecuatoriana actual es, pues, el resultado de una rica tradición culinaria, en la que se combinan sustancias y costumbres de varios continentes, mezcladas sabiamente en el crisol del buen gusto popular.²⁹

2.3 Clasificación de Gastronomía

2.3.1 Por el origen

2.3.1.1 Platos locales

La comida criolla tiene origen español, es decir la mezcla de ambos términos genera la comida hispanoamericana que es el caso de la comida criolla centroamericana, colombiana, ecuatoriana, venezolana, peruana, boliviana y chilena. Con excepciones de Brasil, México, Argentina y Uruguay debido a la presencia de inmigrantes portugueses e italianos en su mayoría. La cocina latinoamericana se ve influenciada, en primer lugar por las recetas precolombinas de los indígenas y por las raíces españolas, después, por las migraciones de italianos y asiáticos.³⁰

La comida ecuatoriana actual es resultado de una rica tradición culinaria en la que se combinan productos y costumbres de varios continentes, mezcladas por gusto popular: de ahí la fanesca, el caldo de patas, la fritada, las chugchucaras o las morcillas lampreadas.

Hubo varias bebidas de consumo común, destacándose la «chicha» de maíz, y lugar tuvo también el chaguarmishqui. En la Costa, al maíz se sumaban la yuca, el maní, los camotes, el cacao, el coco, los palmitos y una variedad de frutas tropicales.

La variedad de combinaciones gastronómicas que se fue dando en la época colonial fue sorprendente. Cazuelas de pescado y de mariscos, con salsa picante

²⁹(n.d.) Origen de la cocina . Obtenido el 22 de enero de 2010, de [http\\www.slideshare.net](http://www.slideshare.net)

³⁰(n.d.) Orígenes de la gastronomía. Obtenido el 22 de enero de 2010, de [http\\www.slideshare.net](http://www.slideshare.net)

de achiote y ají; pescado con coco, salsa en pasta, de maní con harina de maíz, la «sal prieta» de Manabí, turrone de maní con miel o dulces de maní molido con harina de maíz, que subsisten hasta hoy en El Oro y Loja; bollos de pescado, de camote, de yuca, mixtos.

El aporte español a la cocina fue de carácter doble: trajo elementos y experiencias europeos y africanos; permitió el intercambio de cosas y animales aborígenes hasta entonces de uso local y limitado. Llegaron cerdos, reses y ovejas, pavos, gallinas, ajos y cebollas, trigo, cebada, habas, coles, tomates, cítricos, plátanos y caña de azúcar.

El ají fue el más noble condimento de la comida indígena. Entero o molido, crudo o cocinado, solo, relleno o mezclado con otros condimentos, fue los saborizantes por antonomasia, el condimento clave de las grandes y pequeñas comidas aborígenes. El dio nombre o apellido a viandas y productos de la tierra: ají de cuy, ají de queso, ají de chochos, tomate de ají, ajiaco. Con el llamado tomate de árbol formó indisoluble pareja gastronómica y dio por descendencia una salsa rosada digna de los paladares más exigentes.

Costa

La comida de la costa ecuatoriana se caracteriza por sus deliciosas carnes, la variedad de ellas le brinda a su cocina una personalidad muy especial, además de los complementos con los que se sirven. En la costa no sólo degustarás el famoso maíz, también te deleitarás con la yuca, el maní, los camotes, así como el cacao y el coco, las frutas tropicales son deliciosas.

Las clases de pescados son variadas en la costa ecuatoriana, así como los mariscos, podrás encontrar camarones grandes y con mucha carne, ideales para una **Cazuela** que suele condimentarse con picante de achiote y ají. La carne de ternera también es muy consumida en la costa, el Bistec es la mejor forma de prepararla, se acompaña con papas, cebollas y se sazona con el infaltable ají, puedes complementar el plato con una porción de arroz.³¹

Otros platos que sólo encontrarás en la costa son el Bollo de pescado, es masa verde con trozos de pescado envueltos en una hoja de plátano, las Conchas Asadas, preparadas con cebollas, tomates y limones que previamente se asarán sobre la parrilla. Y si deseas deleitarte con un dulce las Cocadas son la mejor receta en base a coco que probarás, hechas en base a coco rallado, agua de coco, leche y azúcar.

³¹Acosta, J.,(2006) Historia natural de la cocina. Edición, Atlas, Madrid

La especialidad local es el ceviche, por eso es considerado como una de sus comidas típicas, se marina con jugo de limón verde y generalmente se acompaña con maíz, en general este es un plato original de la costa del Océano Pacífico y sus productos marinos. Por eso es muy común ver en sus platos, mariscos de diversas índoles.

Esmeraldas, la Provincia Verde, entrega como platos típicos el encocado, el tapado, la bala con queso, la cazuela, el pusandao, la chucula y el mazato, que en su mayoría tienen como ingredientes obligados el plátano o verde, coco y el pescado; Manabí tiene fama por el viche de pescado, la carne punzada, el corviche, las empanadas y la torta de verde, la chicha de maíz amarillo, la sal prieta con bolón de verde, la cazuela.

Guayas es conocida por el seco de chivo, las hayacas, el arroz con menestra y carne asada con patacones, el caldo de manguera y otros platos que se preparan en sus cantones integrantes, con pescado, camarón y verde, caso de los bollos, el sango, etc.; Los Ríos ofrece variados platos a base de pescado y verde, como los bollos que compiten en sabor con el ayampaco, el aguado de gallina y los refrescos con frutas costeñas entre las que están la sandía y la badea; El Oro, en cambio, sugiere deleites con la comida de mariscos llámense la sopa marinera y los cebiches, que comparten primacía con el arroz aguado, el champús, el repe, el tigrillo y el sango de choclo.

Pescado

El pescado que suele comerse en la costa ecuatoriana es conseguido de las aguas del Océano Pacífico o de las innumerables rías navegables de la zona. Entre los principales pescados se encuentran la corvina y la trucha. Algunos de los platos populares con pescado son: los carapachos rellenos, marinera, ceviches de pescado, corviches, etc. Un plato típico de la costa se llama Encebollado de pescado.

Plátano

Ecuador es un fuerte país exportador de plátano, por lo que este representa un importante elemento en la gastronomía, en especial en la costa ecuatoriana. Existen tres principales variedades de plátano, siendo las tres más importantes: el plátano verde, el plátano maduro y el guineo. El plátano verde suele comerse frito o hervido, es de un sabor salado y de consistencia dura. El plátano maduro suele comerse frito o hervido de igual manera, tiene un sabor más dulce y una consistencia más suave y el "guineo" suele comerse crudo como una fruta

cualquiera, aunque también hay una plétora de postres preparados a base del guineo.

Verduras y Legumbres

Las verduras están presentes en diferentes formas, el arroz, el plátano verde o maduro, la yuca, o la salsa de maní tostado y molido. El maíz se suele comer en las muy populares tortillas de maíz conocidas como bonitísimas, cocinan los choclo en agua y sal, las mazamorras y los comen con queso fresco. Los frijoles, que acompañan a muchos de sus platos. El Puré de papas o lo sirven de base para platos como los llapingachos que son tortillas de papa o los locros.

Carnes

Se suele comer carne de vaca, cordero y cabra. Algunos platos se combinan con verduras como el seco que son trozos de carne servida con arroz. La carne de chanco se come en varios lugares del país, participa en la elaboración de diversos platos, algunos de ellos como fritada, hornado, chugchucaras.

Es de destacar de la cocina de Ecuador los caldos que suelen prepararse con verduras muy diversas y carne de gallina, son frecuentemente servido en los mercados callejeros como desayuno. Algunos de ellos son muy populares como el yaguarlocro que es una sopa de papas que lleva como ingrediente borrego y una salsa especial.³²

Sierra

La provincia del Carchi da la oportunidad de paladear platillos exquisitos de la nombradía del cuy con papas, el hornado, las tortillas de papa, el pan de cuajada, el caldo de gallina y el "tardón", que es una bebida preparada con aguardiente y jugo de naranjillas; Imbabura tiene en su cuadro de platillos y bebidas típicos la carne colorada, el cuy asado, las empanadas de morocho, las nogadas, el arrope de mora, la chicha del Yamor y los helados de paila; Pichincha posee igualmente una variada lista que incluye el puchero, la tripa mishqui, la carne colorada, la fritada, el hornado , los llapingachos, el yahuarlocro y el caldo de pata.

Cotopaxi se ufana con sus conocidísimas chugchucaras, las allullas, el queso de hojas, los llapingachos, etc. Tungurahua es siempre recordada por su pan de Ambato, los llapingachos, la chicha aloja, el hornado, el morocho, el cuy asado y las tortillas de papas; Cañar conquista a propios y extraños con el ají de cuy, el "mote pata", el queso, los buñuelos y la bebida de nombre "draquesito". Azuay

³²Gallegos, M.(200).Historia, tradición y simbología. Edición Cinco. Quito.

reserva para sus turistas el cuy asado, la fritada, el mote en diferentes preparaciones, el caldo de gallina, la sopa de quinua, los buñuelos, el dulce de higos, el "mote pata", las morcillas, los llapingachos, el champús, el morocho, etc. Bolívar ofrece igualmente los buñuelos, los chigüiles, el sancocho, el molo o torta de papas, el canelazo, el naranjillazo y el café con empanadas.

Chimborazo conserva como especialidades de su cocina popular las cholas de Guano, los llapingachos, el yahuarlocro, el hornado, el cariucho y la fritada que se complementan con la chicha y otros refrescos; finalmente Loja obsequia para sus hermanos ecuatorianos y extranjeros los tamales, el repe, la chanfaina, la "olla podrida", las choclotandas, la cecina.

Bebidas

Chicha es una bebida espesa, fermentada de maíz, plátanos, mandioca, quinua o palmera de chonta. Se prepara generalmente en la región amazónica y se dice que ayuda contra el cálculo renal, oclusión y cólicos.

La [chicha morada](#) es una bebida preparada con el *maíz morado* hervido, al cual una vez frío, se le agregan trozos de [piña](#), gotas de limón, [azúcar](#) y hielo al gusto. Actualmente existen versiones envasadas de este refresco producidas por compañías transnacionales.

Del zumo del maguey se obtiene otra bebida alcohólica llamada Chuguarmishqui

Los [aguardientes](#) de caña son muy populares como en la [provincia de Manabí](#) donde se elaboran diversas bebidas alcohólicas como el llamado currincho, la guanchaca, el quemado o canelazo que es a base de canela y la famosa *Caña manabita*; ciertas bebidas de esta provincia llevan aderezos de frutos y productos nativos como la miel y la grosella y muchos cítricos como la naranja, mandarina, limón e injertos de estas frutas con otras, incluso se mezclan con agua de flores nativas y hojas de otros frutos medicinales y exóticos como la hierba luisa o la manzanilla. Otra bebida es el *pájaro azul* que es aguardiente de caña de azúcar mezclado con las cáscaras de la mandarina, que al hervir le da ese color azulado. En especial la chicha que es un preparado a base de yuca, mote o maíz

Las bebidas ecuatorianas, alcohólicas y típicas incluyen varias mezclas de fruta hechas con un espíritu poderoso de caña de azúcar, es decir trago como una base. Una muy popular es el canelazo, que es un cóctel caliente de trago, mezclado con canela y azúcar.

La cocina ecuatoriana no tiene licores de nombre o no se ha formado una industria al respecto. Tal vez se pueda hablar de la cerveza como acompañante de la comida ecuatoriana, pero no es originaria del Ecuador.

Oriente

La provincia de Sucumbíos, Napo, Pastaza, Morona-Santiago y Zamora-Chinchipe también han ido asumiendo un papel de plena identificación y al paso del tiempo son bien conocidas algunas preparaciones. Es así el caso del plato que se llama mayto, preparado con carne y plátano en la provincia de Pastaza; de manera similar las variedades de chicha elaboradas a base de yuca, plátano o chonta, en la mayoría de las poblaciones de la amazonia patria.³³

2.3.1.2 Platos importados

Dentro del mundo de las marcas existen aquellas que por su éxito y consolidación internacional han traspasado las fronteras de sus países y se han asentado localmente con gran acogida.

Antes de que los españoles introdujeran el ganado, la carne favorita en Ecuador fue el cuy o conejillo de indias. Se trata de un plato típico que se puede servir asado entero o por partes, con un acompañado de zarza y papas. Varias ciudades del Ecuador se disputan ser la mejor en preparar los cuyes, pero en cada una es un plato popular y que ha salvado de la hambruna a las poblaciones más pobres. Ecuador ha recibido una gran influencia Japonesa en su cultura.

Chifa: El [chifa](#) es un término utilizado en el [Perú](#) para referirse a la cocina que surgió de la fusión entre la comida nativa y aquella de los inmigrantes chinos, principalmente de la zona de [Cantón](#), llegada a mediados del [siglo XIX](#) e inicios del siglo XX, asimismo se usa este término para denominar a los restaurantes donde esta comida es servida. En la actualidad los restaurantes de cocina china, con fuerte influencia en muchos casos de la criolla, están entre los más comunes en muchos locales del Ecuador. Los principales platos son el [arroz chaufa](#), la [sopa wantan](#), el [tallarín saltado](#) y el [aeropuerto](#).

KFC, McDonald's, Coca-Cola o Pizza Hut, Taco Bell, Chilli's son algunos de los nombres que asociamos con mayor facilidad cuando nos referimos al término de franquicia. Estos lugares son centros en donde se vende especialmente comida rápida como papas fritas, hamburguesa, pollo frito, pizzas, etc. De esta manera

³³(n.d.) Historia de la cocina Latina. Obtenido el 28 de enero de 2010, de <http://www.wikipedia.org>

haciendo que se pierda la identidad cultural gastronómica, dando paso a otro tipo de gastronomías extranjeras.

Pero, en realidad, la palabra franquicia tiene una antigua acepción, pues remite a un término que era utilizado ya en la Edad Media, y hacía referencia a las autorizaciones o privilegios que los soberanos otorgaban en favor de algún súbdito en relación a determinadas actividades comerciales, o también de pesca y explotación de recursos forestales.³⁴

2.3.1.3 Platos mixtos

La inmensa variedad de ingredientes que existe en tierras ecuatorianas tanto nativas como las que llegaron de otras latitudes permitió la evolución de una culinaria diversa, donde coexisten, sin oponerse, fuertes tradiciones regionales y una permanente reinención de platos.

Papa.- la raíz de todas las variedades del mundo es de origen peruano. Actualmente se cultivan cuatro mil variedades de ella en este país. La papa: fue introducida primero en España y luego en Inglaterra a fines del siglo XVI y se convertiría en el principal alimento de muchos pueblos.³⁵

Camote.- 2.016 variedades y se produce en el Perú el 65 por ciento del total mundial.

Ají.- Originario de México y Perú, difundido a todo el mundo principalmente por los navegantes españoles y portugueses, debido a su valor vitamínico que los protegía del escorbuto. A la fecha algunas de sus variedades como el *capsicumbaccatum*, (ají amarillo) y el *capsicumpubescens* (rocoto) se cultivan casi únicamente en el Perú.

Plátano o banano.- gran número de especies introducidas de África

Chirimoya.- que es de origen peruano, es una fruta de cáscara verde con una pulpa blanca jugosa, de aroma peculiar y sabor dulce.

Arroz.- alimento que acompaña muchos platos de la gastronomía popularizado principalmente a partir del siglo XIX con la influencia chino-cantonesa.

³⁴(n.d.) Influencia de la cocina Andina. Obtenido el 28 de enero de 2010, de [http\\www.slideshare.net](http://www.slideshare.net)

³⁵n.d.) Cocina peruana. Obtenido el 29 de enero de 2010, de [http\\www.slideshare.net](http://www.slideshare.net)

Muchos otros productos alimenticios, como ajíes, cucurbitáceas, condimentos, varios tubérculos y granos andinos.

En sus intercambios con los continentes africano y asiático, fueron importados diversos productos como el plátano y el limón.

Existe mucho otros cultivos ancestrales de creciente popularidad y uso vanguardista, como es el caso de la quinua la kañiwa, y la kiwicha.

Tal vez más variedad de hierbas aromáticas, como romero, albahaca, lavanda. En comida de Costa quizá productos como salmón, langosta o caviar, palmitos.

Se ha dado más importancia a productos tradicionales como la quinua, utilizada no solo en las sopas, sino también como entradas mezcladas con pulpa de cangrejo o camarones. Las sopas andinas, como el locro de papas, han sido modificadas en su presentación, y ahora son visualmente más atractivas.

Muchos platos tradicionales tienen como guarnición pasta italiana. O se han elaborado pastas acompañadas de pescado o carnes típicas de la cocina ecuatoriana como raviolis rellenos de camarones y raviolis rellenos de pato.

En el país se puede encontrar casi todos los ingredientes utilizados en la cocina internacional, que pueden usarse o que ya son usados en la gastronomía. Aquí todavía existen muchas zonas cuyo potencial gastronómico está aún por descubrirse y merecen ser presentadas al mundo a través de la nueva cocina.

Las innovaciones combinan cuatro elementos: utilización de nuevos productos; aplicación de procesos de cocción tradicionales, modernos y nuevos a estos nuevos productos; determinación de valores nutricionales que mejoran la alimentación, y, por último, el desarrollo de nuevas técnicas de cocina que agilitan el proceso, realzan sabores, aromas y colores y hacen énfasis en mantener la calidad tanto en presentación como en las propiedades naturales del insumo.

En varios aspectos que permiten innovación y creación. La oferta diversificada de productos, el deseo de aportar con investigación precisa y certera a la ciencia gastronómica, en técnicas modernas aún no aplicadas en la gastronomía, así como en el arte, la creatividad, la inspiración y la pasión por lo que se hace.

Se han adaptado a la gastronomía ecuatoriana productos como: albaricoques, arazá, badea, babáco, capulí, carambola, ciruela silvestre, grosella, guanábana, guayaba, fruta de pan, mangostino, tocte, niguas, níspero, membrillo, ovo, pacana, pepino de dulce, rambután, tomate de árbol, tamarindo, tuna, uvilla, zapote, harinas varias, cereales de todo tipo, albahaca morada, borraja, canónigo,

ishpingo, gusanos comestibles, hormiga limón, albacora, buey de mar, cigala de mar, pepino de mar, spondylus, camote, oca, melloco, achogcha, repollo chino, son más de 300 ingredientes nuevos y diferentes. Todas estas novedades se suman a los ingredientes tradicionales conocidos, y eso da como resultado la revolución y fusión de la cocina ecuatoriana.

Los cambios deberían llegar a alivianar tal vez las recetas, eso sí sería cambiar en esencia; tal vez incorporar vegetales, hay miles de legumbres que la gente deja de usar a causa de la globalización, por la que desaparecen variedades de papa y de cualquier producto. Hay que llegar a usar los productos que se usaban originalmente, tomarlos en cuenta, trabajar como en el pasado, siempre alivianando. No es innovación poner la quinua en molde de sushi. Es un cambio solo de moda, formal, sin investigación, y es copia de las revistas francesas de cocina.

Siempre ha habido dos corrientes: una que es la francesa e italiana, que quieren conservarla y depurándolo bastante.

Toda esta moda de cocina mediterránea es así: usar menos crema de leche, menos guarnición, tiene que haber dos o tres elementos en el plato que tengan un sabor perfecto. Antes, los mismos franceses poníamos tres salsas, cinco guarniciones, dos tipos de carne. Mientras que la tendencia actual es un tipo de vegetal, un tipo de carbohidrato, una salsa, una carne, todo buscando la esencia propia y sin mezclarlo, con un adorno muy sencillo.

Otra tendencia es tipo El Buli, que hace cosas muy adelantadas, donde la cocina está entrando en la época de investigación química y física, en que se revientan las moléculas del arroz, las espumas.³⁶

³⁶Acosta, J.,(2006) Historia natural de la cocina. Edición, Atlas, Madrid

CAPITULO III

DIAGNOSTICO GASTRONOMICO DEL SECTOR

En el presente capítulo se realizará un diagnóstico de la gastronomía de la parroquia de Catacocha y sus alrededores donde se dará a conocer después de una respectiva investigación los platos típicos de este sector, sus ingredientes principales, las fechas específicas en las cuales son preparados, el significado de estos y las personas que más lo consumen así mismo las nuevas tendencias culinarias que hoy en día existen y la influencia que tienen estas.

3.1 Datos generales de la gastronomía del sector.

El cantón Catacocha por poseer un clima templado y en algunas temporadas del año su clima es bastante cálido como es el caso de las parroquias de Lauro Guerrero, San Antonio, Yamana etc.

Se da la oportunidad para que se cultiven una variedad de productos, entre los cuales se destaca al maní que es uno de los alimentos que se cultiva en este cantón y a la vez uno de los ingredientes más utilizados en la gastronomía de este lugar tanto para la elaboración de confitería como para la preparación de deliciosos platillos de sal.

Entre otros productos que también se cultivan en menor escala están: el maíz, plátano, yuca y algunas leguminosas como el frejol, arveja que hacen de estos la alimentación diaria de los Catacochenses. También se dedican a la crianza de ganado, aves, cerdos, etc. Que son parte fundamental para obtener la gastronomía que ofrece este pueblo a sus visitantes.

A continuación se detalla algunas tablas, donde se indica los principales platillos y bebidas típicas que se elaboran en este sector para la alimentación diaria y los días festivos.

1) Platos/bebidas/postres que son propios de este sector.

TABLA N 3.1 Platos que se preparan en el sector

| Tipo de plato | Nombre de Plato | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|-----------------------|------------|------------|
| Estofados | Estofado de pollo | 55 | 8,27 |
| | Estofado de chivo | 32 | 4,81 |
| | Estofado de carne | 26 | 3,9 |
| Sopas | Repe | 102 | 15,33 |
| | Arveja con guineo | 41 | 6,16 |
| | Sancocho | 40 | 6,01 |
| | Sopa de granos | 10 | 1,5 |
| | Sopa de Gualo | 4 | 0,6 |
| | Sopa de yuca y frejol | 3 | 0,45 |
| | Sopa de Zambo | 1 | 0,15 |
| | Sopa de chivo | 1 | 0,15 |
| | Gallina ronca | 1 | 0,15 |
| Caldos | Caldo de pata de res | 12 | 1,8 |
| | Caldo de maní | 11 | 1,65 |
| | Caldo de gallina | 9 | 1,35 |
| | Caldo de borrego | 5 | 0,75 |
| | Caldo de cuy | 2 | 0,3 |
| Fritos | Fritada | 50 | 7,51 |
| | Carne Frita | 2 | 0,3 |
| Asados | Cecina | 26 | 3,9 |

| | | | |
|------------|---------------------------|----|------|
| Asados | plátanos asados | 4 | 0,6 |
| Horneado | Cuy hornado | 4 | 0,6 |
| Vísceras | Guatita | 19 | 2,85 |
| Entremeses | Sango | 43 | 6,46 |
| | Tamales | 23 | 3,45 |
| | Humitas | 16 | 2,4 |
| | Mote con corteza | 14 | 2,1 |
| | Mote con huevo | 7 | 1,05 |
| | Mote con cuero | 6 | 0,9 |
| | Molido | 5 | 0,75 |
| | Picadillo con maní | 5 | 0,75 |
| | Plátano con maní | 4 | 0,15 |
| | Salchicha | 3 | 0,9 |
| | Morcilla | 2 | 0,3 |
| | Longaniza | 1 | 0,15 |
| | Achogchas | 1 | 0,15 |
| Arroces | Menestra frejol zarandaja | 23 | 3,45 |
| | Chanfaina | 8 | 1,2 |
| Postres | Huevos falgueros | 5 | 0,75 |
| | Cocadas | 4 | 0,6 |
| | Zapallo con leche | 4 | 0,6 |
| | Miel con quesillo | 3 | 0,45 |
| | Bocadillos | 2 | 0,3 |
| | Turrone | 2 | 0,3 |
| | Bizcochuelo | 1 | 0,15 |
| | Cubanos | 1 | 0,15 |
| Bebidas | Horchata | 2 | 0,15 |

| | | | |
|-------|--------|-----|-------|
| | Chicha | 1 | 0,3 |
| TOTAL | | 646 | 97,14 |

FUENTE: Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

Dentro de la gastronomía de Catacocha se destaca algunos platos que se elaboran a diario para la alimentación familiar o que se los vende en comedores y restaurantes, como lo indica la *tabla N- 3.1* el repe, la arveja con guineo que son las sopas típicas del lugar la cecina, la carne frita, seco de pollo, fritada que son platos que se degustan toda la temporada del año, los clásicos bocadillos y bizcochuelos elaborados con la receta tradicional de las abuelas las aromáticas bebidas como la horchata, preparada con un sinnúmero de hierbas medicinales que se cultivan en las huertas familiares, la refrescante chicha ideal para saciar la sed originado por el cálido clima Paltense.

Así se podría definir la gastronomía que se elabora en este rincón del país sencillo y pintoresco pero de un sabor único.

2) Platos/bebidas/postres, que se elaboran en épocas de fiestas en este sector.

TABLA N 3.2 Platos que se preparan en épocas de fiesta

| TIPO PLATO | DE | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|------------|----|-------------------|------------|------------|
| Estofados | | Estofado de pollo | 79 | 14,62 |
| | | Estofado de chivo | 32 | 5,92 |
| | | Estofado de carne | 18 | 3,33 |
| Hornado | | Hornado | 22 | 4,07 |
| | | Cuy | 11 | 2,03 |
| Fritos | | Fritada | 87 | 16,11 |
| | | Carne Frita | 2 | 0,37 |
| | | Cecina | 59 | 10,92 |
| | | Cecina | | 4,81 |
| Asados | | Asado de borrego | 17 | 3,14 |
| | | Pinchos | 4 | 0,74 |
| Sopas | | Repe | 17 | 3,14 |

| | | | |
|-------------------|-----------------------|-----|------|
| | Sancocho | 11 | 2,03 |
| | Arveja con guineo | 6 | 1,11 |
| Caldos | Caldo de gallina | 37 | 6,85 |
| | Caldo de pata de res | 20 | 3,7 |
| Entremeses | Empanadas | 19 | 3,51 |
| | Humitas | 16 | 2,96 |
| | Tamales | 10 | 1,85 |
| | Emborrajados de pata. | 1 | 0,18 |
| Vísceras | Guatita | 9 | 1,66 |
| Postres | Bocadillos | 13 | 2,4 |
| | Confites | 3 | 0,55 |
| | Miel con quesillo | 3 | 0,55 |
| | Turrone | 2 | 0,37 |
| | Buñuelos | 2 | 0,37 |
| | Huevos falgueros | 2 | 0,37 |
| | Bizcochuelo | 1 | 0,18 |
| | Dulce de coco | 1 | 0,18 |
| Bebidas calientes | Hervidos | 7 | 1,29 |
| Bebidas frías | Chicha | 2 | 0,37 |
| | Diamantino | 1 | 0,18 |
| TOTAL | | 514 | 100 |

FUENTE: Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

De igual manera existen platos típicos que se preparan principalmente para días festivos como fiestas de cantonización, días de feria o compromisos sociales como

bautizos, matrimonios o simplemente reuniones familiares *tabla N-3.2*, platillos que tienen una gran demanda no solo por los pobladores del sector sino de los visitantes que acuden al lugar se menciona entre los principales: caldo de gallina criolla, fritada, la cecina; una de las características principales de su sabor aparte de la forma de preparado es la utilización de animales de crianza criolla, ósea las personas tienen sus propios criaderos o proveedores que alimentan a los animales sin utilizar ningún tipo de balanceado o comida con químicos para su pronto desarrollo como en el caso del cerdo para la elaboración de la fritada o cecina o los pollos para la preparación del seco de pollo criollo. Están son características que hay que tomar en cuenta para encontrar las verdaderas cualidades del sabor de un plato que se diferencia con el resto que se preparan en otros sitios.

3) Platos/bebidas/postres que se elaboran con mayor frecuencia en este sector.

TABLA N- 3.3 Platos que se preparan con mayor frecuencia en el sector

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|-------------------|------------|------------|
| Estofados | Estofado de pollo | 57 | 13,1 |
| | Estofado de chivo | 37 | 8,5 |
| | Estofado de carne | 16 | 3,67 |
| Fritos | Fritada | 56 | 12,87 |
| | Carne Frita | 8 | 1,83 |
| | empanadas fritas | 3 | 0,68 |
| Asados | Cecina | 29 | 6,66 |
| | Plátano asado | 10 | 2,29 |
| Hornados | Cuy | 2 | 0,45 |
| Vísceras | Guatita | 7 | 1,6 |
| | Repe | 67 | 15,4 |
| | Sancocho | 17 | 3,9 |
| | Arveja con guineo | 15 | 3,44 |

| | | | |
|------------|-----------------------|----|------|
| Sopas | Sopa de granos | 3 | 0,68 |
| | Sopa de yuca y frejol | 3 | 0,68 |
| | Gallina ronca | 3 | 0,68 |
| | Mazamorra | 1 | 0,22 |
| | Col de papas | 1 | 0,22 |
| | Mazamorra | 1 | 0,22 |
| | Col de papas | 1 | 0,22 |
| Caldos | Caldo de gallina | 18 | 4,13 |
| | Caldo de res | 1 | 0,22 |
| Entremeses | Molloco | 3 | 0,68 |
| | Tamales | 2 | 0,45 |
| | Humitas | 3 | 0,68 |
| | Longaniza | 1 | 0,22 |
| | Sango | 8 | 1,83 |
| Arroces | | | |
| | Menestra | 10 | 2,29 |
| | Menestra | 10 | 2,29 |
| | Chanfaina | 7 | 1,6 |
| Postres | Miel con quesillo | 9 | 2,06 |
| | Bocadillos7 | 7 | 1,6 |
| | Zapallo con leche | 6 | 1,37 |
| Ceviches | Ceviches | 2 | 0,45 |
| | Encebollados | 2 | 0,45 |
| Bebidas | Horchata | 3 | 0,68 |
| | Guarapo | 2 | 0,45 |
| | Colada Dulce | 2 | 0,45 |

| | | | |
|-------|--------|-----|------|
| | Café | 1 | 0,22 |
| | Chicha | 1 | 0,22 |
| TOTAL | | 435 | 100 |

FUENTE: Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

Entre otros platos que se preparan en la zona aunque no están catalogados como platos de preparación diaria del lugar *tabla N-3.3* existe: la sopa de zambo, sopa de granos, mote, menestra de zarandajas, molido, sango, humitas, tamales. Así mismo las bebidas como la horchata, el café filtrado, aguas aromáticas de hierba luisa y cedrón que son el complemento de la costumbre culinaria del lugar.

4) Platos/bebidas/postres más demandados por los visitantes en este sector.

TABLA N- 3.4 Platos que tienen más demanda por los visitantes

| 4. CUALES SON LOS MAS DEMANDADOS POR LOS VISITANTES | | | |
|---|-------------------|------------|------------|
| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
| Estofados | Estofado de pollo | 24 | 6,62 |
| | Estofado de chivo | 17 | 4,69 |
| | Estofado de carne | 1 | 0,27 |
| Hornado | Pierna hornada | 1 | 0,27 |
| Fritos | Fritada | 47 | 12,98 |
| | Carne Frita | 5 | 1,38 |
| Asados | Cecina | 71 | 19,61 |
| | Asado de Borrego | 4 | 1,1 |
| | Carne Asada | 2 | 0,55 |
| | Cuy | 2 | 0,55 |
| Arroces | Chanfaina | 3 | 0,82 |

| | | | |
|-------------------|----------------------|----|-------|
| | menestra zarandaja | 1 | 0,27 |
| Sopas | Repe | 74 | 20,44 |
| | Arveja con guineo | 13 | 3,59 |
| | Sancocho | 11 | 3,03 |
| | Sango | 3 | 0,82 |
| | Sopa de granos | 3 | 0,82 |
| Caldos | Caldo de pata de res | 11 | 3,03 |
| | Caldo de pata de res | 7 | 1,93 |
| | Gallina ronca | 1 | 0,27 |
| Entremeses | Tamales | 5 | 1,38 |
| | Humitas | 5 | 1,38 |
| | Mote con cuero | 3 | 0,82 |
| | Empanadas de viento | 2 | 0,55 |
| | yuca | 2 | 0,55 |
| | Empanadas verde | 1 | 0,27 |
| Vísceras | Guatita | 14 | 3,86 |
| Postres | Bocadillos | 13 | 3,59 |
| | Miel con quesillo | 4 | 1,1 |
| | dulce de coco | 3 | 0,82 |
| | Maní dulce | 1 | 0,27 |
| | Cubanos | 1 | 0,27 |
| | Huevos falgueros | 1 | 0,27 |
| Bebidas calientes | Café | 2 | 0,55 |
| | Horchata | 2 | 0,55 |

| | | | |
|---------------|--------|-----|------|
| Bebidas frías | Chicha | 2 | 0,55 |
| TOTAL | | 362 | 100 |

FUENTE: Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

Como lo indica la tabla N-3.4 los platos que tienen mayor demanda en Catacocha son: la fritada, seco de pollo, cecina entre las sopas: arveja con guineo, repe esto se debe a que no solo en este sector son platos típicos sino en todo la provincia y se han ganado el reconocimiento de platos típicos de la región sur del país. Y como es muy característico de la comida de cada sector, en este lugar se lo prepara con un toque muy personal.

5) Platos/bebidas/postres que recomendaría Ud. comer al visitante.

TABLA N-3.5 Platos que se recomienda al visitante

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|---------------------|------------|------------|
| Estofados | Estofado de chivo | 34 | 8,9 |
| | Estofado de pollo | 15 | 3,92 |
| | Estofado de Borrego | 3 | 0,78 |
| | Estofado de carne | 1 | 0,26 |
| Fritos | Fritada | 72 | 18,84 |
| Asados | Cecina | 78 | 20,41 |
| | Plátano asado | 3 | 0,78 |
| Horneados | Cuy | 9 | 2,35 |
| | Pierna hornada | 1 | 0,26 |
| Vísceras | Guatita | 9 | 2,35 |
| Sopas | Repe | 51 | 13,35 |
| | Arveja con guineo | 14 | 3,66 |
| | Sancocho | 12 | 3,14 |

| | | | |
|------------|----------------------|-----|------|
| | Aguado | 2 | 0,52 |
| | Sopa de plátano | 1 | 0,26 |
| Caldos | Caldo de gallina | 13 | 3,4 |
| | Caldo de pata de res | 11 | 2,87 |
| | Caldo Borrego | 1 | 0,26 |
| Bebidas | Horchata | 4 | 1,04 |
| | Café | 2 | 0,52 |
| | Chicha | 1 | 0,26 |
| Postres | Miel con queso | 15 | 3,92 |
| | Bocadillos | 11 | 2,87 |
| | Turrone | 2 | 0,52 |
| | Bocado de coco | 2 | 0,52 |
| | Dulce | 1 | 0,26 |
| | Zapallo con leche | 1 | 0,26 |
| Entremeses | Humitas | 5 | 1,3 |
| | Tamales | 3 | 0,78 |
| | Mote con cuero | 2 | 0,52 |
| | Emborrajado | 1 | 0,26 |
| Arroces | Chanfaina | 1 | 0,26 |
| | Menestra de frejol | 1 | 0,26 |
| TOTAL | | 382 | 100 |

FUENTE: Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

La gastronomía de Catacocha como la del resto de la provincia tiene una característica única se utiliza productos tanto de la sierra como el maíz o de la costa como el banano o yuca alimento base de la amazonia que al combinarlos se crea una fusión de sabores interesantes y a su vez goza de gran aceptación por parte de los turista, esto se debe al sabor casero que tiene estos platillos al

momento de prepararlos cabe recalcar que los ingredientes principales de estas sopas es el guineo y la arveja, que son el deleite de los visitantes como lo indica la tabla N-3.5 es el plato más degustado dentro de la gastronomía del sector, como se mencionó anteriormente existen parroquias aledañas al cantón que son de clima cálido donde se cultiva el guineo o en otro de los casos se lo trae de la provincia del Oro específicamente del Sector de Santa Rosa o Machala por ser lugares no distantes del cantón.

Otro de los platos que se recomendaría a los visitantes probarlos es la fritada, cecina, estofado de pollo, el café filtrado bebida bastante aromática y de buen sabor en fin existe alternativas varias para todo tipo de paladares.

3.2Platos/Bebidas/ Postres/ tradicionales

TABLA N-3.6 Platos bebidas y postres se preparaba hace años y en que han cambiado su preparación.

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA DEL PLATO | CAMBIOS EN LA PREPARACIÓN | FRECUENCIA DEL CAMBIO |
|--------------------|-------------------|----------------------|--------------------------------|-----------------------|
| Estofados y carnes | Estofado de pollo | 5 | | 5 |
| Entremeses | Picadillo | 5 | Se lo prepara con maní | 2 |
| | | | Se lo prepara sin maní | 3 |
| Asados | Cecina | 8 | Se lo prepara a la braza | 5 |
| | | | Se lo prepara frita | 3 |
| Sopas | Repe | 26 | Tipo de plátano | 10 |
| | | | Con papa | 16 |
| | Sopa | 32 | Se lo prepara en olla de barro | 10 |

| | | | | |
|-------|-------------------|----|------------------------------|----|
| | | | Se lo prepara con chicharrón | 22 |
| | Arveja guineo con | 7 | Se prepara con quesillo | 1 |
| | | | Forma normal | 6 |
| Total | | 83 | | 83 |

FUENTE. Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

El maní es el producto de mayor cultivo en el cantón y es el ingrediente principal de las garrapiñadas, que no es otra cosa más que el maní confitado con panela convirtiéndose en el deleite de grandes y chicos.

Estos dulces tienen gran demanda en fiestas ya sea del cantón, como también de la provincia principalmente. La feria de la ciudad de Loja o la fiesta religiosa de la Virgen del Cisne donde las personas que se dedican a la elaboración de estas golosinas incrementan su producción para salir a venderlas en estas fechas y que a la vez genera una fuente de ingreso.

3.2 Platos/Bebidas/Postres/que se preparaban hace años y que ha cambiado su preparación.

TABLA N- 3.7 Que platos bebidas y postres se preparan hace años y que ya no se elaboran actualmente

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO |
|---------------|------------------|
| Estofados | Achochas |
| Sopas | Sango |
| | Sopa de col |
| | Repe con maní |
| | Gallina ronca |
| Asados | Cecina de burro |

| | |
|-------------------|----------------------------------|
| | Pierna de Cerdo en horno de leña |
| Bebidas calientes | Colada de maíz |
| | Zapallo con leche |
| Bebidas frías | Chicha |
| | Chicha de cana |
| | Mote con leche |
| | Maní con dulce Raspado |
| | Cubanos |
| | Dulce Zambo |

FUENTE: Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

Tomando como referencia los datos de la tabla N-3.7 hay que puntualizar algunos aspectos como por ejemplo: el constante cambio de la forma de vida, las tradiciones y costumbres que se imparten de generación en generación de madre a hija con el tiempo se van desvaneciendo o cambiando su forma de realizarlo y la gastronomía no está aceptó de ello ya que al ser un arte está en constante evolución y se va encontrado nuevas formas de prepararlo dependiendo de las necesidades que se vaya adquiriendo, pues si bien es cierto las abuelitas se daban todo el tiempo necesario para realizar la comida diaria porque ese era una de sus responsabilidades principales como ama de casa, y le dedicaba mucho tiempo a estar en la cocina lo que no sucede en la actualidad.

El cambio del actividades de la mujer al integrarse al campo laboral exige mucho tiempo de estar fuera de casa y una de las actividades que se le ha prestado poco interés es la cocina, se ha buscado la forma de que esta labor casera se lo realice de una manera más fácil y rápida sin tener que prestar atención a esos pequeños detalles que hacen la diferencia en el preparado de las recetas típicas originales.

A continuación hago mención a un claro ejemplo:

Para la preparación de platos típicos que llevan maní como la guatita, el molido, la chanfaina etc.

Se acostumbraba anteriormente a coger el maní, tostarlo el tiempo necesario, para luego utilizarlo en las distintas preparaciones, ahora este procedimiento casi no se lo hace, simplemente se compra en el supermercado la pasta de maní ya preparado, que en mucho de los casos vienen ya con perseverantes cambiándole todo el toque criollo a las comidas.

Al mencionar algunos platillos que han cambiado su forma de elaborarlos con el pasar del tiempo entre estos citamos:

El picadillo se lo prepara con maní en la actualidad ya no porque mucha gente tiene prohibido el consumo de este alimento por salud.

El repe anteriormente se lo preparaba con papa en la actualidad se ha eliminado este tubérculo tal vez por falta de costumbre.

La cecina se acostumbraba solo hacerla a la brasa ahora se la prepara frita en sartén por falta de tiempo.

La tecnología también juega un papel importante en la evolución de la gastronomía, antiguamente se cocinaba utilizando estufas a leña y el sabor de la comida tenía un toque diferente, con la aparición de las primeras cocinas a gas de a poco se fue eliminando esta forma de cocer los alimentos.

Las ollas de presión, el microondas, licuadoras, molinos eléctricos, etc. Son utensilios y maquinaria de cocina que se encuentran en casi todos los hogares facilitando y ahorrando tiempo a las amas de casa en sus actividades cotidianas y han sido los causantes para que se eliminen algunos de los procesos de elaboración de la cocina tradicional. También existen platos que casi ya no se elaboran por algunas razones:

Existen productos que son muy escasos en los mercados, ya que no se los cultiva por falta de costumbre o desconocimiento en su forma de preparación como es el caso de las achogchas. Otro producto son las avellanas como se las conoce en el medio o chayotes³⁷ como se las llama en otras zonas. Hay también platillos como la gallina ronca que es un guiso a base de papa y coles que se prepara hasta el día de hoy en forma muy esporádica, de esta forma han ido desapareciendo un sin número de recetas.

³⁷Herbáceo que se cultiva en la región andina

3.2 Platos/Bebidas/Postres/actuales.

TABLA N- 3.8 Platos Nuevos

| Tipo del plato | Nombre del plato | Ingrediente del plato | Lugar don se lo adquiere |
|----------------|--------------------------|----------------------------|---|
| Mariscos | Ceviche de camarón | Camarón | Mercado central. |
| | Camarones Apanados | Camarón | Mercado central y ferias de fin de semana.. |
| | Corvina | Pescado | Mercado central y ferias |
| | Encebollado | Pescado | Mercado central y ferias |
| Asados | Pollo asado | Pollo | |
| | Carne en palito | Carde de res | Mercado central y comedores |
| | Asado de cordero | Carne de cordero | Mercado central y comedores. |
| | Carne asada con Menestra | Carne de res | Comedores. |
| Arroces | Chaul afán | Arroz | Comedores. |
| | Arroz con pollo | Arroz | Comedores. |
| Ensaladas | Ensaladas de frutas | Frutas varias | Ferías. |
| Embutidos | Mortadela, jamón | Carne de res, Cerdo, pollo | Tiendas. |
| Entremeses | Salchipapa | Papas | Mercado central y ferias |
| | Pizzas | Harina | Mercado central y ferias de fin de semana |
| | Papi carne | Papas | Ferías |
| | Hamburguesas | carne de res | Ferías |
| Postres | Flan de coco | Huevos | Mercado central y ferias |
| | Higos con queso | Higos | Mercado central y ferias |
| | Gelatinas | Medula de res | Mercado central. |
| | Choco bananas | Banano | Mercadocentral. |

FUENTE: Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

Análisis:

Revisando la *tabla N-3.8* La globalización, es el término que se utiliza para identificar al constante cambio que se está expuesto de forma voluntaria o involuntariamente. Es este fenómeno el que ha hecho dar un giro a la gastronomía partiendo de las necesidades cada vez más exigente de la demanda.

El bombardeo publicitario de grandes franquicias de comida rápida ha repercutido en parte a que se olvide la esencia e importancia de mantener la cultura gastronómica que si bien en cierta forma parte de la identidad de un pueblo.

No importa el más remoto de los lugares hoy en día las costumbres de alimentación se ha cambiado por otras que vienen de afuera, y la parroquia de Catacocha no está fuera de este marco de cambio culinario ya que se observa en las ferias de fin de semana o fiestas del cantón exponerse una gran variedad de alimentos que no son propios de la zona pero que al igual son la preferencia de mucha gente que a la hora del hambre hacen de estos sus preferidos.

La comida rápida sin lugar a duda se ha convertido en el bocadillo que a degustar a cualquier hora del día hasta incluso se sustituye por uno de los tres servicios de comida que se debería consumir a diario.

Las salchipapas, las hamburguesas, el pollo broster, los hotdog, los pinchos dulces como las conservas en lata un sinnúmero de refrescos y gaseosas han dado paso a que la comida tradicional vaya perdiéndose y esta vaya ganando terreno en el campo culinario.

Por otra parte dentro de la urbe existen las famosas chifas donde se expende comida que tiene tendencia china por sus métodos de preparación e ingredientes destacando uno de sus platos más conocidos y que tiene gran demanda por los comensales el chaulafán que cabe recalcar que el termino chaufa proviene del Perú ya que este apetitoso plato es la fusión de la cocina china con la cocina tradicional peruana pero que en el país es muy degustado.

La influencia gastronómica no solo proviene de fuera del país también existe influencia de otras regiones del territorio que si bien es cierto es cocina nacional no pertenece a la cocina típica o tradicional del sector hablando de la famosa cocina costeña, que sin quitar méritos a otras cocinas regionales ecuatorianas es realmente deliciosa un lujo al paladar pero haciendo énfasis a lo anterior en Catacocha existen platos que se han ido introduciendo en la alimentación diaria de los pobladores haciendo de estos deliciosos platillos parte de su oferta gastronómica se menciona algunos de ellos:

Ceviches de camarón.
Ceviches de pescado.
Cebiches de concha.
Arroz con mariscos.
Encebollados.

Banderas.

Caldo de bagre.

Pescados encochados.

De esta manera la cocina tradicional va adquiriendo nueva forma o en el peor de los casos va desapareciendo, hay que comprometerse y darle mayor importancia a la cocina de este cantón y recordar a diario que la gastronomía también forma parte de la identidad cultural.

De alguna forma u otra se estaría predispuesto al cambio, a innovar y experimentar nuevas experiencias gastronómicas sabores, olores, formas y colores, pero no hay que olvidar que la esencia misma de los antepasados que hicieron de la cocina un legado de historia y cultura para las nuevas generaciones.

CAPITULO IV

INVENTARIO DE LA GASTRONOMÍA TÍPICA Y TRADICIONAL DEL CANTÓN

Ecuador es un país con una rica diversidad de recursos, posee cuatro regiones bien marcadas la costa, sierra, amazonia, y la región insular todas estas con climas diferentes esto proporciona la oportunidad de disfrutar de una gran cantidad de productos y de preparaciones culinarias propias de cada lugar.

En este contexto se tiene la necesidad de realizar un inventario gastronómico de productos que se cultivan en cada sector del país con los cuales se preparan platillos y se da origen a la gastronomía típica regional.

Un inventario gastronómico es agrupar en forma ordenada productos que se caracterizan por su factor físico o cultural tratando de formar parte de un todo y ofrecer al mercado nuevas alternativas de propuestas o destinos turísticos que posee un país realizándose un estudio que se toma en cuenta factores alimentarios desde el punto de vista de la población local y del turista dando la oportunidad a los habitantes de los distintos lugares a obtener una fuente de trabajo y generar recursos económicos.

4.1 Fichas

TABLA N- 4.1 Inventario Gastronómico

| Nombre del plato | Con que otro nombre se lo conoce | Sensibilidad al cambio | Lugar de expendio | Localización | | | | | |
|-------------------|----------------------------------|------------------------|---------------------------------|--------------|--------|-----------|-----------|------------------|-----------|
| | | | | Provincia | Cantón | Ciudad | Parroquia | Localidad | Comunidad |
| Fritada | Fritada | Bajo | Comedores, ferias, restaurantes | Loja | Paltas | Catacocha | Catacocha | Mercado central | X |
| Cecina | Cecina | Bajo | Comedores, ferias, restaurantes | Loja | Paltas | Catacocha | Catacocha | Mercado central | X |
| Arveja con guineo | Arveja con guineo | Bajo | Comedores, ferias, restaurantes | Loja | Paltas | Catacocha | Catacocha | Frente Municipio | X |
| Garapiñas | Maní confitado | Bajo | Comedores, ferias, restaurantes | Loja | Paltas | Catacocha | Catacocha | Canchas barrial | X |
| Seco de pollo | Pollo estofado | Bajo | Comedores, ferias, restaurantes | Loja | Paltas | Catacocha | Catacocha | Barrio el rosal | X |

| | | | | | | | | | |
|----------------|---------------|------|---------------------------------|------|--------|-----------|-----------|-----------------|---|
| | | | es | | | | | | |
| Caldo de pollo | Sopa de pollo | Bajo | Comedores, ferias, restaurantes | Loja | Paltas | Catacocha | Catacocha | Barrio el rosal | X |

FUENTE. Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

Dentro de los platos más destacados del Cantón Paltas se tiene.

Arveja con guineo,

Cecina

Seco de pollo criollo

Fritada

Repe

Garrapiñadas

Como lo indica la *tabla N- 4.1* existen platos que se los preparan en la actualidad con mucha frecuencia, aunque su manera de elaboración ha cambiado en algunos aspectos, en especial la utilización de utensilios y procedimientos de preparación, que anteriormente se lo hacía más tradicionalmente.

4.2 Gastronomía relacionada a las fiestas.

La gastronomía de Catacocha es muy similar a la del resto de cantones de la provincia de Loja, determinada por algunos factores que se podría mencionar:

Las arraigadas costumbres y tradiciones que tienen los pobladores como es el ejemplo de faenar un cerdo de crianza casera en el hogar con el objetivo de reunir a la familia y compartir gratos momentos entre familiares y amigos.

La devoción y fe que tiene el pueblo lojano hacia a la virgen de El Cisne hace de esta, una de las expresiones religiosas más grandes y populares del país.

El cálido clima que posee gran parte de la provincia que es aprovechado por los agricultores para cultivar: plátano, maní, café, yuca entre otros. Y la crianza de animales domésticos como: gallinas, cerdos, cuyes, ganado, etc. Hace que la gastronomía de este cantón quede enmarcada dentro de una pintoresca manifestación de costumbres y tradiciones, dándole paso a la cocina que sea participe de estas celebraciones elaborándose deliciosos platillos que se degustan en algunas fechas especiales como: Las de cantonización de la parroquia, fiestas deportivas del cantón, compromisos sociales, etc.

La cecina, el seco de pollo, el caldo de gallina criolla, la fritada hacen que las festividades sean aún más visitadas y apreciadas por los propios pobladores y turistas.

TABLA N- 4.2 Platos RELACIONADOS CON LAS FIESTAS
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 cantonización | Fritada | Reunión familiar, comercio | Ninguno |
| Fiestas de cantonización | Cecina | Reunión familiar, comercio | Ninguno |
| Fiestas de cantonización | Arveja con guineo | Reunión familiar, comercio | Ninguno |
| Fiestas de cantonización | Garrapiñadas | Comercialización | Ninguno |
| Fiestas de cantonización | Caldo de pollo | Reunión familiar, comercio | Ninguno |
| Fiestas de cantonización | Seco de pollo | Reunión familiar, comercio | Ninguno |

FUENTE: Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

Los platos que se preparan en las fiestas del cantón son los que se detalla en la tabla N-4.2 Platos relacionados con las fiestas donde se indica en forma descendente desde el plato más apetecido en este caso la fritada pasando por la tradicional arveja con guineo y el seco de pollo y para endulzar el paladar las garrapiñadas. Su peculiar preparación y su exquisito sabor hacen de estos platillos los más demandados por turistas y habitantes del lugar en las celebraciones.

CAPÍTULO V

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

Una vez terminada la investigación de campo se observa que el valor gastronómico tiene un gran potencial turístico, tanto desde el punto de la oferta como de la demanda.

Desde el punto de vista de la oferta la gastronomía tiene una gran ventaja, es versátil y complementaria, pues está en permanente evolución y no solo puede operar como turismo gastronómico sino que puede ser complemento de un producto turístico.

Desde el punto de la demanda la gastronomía tiene una gran importancia si se lo suma como un servicio turístico, el objetivo ofrecer al turista otra alternativa de distracción.

El turismo en los últimos años ha venido dando cambios significativos con el agotamiento del turismo de sol y playa, las personas buscan nuevas alternativas, la cultura, naturaleza, gastronomía son las actividades que están movilizand o a millones de personas cada año, y lo ideal sería impulsar la actividad gastronómica, y que las personas se sienten bastante interesadas por tener experiencias de esta naturaleza en sus viajes.

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

La gastronomía del Ecuador como servicio turístico, todavía no se lo ha desarrollado en su totalidad, pese a la gran variedad de productos existentes en el territorio, la diversidad de cultura y tradición que goza el país, no han sido recursos suficientes para poner en marcha proyectos que incentiven al sector gastronómico, la falta de visión y de propuestas de servicios para atraer turistas, son factores que han impedido que la gastronomía no tenga la suficiente importancia que merece, como sucede en algunos países (México, Tailandia, Perú Japón, etc.)han hecho de su cocina tradicional la carta de presentación al mundo.

En este caso se confirma lo que se ha venido manifestando a lo largo de este estudio, la existencia de un potencial turístico, por mucho potencial que tenga, no

es suficiente para su desarrollo, requiere de otros elementos adicionales que lo complementan, como por ejemplo: infraestructura, gestión de los gobiernos para promocionar la cultura culinaria, la predisposición de la comunidad para hacer de este recurso la mayor fuente de ingresos del estado.

Pero no todo el panorama es desalentador, hoy por hoy la gastronomía ecuatoriana se ve respaldada por organizaciones culinarias, profesionales en la rama, centros de estudios superiores que ofrecen la carrera de gastronomía donde se concientiza a los futuros cocineros de lo valioso de la cultura gastronómica, empezando desde el estudio de su origen, el cambio, la influencia que ha tenido con otras culturas, la utilización de los productos para elaborar sofisticados platos sin perder su esencia.

Para esto se debe tomar en cuenta algunas estrategias que ayuden a la difusión de la gastronomía de este cantón.

Concienciar y motivar.- Tanto a las entidades gubernamentales, públicas y privadas para que apoyen al nuevo recurso turístico gastronómico existente, con el objetivo de que forme parte del campo de oportunidades económicas del lugar. Esto se lo realizaría creando una junta en el cantón, que esté encargada de organizar y gestionar el financiamiento de eventos gastronómicos, ferias ganaderas, agrícolas etc. Dentro o fuera de las fechas festivas del sector donde sus agricultores tengan también la oportunidad de ofrecer sus productos, de esta forma estamos impulsando el turismo en el sector.

Tomando en cuenta que cada Municipio tiene un presupuesto anual para invertir en las necesidades de cada cantón, no está por demás que estas actividades se vuelvan una necesidad del lugar para dar paso al desarrollo y progreso de su gente.

Es necesario la voluntad de un trabajo firme y la implicación de todos los agentes involucrados para obtener los resultados deseados.

Comunidad.- La concientización sobre la importancia de la gastronomía de Catacocha como elemento central de la cultura, economía y turismo del sector sería el tema principal para una serie de charlas y capacitaciones, que la comunidad debería recibir como plan estratégico por parte del Municipio para una constante formación profesional de las distintas personas involucradas en el medio, con la finalidad de preservar, salvaguardar y promocionar este recurso.

Entre otros temas que ayudarían a este propósito están:

- Gastronomía regional
- Higiene y manipulación alimentaria

- Conservación de alimentos
- Atención y servicio al cliente
- Costos alimentarios

Cada comunidad debería organizar y exigir y a las entidades gubernamentales que se dicten capacitaciones de esta índole, cabe recalcar que el gobierno otorga presupuestos para este tipo de actividades cada año.

Infraestructura.- El buen estado de los servicios básicos, como infraestructura ayudan a la consolidación de este recurso, para ello una de las estrategias planteadas, es realizar por parte del departamento de Turismo del cantón, una observación de todos los locales que expenden alimentos y bebidas, para verificar el cumplimiento de las normas de sanidad y buena atención al cliente, para el acatamiento de estos requisitos, se realizara un reconocimiento a todos los locales, los cuales podrían tener preferencia para la participación en ferias gastronómicas típicas, convenios con instituciones para ofrecer el servicio de alimentación en eventos sociales que realice el municipio u otras entidades gubernamentales. De esta forma se está propiciando la cultura de la excelencia en todos los niveles.

Segmentación de mercado.-Es imprescindible analizar específicamente la situación de cada negocio, su ubicación, sus horarios, su tipo de clientela, su identidad, qué esperan los clientes que concurren, etc. Esta es la base en que se asientan las acciones, que son propias a cada establecimiento. Una buena política de marketing debe dar resultado.

Uno de los caminos para hacer un buen trabajo es:

- Estudiar las necesidades y deseos del cliente en segmentos bien definidos del mercado.
- Repartir el esfuerzo en relación con las ganancias potenciales de los segmentos elegidos.
- Desarrollar ofertas gastronómicas, a través de la creación de rutas culinarias, donde se muestre el origen, historia, elaboración y producción de los productos regionales.
- Evaluar y medir constantemente la imagen de cada sector y la satisfacción del cliente.
- En forma permanente, recopilar y evaluar ideas para mejorar los productos y el servicio.
- Ejercer influencia sobre todos en los lugares destinados para adquirir este servicio restaurantes comedores, etc. para que sus pensamientos y prácticas se centren en el cliente.

Proyectos gastronómicos. Otra de las estrategias para dar a conocer la gastronomía típica del sector, es tomar la iniciativa y desarrollar proyectos turísticos que tenga como base la gastronomía. El turismo comunitario, que hoy en día está en auge, es una excelente opción, y tiene mucha aceptación por parte de los turistas que buscan nuevas alternativas de ocio.

Para ello la comunidad conjuntamente con el asesoramiento del Ministerio de Turismo y el Municipio de ese catón, deben trabajar a través de capacitaciones, en la conformación de un centro turístico comunitario, donde el visitante tenga la opción de involucrarse con la cultura y tradición del sector. Esto se lo lograría con la creación de diferentes rutas gastronómicas del lugar, donde las distintas actividades como la agricultura, ganadería, artesanía, gastronomía se conjuguen con el diario vivir de la comunidad, mostrando su valor histórico en toda su riqueza.

Las Administraciones. El Municipio deberá trabajar en estrategias que formulen una política integral coordinada entre los sectores (agricultura, pesca, salud, educación, transporte etc.), entre los diversos niveles de gobierno (nacional, regional, local) y entre el sector público y privado para:

Propiciar estudios sobre el patrimonio cultural gastronómico y turístico a través de inventarios.

Promover instrumentos (guías, folletos, sitios web, videos) y campañas de prensa que permitan difundir el arte culinario regional y los atractivos del cantón Catacocha al resto del país y el mundo.

Promover festivales y concursos que motiven la calidad en la elaboración y presentación de los platos regionales y estimulen la creatividad en el uso de los productos de la región.

PROPUESTA DE UN SEMINARIO DE CAPACITACION GASTRONOMICA, MANIPULACION Y CONSERVACION ALIMENTARIA

INTRODUCCIÓN

La presente capacitación gastronomía está dirigida a los propietarios de restaurantes, profesionales en el área y público en general que gusten de esta actividad, con la finalidad que obtengan conocimientos básicos sobre el manejo higiénico y manipulación de los alimentos, así como también conocimientos en técnicas de cocina con el propósito de ofrecerles múltiples ideas que estimulen sus habilidades culinarias.

DATOS GENERALES

Entidades participantes: La capacitación en vigencia va tener el respaldo y el financiamiento del Ministerio de Turismo conjuntamente con el Municipio de Catacocha y la Junta parroquial encargada de los eventos y ferias del cantón.

Área: Técnica

Asignatura: Gastronomía

Capacitador: Chef Mauricio Artieda

Lugar: Casa parroquial

Fecha: 15 de Abril 2011

La capacitación se lo realizara bajo la temática de 2 talleres teórico / práctico dividido en 4 sub talleres para la fácil asimilación de los contenidos, con una duración de 60 horas, donde los participantes lograran obtener los conocimientos necesarios para que los pongan en práctica en sus negocios y labores diarias.

Objetivo General; Brindar el conocimiento de técnicas culinarias y aplicarlas en la preparación, manipulación de alimentos y servicio, proponiendo alternativas gastronómicas que rescaten el valor cultural de este recurso, estimulando la creatividad en el uso de productos de la región.

DESARROLLO DE CONTENIDOS

TALLER 1

Técnicas para el manejo de géneros y conservación de alimentos.

Objetivos

1. Identificarse como manipulador de alimentos responsable de los mismos y de la seguridad del cliente o consumidor.
2. Crear normas de higiene en su puesto de trabajo, de tal modo que se conviertan en hábito.
3. Aprender cual es el método de conservación adecuado dependiendo del producto.

PRIMERA PARTE (Duración 10 horas)

Se analizara detenidamente con ejemplos prácticos los siguientes temas

1-ASPECTOS GENERALES

- 1.1. Quien es el manipulador de alimentos.
- 1.2. Importancia del lavado de manos, utensilios, alimentos
- 1.3. Cuál es el objetivo de la higiene de los alimentos
- 1.4. Beneficios obtenidos
- 1.5. Cuando hay contaminación
- 1.6. Cuando hay descomposición
- 1.7. Que es limpiar
- 1.8 .Que es desinfectar
- 1.9. Nutrición
 - 1.9.1 alimentación
 - 1.9.2. Mala alimentación
 - 1.9.3. Nutrición

SEGUNDA PARTE (Duración 10 horas)

2-EL MUNDO MICROSCOPICO

- 2.1. Que son los microorganismos
- 2.2. Donde se encuentran los microorganismos
- 2.3. Cuáles son los microorganismos
- 2.4. Como se multiplican las bacterias

- 2.5. Que requieren las bacterias para multiplicarse
- 2.6. Pirámide nutricional
- 2.7. Elaboración de menús

Actividades

Con las indicaciones dadas en el taller se pasara a elaborar menús balanceados tomando en cuenta todas las normas de conservación e higiene alimentaria con los productos de la zona.

TALLER 2

Enfermedades producidas por los alimentos

Objetivos

1. Conocer los principios teóricos prácticos del manejo higiénico de alimentos y la nutrición de los mismos.
2. Desarrollar la capacidad intelectual de las personas para su mayor aprendizaje.

PRIMERA PARTE (Duración 10 horas)

Se analizara detenidamente los siguientes aspectos.

3-ENFERMEDADES

- 3.1. Cuáles son las enfermedades producidas por alimentos
- 3.2. Producidas por animales
- 3.3. Producidas por parásitos
- 3.4. Síntomas
- 3.5. Medias preventivas
- 3.6. Cuáles son los principales microbios
- 3.7. Enfermedades producidas por sustancias químicas
- 3.8. Enfermedades producidas por elementos físicos.

4-NORMAS GENERALES PARA LA MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

- 4.1. Costumbres indebidas del manipulador de alimentos
- 4.2. Las manos
- 4.3. Normas de un establecimiento higiénico de preparación de alimentos
- 4.4. Deberes higiénicos del manipulador de alimentos
- 4.5. Deberes higiénicos del empleador
- 4.6. Conservación e higiene de los alimentos

4.7. Dietética.

Actividades

Con las indicaciones dadas en el taller se elaborara un menú tomando en cuenta la parte dietética como referencia.

SEGUNDA PARTE (Duración 30 horas)

-Se analizara el valor histórica de la cocina regional y su importancia como parte de la identidad nacional.

5. GASTRONOMIA REGIONAL

5.1 Gastronomía Lojana del cantón Paltas.

5.2 Preparación de platos del cantón con técnicas tradicionales (cecina, seco de pollo, repe, arveja con guineo, tamales, chanfaina, sango, fritada, garrapiñadas)

Actividades

Preparación de una degustación típica con la participación de personas representantes de las entidades gubernamentales del canto como invitados a este evento.

5.-RECURSOS

Humanos

- Alumnos
- Personal docente
- Directivos

Técnicos

- Aula
- Taller de cocina

EVALUACION Y METODOLOGIA

La metodología que se utilizara en el presente curso es investigativo y practico utilizando los métodos ya conocidos.

Al final del curso los participantes beberán realizar una degustación típica donde se evaluara su composición, alimentación por géneros, presentación, sabor y creatividad.

COSTOS

El costo del curso tiene un valor de 10 dólares por participante, esto contribuirá a cubrir el monto de la materia prima.

BIBLIOGRAFIA

| | |
|------------------------|--|
| José María Centeno | Cocina profesional |
| José María C. | Repostería |
| José María C. | Cocina Caliente |
| José María Centeno | Cocina profesional |
| Directorio educacional | Nutrición básica para cocineros profesionales. |

5.2 Instituciones y Organismos que Promocionan/Comercializan los Platos/Bebidas/Postres típicos.

Actualmente son pocas las instituciones a nivel país que se dedican a promocionar la gastronomía ecuatoriana como se mencionó en uno de los capítulos anteriores todavía queda mucho trabajo por realizar para hacer de este recurso el centro del turismo que recepta el país.

Entre las instituciones que prestan sus servicios a favor del estudio y la valoración culinaria es la Asociación de Chefs del Ecuador que es una entidad de derecho privado legal.

Su misión es poner en el más alto grado de consideración a la profesión culinaria Ecuatoriana haciendo respetar y fomentado su administración.

Su visión creer en el grupo de profesionales y estudiantes y todas aquellas personas vinculadas a la actividad gastronómica ser la mejor sociedad del Ecuador para competir exitosamente en el mercado no solo local sino internacional.

A su vez la asociación con los eventos gastronómicos nacionales e internacionales que organiza, crea y valorizar una cultura gastronómica.

Las universidades, Municipios, Ministerio de Turismo, Cámara de Turismo y todas las entidades y departamentos involucrados en el medio se han tomado el compromiso de fortalecer este potencial recurso turístico todavía un poco marginado.

Se realiza eventos como ferias gastronómicas en Quito por ejemplo en el mes de Agosto se desarrolla el festival del cuy organizado por la Asociación de Chefs del Ecuador.

En la provincia de Loja en el mes de Septiembre se organiza el Ilustre Municipio de Loja la Feria internacional de Integración donde la gastronomía es también el atractivo de los visitantes.

En Catacocha de igual forma esta actividad, se la realiza en sus fiestas de Cantonización donde se desarrollan eventos de esta índole para rescatar y fomentar valores y costumbres gastronómicas.

CAPITULO VI

PROPUESTA EN BASE AL INGREDIENTE BASE, PROPONER ALTERNATIVAS DE PLATOS/BEBIDAS/POSTRES PARA EL DESAYUNO ESCOLAR DE ESCUELAS

6.1 Potencialidades gastronómicas

De acuerdo a la investigación realizada en los centros educativos primarios del cantón Catacocha referente al desayuno escolar que se sirve a los estudiantes existen algunas falencias de tipo operativo, organizacional y nutricional, ya que en la totalidad de centros el servicio del desayuno no es permanente esto se lo atribuye a la falta de gestión por parte de la dirección de educación provincial al no repartir equitativamente la materia prima para este fin, de igual manera la organización dentro de los establecimientos para la preparación no es la adecuada ya que en ocasiones no existen personas para elaborar el desayuno.

La falta de asesoramiento en el área nutricional también es un problema que se debería tomar en cuenta para mejorarlo ya que muchas de las veces se entrega los productos pero sin ninguna recomendación de cómo se debería preparar dependiendo de las porciones calóricas y los nutrientes respectivos que un niño necesita para su correcto desarrollo haciendo de este servicio de comida de media mañana sea en ocasiones bastante repetitiva y aburrida para los escolares.

Por consiguiente se propone una oferta gastronómica para el desayuno escolar de este sector, se ha tomado en cuenta para su elaboración productos que tienen demanda de cultivo en esta zona y que a su vez son alimentos que reúnen características nutricionales, esenciales para el crecimiento y el desarrollo intelectual de los niños.

El maíz, yuca, guisantes secos, plátano y lácteos son los productos base que se ha escogido para elaborar esta oferta tomando en cuenta su valor nutritivo combinados en platillos donde existan los seis grupos de nutrientes que se necesita en el primer servicio de comida del día.

PROPUESTA GASTRONOMICA

TABLA N 6.1 Desayuno escolar

| DESAYUNO ESCOLAR |
|---|
| LUNES |
| Tortillas crocantes de yuca rellenas de queso fresco acompañadas de café |
| MARTES |
| Picadillo de plátano verde acompañado de agua aromática de hierbaluisa |
| MIERCOLES |
| Croquetas de arveja rellenas de chicharrón acompañado de agua aromática de cedrón |
| JUEVES |
| Guiso de yuca y queso fresco acompañado de horchata |
| VIERNES |
| Colada de maíz achocolatada y pan de tiesto |

FUENTE: Elaboración propia a partir de la información de encuestas.

RECETAS

Tortillas crocantes de tuca rellenas de queso fresco

Ingredientes 4 personas

| | |
|------------------|----------|
| Yuca | 800 gr. |
| Quesillo | 100 gr. |
| Cebolla larga | 80 gr. |
| Manteca de cerdo | 50 gr. |
| Harina | 200 gr. |
| Pan rallado | 250 gr. |
| Aceite | 500 ml. |
| Huevos | 2 und. |
| Achiote | 20 gr. |
| Sal pimienta | al gusto |

PREPARACION

Pelar las yucas y cocinarlas con sal luego escurrirlas y aplastarlas aparte en un sartén sofreír la cebolla con el achiote agregar al puré de yuca amasar agregando la manteca de cerdo hasta que la mezcla se compacte rectificar la sal y agregar pimienta al gusto formar bolas medianas y rellenarlas con el queso aplastarlas un poco tratando de formar una tortilla de un centímetro de alto luego aplanarlas pasándolas primero por el harina luego por el huevo batido y finalmente por la miga de pan, freírlas en abundante aceite caliente hasta que se doren. Servirlas calientes con una taza de café.

Picadillo de plátano verde

Ingredientes 4 personas

| | |
|-----------------------|---------|
| Plátano verde | 1 kg. |
| Cebolla larga | 120 gr. |
| Maní tostado | 100 gr. |
| Queso fresco | 320 gr. |
| Achiote | 30 gr. |
| Leche | 200 ml. |
| Sal pimienta al gusto | |

PREPARACION

Pelar los plátanos y picarlos en cuadraditos pequeños y cocinarlos en una olla de doble fondo para que no se pegue en un sartén aparte agregar les achiote y sofreír la cebolla dejar por unos minutos que se dore. En una licuadora agregar la leche y el maní licuar y agregar al sartén con el refrito cocinar durante unos minutos, verificar el plátano que esté suave y agregar la preparación de la leche y el maní dejar hervir unos minutos rectificar la sal y pimienta y terminar con el cilantro picado servir caliente con agua aromática de hierba luisa.

Croquetas de arveja rellenas de queso

Ingredientes 4 personas

| | |
|------------------------|---------|
| Arveja tierna | 700 gr. |
| Harina de maíz tostado | 200 gr. |
| Huevos | 2 und. |
| Leche | 50 ml. |

| | |
|-----------------------|---------|
| Perejil picado | 20 gr. |
| Aceite | 500 ml. |
| Sal pimienta al gusto | |

PREPARACION

Cocinar las arvejas cuando estén suave escurrirlas ponerlas en una licuadora con la leche y los huevos licuar hasta obtener una masa homogénea poner en un cuenco y mezclar con el harina de a poco hasta que la masa se desprenda de las manos rectificar la sal y la pimienta agregar el perejil picado, luego formar bolitas medianas y rellenarlas de queso presionar bien para que al freírles no se deshagan pasarlas por harina y freír en aceite caliente por unos seis minutos hasta que se doren.

Servir caliente con una taza de horchata.

Guiso de yuca

Ingredientes 4 pax

| | |
|-----------------------|---------|
| Yuca | 1 kg. |
| Chicharrón | 200 gr. |
| Queso fresco | 200 gr |
| Leche | 120 ml. |
| Cebolla larga | 80 gr. |
| Aceite | 50 gr. |
| Sal pimienta al gusto | |

PREPARACION

Pelar la yucas y cortarlas en cubos grades retirando la vena y cocinarlas con sal cuando estén suaves retirarlas y escurrirlas aparte en un sartén agregar el aceite y sofreír el chicharrón picado finamente la cebolla y el ajo dorar agregar las yucas saltear poner la leche dejar hervir unos minutos agregar el queso y revolver rectificar sal pimienta al gusto y terminar con el perejil picado servir caliente.

Colada de maíz achocolatada con pan de tiesto

Ingredientes 4 personas

Para la colada

| | |
|------------------------|----------|
| Harina de maíz tostado | 250 gr. |
| Leche | 1000 ml. |
| Chocolate en polvo | 150 gr. |
| Azúcar | 90 gr |

Para el pan

| | |
|------------------|---------|
| Harina | 450 gr. |
| Manteca de cerdo | 100 gr. |
| Agua | 80 ml. |
| Huevos | 2 und. |
| Polvo de hornear | 20 gr. |
| Sal | 10 gr. |
| Azúcar | 15 gr. |

PREPARACION

En una olla de doble fondo poner la leche y disolver la harina batiendo para eliminar los grumos poner al fuego medio sin dejar de remover dejar hervir por 20 minutos agregar el chocolate en polvo y el azúcar hervir unos minutos más y retirar del fuego.

Para el pan mezcla el harina con el polvo de hornear la sal el azúcar los huevos la manteca agregando de a poco el agua tibia hasta obtener una masa elástica dejar reposar por unos 10 minutos luego formar bolitas y darles forma de tortillas poner en el tiesto caliente hasta que se doren servir con la colada.

Propuesta

Como lo mencionamos anteriormente el primer servicio de comida del día, en este caso el desayuno debe reunir en forma balanceada los cinco tipos de nutrientes (carbohidratos, proteínas, lípidos, vitaminas, minerales). Un desayuno equilibrado contribuye a un reparto más armónico de las calorías a lo largo del día y proporciona, además, una ración de muchos nutrientes especialmente importantes en el periodo escolar, época de gran crecimiento y desarrollo.

Algunas de las consecuencias de saltarse el desayuno son decaimiento, falta de concentración y mal humor, debido al déficit de glucosa -nuestro principal combustible energético- que produce el ayuno. Hay que recordar que a primera hora de la mañana el organismo lleva ya entre 8 y 10 horas sin recibir ningún alimento. En edades escolares, esto condiciona el aprendizaje y acarrea un descenso del rendimiento, ya que la capacidad de locución o expresión, de memoria, de creatividad y de resolución de problemas quedan particularmente afectadas.

Tomando en cuenta que el desayuno debe suponer entre el 20 y el 25% de las calorías ingeridas a lo largo del día se ha elaborado una propuesta de menú para desayuno escolar que reúna todas las características nutricionales en base a la utilización de productos de la zona, fáciles de conseguir, ya que la gente de la comunidad los cultiva y tienen un bajo costo que también es un factor determinante.

Como se señaló anteriormente el plátano, maíz, lácteos, cereales y cárnicos son los productos bases que se seleccionó para la elaboración de este menú por el valor nutritivo que poseen estos alimentos.

Cereales y tubérculos. Como la arveja, maíz y yuca proporcionan hidratos de carbono que aportan energía, vitaminas y minerales. Los cereales integrales aportan, además, fibra.

Lácteos. Como la leche y quesillo contienen proteínas de calidad, calcio, vitaminas A y D, y vitaminas del grupo B (principalmente riboflavina o B2).

Futas. Como el banano, aportan hidratos de carbono, agua, vitaminas, minerales y fibra.

Derivados cárnicos. Como la carne de cerdo y fiambres poco grasos contienen proteínas de calidad con función formadora (de construcción de tejidos y células) y cantidades variables de grasa con función energética.

En base a estas características nutricionales se elaboró el menú anteriormente mencionado.

CONCLUSIONES

Una vez terminada la investigación de campo y después de recoger los datos que ayudaron a la misma, se ha llegado a determinar las siguientes conclusiones.

- Luego de la investigación se puede concluir que la población del cantón Paltas no tienen conocimientos de la historia y origen de la gastronomía del sector, simplemente se ha venido conservando las costumbres y tradiciones a través de los conocimientos impartidos de generación en generación.
- En el cantón Paltas nunca se ha desarrollado un inventario de la gastronomía del lugar y por ende la colaboración de la gente fue bastante positiva ya que comprendieron la importancia de este, como producto turístico tangible y los beneficios económicos que acarrea.
- Los platos típicos que se encuentran en este sector también se elaboran en gran parte de la provincia de Loja.
- Los productos que se utiliza para la elaboración de los platos típicos del lugar, forman parte de la dieta diaria de la población, esto se debe a que los alimentos en su mayoría se cultivan en la misma región.
- Existen platos que ya no se elaboran, por falta de costumbre y conocimientos.
- La falta de apoyo por parte de las instituciones gubernamentales para rescatar la importancia de este recurso turístico, ha sido uno de los factores para que la gastronomía de este lugar no se dé a conocer en su totalidad.

RECOMENDACIONES

Para finalizar esta investigación gastronómica se puntualiza algunas recomendaciones.

- Concienciar a las personas para que obtengan conocimientos de la importancia del valor de este recurso y los beneficios que posee tanto culturales como económicos.
- Capacitar a la comunidad en el área de alimentos y bebidas con la finalidad de brindar un excelente servicio en la oferta de productos gastronómicos que se da al turista.
- El Ministerio de Turismo debe emprender programas en el ámbito gastronómico realizando una investigación para el desarrollo de un inventario gastronómico, con el objetivo de que la población esté motivada en la preservación de este recurso cultural.
- Levantado un inventario gastronómico las instituciones públicas, privadas y financieras deben brindar apoyo a la comunidad para promover este valor turístico, promocionando la gastronomía típica del sector, la elaboración, alimentos bases, expendio, y el rescate de las recetas y costumbres culinarias que están desapareciendo a través de las actividades antes mencionadas, con el objetivo de crear a su vez fuentes de trabajo.
- El Municipio debe realizar eventos gastronómicos como ferias, concursos charlas con el fin de presentar y promocionar al turista en general la diversidad de productos agrícolas y sus múltiples usos en la preparación de los platos y bebidas típicas del cantón, con el objetivo de preservar esta parte de la identidad cultural para que siga permaneciendo de generación en generación

BIBLIOGRAFIA

- Castillo, B (2004) “Guía Turística de La Región Sur del Ecuador” Edición del Municipio de Paltas. Loja, Ecuador. GEO Loja (2007) “Perspectivas de Medio Ambiente Urbano” Loja, Ecuador
- GEO Loja (2007) “Perspectivas de Medio Ambiente Urbano” Loja, Ecuador
- Honorable Concejo Provincial de Loja (2008) “Plan Participativo de desarrollo de la Provincia de Paltas” Loja, Ecuador.
- Honorable Concejo Provincial de Paltas (2007). “Plan Cantonal de Salud de Paltas”, Gráficas Amazonas. Loja, Ecuador.

- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, INEC, (2001) quinto Censo de Población y Vivienda , INEC (2001)
- Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca MAGAP, III Censo Agropecuario, INEC (2002)
- Ministerio de Turismo MINTUR (2010) Gerencia Regional Sur “Catastro de Atractivos Turísticos de la Provincia de Loja” Loja, Ecuador
- Municipio de Loja (2008). “Perfil Urbano Ambiental de la Ciudad de Loja” Paltas, Ecuador.

Textos:

- Ayala, E. (1989) “Nueva Historia del Ecuador” Época Colonial III. Editorial Grijalbo Ecuatoriana Ltda. Quito, Ecuador.
- Enciclopedia del Ecuador (1999), Grupo Editorial OCEANO Barcelona, España.
- Guerrero, T (2005). “El Reto Histórico de Loja” Editorial de la Universidad Técnica Particular de Loja. Loja, Ecuador.
- Lexus (2007), “Turismo, Hotelería y Restaurantes” I. Gráficas Mármol, S.L. Barcelona, España.
- La Enciclopedia, Salvat Editores S.A. 2004 Colombia Vol. 9 pag.6714 Estrella, E. (1990) “El Pan de América” Ediciones ABYA-YALA Quito, Ecuador.
- Paredes, I (1986) “Folklore Nutricional Ecuatoriano” Artes Gráficas Señal Quito, Ecuador.
- La Enciclopedia, Salvat Editores S.A. 2004 Colombia Vol. 9 pag.6714 Estrella, E. (1990) “ El Pan de América” Ediciones ABYA-YALA Quito, Ecuador

Páginas web

- CIAME 2008 “Migración y remesas en el Cantón Loja” [En línea], disponible en [:www.rde.iiec.unam.mx/revistas/1/articulos/5/Remesas_e_ingresos_públicos.pdf](http://www.rde.iiec.unam.mx/revistas/1/articulos/5/Remesas_e_ingresos_públicos.pdf) (Accesado el día 12 de Enero del 2010)
- “Historia de la Gastronomía” [En línea], disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos11/histgastr.shtml> (Accesado el día 2 de Febrero del 2010).
- “Gastronomía” [En línea], disponible en <http://www.slideshare.net/FIECS2009/gastronomia-1392023> (Accesado el día 15 de Febrero del 2010)
- Pujol, Rosa [En línea], disponible en: <http://www.historiacocina.com/paises/articulos/egipto.htm> (Accesado el 5 de Abril del 2010).
- Yagüe, María Isabel [En línea], disponible en: <http://verdemente.com/Articulos/Cocina/cocinarroma/htm> (Accesado el 7 de Abril del 2010)
- “La cocina mediterránea” [En línea], disponible en: <http://www.historiacocina.com/paises/articulos/mediterranea.htm> (Accesado el día 11 de Febrero del 2010)
- Ochoa, Wilman “Remesas e ingresos públicos en Loja” [En línea], disponible en <http://www.rde.iiec.unam.mx/revistas/1/articulos/5/51/php> (Accesado el día 30 de Enero del 2010)
- Índice de Desarrollo Humano (IPH) [En línea], disponible en: <http://www.portal.planetasedna.com.ar/poblacion11.htm> (Accesado el día 10 de Enero del 2010)
- SIG IDH-IPH Provincia de Loja [En línea], disponible en : http://www.sig.utpl.edu.ec/sigutpl/sisindicadores/loja/idh_iph/index.html (Accesado el día 19 de Enero del 2010)
- Molestina, C (1999) [En línea], disponible en: <http://www.edufuturo.com.educacion.php?c=933> (Accesado el día 14 de Febrero del 2010)
- Mena, M (2010) [En línea], disponible en: <http://www.claroscuro.org/index.php?option=com> (Accesado el día 22 de Febrero del 2010) Pazos, J (2009) “La Fanesca del Buen Vivir” [En línea disponible en: http://www.cafolis.org/index.php?option=com_content&ask=view&id=408&Itemid=96 (Accesado el 16 de Marzo del 2010)
- Encalada, O (2010) “Fanesca y sus variantes de Jueves Santo” [En línea], disponible en: <http://www.elmercurio.com.ec/235794-fanesca-y-sus-variantes-de-jueves-santo.html> (Accesado el 13 de Abril del 2010).
- León, E [En línea], disponible en: <http://www.andes.info.ec/reportajes/fanesca-cuatro-mil-años-identidad-ecuatoriana-9779.html> (Accesado el 22 de Abril del 2010).

- Álvarez, F (2010) [En línea], disponible en: <http://www.eluniverso.com/2010/03/27/1/1382/manjares-epoca.html>(Accesado el 29 de Abril del 2010).
- Ubidia, A [En línea] disponible en: <http://www.explored.com.ec/noticiasecuador/de-la-penitencia-y-a-sufrimiento-al-placer-de-la-fanesca-66338-66338.html>. (Accesado el día 25 de Abril del 2010).
- Licata, M [En línea], disponible en: <http://www.zonadiet.com/alimentacion/desayuno.htm> (Accesado el 28 de Abril del 2010).
- Borrero, J (1998) [En línea] disponible en: <http://www.explored.com.ec/noticias-ecuador/de-la-penitencia-y-a-sufrimientoal-placer-de-la-fanesca-66338-66338.html> (Accesado el día 28 de Abril del 2010).

ANEXOS

UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA



Encuesta No. _____

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.

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 | c. QUIEN LOS PREPARA MEJOR |
|-----------------------------------|---------------------|----------------------------|
| | | |

| | | | |
|---|--|---|---|
| | | CONSUMIRLOS | |
| | 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 | | |
| 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 | |

ANEXO B. Manual para la aplicación de encuestas

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 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.

En el encabezado de la encuesta se menciona el objetivo de estudio y del alcance del estudio.

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 diversificado 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 | | |

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), especialmente 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

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 poder comendar 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 y ano 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 cómo 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/etc., nuevos conoce. | | |
|--|-----------------------|-------------------------------------|
| a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE | b. INGREDIENTE BÁSICO | c. LUGAR 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 y 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 | | |
| 2 | | |
| 3 | | |

ANEXO D. 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 la consideración lo siguiente:

Si la redacción es larga, sintetizar la respuesta, pero teniendo cuidado de que nose 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), sien 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).

| NÚM DE BOLSAS | 3. Cuáles platos/bebidas/postres/etc, son los preferidos de usted | | | 4. Cuáles platos/bebidas/postres/etc, elaboran en épocas de fiestas en el sector. | | | 5. Cuáles son los platos/bebidas/postres/etc, que se elaboran con mayor frecuencia en este sector. | | | 6. Cuáles son los más demandados por los visitantes en este sector. | | | 7. Quié platos/bebidas/postres/etc, recomiendan a usted consumir al algún visitante. | | 8. Cuáles platos/bebidas/postres/etc, son los que se preparan hace años y en que han cambiado su preparación. | | 9. Cuáles platos/bebidas/postres/etc, son los que se preparan hace años y que ya no se elaboran actualmente. | | | 10. Cuáles platos, bebidas, postres nuevos son los: | | | 11. Cuál es el ingrediente básico del sector, que más se emplea en la elaboración de platos | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|---------------------------------|-----------------------------|---|---------------------------------|-----------------------------|--|---------------------------------|-----------------------------|---|---------------------------------|-----------------------------|--|---------------------------------|---|---------------------------------|--|-----------------------------------|---------------------------------|---|------------------------------------|---|---|---|------------------------------------|---|------------------------------------|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE | b. DÓNDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS | c. QUIÉN LOS PREFERIA MEJOR | a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE | b. DÓNDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS | c. QUIÉN LOS PREFERIA MEJOR | a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE | b. DÓNDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS | c. QUIÉN LOS PREFERIA MEJOR | a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE | b. DÓNDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS | c. QUIÉN LOS PREFERIA MEJOR | a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE | b. DÓNDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS | a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE | b. DÓNDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS | c. QUIÉN LOS PREFERIA MEJOR | a. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE | b. DÓNDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS | c. QUIÉN LOS PREFERIA MEJOR | a. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 1 | b. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE DEL QUE SE PREPARA CON ESTE INGREDIENTE | a. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 2 | b. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE DEL QUE SE PREPARA CON ESTE INGREDIENTE | a. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 3 | b. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE DEL QUE SE PREPARA CON ESTE INGREDIENTE | a. NOMBRE DEL INGREDIENTE BÁSICO 4 | b. NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/POSTRE DEL QUE SE PREPARA CON ESTE INGREDIENTE | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

ANEXO E. Entrevista

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|---------|---------|------------|----------------------|-------------------------------|
| FICHA TÉCNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad: | Comunidad: |
| | Nombres y Apellidos: | | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | 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 | | | | | |
| Utensilios para la preparación | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | | | | |
| | 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 | | | | | |
| Instituciones/organizaciones | Quienes lo consumen | | | | | |
| | Promocionan el plato | | | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Comercializan el plato | | | | | |
| | Producción directa (consumo interno) | | | | | |
| | Comercializan | | | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | | | |
| Producción del Ingrediente base | Mercados (al minorista) | | | | | |
| | Área | | | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | | | | |
| | Provincia | | | | | |
| | Población | | | | | |
| Épocas de producción | | | | | | |

ANEXO F. Manual para la aplicación de entrevistas

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 tipearla para posteriormente tabular, y luego enviar a su director (archivo tabulado y las grabaciones en digital).

6. MATERIAL PARA EL ENTREVISTADOR.

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 tomaren 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 nose a 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 DEL 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.

[

Anexo G. Instructivo para el ingreso de información

SELECCIÓN DE PLATOS

Para la selección de platos/bebidas/postres, primeramente hay que partir con la:

Pre Información: esta información secundaria estará basada en información referente a los platos típicos y tradicionales identificados en el estudio de campo(encuestas) y a fiestas/mitos/tradiciones:

A. Platos/bebidas/postres:

Origen del plato

Origen de los ingredientes

Formas de preparación

Historia del plato

Épocas en las que se los prepara

Significado del plato

Relación con las fiestas que se realizan en el sector

Relación con priostes

B. Fiestas/ mitos /tradiciones

Fechas en las que se las realiza.

Significado

Origen

Platos/bebidas/postres, que se preparan en estas fiestas

Duración de las fiestas

Cuál es el cronograma de las fiestas

Quienes suelen ser los priostes (en caso de que lo amerite)

Quienes participan

Una vez que se disponga de esta información, conjuntamente el director con sus respectivos estudiantes seleccionaran los platos típicos y tradicionales correspondientes a la investigación, así como los informantes claves.

REQUERIMIENTOS QUE DEBE TENER LOS INFORMANTES CLAVES

Para la selección de informantes claves se debe tener en consideración lo siguiente:

No necesariamente los informantes claves son los que tienen mayor frecuencia, tal es el caso de los restaurantes, los cuales tienen una alta frecuencia en algunos resultados, pero no necesariamente mantienen la preparación como es originalmente, ya que el ámbito que los mueve es comercial.

Es importante también tener en consideración que los lugares que se elijan, en donde se entrevistará a los informantes claves (a donde ellos pertenecen), sean lugares no de expendio masivo de comida, es decir que se produzca a gran escala.

Debe tener relación con las fiestas del sector y gastronomía del sector (prioridades en lo posible).

Deben ser personas mayores de 45 años

Que tengan viviendo en el sector mínimo 10 años

Por cada plato/bebida/postre se debe elegir 2 informantes claves, los mismos no deben pertenecer a un mismo tronco familiar.

1. Platos/bebidas/postres que son propios de este sector.

| tipo de plato | Nombre de Plato | Frecuencia | porcentaje |
|---------------|-----------------------|------------|------------|
| Estofados | Estofado de pollo | 55 | 8,27067669 |
| | estofado de chivo | 32 | 4,81203008 |
| | Estofado de carne | 26 | 3,90977444 |
| Sopas | Repe | 102 | 15,3383459 |
| | Arveja con guineo | 41 | 6,16541353 |
| | Sancocho | 40 | 6,01503759 |
| | Sopa de granos | 10 | 1,5037594 |
| | Sopa Gualo | 4 | 0,60150376 |
| | Sopa de yuca y frejol | 3 | 0,45112782 |
| | Sopa de Sambo | 1 | 0,15037594 |
| | Sopa de chivo | 1 | 0,15037594 |
| | Gallina ronca | 1 | 0,15037594 |

| | | | |
|------------|---------------------------|----|------------|
| | | | |
| Caldos | Caldo de pata de res | 12 | 1,80451128 |
| | Caldo de mani | 11 | 1,65413534 |
| | Caldo de gallina | 9 | 1,35338346 |
| | Caldo de borrego | 5 | 0,7518797 |
| | caldo de cuy | 2 | 0,30075188 |
| Fritos | Fritada | 50 | 7,51879699 |
| | Carne Frita | 2 | 0,30075188 |
| Asados | Cecina | 26 | 3,90977444 |
| | platanos asados | 4 | 0,60150376 |
| Horneado | Cuy hornado | 4 | 0,60150376 |
| Visceras | Guatita | 19 | 2,85714286 |
| Entremeses | Sango | 43 | 6,46616541 |
| | Tamales | 23 | 3,45864662 |
| | Humitas | 16 | 2,40601504 |
| | Mote con cortesa | 14 | 2,10526316 |
| | Mote con huevo | 7 | 1,05263158 |
| | Mote con cuero | 6 | 0,90225564 |
| | Molido | 5 | 0,7518797 |
| | Picadillo con mani | 5 | 0,7518797 |
| | Platano con mani | 4 | 0,15037594 |
| | salchicha | 3 | 0,90225564 |
| | Morcilla | 2 | 0,30075188 |
| | Longaniza | 1 | 0,15037594 |
| | Achocchas | 1 | 0,15037594 |
| Arroces | menestra frejol sarandaja | | 3,45864662 |
| | Chanfaina | 23 | |
| | | 8 | 1,20300752 |
| Postres | Huevos falgueros | 5 | 0,7518797 |
| | Cocadas | 4 | 0,60150376 |
| | Zapallo con leche | 4 | 0,60150376 |
| | Miel con quesillo | 3 | 0,45112782 |
| | Bocadillos | 2 | 0,30075188 |

| | | | |
|---------|-------------|-----|------------|
| | Turrone | 2 | 0,30075188 |
| | Bizcuchuelo | 1 | 0,15037594 |
| | Cubanos | 1 | 0,15037594 |
| Bebidas | horchata | 2 | 0,15037594 |
| | Chicha | 1 | 0,30075188 |
| | | 646 | 97,1428571 |

2.B DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|------------------|------------|------------|
| Mercados | Mercado | 70 | 23,9726027 |
| | Puesto 2 | 3 | 1,02739726 |
| | Puesto 3 | 1 | 0,34246575 |
| | Puesto 4 | 1 | 0,34246575 |
| Restaurante | Comedores | 72 | 24,6575342 |
| | Sr. Luis Méndez | 46 | 15,7534247 |
| | R. Tradicional | 13 | 4,45205479 |
| | R. Blanquita | 11 | 3,76712329 |
| | M. Valverde | 11 | 3,76712329 |
| | Cafeteria 80 | 8 | 2,73972603 |
| | Shenay | 1 | 0,34246575 |
| | San Antonio | 1 | 0,34246575 |
| Personas | Playas | 2 | 0,68493151 |
| Ferías | Ferías | 15 | 5,1369863 |
| Familiares | Familia | 37 | 12,6712329 |

292

100

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|------------------|------------|------------|
| | Comedores | 27 | 24,3243243 |
| Restaurantes | R. Tradicional | 24 | 21,6216216 |
| | M. Valverde | 20 | 18,018018 |
| | Cafeteria 80 | 8 | 7,20720721 |
| | | | |
| Personas | Sra. Zoila | 8 | 7,20720721 |

| | | | |
|------------|---------------------------|---|------------|
| | Francisco Diaz | 6 | 5,40540541 |
| | Sra. Nelly Elizalde | 5 | 4,5045045 |
| | Sr. Pedro Salgado. | 2 | 1,8018018 |
| | Sra. Delia Guevara | 1 | 0,9009009 |
| | Sra. Maria | 1 | 0,9009009 |
| | | | |
| Familiares | sra. Rosita Maldonado | 3 | 2,7027027 |
| | Sra. Esperanza | 3 | 2,7027027 |
| | Sr. Mauran | 1 | 0,9009009 |
| | Sra. Teresa Robles | 1 | 0,9009009 |
| | Sra. Ester Villavicencio. | 1 | 0,9009009 |

111

100

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|-----------------------|------------|------------|
| ESTOFADOS | estofado de pollo | 79 | 14,6296296 |
| | Estofado de chivo | 32 | 5,92592593 |
| | Estofado de carne | 18 | 3,33333333 |
| HORNADO | hornado | 22 | 4,07407407 |
| | Cuy | 11 | 2,03703704 |
| FRITOS | Fritada | 87 | 16,1111111 |
| | Carne Frita | 2 | 0,37037037 |
| | Cecina | 59 | 10,9259259 |
| | Cecina | | 4,81481481 |
| ASADOS | Asado de borrego | 17 | 3,14814815 |
| | pinchos | 4 | 0,74074074 |
| SOPAS | Repe | 17 | 3,14814815 |
| | Sancocho | 11 | 2,03703704 |
| | Arveja con guineo | 6 | 1,11111111 |
| CALDOS | Caldo de gallina | 37 | 6,85185185 |
| | Caldo de pata de res | 20 | 3,7037037 |
| ENTREMESSES | Empanadas | 19 | 3,51851852 |
| | Humitas | 16 | 2,96296296 |
| | Tamales | 10 | 1,85185185 |
| | Emborrajados de pata. | 1 | 0,18518519 |

| | | | |
|-------------------|---------------------|-----|------------|
| VISCERAS | Guatita | 9 | 1,66666667 |
| POSTRES | Bocadillos | 13 | 2,40740741 |
| | confites | 3 | 0,55555556 |
| | Miel con quesillo | 3 | 0,55555556 |
| | turrone | 2 | 0,37037037 |
| | bunuelos | 2 | 0,37037037 |
| | Huevos falgueros | 2 | 0,37037037 |
| | biscochuelo | 1 | 0,18518519 |
| | dulce de coco | 1 | 0,18518519 |
| BEBIDAS CALIENTES | Hervidos | 7 | 1,2962963 |
| BEBIDAS FRIAS | Chicha | 2 | 0,37037037 |
| | Diamantino | 1 | 0,18518519 |
| | | 514 | 100 |
| | | | |

2 QUE/ PLATOS/BEBIDAS/ POSTRES SE ELABORAN EN EPOCAS DE FIESTA EN EL SECTOR

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|-------------------|------------|-------------|
| ESTOFADOS | estofado de pollo | 79 | 14,6296296 |
| | Estofado de chivo | 32 | 5,92592593 |
| | Estofado de carne | 18 | 3,33333333 |
| HORNADO | hornado | 22 | 4,07407407 |
| | Cuy | 11 | 2,03703704 |
| FRITOS | Fritada | 87 | 16,11111111 |
| | Carne Frita | 2 | 0,37037037 |
| | Cecina | 59 | 10,9259259 |
| | Cecina | | 4,81481481 |
| ASADOS | Asado de borrego | 17 | 3,14814815 |
| | pinchos | 4 | 0,74074074 |
| SOPAS | Repe | 17 | 3,14814815 |
| | Sancocho | 11 | 2,03703704 |
| | Arveja con guineo | 6 | 1,11111111 |

| | | | |
|-------------------|-----------------------|-----|------------|
| | Caldo de gallina | 37 | 6,85185185 |
| | Caldo de pata de res | 20 | 3,7037037 |
| CALDOS | | | |
| | Empanadas | 19 | 3,51851852 |
| | Humitas | 16 | 2,96296296 |
| | Tamales | 10 | 1,85185185 |
| | Emborrajados de pata. | 1 | 0,18518519 |
| ENTREMESSES | | | |
| VISCERAS | Guatita | 9 | 1,66666667 |
| | Bocadillos | 13 | 2,40740741 |
| | confites | 3 | 0,55555556 |
| | Miel con quesillo | 3 | 0,55555556 |
| | turrone | 2 | 0,37037037 |
| | bunuelos | 2 | 0,37037037 |
| | Huevos falgueros | 2 | 0,37037037 |
| | biscochuelo | 1 | 0,18518519 |
| | dulce de coco | 1 | 0,18518519 |
| POSTRES | | | |
| BEBIDAS CALIENTES | Hervidos | 7 | 1,2962963 |
| | Chicha | 2 | 0,37037037 |
| BEBIDAS FRIAS | Diamantino | 1 | 0,18518519 |
| | | 514 | 100 |
| | | | |

2.B DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|------------------|------------|------------|
| Mercados | Mercado | 56 | 23,9726027 |
| | Puesto 2 | 3 | 1,02739726 |
| | Puesto 3 | 1 | 0,34246575 |
| | Puesto 4 | 1 | 0,34246575 |
| Restaurante | Comedores | 72 | 24,6575342 |
| | Sr. Luis Méndez | 46 | 15,7534247 |
| | R. Tradicional | 13 | 4,45205479 |
| | R. Blanquita | 11 | 3,76712329 |

| | | | |
|------------|--------------|----|------------|
| | M. Valverde | 11 | 3,76712329 |
| | Cafeteria 80 | 8 | 2,73972603 |
| | Shenay | 1 | 0,34246575 |
| | San Antonio | 1 | 0,34246575 |
| | Playas | 2 | 0,68493151 |
| Ferías | Ferías | 15 | 5,1369863 |
| Familiares | Familia | 37 | 12,6712329 |

234 100

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|---------------------------|------------|------------|
| | Comedores | 27 | 24,3243243 |
| Restaurantes | R. Tradicional | 24 | 21,6216216 |
| | M. Valverde | 20 | 18,018018 |
| | Cafeteria 80 | 8 | 7,20720721 |
| | | | |
| | | | |
| personas | Sra. Zoila | 8 | 7,20720721 |
| | Francisco Diaz | 6 | 5,40540541 |
| | Sra. Nelly Elizalde | 5 | 4,5045045 |
| | Sr. Pedro Salgado. | 2 | 1,8018018 |
| | Sra. Delia Guevara | 1 | 0,9009009 |
| | Sra. Maria | 1 | 0,9009009 |
| | | | |
| Familiares | sra. Rosita Maldonado | 3 | 2,7027027 |
| | Sra. Esperanza | 3 | 2,7027027 |
| | Sr. Mauran | 1 | 0,9009009 |
| | Sra. Teresa Robles | 1 | 0,9009009 |
| | Sra. Ester Villavicencio. | 1 | 0,9009009 |

112 100

3 Platos que se preparan con mayor frecuencia en el sector

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|-----------------------|------------|-------------|
| Estofados | Estofado de pollo | 57 | 13,10344828 |
| | Estofado de chivo | 37 | 8,505747126 |
| | Estofado de carne | 16 | 3,67816092 |
| Fritos | Fritada | 56 | 12,87356322 |
| | Carne Frita | 8 | 1,83908046 |
| | empanadas fritas | 3 | 0,689655172 |
| Asados | Cecina | 29 | 6,66666667 |
| | Platano asado | 10 | 2,298850575 |
| Hornados | Cuy | 2 | 0,459770115 |
| | Guatita | 7 | 1,609195402 |
| Sopas | Repe | 67 | 15,40229885 |
| | Sancocho | 17 | 3,908045977 |
| | Arveja con guineo | 15 | 3,448275862 |
| | Sopa de granos | 3 | 0,689655172 |
| | Sopa de yuca y frejol | 3 | 0,689655172 |
| | Gallina ronca | 3 | 0,689655172 |
| | mazamorra | 1 | 0,229885057 |
| | col de papas | 1 | 0,229885057 |
| | mazamorra | 1 | 0,229885057 |
| | col de papas | 1 | 0,229885057 |
| Caldos | Caldo de gallina | 18 | 4,137931034 |
| | caldo de res | 1 | 0,229885057 |
| Entremeses | mol loco | 3 | 0,689655172 |
| | Tamales | 2 | 0,459770115 |
| | Humitas | 3 | 0,689655172 |
| | Longaniza | 1 | 0,229885057 |
| | Sango | 8 | 1,83908046 |

| | | | |
|----------|--------------------|-----|-------------|
| Arroces | Menestra | 10 | 2,298850575 |
| | menestra | 10 | 2,298850575 |
| | chanfaina | 7 | 1,609195402 |
| Postres | Miel con quesoillo | 9 | 2,068965517 |
| | Bocadillos7 | 7 | 1,609195402 |
| | Zapallo con leche | 6 | 1,379310345 |
| Ceviches | ceviches | 2 | 0,459770115 |
| | encebollados | 2 | 0,459770115 |
| Bebidas | Horchata | 3 | 0,689655172 |
| | Guarapo | 2 | 0,459770115 |
| | Colada Dulce | 2 | 0,459770115 |
| | Café | 1 | 0,229885057 |
| | Chicha | 1 | 0,229885057 |
| | | 435 | 100 |

3B.DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|------------------|------------|-------------|
| Mercado | Mercado | 42 | 21,10552764 |
| Restaurantes | Comedores | 59 | 29,64824121 |
| | M. Valverde | 10 | 5,025125628 |
| | R. Tradicional | 5 | 2,512562814 |
| | Cafeteria 80 | 1 | 0,502512563 |
| Personas | San Antonio | 3 | 1,507537688 |
| Ferias | Ferias | 74 | 37,18592965 |
| | Playas | 4 | 2,010050251 |
| Familiares | Familia | 1 | 0,502512563 |
| | | 199 | 100 |

3C QUIEN LOS PREPARA MEJOR

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE | |
|---------------|-----------------------|------------|-------------|-----|
| Restaurantes | comedor blanquita | 7 | 5,737704918 | |
| | Gente del pueblo | 7 | 5,737704918 | |
| | Comedores | 4 | 3,278688525 | |
| | Puesto 2 | 3 | 2,459016393 | |
| Personas | Sr. Pedro Salgado. | 22 | 18,03278689 | |
| | Sra. Luz medina | 13 | 10,6557377 | |
| | Sra. Esperanza | 7 | 5,737704918 | |
| | Don quevedo | 7 | 5,737704918 | |
| | Carmen Ruiz | 5 | 4,098360656 | |
| | Sr. Marco V. | 5 | 4,098360656 | |
| | Erminiavasquez | 5 | 4,098360656 | |
| | Sra. Zoila | 5 | 4,098360656 | |
| | Francisco Diaz | 5 | 4,098360656 | |
| | Sra. Maria | 4 | 3,278688525 | |
| | sra. Rosita Maldonado | 4 | 3,278688525 | |
| | Sr. Mauran | 4 | 3,278688525 | |
| | Sra. Teresa Robles | 3 | 2,459016393 | |
| | Piedad cueva | 3 | 2,459016393 | |
| | carmelina sandoval | 3 | 2,459016393 | |
| | Juan salgado | 2 | 1,639344262 | |
| | sr. solorzano | 2 | 1,639344262 | |
| | Sra. Nelly Elizalde | 2 | 1,639344262 | |
| | Ana cordero | | 0 | |
| | | | 122 | 100 |

| 4. CUALES SON LOS MAS DEMANDADOS POR LOS VISITANTES | | | |
|---|----------------------|------------|------------|
| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
| ESTOFADOS | Estofado de pollo | 24 | 6,62983425 |
| | Estofado de chivo | 17 | 4,6961326 |
| | Estofado de carne | 1 | 0,27624309 |
| HORNADO | Pierna hornada | 1 | 0,27624309 |
| FRITOS | Fritada | 47 | 12,9834254 |
| | Carne Frita | 5 | 1,38121547 |
| ASADOS | Cecina | 71 | 19,6132597 |
| | Asado de Borrego | 4 | 1,10497238 |
| | Carne Asada | 2 | 0,55248619 |
| | Cuy | 2 | 0,55248619 |
| ARROCES | Chanfaina | 3 | 0,82872928 |
| | menestra sarandaja | 1 | 0,27624309 |
| SOPAS | Repe | 74 | 20,441989 |
| | Arveja con guineo | 13 | 3,59116022 |
| | Sancocho | 11 | 3,03867403 |
| | Sango | 3 | 0,82872928 |
| | Sopa de granos | 3 | 0,82872928 |
| CALDOS | Caldo de pata de res | 11 | 3,03867403 |
| | Caldo de pata de res | 7 | 1,93370166 |
| | Gallina ronca | 1 | 0,27624309 |
| ENTREMESES | Tamales | 5 | 1,38121547 |
| | Humitas | 5 | 1,38121547 |

| | | | |
|-------------------|---------------------|-----|------------|
| | Mote con cuero | | 0,82872928 |
| | | 3 | |
| | Empanadas de viento | | 0,55248619 |
| | | 2 | |
| | yuca | 2 | 0,55248619 |
| | Empanadas verde | | 0,27624309 |
| | | 1 | |
| VISCERAS | Guatita | 14 | 3,86740331 |
| POSTRES | Bocadillos | 13 | 3,59116022 |
| | Miel con quesillo | | 1,10497238 |
| | | 4 | |
| | dulce de coco | | 0,82872928 |
| | | 3 | |
| | Mani dulce | 1 | 0,27624309 |
| | Cubanos | 1 | 0,27624309 |
| | Huevos falgüeros | | 0,27624309 |
| | | 1 | |
| BEBIDAS CALIENTES | Café | 2 | 0,55248619 |
| | Horchata | 2 | 0,55248619 |
| BEBIDAS FRIAS | Chicha | 2 | 0,55248619 |
| | | 362 | 100 |

4.B DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLOS

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|--------------------|------------|------------|
| | Mercado | 60 | 30,7692308 |
| Mercados | Comedor dona clara | 1 | 0,51282051 |
| | Senora piedad | 1 | 0,51282051 |
| | Cafeteria | 1 | 0,51282051 |
| Restaurantes | Comedores | 54 | 27,6923077 |
| | R. Tradicional | 35 | 17,9487179 |
| | M. Valverde | 3 | 1,53846154 |
| | Cafeteria 80 | 1 | 0,51282051 |
| | R. Blanquita | 1 | 0,51282051 |
| | Sra. Saira | 1 | 0,51282051 |

| | | | |
|------------|-------------------|-----|------------|
| | Senora Matilde | 1 | 0,51282051 |
| | Sra. P. Herrera | 1 | 0,51282051 |
| Personas | San Antonio | 4 | 2,05128205 |
| | Francisco Guevara | 1 | 0,51282051 |
| Ferias | Ferias | 12 | 6,15384615 |
| | Playas | 2 | 1,02564103 |
| | Barrio Noragul | 1 | 0,51282051 |
| Familiares | Familia | 15 | 7,69230769 |
| | | 195 | 100 |

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|-------------------|------------|------------|
| Restaurantes | Sra. Piedad | 19 | 12,0253165 |
| | Luz | 19 | 12,0253165 |
| | Ana Cordero | 9 | 5,69620253 |
| | Rosa Medina | 9 | 5,69620253 |
| | Carmelina S | 5 | 3,16455696 |
| | Nely E | 5 | 3,16455696 |
| | Ana Cordova | 4 | 2,53164557 |
| | R. Tradicional | 4 | 2,53164557 |
| | Cafeteria 80 | 3 | 1,89873418 |
| | M. Valverde | 3 | 1,89873418 |
| | Blanquita | 3 | 1,89873418 |
| | Sra. Riofrio | 3 | 1,89873418 |
| | Feria | 3 | 1,89873418 |
| | Comedores | 2 | 1,26582278 |
| | Clara | 2 | 1,26582278 |
| | Cornelio Sandoval | 2 | 1,26582278 |
| Puesto 4 | 2 | 1,26582278 | |

| | | | |
|----------|----------------------|----|------------|
| | Carlos Castillo | 1 | 0,63291139 |
| | Nestor B | 1 | 0,63291139 |
| | Mario Sanchez | 1 | 0,63291139 |
| | Carmelina Ruiz | 1 | 0,63291139 |
| | Domicilio | 1 | 0,63291139 |
| | Esther Villavicencio | 1 | 0,63291139 |
| | Maritza Paes | 1 | 0,63291139 |
| | Puesto 2 | 1 | 0,63291139 |
| | Juan S | 1 | 0,63291139 |
| | Sra. Mozco V | 1 | 0,63291139 |
| Personas | Sra. Zoila | 10 | 6,32911392 |
| | Sr. Pedro Salgado. | 7 | 4,43037975 |
| | Mercado | 4 | 2,53164557 |
| | Herminio vasques | 4 | 2,53164557 |
| | Sr. Sanchez | 2 | 1,26582278 |
| | Sra. Rita | 2 | 1,26582278 |
| | Juan Quevedo | 2 | 1,26582278 |
| | MacrinaDiaz | 2 | 1,26582278 |
| | Sr. Rodriguez | 2 | 1,26582278 |
| | Sr. Herrera | 2 | 1,26582278 |
| | Augusto Quevedo | 2 | 1,26582278 |
| | Sra. Julia | 1 | 0,63291139 |
| | Renato | 1 | 0,63291139 |
| | Silvana | 1 | 0,63291139 |
| | Francisco P | 1 | 0,63291139 |
| | Darwin | 1 | 0,63291139 |
| | Marco B | 1 | 0,63291139 |
| | Don Aguilar | 1 | 0,63291139 |
| | Francisco Guevara | 1 | 0,63291139 |
| | Francisco Diaz | 1 | 0,63291139 |

| | | | |
|--|--------------------|-----|------------|
| | Sra. Maria | 1 | 0,63291139 |
| | Sra. Teresa Robles | 1 | 0,63291139 |
| | Sra. Esperanza | 1 | 0,63291139 |
| | | 158 | 100 |

5. Platos/bebidas/postres que recomendaría comer al visitante.

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|----------------------|------------|-------------|
| Estofados | Estofado de chivo | 34 | 8,90052356 |
| | Estofado de pollo | 15 | 3,926701571 |
| | Estofado de Borrego | 3 | 0,785340314 |
| | Estofado de carne | 1 | 0,261780105 |
| Fritos | Fritada | 72 | 18,84816754 |
| | | | |
| Asados | Cecina | 78 | 20,41884817 |
| | platano asado | 3 | 0,785340314 |
| Horneados | Cuy | 9 | 2,356020942 |
| | Pierna hornada | 1 | 0,261780105 |
| Visceras | Guatita | 9 | 2,356020942 |
| | | | |
| sopas | Repe | 51 | 13,35078534 |
| | Arveja con guineo | 14 | 3,664921466 |
| | Sancocho | 12 | 3,141361257 |
| | Aguado | 2 | 0,523560209 |
| | Sopa de platano | 1 | 0,261780105 |
| Caldos | Caldo de gallina | 13 | 3,403141361 |
| | Caldo de pata de res | 11 | 2,879581152 |
| | Caldo Borrego | 1 | 0,261780105 |
| Bebidas | Horchata | 4 | 1,047120419 |
| | Café | 2 | 0,523560209 |
| | Chicha | 1 | 0,261780105 |

| | | | |
|-------------|--------------------|-----|-------------|
| | Miel con quesillo | | 3,926701571 |
| | | 15 | |
| | Bocadillos | 11 | 2,879581152 |
| | Turrone | 2 | 0,523560209 |
| | Bocado de coco | 2 | 0,523560209 |
| | Dulce | 1 | 0,261780105 |
| | zapallo con leche | | 0,261780105 |
| Postres | | 1 | |
| | | | |
| | Humitas | 5 | 1,308900524 |
| | Tamales | 3 | 0,785340314 |
| | Mote con cuero | 2 | 0,523560209 |
| | Emborrajado | 1 | 0,261780105 |
| Entremesses | | | |
| | Chanfaina | 1 | 0,261780105 |
| | menestra de frejol | | 0,261780105 |
| Arroces | | 1 | |
| | | 382 | 100 |
| | | | |

5B. DONDE RECOMIENDA CONSUMIRLO

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|--------------------|------------|-------------|
| | Mercado | 58 | 30,05181347 |
| Mercados | los shenay | 2 | 1,03626943 |
| | Comedor dona clara | 1 | 0,518134715 |
| | don pedro | 1 | 0,518134715 |
| | | | |
| | | | |
| Restaurantes | Comedores | 47 | 24,35233161 |
| | restaurante | 38 | 19,68911917 |
| | R. Tradicional | 5 | 2,590673575 |
| | R. Blanquita | 1 | 0,518134715 |
| | centro comercial | 1 | 0,518134715 |
| | | | |
| Personas | domicilio | 12 | 6,21761658 |
| | M. Valverde | 3 | 1,554404145 |
| | Senora Matilde | 1 | 0,518134715 |
| | Francisco Guevara | 1 | 0,518134715 |
| | | | |

| | | | |
|--------|-----------------|-----|-------------|
| Ferias | Ferias | 15 | 7,772020725 |
| | San Antonio | 3 | 1,554404145 |
| | Playas | 3 | 1,554404145 |
| | Barrio Naranjal | 1 | 0,518134715 |
| | | 193 | 100 |

5C. QUIEN LOS PREPARA MEJOR

| TIPO DE LUGAR | Nombre del Lugar | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------|----------------------|------------|--------------|
| | Luz | 13 | 8,024691358 |
| Restaurante | Ana Cordero | 12 | 7,407407407 |
| | Mario Samchez | 9 | 5,555555556 |
| | Carmelina S | 8 | 4,938271605 |
| | Blanquita | 6 | 3,703703704 |
| | Feria | 6 | 3,703703704 |
| | MacrinaDiaz | 6 | 3,703703704 |
| | comerciante | 5 | 3,086419753 |
| | Domicilio | 5 | 3,086419753 |
| | Marco Espinoza | 5 | 3,086419753 |
| | Nely E | 5 | 3,086419753 |
| | Comedores | 4 | 2,469135802 |
| | Esther Villavicencio | 4 | 2,469135802 |
| | Juan S | 4 | 2,469135802 |
| | M. Valverde | 4 | 2,469135802 |
| | Mercado | 4 | 2,469135802 |
| | restaurante | 4 | 2,469135802 |
| | Puesto 2 | 3 | 1,851851852 |
| | Francisco P | 2 | 1,234567901 |
| | los shanay | 2 | 1,234567901 |
| | Puesto 4 | 2 | 1,234567901 |
| | coco piedra | 2 | 1,234567901 |
| | Maritza Paes | 1 | 0,617283951 |
| | martha | 1 | 0,617283951 |
| | matilde | 1 | 0,617283951 |
| | julia | 1 | 0,617283951 |
| | Renato | 1 | 0,617283951 |
| | | | |
| | | | |
| Personas | Sra. Piedad | 18 | 11,111111111 |
| | Sra. Zoila | 9 | 5,555555556 |
| | Rosa Medina | 7 | 4,320987654 |
| | sra. Sara | 2 | 1,234567901 |
| | walter | 2 | 1,234567901 |

| | | | |
|--|--------------------|-----|-------------|
| | Sra. Riofrio | 1 | 0,617283951 |
| | Sra. Rita | 1 | 0,617283951 |
| | Sr. Pedro Salgado. | 1 | 0,617283951 |
| | Sra. Maria | 1 | 0,617283951 |
| | | 162 | 100 |

6. QUE/PLATOS/BEBIDA/POSTRE CONOCE UDS. SE PREPARABA HACE ANOS Y QUE A CAMBIADO SU PREPARACION

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | FRECUENCIA DEL PLATO | CAMBIOS EN LA PREPARACIÓN | FRECUENCIA DEL CAMBIO |
|--------------------|-------------------|----------------------|--------------------------------|-----------------------|
| Estofados y carnes | Estofado de pollo | 5 | | 5 |
| entremeses | picadillo | 5 | se lo prepara con mani | 2 |
| | | | se lo prepara sin mani | 3 |
| asados | Cecina | 8 | se lo prepara a la braza | 5 |
| | | | se lo prepara frita | 3 |
| sopas | Repe | 26 | tipo de platano | 10 |
| | | | con papa | 16 |
| | S | 32 | se lo prepara en olla de barro | 10 |
| | | | se lo prerara con chicharron | 22 |
| | | | Arveja con guineo | 7 |
| | | | | se prepara con queso |
| | | | forma normal | 6 |
| Total | | 83 | | 83 |

7. QUE/PLATO/BEBIDA/POSTRE CONOCE UDS. QUE SE PREPARABAN HACE ANOS Y QUE ACTUALMENTE NO SE LOS HACE

| TIPO DE PLATO | NOMBRE DEL PLATO | QUIEN LOS PREPARA MEJOR |
|-------------------|----------------------------------|-------------------------|
| ESTOFADOS | Achonchas | |
| | | |
| SOPAS | sango | |
| | sopa de col | Familias |
| | repe con mani | |
| | gallina ronca | |
| | sopa de gualo | |
| | | |
| | | |
| ASADOS | Cecina de burro | familias |
| | pierna de cerdo en horno de lena | Sra. Nelly elizalde |
| | | |
| BEBIDAS CALIENTES | colada de maiz | familias |
| | zapallo con leche | |
| BEBIDAS FRIAS | Chicha | |
| | chicha de cana | |
| POSTRE | | |
| | Mote con leche | |
| | | |
| | mani con dulce raspado | familias |
| | cubanos | |
| | Bocadillos | |
| | dulce zambo | |
| | | |

8. QUE PLATOS/BEBIDAS/POSTRES CONOCE NUEVOS

| Tipo del plato | Nombre del plato | ingrediente del plato | lugar don se lo adquiere |
|----------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------------------|
| Mariscos | ceviche de camaron | camaron | |
| | camarones apanados | camaron | mercado y ferias de fin de semana |
| | corvina | pescado | |
| | encebollado | pescado | |
| | | | |
| Asados | pollo asado | pollo | |
| | carne en palito | carde de res | mercado y comedores |
| | asado de cordero | carne de cordero | |
| | carne asada con menestra | carne de res | |
| | | | |
| Arroces | chaulafan | arroz | comedores |
| | arroz con pollo | arroz | |
| | | | |
| Ensaladas | ensaladas de frutas | frutas varias | ferias |
| | | | |
| Embutidos | mortadela, jamon | carne de res, cerdo,pollo | tiendas |
| | | | |
| Entremeses | salchipapa | papas | |
| | pizzas | harina | mercado y ferias de fin de semana |
| | papi carne | papas | |
| | hmburguesas | carne de res | |
| | | | |
| Postres | flan de coco | huevos | |
| | higos con queso | higos | |
| | gelatinas | medula de res | mercado |
| | choco bananas | babano | |
| | | | |
| | | | |

9. CUAL ES EL INGREDIENTE BASICI DEL SECTOR QUE SE EMPLEA PARA LA ELABORACION DE PLATOS

| NOMBRE DEL INGREDIENTE BASICO | NOMBRE DEL PLATO/BEBIDA/PRINC/POSTRE |
|-------------------------------|--------------------------------------|
| PLATANO | Repe |
| | Arveja con guineo |
| | molido/molloco |

| | |
|------------------|---------------------|
| | bolones |
| | empanadas de verde |
| | platano asado |
| | |
| | Humitas |
| | tamal |
| | sango |
| | mote |
| | sopa de gualo |
| MAIZ | |
| | Cecina |
| | hornado |
| | carne frita |
| CARNE DE CERDO | fritada |
| | Seco de pollo |
| | caldo de gallina |
| POLLO | Carne en palito |
| | seco de carne |
| CARNE DE RES | caldo de carne |
| | Empanadas de viento |
| HARINA | |
| | chanfaina |
| | arroz con pollo |
| | chaulafan |
| ARROZ | |
| | Refrito de maní |
| MANI | bocadillos |
| | |
| | bocadillos |
| PANELA | turrone |
| | |
| | |
| | Seco de cordero |
| | cordero asado |
| CARNE DE CORDERO | |
| | caldo de patas |
| PATAS DE RES | |
| | zapallo con leche |
| ZAPALLO | |

ENTREVISTA

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|----------------------|--|------------|------------------------|-------------------------------|
| FICHA TÉCNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localid | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACOCHA | INDEPENDIENTE Y PALTAS | |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: |
| | PIEDAD CUEVA | | 65 AÑOS | FEMENINO | | SIEMPRE |
| | TERESA VIVANCO | | 48 AÑOS | FEMENINO | | SIEMPRE |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | FRITADA | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | EL MISMO NOMBRE | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| | | | | | X | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | RESTAURANT | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | MUNICIPIO DE LA PARROQUIA | | | |
| Características | Ingredientes | | carne de cerdo, vinagre, sal, ajo | | | |
| | Ingrediente principal | | carne de cerdo, vinagre, sal, ajo | | | |
| | Preparación | | se corta la costilla de cerdo en trozos, se condimenta con luego se coloca en una paila se con un poco de agua se co | | | |
| | Acompañamiento | | mote con cascara o sin casacara, yuca, arroz | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | NO | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | cecina | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | meser con una cuchareta constantemente para que no se | | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | | paila de aluminio, cuchareta y cocina a gas | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | NO | | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | NO | | | |
| | Significado que posee el plato | | NO | | | |
| | Historia | | NO | | | |
| | Usos | | Alimentacion | | | |
| | Qué representa | | NO | | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se | | fiestas del canton y a diario | | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | NO | | | |
| | Relación con las fiestas | | NO | | | |
| | Lugares en donde se elabora | | restaurant | | | |
| | Quién los elabora | | propietario del restaurant | | | |
| | Quienes lo consumen | | personas de la localidad y turistas | | | |
| | Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | NO | | |
| Comercializan el plato | | NO | | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | consumo directo interno | | | |
| | Comercializan | | NO | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | | | |
| | Mercados (al minorista) | | compran al por menor y tambien faenan cerdo una vez al | | | |
| Producción del Ingrediente base | Área | | localidad canton paltas | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | Sierra | | | |
| | Provincia | | Loja | | | |
| | Población | | Catacochoa | | | |
| | Épocas de producción | | Todo el tiempo | | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|----------------------|---|----------------------|-------------------------------|------------|
| FICHA TECNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACOCHA | MANUEL VIVANCO Y PALTAS | |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: | |
| | MACRINA DIAS | 68 | FEMENINO | | SIEMPRE | |
| | PIEDAD CUEVA | 65 | FEMENINO | | SIEMPRE | |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | CECINA | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | EL MISMO NOMBRE | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | RESTAURANT | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | MERCADO DE LA PARROQUIA | | | |
| Características | Ingredientes | | carne de cerdo, sal, ajo, naranja agria | | | |
| | Ingrediente principal | | carne de cerdo | | | |
| | Preparación | | se cocina la carne se la condimenta con sal,ajo naranja agria luego se la frie. | | | |
| | Acompañamiento | | mote =, yuca, arroz, ensalada, menestra | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | NO | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | fritada | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | orear la carne en un lugar con ventilacion | | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | | cocina a gas y paila | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | NO | | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | NO | | | |
| | Significado que posee el plato | | NO | | | |
| | Historia | | NO | | | |
| | Usos | | Alimentacion | | | |
| | Qué representa | | NO | | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se | | fiestas del canton y a diario | | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | NO | | | |
| | Relación con las fiestas | | NO | | | |
| | Lugares en donde se elabora | | restaurant | | | |
| | Quién los elabora | | propietario del restaurant | | | |
| | Quienes lo consumen | | personas de la localidad y turistas | | | |
| | Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | NO | | |
| Comercializan el plato | | NO | | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | consumo directo interno | | | |
| | Comercializan | | NO | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | compran la carne al por mayor | | | |
| | Mercados (al minorista) | | | | | |
| Producción del Ingrediente base | Área | | localidad canton paltas | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | Sierra | | | |
| | Provincia | | Loja | | | |
| | Población | | Catacocho | | | |
| | Épocas de producción | | Todo el tiempo | | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|--|----------|-------------------------|-------------------------------|------------|
| FICHA TÉCNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /Localid | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACocha | MANUEL VIVANCO Y PALTAS | |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: | |
| | MACRINA DIAS | 68 | FEMENINO | | SIEMPRE | |
| | DELIA VIVVANCO | | | | | |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | | REPE | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | | EL MISMO NOMBRE | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | | Alta | Media | Baja |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | | RESTAURANT | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | | MERCADO DE LA PARROQUIA | | |
| Características | Ingredientes | guineo faisán, leche, papa, quesillo. Cilantro | | | | |
| | Ingrediente principal | guineo faisán | | | | |
| | Preparación | se pica el guineo y la papa se cocina hasta que estén blancos un poco de cilantro sal. | | | | |
| | Acompañamiento | anteriormente con aguacate | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | NO | | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | se agrega tallos de cilantro | | | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | cocina a gas , ollas de aluminio cuchara de madera | | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | NO | | | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | NO | | | | |
| | Significado que posee el plato | NO | | | | |
| | Historia | NO | | | | |
| | Usos | Alimentación | | | | |
| | Qué representa | NO | | | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se) | fiestas del canton y a diario | | | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | | | |
| | Relación con mitos/leyendas | NO | | | | |
| | Relación con las fiestas | NO | | | | |
| | Lugares en donde se elabora | restaurant | | | | |
| | Quién los elabora | propietario del restaurant | | | | |
| | Quiénes lo consumen | personas de la localidad y turistas | | | | |
| | Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | NO | | | |
| Comercializan el plato | | NO | | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | consumo directo interno | | | | |
| | Comercializan | NO | | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | | | |
| | Mercados (al minorista) | compran los productos al por menor | | | | |
| Producción del ingrediente base | Área | localidad canton paltas | | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | Sierra | | | | |
| | Provincia | Loja | | | | |
| | Población | Oreanda, Lauro Guerrero, Gonzanama | | | | |
| | Épocas de producción | todo el tiempo con variaciones de producción en épocas de | | | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|------------------------------------|--|----------------------|-------------------------------|-------------|
| FICHA TECNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACUCHA | ECUADOR | ESCALINATAS |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: | |
| | DELIA PINTAG | 79 | FEMENINO | | 40 AÑOS | |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | CUBANOS | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | EL MISMO NOMBRE | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | DOMICILIO | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | ESCALINATAS CERCA A LA PLAZA DE DEPORTES | | | |
| Características | Ingredientes | | coco, azucar, agua | | | |
| | Ingrediente principal | | coco | | | |
| | Preparación | | se pela y raya el coco se coloca en una paila con azucar y a coja punto se bolca en una fuente y se deja enfriar | | | |
| | Acompañamiento | | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | azucar por panela | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | cocadas | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | se lo prepara con las dos cascara del coco | | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | | paila cocina a gas y cuchara de palo | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | NO | | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | anteriormente lo prepara una persona de raza negra y de allí se quedo con el nombre de cubano | | | |
| | Significado que posee el plato | | NO | | | |
| | Historia | | NO | | | |
| | Usos | | Alimentacion | | | |
| | Qué representa | | NO | | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se | | fiestas del canton y fiestas nacionales como el dos de nov | | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | NO | | | |
| | Relación con las fiestas | | NO | | | |
| | Lugares en donde se elabora | | NO | | | |
| | Quién los elabora | | NO | | | |
| | Quienes lo consumen | | NO | | | |
| | Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | bajo pedido | | |
| Comercializan el plato | | Estados Unidos, Espana bajo pedido | | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | produccion directa consumo interno | | | |
| | Comercializan | | SI | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | compraba los productos al por mayor | | | |
| | Mercados (al minorista) | | | | | |
| Producción del Ingrediente base | Área | | llocalidad de | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | Sierra | | | |
| | Provincia | | Loja | | | |
| | Población | | zapotillo | | | |
| | Épocas de producción | | todo el tiempo | | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|---------|--|--|----------------------|-------------------------------|
| FICHA TÉCNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localid | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACOCCHA | ECUADOR | ESCALINATAS |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: |
| | DELIA PINTAG | | 79 | FEMENINO | | 40 AÑOS |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | COCADAS | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | EL MISMO NOMBRE | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | TÍPICO | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | DOMICILIO | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | ESCALINATAS CERCA A LA PLAZA DE DEPORTES | | | |
| Características | Ingredientes | | | coco, azucar, agua | | |
| | Ingrediente principal | | | coco | | |
| | Preparación | | | se pela y raya el coco se coloca en una paila con azucar y a coja punto y se coloca en una fuente se deja enfriar y se c | | |
| | Acompañamiento | | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | | azucar por panela | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | | cubanos | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | | se lo debe preparar con la corteza blanca del coco | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | | | paila cocina a gas y cuchara de palo | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | | NO | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | | | | |
| | Significado que posee el plato | | | NO | | |
| | Historia | | | NO | | |
| | Usos | | | Alimentacion | | |
| | Qué representa | | | NO | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se | | | fiestas del canton y fiestas nacionales como el dos de nov | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | | NO | | |
| | Relación con las fiestas | | | NO | | |
| | Lugares en donde se elabora | | | esmeraldas | | |
| | Quién los elabora | | | comerciantes | | |
| | Quienes lo consumen | | | todo tipo de gente | | |
| Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | | bajo pedido | | |
| | Comercializan el plato | | | Estados Unidos, Espana bajo pedido | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | | produccion directa consumo interno | | |
| | Comercializan | | | SI | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | compraba los productos al por mayor | | |
| | Mercados (al minorista) | | | | | |
| Producción del Ingrediente base | Área | | | llocalidad de | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | | Sierra | | |
| | Provincia | | | Loja | | |
| | Población | | | Zapotillo, San vicente de los rios | | |
| | Épocas de producción | | | todo el tiempo | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|---------|--|--|----------------------|-------------------------------|
| FICHA TÉCNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACOCCHA | ECUADOR | ESCALINATAS |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: |
| | DELIA PINTAG | | 79 | FEMENINO | | 40 AÑOS |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | GARRAPINADAS | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | MANI CONFITADO | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | TÍPICO | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | DOMICILIO | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | ESCALINATAS CERCA A LA PLAZA DE DEPORTES | | | |
| Características | Ingredientes | | | mani azucar | | |
| | Ingrediente principal | | | mani | | |
| | Preparación | | | se lava el mani, luego se lo pone en una paila con el azucar de apoco se va secando y se va confitando se lo coloca en | | |
| | Acompañamiento | | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | | lavar el mani | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | | | paila cocina a gas y cuchara de palo | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | | NO | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | | | | |
| | Significado que posee el plato | | | NO | | |
| | Historia | | | NO | | |
| | Usos | | | Alimentacion | | |
| | Qué representa | | | NO | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se | | | fiestas del canton y fiestas nacionales como el dos de nov | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | | NO | | |
| | Relación con las fiestas | | | NO | | |
| | Lugares en donde se elabora | | | naranjal de catacocha | | |
| | Quién los elabora | | | comerciantes | | |
| | Quienes lo consumen | | | todo tipo de gente | | |
| Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | | bajo pedido | | |
| | Comercializan el plato | | | Estados Unidos, Espana bajo pedido | | |
| Centros de producción de ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | | producción directa consumo interno | | |
| | Comercializan | | | SI | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | compraba los productos al por mayor | | |
| | Mercados (al minorista) | | | | | |
| Producción del Ingrediente base | Área | | | canton Paltas | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | | Sierra | | |
| | Provincia | | | Loja | | |
| | Población | | | Yamana | | |
| | Épocas de producción | | | todo el tiempo | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|---------|---|--------------------------------|-------------------------------|---------------|
| FICHA TECNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACOA | Barrio Bolivar | calle Bolivar |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: | |
| | TERESA VIVANCO | 43 | FEMENINO | 85292370 | SIEMPRE | |
| | PIEDAD SALCEDO | 43 | FEMENINO | | SIEMPRE | |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | | FRITADA | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | | TIPICO | | |
| Sensibilidad al cambio | | | | Alta | Media | Baja |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | | RESTAURANT | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | | PARQUE CENTRAL DE LA PARROQUIA | | |
| Características | Ingredientes | | carne de cerdo, naranja agria, sal, yuca, mote ,ensalada de | | | |
| | Ingrediente principal | | carne de cerdo | | | |
| | Preparación | | se corta la costilla se condimenta con sal y naranja agria a cocinar hasta que se dore removiendo con una cuchara | | | |
| | Acompañamiento | | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | la carne de cerdo debe ser criolla, no utilizar condimentos | | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | | paila cocina a gas y cuchara de palo | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | es una costumbre de reunirse las familias a preparar este | | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | | | | |
| | Significado que posee el plato | | NO | | | |
| | Historia | | NO | | | |
| | Usos | | Alimentacion | | | |
| | Qué representa | | NO | | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se | | se lo prepara casi a diario y en fiestas de la parroquia | | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | NO | | | |
| | Relación con las fiestas | | NO | | | |
| | Lugares en donde se elabora | | en restaurantes de la parroquia | | | |
| | Quién los elabora | | comerciantes | | | |
| | Quienes lo consumen | | todo tipo de gente | | | |
| Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | NO | | | |
| | Comercializan el plato | | NO | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | produccion directa consumo interno | | | |
| | Comercializan | | SI | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | comerciantes compra los productos al por mayor o faenas | | | |
| | Mercados (al minorista) | | | | | |
| Producción del ingrediente base | Área | | canton Paltas | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | Sierra | | | |
| | Provincia | | Loja | | | |
| | Población | | Catacocho | | | |
| | Épocas de producción | | todo el tiempo | | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|---------|---|----------------------|-------------------------------|---------------|
| FICHA TECNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACUCHA | Barrio Bolivar | calle Bolivar |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: | |
| | TERESA VIVANCO | 43 | FEMENINO | 85292370 | SIEMPRE | |
| | PIEDAD SALCEDO | 44 | FEMENINO | | SIEMPRE | |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | FRITADA | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | TIPICO | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | RESTAURANT | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | PARQUE CENTRAL DE LA PARROQUIA | | | |
| Características | Ingredientes | | carne de cerdo, naranja agria, sal, yuca, mote ,ensalada de | | | |
| | Ingrediente principal | | carne de cerdo | | | |
| | Preparación | | se corta la costilla se condimenta con sal y naranja agria a cocinar hasta que se dore removiendo con una cuchara | | | |
| | Acompañamiento | | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | estofado de cerdo | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | la carne de cerdo debe ser criolla, no utilizar condimentos | | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | | paila cocina a gas y cuchara de palo | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | es una costumbre de reunirse las familias a preparar este | | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | | | | |
| | Significado que posee el plato | | NO | | | |
| | Historia | | NO | | | |
| | Usos | | Alimentacion | | | |
| | Qué representa | | NO | | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se | | se lo prepara casi a diario y en fiestas de la parroquia | | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | NO | | | |
| | Relación con las fiestas | | NO | | | |
| | Lugares en donde se elabora | | en restaurantes de la parroquia | | | |
| | Quién los elabora | | comerciantes | | | |
| | Quienes lo consumen | | todo tipo de gente | | | |
| Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | NO | | | |
| | Comercializan el plato | | NO | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | produccion directa consumo interno | | | |
| | Comercializan | | SI | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | comerciantes compra los productos al por mayor o faena s | | | |
| | Mercados (al minorista) | | | | | |
| Producción del Ingrediente base | Área | | canton Paltas | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | Sierra | | | |
| | Provincia | | Loja | | | |
| | Población | | Catacocha | | | |
| | Épocas de producción | | todo el tiempo | | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|--|---|----------------------|-------------------------------|------------|
| FICHA TECNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /Localidad | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACOCHA | Barrio Bolívar calle Bolívar | |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: | |
| | TERESA VIVANCO | 43 | FEMENINO | 85292370 | SIEMPRE | |
| | PIEDAD CUEVA | 65 | FEMENINO | | SIEMPRE | |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | SECO DE POLLO CRIOLLO | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | TIPICO | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | RESTAURANT | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | PARQUE CENTRAL DE LA PARROQUIA | | | |
| Características | Ingredientes | | pollo, cebolla colorada, ajo comino, sal, pimienta | | | |
| | Ingrediente principal | | carne de pollo | | | |
| | Preparación | | se realiza un refrito con la cebolla y los condimentos se cocina y se cocina a temperatura baja por tres a cuatro horas | | | |
| | Acompañamiento | | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | el pollo tiene que ser criollo | | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| Otros: | | olla de aluminio, cuchara de aluminio cocina a gas | | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | siempre se lo ha preparado en esa comunidad | | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | | | | |
| | Significado que posee el plato | | NO | | | |
| | Historia | | NO | | | |
| | Usos | | Alimentacion | | | |
| | Qué representa | | NO | | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se prepara) | | se lo prepara en fiestas locales, nacionales y Ha diario | | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | NO | | | |
| | Relación con las fiestas | | NO | | | |
| | Lugares en donde se elabora | | en restaurantes de la parroquia | | | |
| | Quién los elabora | | comerciantes | | | |
| | Quienes lo consumen | | todo tipo de gente | | | |
| Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | NO | | | |
| | Comercializan el plato | | NO | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | produccion directa consumo interno | | | |
| | Comercializan | | SI | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | | | |
| | Mercados (al minorista) | | mercado y tiene su criadero de pollos | | | |
| Producción del ingrediente base | Área | | canton Paltas | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | Sierra | | | |
| | Provincia | | Loja | | | |
| | Población | | Catacocho | | | |
| | Épocas de producción | | todo el tiempo | | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|----------------------|---|----------------------|-------------------------------|------------|
| FICHA TECNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad: | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACocha | Maunuel Vivanco | |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: | |
| | PIEDAD SALCEDO | 64 | FEMENINO | 72683577 | SIEMPRE | |
| | MACRINA DIAZ | 69 | FEMENINO | | SIEMPRE | |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | ARVEJA CON GUINEO | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | TIPICO | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | RESTAURANT | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | MERCADO DE LA PARROQUIA | | | |
| Características | Ingredientes | | arveja seca tierna, papa bolona, quesoillo, guineo, cilantro | | | |
| | Ingrediente principal | | guineo | | | |
| | Preparación | | se remoja la arveja se pica el guineo y la papa y se cocina se condimenta con quesoillo, leche y cilantro | | | |
| | Acompañamiento | | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | la arveja tiene que ser seca y de la verde | | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | | olla de aluminio, cuchara de aluminio cocina a gas | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | siempre se lo ha preparado en esa comunidad | | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | | | | |
| | Significado que posee el plato | | NO | | | |
| | Historia | | NO | | | |
| | Usos | | Alimentacion | | | |
| | Qué representa | | NO | | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se prepara) | | se lo prepara en fiestas locales, nacionales y Ha diario | | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | NO | | | |
| | Relación con las fiestas | | NO | | | |
| | Lugares en donde se elabora | | en restaurantes de la parroquia | | | |
| | Quién los elabora | | comerciantes | | | |
| | Quiénes lo consumen | | todo tipo de gente | | | |
| | Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | NO | | |
| Comercializan el plato | | NO | | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | produccion directa consumo interno | | | |
| | Comercializan | | SI | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | | | |
| | Mercados (al minorista) | | mercado y tiendas del barrio | | | |
| Producción del ingrediente base | Área | | costa | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | costa | | | |
| | Provincia | | oro | | | |
| | Población | | machala | | | |
| | Épocas de producción | | todo el tiempo | | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|---------|-------------------------|---|----------------------|-------------------------------|
| FICHA TECNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACUCHA | Maunuel Vivanco | |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: |
| | PIEDAD SALCEDO | | 64 | FEMENINO | 72683577 | SIEMPRE |
| | MACRINA DIAS | | 69 | FEMENINO | | SIEMPRE |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | CECINA | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | TIPICO | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | RESTAURANT | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | MERCADO DE LA PARROQUIA | | | |
| Características | Ingredientes | | | carne de cerdo, sal, yuca, arroz, ensalada, vaso de horchat | | |
| | Ingrediente principal | | | carne de cerdo | | |
| | Preparación | | | se cecina la carne se condimenta con sal y se la pone a ore luego se la cocna a la brasa o sarten | | |
| | Acompañamiento | | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | | fritada | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | | preparacion a la brasa, carne de cerdo criollo | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| Otros: | | | sarten o parrilla | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | | siempre se lo ha preparado en esa comunidad | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | | | | |
| | Significado que posee el plato | | | NO | | |
| | Historia | | | la costumbre de este plato se quedo con la tradicion de re y preparaban este plato | | |
| | Usos | | | Alimentacion | | |
| | Qué representa | | | NO | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se | | | se lo prepara en fiestas de la parroquia | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | | NO | | |
| | Relación con las fiestas | | | NO | | |
| | Lugares en donde se elabora | | | en restaurantes de la parroquia | | |
| | Quién los elabora | | | comerciantes | | |
| | Quienes lo consumen | | | todo tipo de gente | | |
| Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | | NO | | |
| | Comercializan el plato | | | NO | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | | produccion directa consumo interno | | |
| | Comercializan | | | SI | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | | | |
| | Mercados (al minorista) | | | mercado y tiendas del barrio | | |
| Producción del Ingrediente base | Área | | | Canton paltas | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | | sierra | | |
| | Provincia | | | Loja | | |
| | Población | | | catacocha | | |
| | Épocas de producción | | | todo el tiempo | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|----------------------|--|----------------------|-------------------------------|------------|
| FICHA TECNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACUCHA | Maunuel Vivanco | |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: | |
| | PIEDAD SALCEDO | 64 | FEMENINO | 72683577 | SIEMPRE | |
| | TERESA VIVANCO | 8FEMENINO | | | SIEMPRE | |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | REPE | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | TIPICO | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | RESTAURANT | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | MERCADO DE LA PARROQUIA | | | |
| Características | Ingredientes | | guineo. Quesillo. Leche, cilantro, sal | | | |
| | Ingrediente principal | | guineo | | | |
| | Preparación | | en una olla se pone a cocinar el guineo y la papa luego se la leche el quesillo y cilantro | | | |
| | Acompañamiento | | | | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | | | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | | | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | batido de la sopa | | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| | Otros: | | chara, batidor de madera olla de aluminio y una cocina a g | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | siempre se lo ha preparado en esa comunidad | | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | | | | |
| | Significado que posee el plato | | NO | | | |
| | Historia | | | | | |
| | Usos | | Alimentacion | | | |
| | Qué representa | | NO | | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se | | se lo prepara en fiestas de la parroquia | | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | NO | | | |
| | Relación con las fiestas | | NO | | | |
| | Lugares en donde se elabora | | en restaurantes de la parroquia | | | |
| | Quién los elabora | | comerciantes | | | |
| | Quiénes lo consumen | | todo tipo de gente | | | |
| | Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | NO | | |
| Comercializan el plato | | NO | | | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | produccion directa consumo interno | | | |
| | Comercializan | | SI | | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | | | |
| | Mercados (al minorista) | | mercado y tiendas del barrio | | | |
| Producción del Ingrediente base | Área | | costa | | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | costa | | | |
| | Provincia | | oro | | | |
| | Población | | oro | | | |
| | Épocas de producción | | todo el tiempo | | | |

| UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA | | | | | | |
|---|---|---------|--|--|-------------------------------|------------|
| FICHA TÉCNICA | | | | | | |
| LOCALIZACIÓN | Provincia: | Cantón: | Ciudad: | Parroquia: | Calle /localidad: | Comunidad: |
| | LOJA | PALTAS | | CATACocha | INDEPENDIENTE Y PALTAS | |
| CARACTERÍSTICAS DEL INFORMANTE CLAVE | Nombres y Apellidos: | Edad: | Sexo: | Dirección y teléfono | Tiempo que vive en el sector: | |
| | PIEDAD CUEVA | 65 AÑOS | FEMENINO | | SIEMPRE | |
| | MACRINA DIAS | 68 AÑOS | FEMENINO | | SIEMPRE | |
| Nombre del plato/bebida/postre | | | ARVEJA CON GUINEO | | | |
| Con que otros nombres se lo conoce a este plato/bebida/postre | | | EL MISMO NOMBRE | | | |
| Tipo de plato/bebida/postre | | | | | | |
| Sensibilidad al cambio | | | Alta | Media | Baja X | |
| Lugar de expendio/adquisición (actores locales) | | | RESTAURANT | | | |
| Lugares más cercanos al lugar de preparación | | | MUNICIPIO DE LA PARROQUIA | | | |
| Características | Ingredientes | | | arveja seca, guineo verde, quesillo, cilantro | | |
| | Ingrediente principal | | | guineo | | |
| | Preparación | | | se remoja la arveja un día anterior se pica el guineo y se cocina la arveja del mismo modo se mezcla | | |
| | Acompañamiento | | | aguacate | | |
| | Combinación/sustitución de productos | | | NO | | |
| | Nombre de los platos con el ingrediente base | | | molido | | |
| | Recomendaciones de preparación (tips especiales o secretos) | | | NO | | |
| Utensilios para la preparación | Ollas de barro | | | | | |
| | Horno de barro | | | | | |
| | utensilios de madera | | | | | |
| | cocina a leña | | | | | |
| Otros: | | | cocina a gas, ollas de aluminio, cuchara de madera | | | |
| Usos y conservación (Valoración histórica) | Valor histórico y cultural: origen del plato | | | NO | | |
| | Porque del nombre/frases relacionadas con el plato | | | NO | | |
| | Significado que posee el plato | | | NO | | |
| | Historia | | | NO | | |
| | Usos | | | Alimentación | | |
| | Qué representa | | | NO | | |
| | Temporada (fechas y fiestas en que se) | | | fiestas del canton y a diario | | |
| | Por qué se prepara en estas fiestas | | | acogida de turistas del sector y fuera del canton | | |
| | Relación con mitos/leyendas | | | NO | | |
| | Relación con las fiestas | | | NO | | |
| | Lugares en donde se elabora | | | restaurantes, hogares | | |
| | Quién los elabora | | | | | |
| | Quiénes lo consumen | | | personas de la localidad y turistas | | |
| Instituciones/organizaciones | Promocionan el plato | | | NO | | |
| | Comercializan el plato | | | NO | | |
| Centros de producción del ingrediente base | Producción directa (consumo interno) | | | consumo directo interno | | |
| | Comercializan | | | NO | | |
| | Mercados (al mayorista) | | | | | |
| | Mercados (al minorista) | | | compran al por menor | | |
| Producción del ingrediente base | Área | | | localidad canton paltas | | |
| | Región (Costa, Sierra, Oriente) | | | Sierra | | |
| | Provincia | | | Loja | | |
| | Población | | | Catacocha | | |
| | Épocas de producción | | | Todo el tiempo | | |

