



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA

La Universidad Católica de Loja

ÁREA ADMINISTRATIVA

TÍTULO DE LICENCIADO EN ADMINISTRACIÓN TURÍSTICA

**Guía gastronómica de los platos típicos que se ofertan en el patio de
comidas del Mercado Central de Quito.**

TRABAJO DE TITULACIÓN.

AUTORA: Coello Andrango, Verónica Ximena

DIRECTOR: Artieda Ponce, Mauricio Patricio, Msc

CENTRO UNIVERSITARIO - QUITO

2016

APROBACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Magíster

Mauricio Patricio Artieda Ponce

DOCENTE DE LA TITULACIÓN

De mi consideración:

El presente trabajo de titulación, **Guía gastronómica de los platos típicos que se ofertan en el patio de comidas del Mercado Central de Quito.**, realizado por **Coello Andrango Verónica Ximena**, ha sido orientado y revisado durante su ejecución, por cuanto se aprueba la presentación del mismo.

Loja, noviembre de 2016

f)

DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS

“Yo **Coello Andrango Verónica Ximena**, declaro ser autor (a) del presente trabajo de titulación Guía Gastronómica de los Platos Típicos que se ofertan en el Patio de Comidas del Mercado Central de Quito, de la Titulación de Hotelería y Turismo siendo Artieda Ponce Mauricio Patricio director del presente trabajo; y eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones legales. Además, certifico que la ideas, conceptos, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad.

Adicionalmente declaro conocer y aceptar la disposición del Art. 88 del Estatuto Orgánico de la Universidad Técnica Particular de Loja que en su parte pertinente textualmente dice: “Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado o trabajos de titulación que se realicen con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad”

f.

Autor: Verónica Ximena Coello Andrango

Cédula: **1713283024**

DEDICATORIA

Mi esfuerzo y perseverancia es dedicado a todas las personas que me han apoyado desde el principio en mi vida universitaria, con sus palabras de apoyo y confianza supieron hacer mejor llevadero este camino de enseñanza.

A mi madrecita Gladys que con su sencillez y amor es un ejemplo de constancia y valor para continuar, a mi esposo querido Alejandro incondicional y ejemplo a seguir, mis hijos adorados Camilo y Julián, mis hermanos Caty, Karina y Paúl dedico mi esfuerzo esto va para todos ustedes, mi familia.

Verónica Ximena Coello Andrango

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a mi Padre Celestial, que ha sabido bendecirme y guiarme por el camino del bien en mi hogar, estudios, trabajo y mi profesión. Un agradecimiento especial y sincero a la Universidad Técnica Particular de Loja, que con su modalidad de estudios abierta y a distancia me supo acoger, a mis maestros que abrieron sus puertas del conocimiento y del saber para cumplir con mi objetivo de formarme profesionalmente.

A mi tutor y director del proyecto, Magister Mauricio Artieda, por su guía, paciencia, y amplios conocimientos que aportaron valiosamente al desarrollo de mi tesis.

A mi amiga y docente Magister Amparito Montenegro quien colaboró en la asesoría de mi trabajo.

A mi familia que creyeron en mí, fueron un apoyo en mi decisión de crecer, no dejando de lado a personas allegadas y queridas que aportaron con su buena vibra, ideas, anécdotas y consejos.

Verónica Ximena Coello Andrango

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARATULA	i
APROBACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....	ii
DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS.....	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	vi
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES	ix
ÍNDICE DE TABLAS	x
RESUMEN.....	1
ABSTRACT	2
INTRODUCCIÓN.....	3
CAPÍTULO I.....	5
MARCO TEÓRICO	5
1.1. Conceptos	6
1.2. Estudio de la población.....	8
1.2.1. Generalidades del lugar.	8
1.3. Análisis de la situación actual del Mercado Central.	11
1.3.1 Antecedentes generales del Mercado Central.....	11
1.3.2. Historia y orígenes del mercado.	11
1.3.3. Leyendas y tradiciones del mercado.....	12
1.3.4. Festividades del mercado.....	12
1.3.5. Localización y crecimiento.....	12
1.3.6. Servicios o facilidades.	13
1.3.7. Población del mercado.	14
1.3.8. Distribución general del mercado.....	14
1.3.9. Mercados competidores.	15

1.4	Historia y gastronomía quiteña.....	15
1.5.	Cocina tradicional.....	19
1.6.	Cocina típica.....	19
1.7.	Cocina patrimonial.....	19
1.8.	Metodología de la investigación.....	20
1.8.1.	Método explorativo.....	20
1.8.2.	Método descriptivo.....	20
1.9.	Grupos de estudio.....	20
1.9.1.	Técnicas de Investigación.....	20
1.10.	Población y muestra.....	21
1.11.	Desarrollo de la Encuesta.....	22
1.11.1.	Edad, sexo.....	22
1.11.2.	Pregunta No. 1.....	24
1.11.3.	Pregunta No. 2.....	25
1.11.4.	Pregunta No. 3.....	26
1.11.5.	Pregunta No. 4.....	27
1.11.6.	Pregunta No. 5.....	28
1.11.7.	Pregunta No. 6.....	29
1.11.8.	Pregunta No.7.....	30
1.11.9.	Pregunta No. 8.....	31
1.9.10.	Pregunta No. 9.....	32
CAPITULO II.....		34
INVENTARIO DE COMIDAS TÍPICAS Y TRADICIONALES DEL MERCADO CENTRAL DE QUITO.....		34
2.1.	Patio de comidas del Mercado Central.....	35
2.1.1.	Planta baja o patio norte (comida diaria).....	35
2.1.2.	Planta alta o patio sur, patio norte, segundo piso.....	39
CAPITULO III.....		54
ANÁLISIS DE LOS PRODUCTOS INVENTARIADOS Y SU VALOR CULTURAL.....		54

3.1. Aspectos socioculturales.	55
3.1.1. Aspecto sociocultural del mercado.	55
3.1.2. Aspecto sociocultural del cliente.	56
3.1.3. Aspectos Culturales de los productos patrimoniales del Ecuador que se encuentran en el mercado.	57
3.2. Identidad cultural.	61
CAPITULO IV.	63
PROPUESTA DE UNA GUÍA GASTRONÓMICA COMO ELEMENTO PUBLICITARIO.....	63
4.1. Levantamiento de la información a publicar.	64
4.1.1. Gastronomía de la Costa.	64
4.1.2. Gastronomía de la Sierra.	64
4.2. Desarrollo de la propuesta.	64
4.2.1. Guía gastronómica.	65
4.2.2. Diseño y elaboración técnica de la pieza gráfica.	65
CONCLUSIONES	70
RECOMENDACIONES.....	71
BIBLIOGRAFIA.....	72
ANEXOS.....	74
ANEXO NO. 1	75
ANEXO NO. 2	95
ANEXO NO. 3	98
ANEXO NO. 4	99

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 2: PARROQUIAS URBANAS DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO	9
Ilustración 3: PARROQUIA CENTRO HISTÓRICO DE QUITO (Ubicación Mercado Central).....	10
Ilustración 4: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 1 SEXO	23
Ilustración 5: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 2 EDAD	23
Ilustración 6: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 3 FRECUENCIA DE VISITAS	25
Ilustración 7: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 4 RANGO DE PRECIOS	26
Ilustración 8: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 5 ACOMPAÑANTES	27
Ilustración 9: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 6 PLATOS MAS CONOCIDOS	28
Ilustración 10: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 7 PLATOS DE MAYOR CONSUMO.....	29
Ilustración 11: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 8 PLATOS RECOMENDADOS	30
Ilustración 12: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 9 PLATOS QUE YA NO SE OFERTAN...	31
Ilustración 13: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 10 PLATOS NUEVOS	32
Ilustración 14: GRÁFICO ESTADÍSTICO TABLA 11 GUÍA GASTRONÓMICA.....	33
Ilustración 15: LOCALIZACIÓN DEL PATRIMONIO CULTURAL DEL ECUADOR	59
Ilustración 16: PANTÓN DE COLORES USADOS PARA EL IMPRESO DE PIEZA GRÁFICA..	67
Ilustración 17: LOGOTIPO IDENTIDAD CORPORATIVA MERCADO CENTRAL DE QUITO...	67

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: SEXO.....	22
Tabla 2: EDAD.....	23
Tabla 3: FRECUENCIA DE VISITAS AL PATIO DE COMIDAS	24
Tabla 4: GASTO PROMEDIO CONSUMO PATIO COMIDAS.....	25
Tabla 5: CON QUIEN ACUDE AL PATIO DE COMIDAS	26
Tabla 6: PLATOS CONOCIDOS A LA VENTA.....	27
Tabla 7: PLATOS DE MAYOR CONSUMO	28
Tabla 8 PLATOS RECOMENDADOS	29
Tabla 9 PLATOS QUE YA NO OFERTAN	30
Tabla 10 PLATOS NUEVOS.....	31
Tabla 11 GUÍA GASTRONÓMICA.....	32
Tabla 12 PLANTA BAJA PATIO DE COMIDAS	35
Tabla 13 PLANTA ALTA PATIO DE COMIDAS	39
Tabla 14 DESAYUNOS	41
Tabla 15 SOPAS	42
Tabla 16 PLATOS FUERTES	45
Tabla 17 ENTRADAS O ENTREMÉS	50
Tabla 18 BEBIDAS CALIENTES.....	51
Tabla 19 POSTRES.....	52
Tabla 20 ZONAS PRODUCTORAS	55

RESUMEN

La gastronomía ecuatoriana aglutina un conglomerado de historia, tradición, cultura e identidad, representado por cada región o pueblo que son donde nacen estas manifestaciones.

El Ecuador es definido como un país multicultural y muestra de ello se refleja en la cocina popular y tradicional de los pueblos. Los mercados populares son lugares donde se concentran y se expenden variedad de productos comestibles perecibles, son una puerta al desarrollo y expendio de los diferentes platos propios de cada región y que la mayoría de ellos son promocionados por las llamadas *caseras* encargadas de la preparación y degustados por la clientela que buscan en esos sitios un ambiente familiar, de confianza y de distracción.

Variedad de platos son promocionados en los patios de comida, siguiendo una receta sigilosamente transmitida de generación en generación en el núcleo familiar donde se los elabora, haciéndolos únicos y atractivos al comensal.

PALABRAS CLAVES: Tradición, mercado, cultura, patios de comida, gastronomía.

ABSTRACT

The Ecuadorian gastronomy brings together a conglomerate of history, tradition, culture and identity, represented by each region or people who are where these manifestations are born. The Ecuador is defined as a multicultural country and proof of this is reflected in the popular and traditional cuisine of the peoples. The markets popular are places where is concentrated and is sold variety of products edible perishable, are a door to the development and sale of them different dishes own of each region and that it most of them are promoted by them calls homemade responsible of the preparation and tasted by the clientele that seek in those sites an environment family, of confidence and of distraction. Variety of dishes are promoted in them patios of food, following a recipe quietly transmitted of generation in generation in the core family where are them produces, making them unique and attractive to the diner.

KEY WORDS: Tradition, market, culture, foods courts, gastronomy.

INTRODUCCIÓN

La guía gastronómica de las comidas tradicionales y típicas que se ofertan en el patio de comidas del Mercado Central de Quito, es una útil herramienta clara y demostrativa, que se presentará al turista al momento de elegir una opción antes de la degustación de un plato. En el desarrollo de la propuesta intervienen 4 capítulos bien definidos, los cuales paso a paso dan a conocer la importancia de la gastronomía tradicional ecuatoriana representados en un lugar específico.

El capítulo 1 trata el marco teórico, aspecto fundamental que comprende un diccionario de conceptos básicos referentes al tema; antecedentes, orígenes, historia, ubicación y servicios del Mercado Central de Quito, descripción del distrito metropolitano de Quito, breve paso por la historia de la gastronomía quiteña, tipos de cocina, métodos y técnicas de estudio a utilizar para la investigación, estudio de la población a ser encuestada, paso a paso del desarrollo de la encuesta, gráficos y resultados obtenidos.

El capítulo 2 comprende el inventario total de los tres patios de comidas: cubículos, platos ofertados por cada adjudicatario, clasificación de los platos por entradas, sopas, platos fuertes, bebidas calientes y postres.

El capítulo 3 analiza los productos inventariados y su valor cultural, aspecto sociocultural del mercado, del medio, del cliente, cultura, patrimonio cultural tangible e intangible y su ubicación en el territorio ecuatoriano, productos patrimoniales del mercado y la identidad cultural.

El capítulo 4 propuesta de la guía gastronómica como elemento publicitario, levantamiento de la información a publicar de los platos tradicionales que se ofertan en el Mercado Central de Quito, gastronomía de la costa y sierra, diseño y elaboración de la guía.

El proyecto realizado es un aporte significativo para la entidad, la guía gastronómica es un instrumento elemental, que demuestra un equilibrio entre los platos promocionados y comercializados, además es un material publicitario con estudio de mercadeo, da a conocer los productos preparados que permitirá un aumento en las ventas. El impreso, procura que se puedan reconocer no solo los platos principales que se expenden en el mercado, sino que también puedan conocerse la calidad gastronómica y la variedad de otros platos tradicionales y típicos de venta en el establecimiento.

La respuesta al problema planteado, está basado en los resultados obtenidos, en los procesos de investigación realizados como son los métodos y técnicas de estudio.

Con la implementación y el uso de la guía se obtendrá los resultados esperados en beneficio productivo del patio de comidas del Mercado Central. La guía debe ser presentada como un material de promoción, entregada al administrador o presidente del sitio que serán los responsables como se acordó en un momento para dar a conocer al turista.

Un limitante es que no existía documentación sobre los temas gastronómicos (recetas, aspectos relacionados con lo culinario), un aporte significativo fue que las propietarias enumeraron los platos que promocionaban, pero no dieron a conocer la receta por recelo de copia.

El mercado ofrece un horario continuo de atención y hay apertura por parte de los protagonistas para una mejor ejecución del proyecto. Una limitante es que no existe un departamento o profesional que se encargue de la comunicación, así como de un guía turístico.

La metodología utilizada fue de campo, documental, de observación, las encuestas y entrevistas como técnicas.

CAPÍTULO I.
MARCO TEÓRICO

1.1. Conceptos

- **Agrio:** Apariencia de curtido que se lo realiza a base de cebollas, tomate vinagreta, aderezo cítrico y otras especias. Es muy tradicional en la región sierra y se lo sirve con los platos típicos que son realizados con carne de cerdo: fritada, hornado, pernil. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Caucara:** Alimentación, nombre en quichua de la carne que está inmediatamente debajo de la piel de la res, sobre las costillas de la vaca, selo adoba con especias y se lo fríe. Se sirve generalmente con llapingachos. En algunos países por ejemplo el Uruguay recibe el nombre de “mata-hambre”. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Cocina:** Alimentación, arte gastronómico o manera especial de cocinar en cada región. (Española, 2014)
- **Colación:** Confito de azúcar con fondo o relleno de maní, coco o nuez. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Colada de alverja:** Alimentación y coladas. “Cocido de la harina de alverja en agua con sal, manteca, papas y carne, coloreándole con achiote o color. Es la colada preferida para servirse con *churos*. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Colada morada:** Mazamorra negra. Plato típico ecuatoriano, “colada de harina batida”, entre los Mojanda durante la celebración de San Luis. Según Rubio Orbe (v), “es de dulce y tiene moras, ataco, agua de naranjilla, arrayán y harina de maíz negro”. Plato característico del *día de finados*. El día de los finados, en Conocoto y Uyumbicho, los indígenas llevan colada morada a sus muertos. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Cultura:** Conjunto de cualidades, tradiciones, religión, costumbres y derechos que caracterizan una población o sociedad en particular.
- **Chicha:** Fermentación del maíz cocido y diluido en agua azucarada. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Chuchuca:** Alimentación y mote. Voz quichua (v). Choclo (v) “sancochado en agua, desgranado y seco al sol, para preparaciones posteriores. Choclo maduro y secado al sol; luego quebrado en piedra de moler y cocinado en agua con carne de puerco y papas. Plato aborigen propio de las provincias de Imbabura y Pichincha. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Churos:** Caracoles pequeños que crecen en las quebradas y los arenales de la Sierra. Se los prepara sancochándolos y sazónándolos con jugo de limón, aceite y sal y luego “se sirve extrayéndole el gusanillo de los labios y preferentemente con colada de alverja. (Carvalho-Neto, 2001)

- **Empanada:** Pastel de una masa extendida con bolillo y doblada con el condumio adentro, fritos de manteca. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Empanada de morocho:** Alimentación. Variedad de empanada, pasteles semejantes a las empanadas tradicionales, pero con la cubierta de harina de morocho y rellenas de arroz, alverja y carne molida. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Empanada de viento:** Alimentación. Variedad de empanadas. Empanadas de queso, que se inflaron mucho al freírseles. Reciben el nombre “de viento” porque tienen mucho volumen y poco contenido. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Estofado:** Preparación en olla cerrada en base de carne en trozos, cebolla picada, tomate picado, etc., sometido a cocción lenta preservando sus jugos iniciales. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Gacha:** Alimento de consistencia cremosa y espesa que se obtiene básicamente cocinando en agua harina tostada en aceite, leche y caldo. (Española, 2014)
- **Gastronomía:** Arte de preparar buena comida. Conjunto de platos y usos culinarios propios de un determinado lugar. (Española, 2014)
- **Guía:** Lista impresa de datos o noticias referentes a determinada materia. (Española, 2014)
- **Identidad:** Conjunto de características de cada persona que la hacen diferente del resto.
- **Jora:** Maíz preparado para hacer chicha. Maíz húmedo puesto en cajones y tapado con hojas de higuera para que nazca o germine, se remoja en agua frecuentemente, cuando tiene dos centímetros de tallo y raíces se interrumpe y el maíz se lo seca al sol; así se la guarda o muele. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Librillo:** Estómago de los rumiantes. (Española, 2014)
- **Mercado:** Feria, sitio público destinado permanentemente, o en días señalados para vender, comprar o permutar bienes o servicios. (Española, 2014)
- **Puchero:** “En la provincia del Azuay: guisado de coles, tocino, papas, etc.” Observa Guevara (v) que, en general, “se dice puchero a la comida modesta”. (Carvalho-Neto, 2001)
- **Seco de chivo:** Alimentación. Según Guevara (v), “carne estofada de chivo con arroz amarillo por medio de achiote”; va aun condimentado con especias, ají, aceite de oliva y ácido de chicha de jora (v) o de otra chicha fermentada. (Carvalho-Neto, 2001).
- **Tradición:** Grupo de legados culturales propias de un pueblo que se transmiten de generación en generación.

- **Yahuarlocro:** Locro de sangre. Caldo de intestinos, vísceras y sangre frita de borrego con papas. (Carvalho-Neto, 2001)

1.2. Estudio de la población.

1.2.1. Generalidades del lugar.

1.2.1.2. Ubicación geográfica.

Ecuador país republicano creado el 13 de mayo de 1830 en Asamblea Nacional, es multicultural debido a los diferentes tipos climáticos que originan la variedad de grupos étnicos, flora, fauna, riqueza cultural, tradiciones y gastronomía reconocido y mostrándose al mundo siendo un país receptor del turismo mundial. Situado al noroeste de América del Sur, en la mitad del mundo sobre la línea ecuatorial, limita al norte con Colombia, al sur y este con Perú y al oeste Océano Pacífico, cuenta con una extensión de territorio 270.670 km² y 14'483.499 habitantes. Dividido en 24 provincias, 4 regiones naturales: Costa, Sierra, Oriente y el Archipiélago de Galápagos, 13 nacionalidades de la cual parte la identidad multicultural: blancos, mestizos, indígenas, negros, idioma oficial el español.

La provincia de Pichincha con 2'576.287 habitantes, limita al norte con las provincias de Esmeraldas e Imbabura, al este con Napo y Sucumbíos, al sur con Cotopaxi, al oeste Santo Domingo de los Tsáchilas. La división política de la provincia está constituida por 8 cantones: Cayambe, Mejía, Pedro Moncayo, Pedro Vicente Maldonado, Puerto Quito, Rumiñahui, San Miguel de los Bancos y el Distrito Metropolitano de Quito.

1.2.1.2.1. Quito.

Distrito Metropolitano de Quito llamada así desde el 27 de octubre de 1993, capital del país, donde se concentra la población económicamente activa con una población de 2'239.191 habitantes, altitud media 2850 msnm., fundada por el español Sebastián de Benalcázar el 6 de diciembre de 1534, fue declarada por la UNESCO Patrimonio Cultural de la Humanidad donde destaca el casco colonial que es el Centro Histórico, iglesias que son hermosas reliquias: La Compañía de Jesús, el Sagrario, San Francisco y Santo Domingo, reflejando la riqueza cultural que se desarrolla desde la época colonial con maestros en pintura y escultura de la escuela quiteña destacados Miguel de Santiago, Caspicara, José Olmos y Bernardo de Legarda. Rodeada de volcanes que sin duda es un atractivo turístico: Cotopaxi, Sincholagua, Pichincha, Cayambe, Antisana, Atacazo, Rumiñahui, Ilinizas.



Ilustración 1. Quito
Fuente: elcomercio.com
Elaborado: por Verónica Coello

El Quito moderno, es de gran movimiento comercial y turístico se encuentra la zona bancaria, hotelera y de negocios, la Mariscal paseo obligado por turistas nacionales e internacionales por la venta de artesanías, centros de diversión, de paseo y gastronomía.

1.2.1.2.2. Zonas del distrito.

Está dividido en 32 parroquias urbanas, 33 parroquias rurales y 8 grandes administraciones zonales:

- 1) Administración zonal La Delicia
- 2) Administración zonal Calderón
- 3) Administración zonal norte Eugenio Espejo (La Mariscal)
- 4) Administración zonal centro Manuela Sáenz (Centro Histórico)
- 5) Administración zonal sur Eloy Alfaro
- 6) Administración zonal Tumbaco
- 7) Administración zonal Valle de los Chillos
- 8) Administración zonal sur Quitumbe



Ilustración 2 Parroquias urbanas del Distrito Metropolitano de Quito
Fuente: www.quito.gob.ec
Elaborado por: Verónica Coello

Se describen las parroquias urbanas dentro de la Zona Manuela Sanz:

- ✓ Centro Histórico
- ✓ San Juan
- ✓ Itchimbía
- ✓ La Libertad
- ✓ Puengasí

1.2.1.2.3. Centro Histórico.

El Mercado Central de la ciudad de Quito está ubicado en la Administración Zonal Manuela Sáenz, en el Centro Histórico del Quito colonial, situada al pie y las estribaciones del volcán Guagua Pichincha al occidente, al sur el Panecillo, al norte San Juan y al este el Itchimbía, se concentra una población de 7567 habitantes, superficie de 3,75 km, es la edificación en conjunto más antigua y mejor conservada de América Latina, cuenta con monasterios, plazas, museos e iglesias de rica arquitectura como es el estilo barroco y gótico, se ha inventariado más de 130 edificaciones y un arte reconocido y notable como es la escultura y pintura colonial de la Escuela Quiteña¹.

Las edificaciones más importantes y visitadas de esta urbe son: La Plaza Grande, La Ronda, el Panecillo, Palacio Arzobispal, iglesias: El Tejar, San Diego, La Merced, Del Robo, El Carmen Alto y el Carmen Bajo, Santa Bárbara, San Francisco, Cantuña, La Concepción, La Catedral, San Agustín, La Basílica del Voto Nacional, El Belén, La Compañía de Jesús es la más emblemática del lugar por el estilo barroco y mudéjar.



Ilustración 3 Parroquia Centro Histórico De Quito (ubicación Mercado Central)
Fuente: ubicaquito.com
Elaborado por: Verónica Coello

¹FONSAL Fondo de Salvamento del Distrito Metropolitano de Quito. (2008). Quito, Patrimonio y Vida Obra Fonsal 2008. Quito: Imprenta Mariscal, pág. 25-26. Su desarrollo fue en la época colonial (1542-1824) en las ramas de escultura y pintura, los máximos representantes fueron Miguel de Santiago, Caspicara, Bernardo de Legarda, Pampite, entre los más destacados.

1.3. Análisis de la situación actual del Mercado Central.

1.3.1 Antecedentes generales del Mercado Central.

La recuperación de un espacio público y de la imagen urbana afectan directamente a la calidad de vida de la comunidad, en este aspecto dentro de la reorganización interna a la cual fue sometido el Mercado Central en el año 2002 en lo referente a los patios de comida en sus nuevas instalaciones y acabados, exige una nueva propuesta publicitaria de guía gastronómica para la venta de productos alimenticios logrando así su difusión.

La propuesta de una guía gastronómica, es un inventario de comidas tradicionales y típicas, que da un valor cultural tomando en cuenta su identidad corporativa del mercado y estudio del grupo objetivo al que va dirigido.

1.3.2. Historia y orígenes del mercado.

El Mercado Central de Quito nació de la fusión del mercado de la plaza de San Blas y un mercado próximo a la antigua plaza San Martín sector la Marín para facilitar el servicio a varios barrios del sector, en una reorganización urbana nace con una nueva edificación en el año de 1952 hace 64 años.

En sus orígenes el Mercado Central tenía el piso de cemento, corredores largos de un solo andar, poca iluminación sin ventilación, la venta informal era algo común en interiores y exteriores.

En el año 2003, el Mercado Central es remodelado bajo el proyecto *Mercados Saludables* impulsado por el Municipio de Quito, a través de la Dirección Metropolitana de Comercialización (DCM), junto con la Organización Panamericana de la Salud (OPS).

El Mercado Central fue el primer mercado recuperado y decretado *mercado saludable*, esta categoría significa que presenta las condiciones de higiene y sanidad para la comercialización de productos. Los alimentos como cárnicos, frutas y comida preparada, deben ser frescos y conservados en lugares limpios.

Este proyecto impulsado por el Municipio de Quito, continúa con su plan de innovación de los mercados populares, denominado *Red de Mercados Saludables*.

Siguiendo al Mercado Central, se han recuperado a los mercados de San Francisco, La Floresta, Conocoto, Kennedy y Puengasí.

El propósito del plan de recuperación emprendido por el Municipio, responde a la importancia de rescatar al centro de la capital, considerado por la UNESCO como Primer Patrimonio Cultural de Humanidad hace 38 años, por tener el Centro Histórico más grande de Latinoamérica y de este modo, convertir a los mercados populares de la ciudad en centros

comerciales y turísticos, que aparte de comercializar productos frescos, constituyan importantes espacios, en donde la gastronomía adquiere un sentido tradicional.

Dentro del espacio para el expendio de comidas, fueron ofertándose diversos platos populares de la tradición gastronómica de los habitantes de Quito, siendo desde los primeros días y hasta la fecha, vendidos platos como las papas con cuero, el menudo con morcilla, el mote con chicharrón, la guatita con huevo, el caldo de gallina criolla para luego dar la identidad definitiva de este establecimiento en su plato principal “*las corvinas*”.

1.3.3. Leyendas y tradiciones del mercado.

Es tradicional en el Mercado Central la venta de comidas en especial las corvinas, cuyos ingredientes lo hacen único y diferente a los de su tipo. Características importantes que lo diferencian de los otros mercados, una de ellas es que las propietarias de los negocios de comidas realizan fusiones mezclando ingredientes de otros platos tradicionales, creando nuevos sabores o sensaciones para sus clientes; por ejemplo se sirve el plato conocido como papas con cuero agregando *sangre frita* que es un ingrediente del yahuarlocro quiteño. Así este establecimiento mantiene su propia identidad en platos preferenciales igual que lo han hecho los otros establecimientos.

Una de las tradiciones de este patio de comidas es la festividad religiosa relacionada y dedicada la Virgen La Dolorosa que desde su fundación fue adoptada como patrona.

1.3.4. Festividades del mercado.

Las festividades de importancia que se realizan en el Mercado Central de Quito son organizadas por las vendedoras, uno de los de mayor importancia es el 1 de mayo Día del Trabajador, donde se organizan viajes de recreación para todas las vendedoras del área de comidas del mercado.

Cabe destacar que la fecha más importante es la celebrada en el día de la Madre, donde se realizan eventos religiosos como es una misa en honor a la patrona del mercado la Virgen Dolorosa, también junto con esta festividad religiosa se hace un homenaje a la Madre. En este agasajo se realizan paseos, intercambio de obsequios entre las vendedoras de los tres patios de comidas, contratación de artistas para amenizar el evento.

1.3.5. Localización y crecimiento.

El mercado está ubicado en el centro histórico en la ciudad de San Francisco de Quito ocupando una manzana entre las calles Av. Pichincha y Pedro Fermín Cevallos, Manabí y Esmeraldas. Como referencia a la ubicación podemos encontrar a este bien inmueble al norte la Plaza de San Blas, al sur el Coliseo Julio Cesar Hidalgo, oeste Plaza del Teatro.

En el año 2001 en la administración de la alcaldía del Gral. Paco Moncayo se realiza la primera remodelación total del bien inmueble, ejecutando un nuevo diseño de interiores para organizar los patios de comida y el área de venta de abastos, dotándole de un nuevo sistema de tuberías para evacuación de gases para la elaboración de alimentos, mueblería especial elaboración y distribución de alimentos y bebidas, nuevos pisos, cubículos y señalética.

En exteriores al ser una edificación considerada como bien patrimonial, no ha sufrido ningún cambio en sus fachadas a más de los colores tradicionales elegidos por la Administración Municipal para su decoración.

El mercado siempre ha tenido sustentabilidad económica en la venta de sus productos, por ubicarse en un punto estratégico de la capital de la república, ya que recibe todos los días al público en general de todos los barrios que están de sus alrededores, así como también de trabajadores del sector público y privado, los precios de los platos son considerados populares.



Ilustración 4. Mercado Central de Quito

Fuente: fotografía morterodepiedra.com

Elaborado por: morterodepiedra.com

El Mercado Central de Quito está administrado por un funcionario del Municipio de Quito, todos los vendedores de comidas y platos tradicionales se convierten en adjudicatarios de cada local, previa presentación de solicitud y requisitos a la administración.

1.3.6. Servicios o facilidades.

Las facilidades que da el mercado son:

- a) Venta de platos tradicionales y típicos.
- b) Venta de productos perecibles: carnes, legumbres, frutas, tubérculos, abastos, abarrotes, flores, lácteos.
- c) Productos de medicina alternativa.
- d) Servicio de lavado de ropa en seco, cabinas telefónicas, copias de llaves, telefonía celular, pet shop, plásticos.

- e) El mercado está considerado como punto de visita para recorridos turísticos, y estos son realizados por empresas privadas, agencias de viajes que prestan servicios a los visitantes extranjeros que consideran que en este bien inmueble se aglutina la riqueza gastronómica popular del pueblo de Quito.
- f) Por sus horarios de atención, el mercado ofrece atención en desayunos y almuerzos al sector laboral público y privado.
- g) El mercado ofrece seguridad, aseo y orden en relación con otros mercados con las mismas características que se pueden encontrar en la ciudad de Quito.
- h) Los horarios de trabajo comienzan a partir de las 05H30 y la atención al público a partir de las 06H30 hasta las 17H00 en todo el mercado en general.

1.3.7. Población del mercado.

El mercado al ser propiedad del Municipio de Quito, está regido por los reglamentos de la Dirección Municipal de Mercados, pero posee una asociación de vendedores con autoridad de Presidente y Vicepresidente. El sitio cuenta con un administrador o supervisor, el mismo que es nombrado por el Director Metropolitano de Comercialización por el periodo de un año. La función del Administrador, es controlar el cumplimiento de la Ordenanza Metropolitana, por parte de los vendedores, así como exigir el cumplimiento de las obligaciones para cada mercado, que tienen las autoridades municipales de comercialización.

El mercado posee 175 comerciantes: 48 en puestos de comidas y los restantes 127 pertenecientes a la venta de productos perecibles, bazar y medicina alternativa. Cada comerciante de los puestos de comida tiene a cargo un promedio de 3 empleados entre auxiliares de comida y meseros.

1.3.8. Distribución general del mercado.

El bien inmueble posee dos plantas en las cuales se encuentra puestos de productos perecibles, bazar, medicina alternativa y tres patios de comidas:

- a) El primer patio está ubicado en el ala sur aquí existen 14 puestos de comidas cuyos platos son: Hornado con tortillas, menudo, papas con cuero, guatita, mote con chicharrón, caldo de bille y colada de churos.
- b) El segundo patio ubicado en el ala norte está compuesto de 7 puestos donde se vende exclusivamente el plato típico de las corvinas con papas y ceviche.
- c) El tercer patio se sitúa en la planta baja ala norte, allí se expenden los desayunos y almuerzos.

- d) En la planta alta existen las oficinas de la administración, la guardería, locales de productos perecibles.
- e) En la planta baja se encuentran los locales de punto de venta también de productos perecibles, medicina alternativa.

1.3.9. Mercados competidores.

Cada mercado de Quito tiene la especialidad en la elaboración de un plato tradicional que lo representa e identifica, se puede decir que el patio de comidas del Mercado Central de Quito no tiene competencia.

1.4 Historia y gastronomía quiteña.

San Francisco de Quito, capital de la República del Ecuador ubicada en la provincia de Pichincha también llamada Distrito Metropolitano de Quito, situada en la sierra norte, rodeada de laderas y volcanes Cayambe, Antisana y Cotopaxi en la cordillera occidental, dentro de la hoya de Guayllabamba, longitud aproximada de 50 km a largo y ancho de 8km, ciudad más poblada del país con 2'239.119 habitantes según último censo del INEC. Temperatura comprendida entre los 18 y 5 grados centígrados, tiene el particular que en un mismo día se puede apreciar el paso de las cuatro estaciones.

Es considerada centro del desarrollo económico y financiero del país, dividida en Quito Moderno y Colonial por su muy bien conservado Centro Histórico, es declarada Patrimonio Cultural de la Humanidad por la UNESCO en el año el 8 de septiembre de 1978.

Según investigaciones de historiadores en el sector del Inga sector montaña Ilaló, se dio origen a la ciudad de Quito allá en el año 1030 a.c., sus pueblos eran nómadas dedicados a la caza, pesca y cultivo de maíz, chocho, zapallo, quinua.

Con la llegada de los conquistadores españoles a América en ese tiempo el Tahuantinsuyo, divido en dos regiones Quito gobernado por Atahualpa y Cuzco gobernado por Huáscar. Francisco Pizarro en 1533 logra entrevistarse con Atahualpa donde es capturado por el español y luego asesinado poniendo fin al imperio.

Sebastián de Benalcázar fundó la ciudad con el nombre de San Francisco de Quito el 6 de diciembre de 1534 en las faldas del volcán Ruco Pichincha con 200 habitantes, estableciendo límites, constituyendo cabildos, repartiendo terrenos, situada en una meseta, construcciones de villas y la primera en 1536 de San Francisco.

En el año de 1563 según mandato del rey Felipe II, se crea la Real Audiencia de Quito debido al crecimiento poblacional, económico textil y minero, con límites de extensión de gran magnitud cinco veces la República del Ecuador.

Destacaron artistas mestizos de la Escuela Quiteña con óleos y tallados que representaban la religión y fe católica que están exhibiéndose actualmente en iglesias, conventos y museos del Quito Colonial.

Desde la colonia se remonta la preparación de alimentos bajo la influencia de los españoles llegados al continente americano conllevando tradiciones, costumbres y alimentos como (cebolla, papa, arveja, frejol), además de la introducción de fauna como ganado porcino, aves y ovejas. El padre franciscano Fray Jodoco Rique a su venida a Quito edificó una iglesia y un convento, trajo consigo *vino* para oficializar misas, granos de trigo y cebada para la elaboración de pan, además la elaboración de cerveza, según historiadores fue sembrado en la plaza de San Francisco en Quito, se conoció los cultivos de vid, olivos.

La cría y el faenamamiento del ganado porcino fue galopante en esa época, con la elaboración de embutidos con las vísceras y la carne fue muy apreciada y comercial.

La cocina Quiteña según historiadores se basa en un 80% en la cocina española que nació en la colonia, la preparación de pan fue de sustento para los hogares, mencionando que desde el siglo XVI se usa el molino, tres clases de pan o *gachas* se preparaban a base de cereales, frutas, y verduras, el pan cocido, el elaborado y al horno. La machica harina molida del grano de la cebada era el alimento de los indígenas.

Técnicas de preparación de alimentos: el molino empujado por agua, el horno a leña, freír en sartén, marinar, conservar las carnes a base de sal y la cocción al vapor.

En la mesa española se describieron tres clases de comidas: para los reyes, burgueses y los del pueblo, los reyes se alimentaban de empanadillas, morcillas rellenas de col y miel, carne, sesos, lengua. En la mesa de los burgueses se servían: menestras, pucheros de fideo, carne de vaca, de cerdo, tocino, pan, queso, dulces, arroz con leche. La alimentación del pueblo fue pan, tortas, los cocidos, chicha, aquí intervino la mano de la mujer indígena directamente, los conquistadores formaron hogar con ellas y se originó la comida popular: cocidos, pernil, jamón, pan y dulces. Existió contrabando hacia Popayán (Colombia) de trigo, carne y demás productos, además de la muy poca producción de azúcar y los racimos que eran muy escasos en las mesas de la colonia.

En el siglo XVIII la presencia de especias, el comino, anís, canela, vainilla, pimienta negra; el ishpingo y achiote especias quiteñas, realzando el sabor a la comida de la época. La fruta fue

la chirimoya, frutilla, granadilla, naranjilla, guanábana, capulí y el aguacate, duraznos, higos, limas, manzanas, membrillos, peras. El primer vinagre que usaron fue hecho con plátano maduro al igual que vino y chicha.

La papa con sus 12 variedades, nace el plato denominado locro de papas que se servía en las tardes, ocas, yuca, ajonjolí, fréjol, palmito, sambo, el maíz con todos sus tipos como el canguil, chulpi, morocho. El cuy, conejo, pavos, palomas, cangrejos se sumaron a la variedad de productos que ya se contaba en la época colonial.

El exceso en bebidas alcohólicas se da en la población indígena, mestiza y en ciertos grupos de españoles como fue el aguardiente de caña y el guarapo, con moderación se consumía una bebida en bajo contenido de alcohol como las mistelas, también se conoce de una bebida sobria llamada *mate*.

Utilizaban cubiertos pero solo en algunos sectores, los europeos recién llegados solo ellos manejaban esos utensilios, en las mesas de los criollos y nobles: lavacaras, vasos de fino cristal, platos de todos los tamaños de porcelana china.

El ponche, un preparado de agua con un vaso de ron dentro de un balde ingredientes: nuez moscada, azúcar, gotas de limón y destilado tres veces, fue un curioso cambio al pasar de los días, en un balde de agua ardiente se colocaba solamente un vaso de agua y se lo llamó Gran Ponche.

Los helados realizados por religiosas recetan a base de pulpa de fruta en moldes de metales iguales al fruto, inmersos en hielo y sal. El postre de gelatina, frutas enconfitadas de cítricos como toronja, limón y naranjas. Ciertos enconfitados, dulces, conservas, pastas dulces no eran elaborados en la Colonia Quiteña, sino fueron importados desde Piura, muy apetecidos y deliciosos no tenían comparación al igual que la mantequilla y el queso se encontraba en mayor cantidad en los desayunos, se los consumía en pedazos y frito.

En los conventos las religiosas se abastecían de cacao para realizar y vender chocolate para consumo de la comunidad, su nutrición fue a base de menestras, guisos y sopas de morocho, chuchuca, ocas, legumbres, carnes de cerdo, res y mariscos pero en poca cantidad, sumando a las preparaciones manteca, maní y lácteos. Endulzaban con panela y azúcar, en fechas importantes la alimentación fue variada desde el año nuevo hasta fin de año, así como en la actualidad por ejemplo en Navidad dulce de leche, bizcochos, tamales, alfajores.

Se revela en documentos de conventos impresos, listados de varios productos que compraban las religiosas: lácteos, legumbres, animales como cerdos, carneros, patos, frutos secos, especias, aguardiente, vinos, granos, pescado.

Los utensilios de cocina en el siglo XVI se utilizaba de cerámica quiteña y bronce: platillo de una cuarta, tazón para sopa, jarro, platos grandes, vasija de barro vidriado. En el siglo XVIII utilizaban en fiestas y reuniones vajilla de porcelana china y europea, en la mesa de los criollos usaban vajilla de metal, cobre, barro y loza.

El menú en el siglo XVI no varió, hubo incremento de productos traídos desde España que se sumaron a la dieta de esa época, más proteína de animales como pollos, conejos, pavos. Por causa de la situación socio política de la época, muchos indígenas murieron de hambre y para sobrevivir se alimentaban de granos, raíces, frutas, gallina, cerdo, chochos y pan de salvado de trigo entre lo más destacado.

La mano de la mujer indígena continuaba en la preparación de alimentación en la época colonial junto con la mestiza, el método de cocción sigue siendo el fogón, pan horneado con harina de maíz, aceitunas, tocino, jamón, huevos de gallina. El plato emblemático y nutrido en el país fue el puchero preparado con carnes de gallina, chanco, chorizo, garbanzo, maduro y zanahorias.

En la época barroca, continúa el locro de papas preparado de la misma manera, sopa de arroz de cebada y quinua con hueso de chanco. Apareció la fanesca a base de zambo y varios ingredientes de igual manera como en la actualidad pero con especias de dulce, las mismas frituras, huevo en rodajas y con cortes pequeños de pescado y maduro.

Las empanadas de viento, mejido, morocho, carne, etc., fueron las que llamaron la atención preparadas con rodillo y manteca de chanco. Coladas de sal harina de haba, arveja y cebada, los platos en las mingas fueron de papas con cáscara, fréjol, mellocos cocinados. Frutas al natural traídas por los españoles incrementaban la dieta de la época, la panela se utilizaba para endulzar aguas aromáticas y con harina de cebada (máchica).

En la mitad del siglo XVI la cecina de vaca era una carne delgada, salada, seca y aliñada con achiote, jamón, tocino y pernil en cárnicos nuevos.

En la actualidad la cocina quiteña no ha variado en su menú, lo nuevo es que se ha simplificado la elaboración por razones de tiempo, trabajo y la introducción de utensilios que facilitan su elaboración entre ellos los electrodomésticos como la licuadora, olla de presión, microondas, procesadores de alimentos, etc.

Además de la introducción de la llamada *comida rápida*, que ha sido aceptada por un gran número de la población por el costo y su fácil preparación.

1.5. Cocina tradicional.

Existen tres conceptos de cocinas y se puede diferenciar de lo que es cocina típica, cocina tradicional y patrimonial, estas tres materias están respaldadas por un marco histórico.

El término gastronomía fue utilizado por primera vez hace 2500 a.c. por los griegos, en 1789 en los tiempos de la Revolución Francesa los cocineros que trabajan para la corona al quedarse sin trabajo, ellos aglutinaron todos los conocimientos de lo que es la gastronomía moderna como la ciencia que estudia los alimentos y sus varias formas de preparación.

La cocina tradicional está basada en sincretismos culturales, de lo indio de lo blanco y de lo mestizo conteniendo propiedades multiculturales. Hay una cocina tradicional por cada pueblo o etnia del Ecuador incluido cocina extranjera está asentada en el país, se habla de 25 pueblos indígenas cada uno con una cocina distinta.

No han sufrido modificación en mayor medida en las recetas desde su creación, como son las técnicas, maneras de cocción, tradiciones culinarias permanecen en la memoria.

1.6. Cocina típica.

Cocina moderna, este tipo está basada en la tradición enfocada hacia lo moderno y actual, maneja conceptos de gastronomía, publicidad y marketing (técnicas de ventas), no tienen solidez relevante ya que su creación es desde hace 60 años como máximo.²

Dentro de la cocina típica los platos tradicionales han pasado por un proceso de reestructuración en su presentación y en su receta por el medio económico, producción en masa o gran volumen.

1.7. Cocina patrimonial.

Procedimientos con los cuales se elabora y se prepara todos los elementos que componen la receta en cada plato tradicional, los cuales fueron transmitidos vía oral durante mucho tiempo. Representa y caracteriza a una región, a un país valor cultural inherente y añadido por el hombre a los alimentos desde su preparación hasta su presentación, ocasiones y fechas formando parte de una memoria común.

² “El magister Santiago Pazos Carrillo, hijo del Dr. Julio Pazos, docente investigador de la Escuela de Hotelería y Turismo PUCE, en una entrevista realizada se basó en un proyecto de investigación Patrimonio cultural de las cocinas tradicionales y la hospitalidad en Quito, hace diferencia y aclara las tres clases de cocina: patrimonial, típica y tradicional”. (S. Pazos, comunicación personal, 15 de enero de 2016).

1.8. Metodología de la investigación.

1.8.1. Método explorativo.

El mencionado trabajo se detecta que es un tema poco estudiado o tratado, de allí surge este método como ayuda con preguntas e inquietudes en relación con el tema que se debe contestar o direccionar de mejor manera para tener un sustento claro, frente al fenómeno a ser investigado con nula o poca información (HILL, 2010). Se cuenta con poca información escrita o fuentes de consulta en este caso se obtuvo de fuentes primarias, con este tipo de investigación se hará énfasis a la recopilación de datos, se buscará detallar las características del lugar sujeto al análisis, es decir el publicitar o difundir la guía gastronómica en un futuro, teniendo relación con el objetivo principal. Se identifica el grupo a ser analizado los propietarios, los locales expendedores de alimentos y la clientela del patio de comidas.

1.8.2. Método descriptivo.

Es una herramienta útil al momento de la recepción de la información, como es la selección de datos, tales características el tamaño de la muestra y la recopilación de datos (HILL, 2010). Se enfoca en las características del objeto a ser investigado, la edad, actitudes, preferencias, etc.

La metodología en mención contribuye a enriquecer la guía a implementarse, mediante las entrevistas que se aplicarán a las propietarias de los locales de venta de alimentos preparados y las encuestas a la clientela que visitan el patio de comidas del mercado.

1.9. Grupos de estudio.

El personal encargado de la preparación de los platos típicos- tradicionales como objeto de estudio, además el administrador del lugar y por último los clientes, razón de la investigación.

1.9.1. Técnicas de Investigación.

Para este tipo de investigación donde no se cuenta con mayor información al respecto, es básico contar con las siguientes técnicas:

1.9.1.2. Observación.

Es una técnica antigua de recolección de datos de mucha confiabilidad y certeza en la obtención de respuestas, el investigador se apoya en este instrumento para alcanzar el objetivo. Topándose con la realidad como es el contacto directo entre el encuestador y las vendedoras en su entorno, y en el día a día donde laboran y ofrecen los productos. A pesar

que se recalca que es un tema para beneficio de los propietarios, son muy reservados al momento entregar la información acerca de la el elaboración y los pasos a seguir de la receta.

1.9.1.3. Entrevistas.

Es un procedimiento que se utiliza junto a un banco de preguntas de interés o relacionados con el tema. Se aplica en forma individual y colectiva al objeto de información, en este caso a propietarios – vendedores de los locales de comida, al presidente y al administrador del establecimiento, están en contacto permanente con el cliente y conocen del ambiente objeto de estudio, son de gran aporte para el desarrollo de la investigación, la información obtenida será apreciable y de gran aporte al estudio.

1.9.1.4. Encuestas.

Es un tipo de cuestionario que se formula con preguntas de interés, precisas y simples, consiguiendo información relevante con aspectos que tienen gran relación con los objetivos planteados, en un grupo delimitado de la población, se aplica a los clientes, motivo de investigación.

1.10. Población y muestra.

Para la realización del estudio en cuestión, se tomó como sitio que se aplicará las encuestas el patio de comidas del Mercado Central objeto de la investigación y los 48 locales que expenden los alimentos preparados. Con una selección de 200 encuestados de una población total de 7567 habitantes concentrados en el Centro Histórico de Quito.

El cálculo del tamaño de la muestra se fundamenta en la siguiente fórmula:

- ✓ n = número de encuestas
- ✓ Z = nivel de confianza (95% al 90% = 1.96)
- ✓ e = margen de error (5% = 0.05)
- ✓ p = respuesta positiva (50% = 0.50)
- ✓ Q = respuesta negativa (50% = 0.50)
- ✓ N = Población de estudio

$$n = \frac{Z^2 * N * p * Q}{e^2 (N-1) + Z^2 * p * Q}$$
$$n = \frac{(1.96)^2 * 7567 * 0.50 * 0.50}{(0.05)^2 + (7567 - 1) + (1.96)^2 * 0.50 * 0.50}$$
$$n = \underline{7267}$$

19,87

n = 200

1.11. Desarrollo de la Encuesta.

1.11.1. Edad, sexo.

Para el desarrollo de esta interrogante es interesante conocer la edad y sexo (ver tabla 1) de las personas encuestadas, es la clave para verificar el gusto y la presencia real que es sometido el patio de comidas en las diferentes edades y la visita de ambos sexos.

Se evidencia en relación al sexo la afluencia es más de hombres con un 51% versus un margen muy corto de 49 % en mujeres. En un fin de semana se consultó por curiosidad a ciertos de los encuestados, del porqué de la visita y responden que por salir de la rutina, por la variedad de los platos y el precio accesible.

En cuanto a la edad, se verifica que la población joven oscila entre los 20 a 30 años es la que más consume 53%, y seguida por la llamada segunda edad, de 31 a 40 años que es aun joven con un 16%, se aprecia en el cuadro con el 12% la población súper joven de 10 a 20 años. En porcentajes mínimos que oscilan entre el 6 y 3 % comprende tercera edad, se hace referencia que esta es una importante población que llevaron y enseñaron la tradición a sus hogares.

Tabla 1. Sexo

Intervalo	Número	Porcentaje
Hombre	113	51%
Mujer	87	49%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello

Elaborado por: Verónica Coello

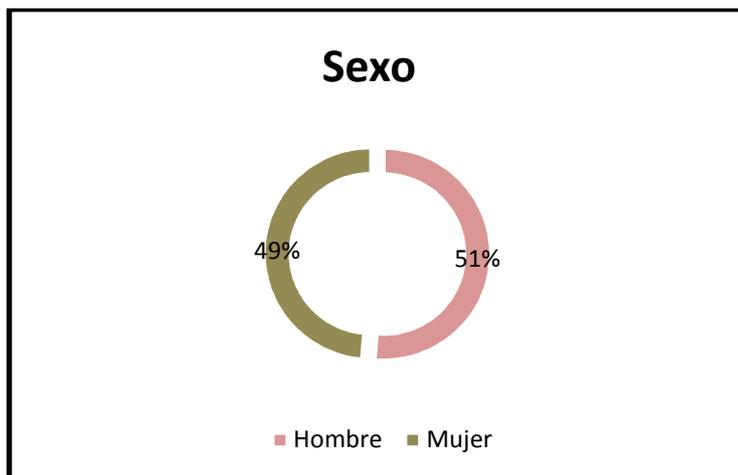


Ilustración 5. Gráfico estadístico Tabla 1. Sexo

Fuente: Guía gastronómica

Elaborado por: Verónica Coello

Tabla 2. Edad

Intervalo	Número	Porcentaje
Edad de 10 a 20 años	9	5%
Edad de 21 a 30 años	120	60%
Edad de 31 a 40 años	49	25%
Edad de 41 a 50 años	6	3%
Edad de 51 a 60 años	10	5%
Edad de 61 a 70 años	5	3%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello

Elaborado por: Verónica Coello

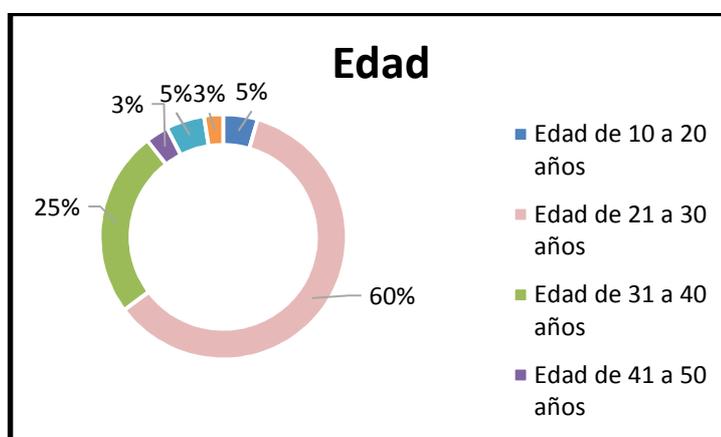


Ilustración 6. Gráfico estadístico Tabla 2. Edad

Fuente: Encuesta Guía gastronómica

Elaborado por: Verónica Coello

1.11.2. Pregunta No. 1.

¿Con que frecuencia Usted visita el patio de comidas del Mercado Central de Quito?

En relación a esta pregunta, se evidencia según el resultado alcanzado que la visita al lugar se lo visita diariamente en un 65%, acudiendo la mayoría de público a la parte alta del patio de comidas desde la mañana hasta las primeras horas de la tarde, y en la parte baja con los desayunos. Una vez por semana 10%, 2 veces por semana 4%, 4 veces al mes el 5%. De manera mensual se evidencia un 6% y pertenece a clientes que llegan desde varios sectores de la ciudad e inclusive del país.

Tabla 3. Frecuencia de visitas al patio de comidas

Intervalo	Número	Porcentaje
Diario	130	65%
1 vez por semana	20	10%
2 veces por semana	7	4%
3 veces por semana	4	2%
4 veces por semana	2	1%
1 vez al mes	12	6%
2 veces al mes	10	5%
3 veces al mes	6	3%
4 veces al mes	9	5%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello

Elaborado por: Verónica Coello

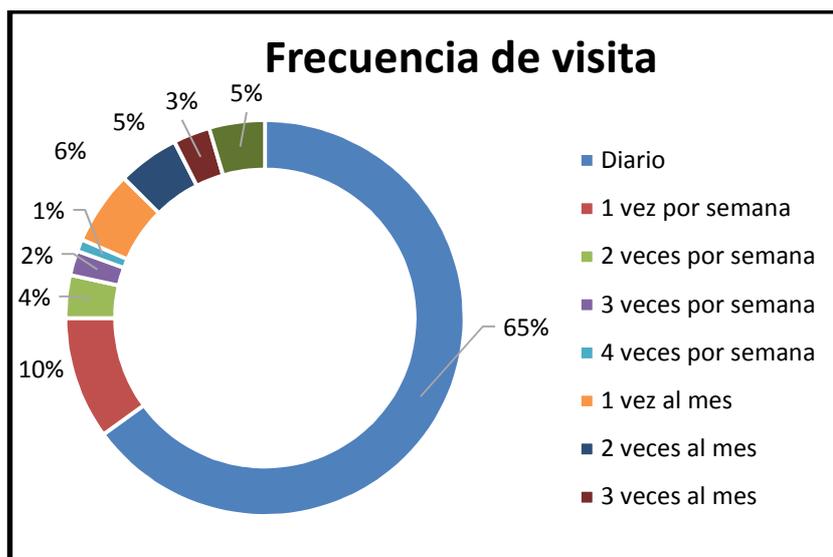


Ilustración 7. Gráfico estadístico Tabla 3. Frecuencia de visita
 Fuente: Encuesta Guía gastronómica
 Elaborado por: Verónica Coello

1.11.3. Pregunta No. 2.

¿Cuál es el gasto promedio al consumir alimentos en el patio de comidas ¿

Al determinar las respuestas obtenidas, en primer lugar, se tomó como referencia los precios exhibidos en los locales y en las entrevistas realizadas a las vendedoras. Se concluye que el grupo encuestado apunta a un consumo mínimo y básico de 1 a 5 dólares con el 70%, en segundo lugar, con el 23% el intervalo de 5 a 10 dólares, que son precios cómodos y populares en el lugar de expendio de alimentos elaborados y en la frecuencia de 10 a 20 dólares denota que es mínima, y refleja que el consumo se mantiene en los precios populares.

Tabla 4. Rango de precios

Intervalo	Número	Porcentaje
1 a 5 dólares	140	70%
5 a 10 dólares	46	23%
10 a 20 dólares	14	7%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello
 Elaborado por: Verónica Coello

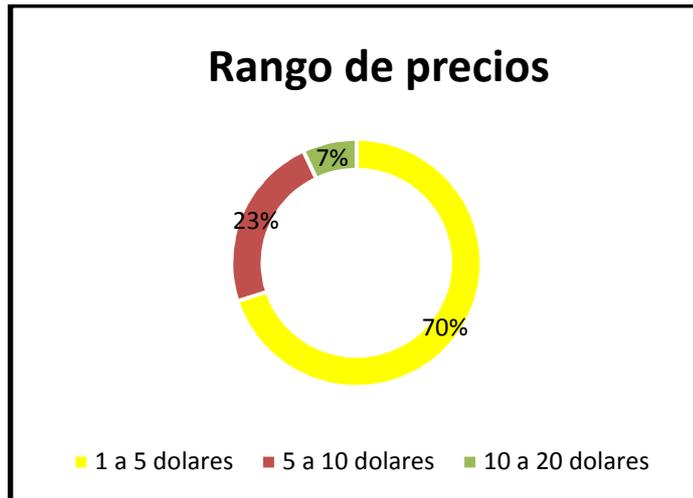


Ilustración 8. Gráfico estadístico Tabla 4. Rango de precios
 Fuente: Encuesta Guía gastronómica
 Elaborado por: Verónica Coello

1.11.4. Pregunta No. 3.

¿Cuándo visita el patio de comidas suele ir en compañía de?

Al visitar el patio de comidas, se visualiza en el cuadro, que la afluencia con familiares es del 58%: padres, hijos, hermanos, esposa en conjunto asisten en mayor parte los fines de semana como se logró apreciar, seguido de amigos con un 32% y el 10% lo hace solo, reportando el hecho porque estaban de paso en la hora del almuerzo.

Tabla 5. En compañía de quien, acude al patio de comidas

Intervalo	Número	Porcentaje
familiares	116	58%
amigos	64	32%
solo	20	10%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello
 Elaborado por: Verónica Coello

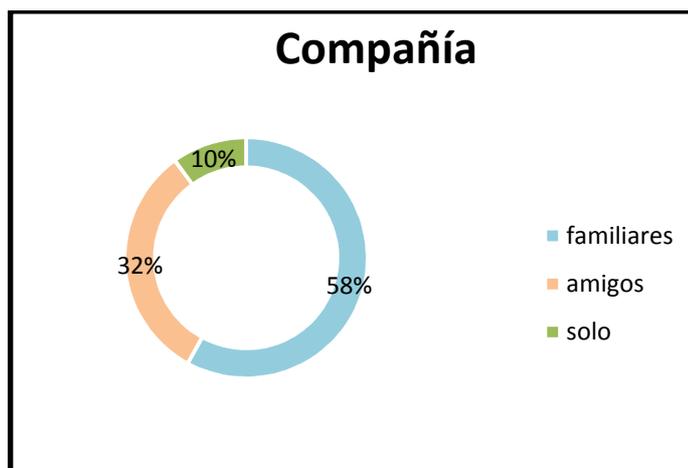


Ilustración 9. Gráfico estadístico Tabla 5. Acompañantes
 Fuente: Encuesta Guía gastronómica
 Elaborado por: Verónica Coello

1.11.5. Pregunta No. 4.

¿Cuáles son las sopas, platos, bebidas, postres, etc., que Usted conoce que se expenden en el patio de comidas del Mercado Central de Quito?

Tabla 6. Platos conocidos

Intervalo	Número	Porcentaje
Corvinas Don Jimmy	82	41%
Corvinas Doña Gloria	63	32%
Caldo de gallina	22	11%
yahuarlocro	13	7%
papas con cuero	10	5%
cositas finas	7	4%
Jugos	3	2%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello
 Elaborado por: Verónica Coello

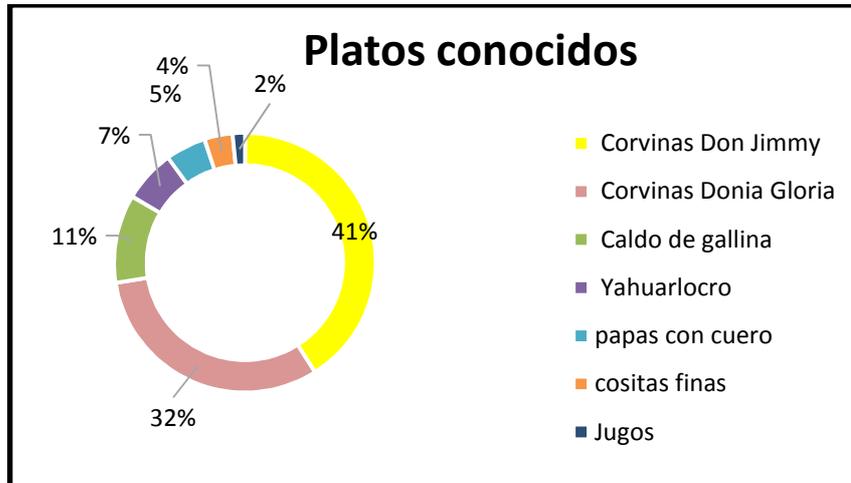


Ilustración 10. Gráfico estadístico Tabla 6. Platos conocidos
 Fuente: Encuesta Guía gastronómica
 Elaborado por: Verónica Coello

Es de conocimiento público que las corvinas, son un ícono del patio de comidas del lugar, el 82% de los encuestados hizo referencia a las corvinas de “Don Jimmy”, con el 63%, las corvinas de “Doña Gloria”, estos ya son platos tradicionales del mercado Central de más de 60 años de creación. Luego los platos populares como el caldo de gallina con un 22% y las papas con cuero en tercer lugar con el 10% de aceptación por parte de la clientela.

1.11.6. Pregunta No. 5.

¿Qué platos son los de mayor consumo en el patio de comidas del Mercado Central de Quito?

Tabla 7. Platos de mayor consumo

Intervalo	Número	Porcentaje
Corvinas	60	30%
Hornado	27	14%
Caldo de gallina	18	9%
Jugos	12	6%
Encebollados	34	17%
Almuerzos	31	16%
Desayunos	18	9%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello
 Elaborado por: Verónica Coello

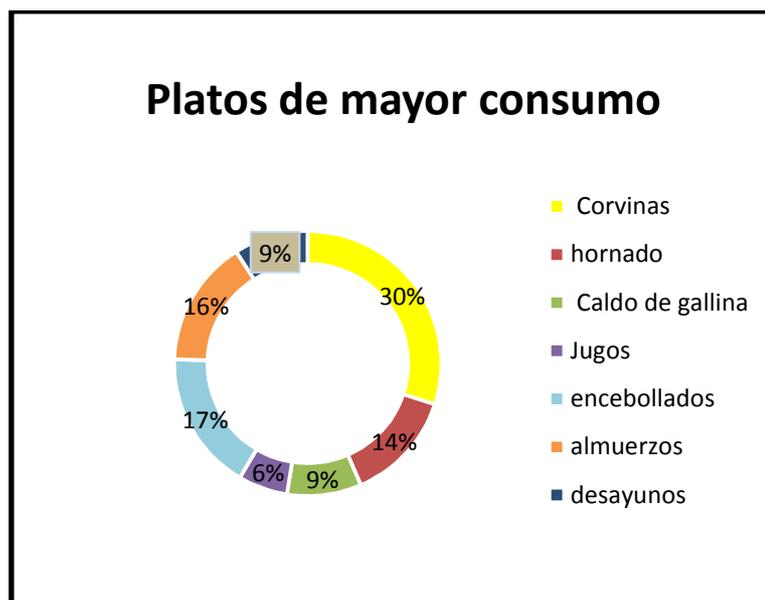


Ilustración 11. Gráfico estadístico Tabla 7. Platos de mayor consumo
 Fuente: Encuesta Guía gastronómica
 Elaborado por: Verónica Coello

No podría ser de otra manera que el plato de preferencia son las corvinas con un 30% de consumo, los encebollados con un 17% y los almuerzos con el 16% con un porcentaje de similitud, el hornado con tortillas refleja el 14% de gusto y en menor porcentaje los platos tradicionales: caldos de gallina y desayunos.

1.11.7. Pregunta No. 6.

¿Qué platos, bebidas o postres, etc., recomendaría Usted consumir al visitante?

Tabla 8. Platos recomendados

Intervalo	Número	Porcentaje
corvinas	78	39%
yahuarlocro	25	13%
jugos	29	15%
papas con cuero	20	10%
guatita	18	9%
caldo de gallina	12	6%
hornado	18	9%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello
 Elaborado por: Verónica Coello

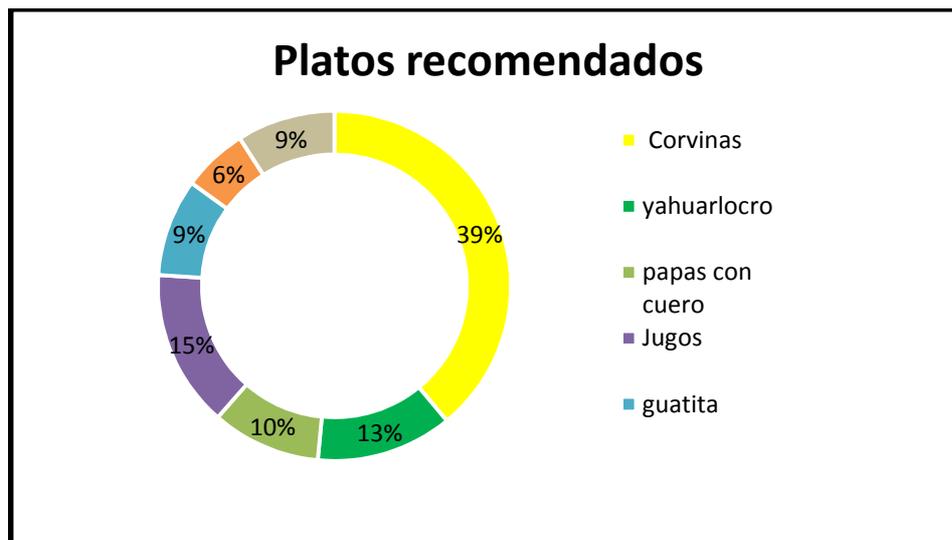


Ilustración 12 Gráfico estadístico Tabla 8. Platos recomendados
 Fuente: Encuesta Guía gastronómica
 Elaborado por: Verónica Coello

Interesa conocer que al momento de obtener los resultados, en la encuesta se observa que hay relación entre las preguntas 5 y 6, al momento del consumo y la recomendación de platos, explicaron que por la variedad de platos se les hace imposible degustarlos al mismo tiempo pero recomiendan otros diferentes. Lo original de las corvinas 39% confirma la aceptación al momento de consumir y recomendar al público, el yahuarlocro 13% y las papas con cuero 10% van casi de la mano.

1.11.8. Pregunta No.7.

¿Cuáles son los platos que anteriormente se consumían y que ahora ya no se venden?

Tabla 9. Platos que ya no ofertan

Intervalo	Número	Porcentaje
tortillas con caucara	6	3%
guaguamama	15	8%
menestras	49	25%
tostado con catsos	10	5%
desconocen	120	60%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello
 Elaborado por: Verónica Coello

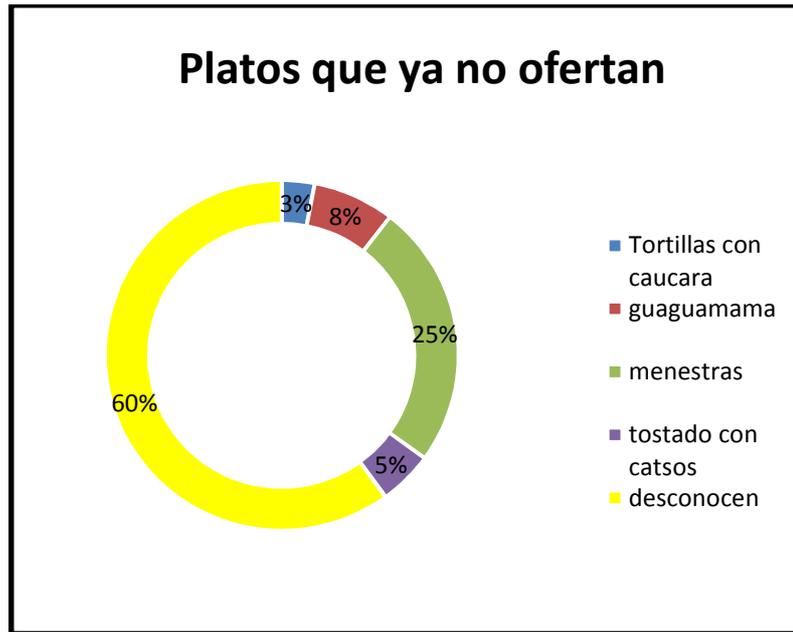


Ilustración 13. Gráfico estadístico Tabla 9. Platos que ya no se ofertan
 Fuente: Encuesta Guía Gastronómica
 Elaborado por: Verónica Coello

En este punto se observa que son pocas las opiniones que se obtuvieron de los encuestados en relación a la pregunta, con un 60% informan que desconocen que anteriormente existían platos que ahora ya no se ofertan, 25% demuestra que las menestras ya no se venden como solía serlo en otras épocas, 8% la guaguamama (placenta de la vaca) un plato parecido al treinta y uno, ya desaparecido del menú del patio de comidas.

1.11.9. Pregunta No. 8.

¿Cuáles con los nuevos platos que han incrementado a la oferta o venta, en el patio de comidas del Mercado Central?

Tabla 10. Platos nuevos

Intervalo	Número	Porcentaje
salchipapas	15	8%
desconocen	94	47%
no contestan	91	46%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello
 Elaborado por: Verónica Coello

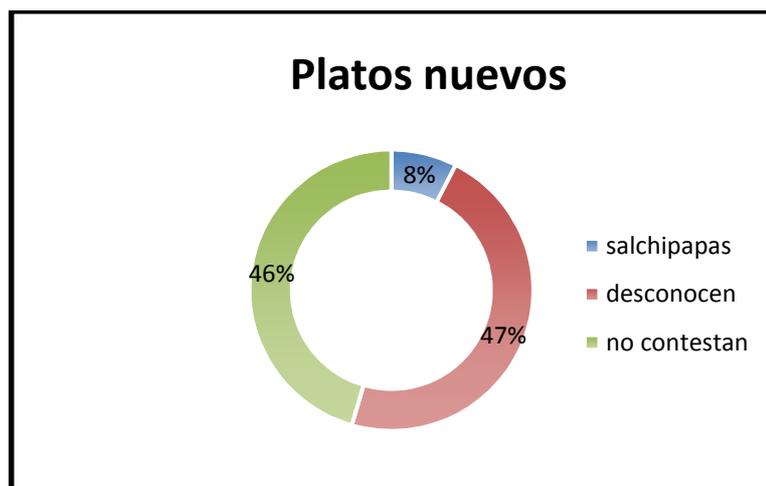


Ilustración 14. Gráfico estadístico Tabla 10. Platos nuevos
 Fuente: Encuesta Guía gastronómica
 Elaborado por: Verónica Coello

Se concluye en esta pregunta, el 47% de los encuestados no contestan, el 46% desconocen y 9% indican que el plato nuevo que se incrementó a la venta son las salchipapas, sumándose a la oferta del patio de comidas.

1.9.10. Pregunta No. 9.

¿Cree Usted, que sería de gran ayuda que se difunda al público en general, una guía gastronómica del patio de comidas y promocionar los diferentes platos que se ofertan?
 Si y por qué?

Tabla 11. Guía gastronómica

Intervalo	Número	Porcentaje
si	180	90%
no	10	5%
no contestan	10	5%
Total	200	100%

Fuente: Verónica Coello
 Elaborado por: Verónica Coello

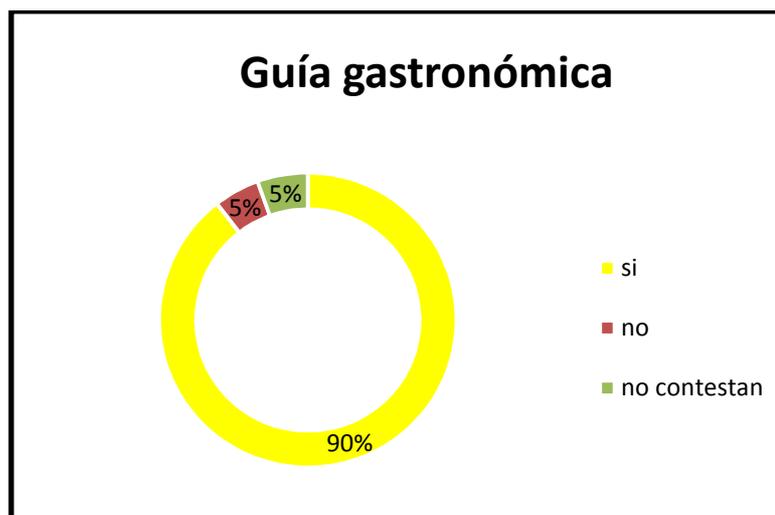


Ilustración 15. Gráfico estadístico tabla 11. Guía gastronómica
 Fuente: Encuesta Guía gastronómica
 Elaborado por: Verónica Coello

En referencia a esta pregunta, la mayor parte del público encuestado (90%), indica que si es necesario e importante tener una guía gastronómica, la razón principal es que se daría a conocer la variedad de platos tradicionales que se ofertan en el lugar a los turistas nacionales y extranjeros. Se concluye que por costumbre van siempre a los mismos sitios y desconocen la variedad que existe, un 5% afirma que no es necesario porque tienen ya lugares favoritos para el consumo y el restante 5% no contesta.

CAPITULO II.

**INVENTARIO DE COMIDAS TÍPICAS Y TRADICIONALES DEL MERCADO CENTRAL DE
QUITO**

2.1. Patio de comidas del Mercado Central.

El patio de comidas del mercado central está compuesto por tres secciones como son la planta baja o patio norte, la planta alta patio norte y patio sur, aquí se expenden variedad de platos tradicionales:

2.1.1. Planta baja o patio norte (comida diaria).

El ingreso es por la parte posterior del mercado calle Pedro Fermín Cevallos, e internamente bajando las gradas desde la planta alta, se puede observar que está conformado por varias vendedoras que ofertan almuerzos, platos tradicionales, desayunos, comida costeña:

Tabla 12. Planta baja patio de comidas

Nombre de la propietaria	No. Puesto	Tiempo	Nombre de plato	Aprox. Platos vendidos diarios	Observaciones
Ester Villamarín (comedores)	C -26	30 años	-Desayuno: café con tortilla de verde y huevo -Completo: arroz, carne, tortillas, huevo y café	- 50 hasta las 11 am. - 60 platos diarios.	Ella es la creadora y transmitió sus conocimientos a sus hijos mediante observación.
Rosa Morales (comedores)	C - 25	46 años	-Caldo de carne o Guagrasinga (carne de la cabeza de la vaca). - 2x1= 2 tortillas de verde + 1 huevo + café -Completo: arroz+carne+2 tortillas de verde+huevo+café	20 platos 30 platos 15 platos	Ella es la creadora y transmitió sus conocimientos a sus hijos mediante observación.
Fanny Bonilla (comedores)	C - 24	40 años	-Caldo de pata -Seco de chivo -Caldo de menudencia -Yahuarlocro -Almuerzos	3 platos 3 platos 6 platos 6 platos 15 platos	Ella es la creadora y transmitió sus conocimientos a sus hijos mediante observación.
María Olimpia Villamarín	C-23	40 años	-Café completo: arroz+papa+2 tortillas+huevo+taza de café. -Seco de carne	50 platos 50 platos	Ella es la creadora y transmitió sus conocimientos a sus hijos mediante observación.
			-Desayuno completo 2x1: 2 tortillas+1 huevo café.	30 platos	Ella es la creadora y transmitió sus conocimientos a

Rosario Guamán	C -22	43 años	-2x3: 3 tortillas +2 huevos. -Caldo de Guagrasinga. -Seco de pollo. -Seco completo: pollo+huevo+tortilla+café	20 diarios 10 diarios 6 diarios 5 diarios	sus hijos mediante observación.
Sonia Chalé	C -21	40 años	-Caldo de gallina -Caldo de menudencia -Seco de carne -Churrascos -Fanesca: Por temporada a partir del miércoles de ceniza, cada viernes realiza la fanesca, y culmina el viernes santo. -Colada morada: Por temporada 3 semanas antes de finados, 2 veces a la semana (viernes y sábado)	6 platos 4 platos 4 platos 2 platos a la semana 20 platos 25 vasos	Ella es la creadora y transmitió sus conocimientos a sus hijos mediante observación.
Rocío Martínez	C -20	7 años	-Caldo de gallina -Caldo de menudencia -Caldo de pata -Yahuarlocro -Seco de carne -Seco de gallina -Almuerzos Tortillas con caucara (abierto desde julio-16)	14 platos 10 platos 10 platos 10 platos 8 platos 3 platos 30 platos 25 platos	Ella es la creadora, lleva en el puesto poco tiempo.
Cecilia Loachamín	C-18	30 años	-Caldo de gallina -Caldo de menudencia (pasa a ser parte del almuerzo) -Yahuarlocro -Caldo de pata -Seco de chivo -Seco de pollo -Almuerzos	14 platos 10 platos 20 platos Solo domingos 15 a 20 platos. 7 platos 5 platos 25 a 30 platos	-Ella es la creadora y transmitió sus conocimientos a sus hijos vía oral. -Tiene un cliente que desde hace 4 años lleva a diario caldo de pata.
Juana Guamba	C-16	30 años	-Caldo de gallina -Caldo de menudencia -Yahuarlocro -Caldo de pata -Seco de gallina -Seco de carne	10 platos 5 platos 12 platos 10 platos 5 platos 5 platos	Ella es la creadora y transmite sus conocimientos a sus hijos mediante observación.

			-Almuerzos	10 platos	
Maribel Chicaiza	C -1	64 años	-Caldo de gallina -Yahuarlocro -Caldo de pata -almuerzos -Ají de pata	7 platos 7 platos 6 platos 7 platos 7 platos (2 veces al mes)	-Tercera generación. -Rosario Vilcahuano (abuela) Ella es la creadora y transmite sus conocimientos a sus hijos mediante observación.
Rita Almache	C- 2	35 años	-Caldo de gallina -Caldo de menudencia -Yahuarlocro -Seco de chivo -Almuerzos	8 platos 7 platos 8 platos 5 platos 7 platos	Ella es la creadora, cuenta con una empleada.
Patricia Báez Gloria Moreno (madre)	C -15	20 años trabajado con su madre	-Caldo de gallina -Caldo de menudencia -Caldo de carne -Yahuarlocro -Caldo de pata -Seco de chivo -Seco de carne -Seco de gallina -Almuerzos	10 platos 8 platos 12 platos 10 platos 14 platos(sábado) 7 platos 8 platos 9 platos 40 platos	-Segunda generación, la madre pasa sus conocimientos por observación y vía oral.
José Moreno	C -14	50 años	-Caldo de gallina -Yahuarlocro -Seco de gallina -Seco de carne -Almuerzos: sopas de locro de huevo, arroz de cebada, bolas de maíz.	No lo prepara desde hace 1 año. 25 platos 10 platos 5 platos 20 platos	-Esposa fallecida hace poco tiempo, ella transmitió sus conocimientos. -No trabaja los domingos.
Susana Vargas	C -13	30 años	Desayunos: Continental - Maicena - Chocolate - Avena	30 desayunos	Los clientes, son los mismos compañeros vendedores del mercado.
Mayra Palacios	C - 10	20 años	-Caldo de gallina -Caldo de pata -Yahuarlocro -Seco de chivo -Seco de gallina	10 platos 3 platos 3 platos 3 platos 3 platos	-Segunda generación, la suegra pasa sus conocimientos por

		(15 propietaria y 5 suegra)	-Almuerzos	20 almuerzos	observación y vía oral. -1comensal: paga desde el exterior para que el familiar almuerce (domingo a domingo).
Gabriela Almache	C - 9	64 años Abuela, laboraba antes de la fundación del mercado en el antiguo Mercado de San Blas.	-Encebollados: Sábados y Domingos Lunes a viernes -Caldo de bagre	100 platos 20 platos 10 platos	Tercera generación abuela y madre pasan conocimientos, por observación. Aprox.40 comensales fijos desde la fundación del mercado.
Luz Yambal	C - 8	64 años labora antes de la fundación del mercado , empezó en San Blas	-Caldo de gallina -Caldo de menudencia -Yahuarlocro -Almuerzos	6 caldos Incluye en los almuerzos. 4 platos 15 almuerzos	Trabaja con su nuera.
Rosa Loachamin	C - 7	50 años	-Caldo de gallina -Yahuarlocro -Chicha de Jora -Empanadas de morocho -Emborrajado de pata -Seco de chivo -Seco de gallina -Almuerzos	10 platos 10 platos 20 vasos Sólo domingos (100 a 120) 20 platos 10 platos 10 platos 50 platos	Ella distribuye 45 almuerzos diarios, a sus compañeras del mercado.
Angela Maila	C - 6	40 años	-Pescado Frito -Encebollados -Corvina frita -Ceviche de camarón -Ceviche de concha -Ceviche mixto	8 platos 15 platos sábados y domingos 50 platos 20 platos 2 platos 2 platos 2 platos	Segunda generación, la madre Mariana Chicaiza desde Mercado de San Blas elaboraba corvinas, tripas, papas con carne.

Sandra Tipanta	C - 4	21 años	-Caldo de pata -Caldo de gallina -Yahuarlocro -Caldo de menudencia -Seco de chivo -Seco de gallina -Almuerzos	8 platos 14 platos 7 platos 5 platos 5 platos 14 platos 20 platos	Segunda generación, desde la fundación del mercado, la madre pasa conocimientos por observación.
Gloria Valencia	C - 3	52 años	-Encebollados -Corvina -Ceviches (concha, camarón, concha).	10 platos 15 platos 8 platos 10 platos	-Madre Beatriz González vendió jugos antiguo mercado de San Blas.

Fuente: Verónica Coello
Elaborado por: Verónica Coello

2.1.2. Planta alta o patio sur, patio norte, segundo piso.

Esta área tiene acceso por la parte principal del mercado Av. Pichincha y entrada lateral derecha ingreso por la calle Manabí, se puede observar que está conformado por varias vendedoras que ofertan platos tradicionales, comida costeña, puestos de frutas, legumbres, hortalizas, carnes, embutidos:

Tabla 13. Planta alta patio de comidas

Nombre de la propietaria	No. Puesto	Tiempo	Nombre de plato	Aprox. Platos vendidos diarios	Observaciones
Eduardo Farez y María Luz Tenesaca (madre)	I -25	46 años	Morocho con pan	80 vasos	Labora sábados y domingos
Sara Quishpe (propietaria actual) Luisa Melo (madre)	G -1	35 años 40 años	-Guatita -Chanfaina -Mixta	20 platos 50 platos 50 platos	Segunda generación, aprendió de su madre por observación.
María Inés Tayupanta	I -26	38 años	-Papas con cuero y arroz -Papas con librillo	15 platos 15 platos	-
Susana Loachamin	G - 2	35 años	-Guatita -Chanfaina -Guatita + chanfaina	20 platos 40 platos 20 platos	Le colabora en la venta la Sra. Lucila Zapata (madre).

María Esperanza Quishpe	G - 7	40 años	-Papas con cuero -Arroz con cuero -Papas con librillo -Mixto	50 platos 5 platos 20 platos 20 platos	Segunda generación, aprendió de su madre por observación.
Lucila Zapata	G - 8	55 años	-Bille -Colada de churos -pollo con papas y maní -fritada	15 platos 13 platos 20 platos 1 plato	Propietaria, labora con sus hijos.
Marianita Cuasquer	G- 5	20 años	-Corvina mixta (papas conchas y camarón. -Bandera especial -Ceviche de camarón -Ceviche de concha* -Corvina estudiantil	30 platos 5 platos 3 platos 4 platos 3 platos 20 platos	*El camarón y la concha se lo usa más en el plato corvina mixta o con ceviche.
Elena Escobar	G -12	2 años	Hornado con tortillas	-50 platos -80 a 100 platos sábados y domingos.	Instalada recientemente.
Cecilia Córdor Zoila Salazar (madre)	G -10	30 años	Hornado con tortillas	15 platos	Segunda generación, madre transmitió conocimiento por observación.
María Paz Carmen Palio (madre)	G - 11	30 años	-Corvinas -Ceviches camarón -Ceviche concha	50 platos 2 platos 2 platos	Segunda generación, madre transmitió conocimiento por observación.
Zoila Panimboza Zoila Salazar (abuela) Ma. Beatriz Taipe (madre)	G - 13	52 años	-Hornado con tortillas y mote. (sábados y domingos)	10 diarios 15 platos	Tercera generación, su madre aprendió de su abuela y transmitió conocimientos.
Julia Vinueza	G - 21	19 años	Menudo con morcilla	50 platos	Propietaria
Zoila Rea Carmen Lincango (madrina)	G -22	11 años	Mote mezclado (cositas finas)	25 platos	Aprendió de su madrina mediante observación, le heredó el puesto.

María Ángela Taco	G -23	40 años	Mote mezclado (cositas finas)	35 platos	Tercera generación, aprendió de su abuela mediante observación.
Zoila Fonseca (abuela)					
Sofía Chanoluisa	G - 17	1 año	-Espumilla de sabores -Frutas con espumilla -Duraznos con crema -Frutillas con espumilla -Dulce de guayaba -Caca de perro -Haba sal -Haba enconfitada -Maní enconfitado Turrón de miel de abeja y maní	40 vasos 50 vasos 60 vasos (diciembre) 20 vasos 1 funda 15 fundas 10 fundas 7 fundas 1 funda 3 paquetes	Su madre le ayuda a elaborar los dulces tradicionales en casa, ella los vende.
Margarita Maila	I -3	25 años	-Menudos -Encebollados	40 platos 40 platos	Propietaria
Gloria Izurieta	I-4	52 años	-Corvina mixta -Ceviche de concha -Ceviche de camarón	250 platos 100 platos 100 platos	-Declarada Hueca Patrimonial. -Trabaja con sus hijos Marcelo y Silvia Gómez.
Juana Morocho (madre)					
Jimmy Gordón Patricia Gordón "Corvinas Don Jimmy" (hermanos)	I - 9 I -10	63 años	- ceviche camarón -ceviche de concha -ceviche mixto -Corvinas	-50 platos -50 platos -50 platos -300 platos	Segunda generación, madre transmitió conocimiento por observación.

Fuente: Verónica Coello

Elaborado por: Verónica Coello

Tabla 14. Desayunos

Zona	No. Puesto	Propietaria	Nombre de plato	Aprox. Venta diaria	Ingredientes
C	26	Ester Villamarín (comedores)	Desayuno: café con tortilla de verde y huevo. Completo: arroz, carne al jugo, tortillas, huevo y café.	50 hasta las 11 am. 60 platos diarios.	- café pasado + agua hervida - verde cocido y majado -huevo frito. -carne al jugo: cocina con refrito de cebolla, pimiento y tomate.

C	25	Rosa Morales (comedores)	- 2x1= 2 tortillas de verde + 1 huevo + café - Completo: arroz+carne+2 tortillas de verde+huevo+café.	30 platos 15 platos	- café pasado + agua hervida - verde cocido y majado -huevo frito. -carne al jugo: se prepara con refrito de cebolla, pimiento y tomate (estofado).
C	23	María Olimpia Villamarín (comedores)	-Café completo: arroz+papa+2 tortillas+huevo+ taza de café.	50 platos	- café pasado + agua hervida - verde cocido y majado -huevo frito. - papa cocida.
C	22	Rosario Guamán (comedores)	-Desayuno completo 2x1: 2 tortillas+1 huevo café. -2x3: 3 tortillas +2 huevos. -Seco completo: pollo+huevo+tortilla +café.	30 platos 20 diarios 5 diarios	- café pasado + agua hervida - verde cocido y majado -huevo frito. - pollo al jugo: se prepara con refrito de cebolla, pimiento y tomate.
C	13	Susana Vargas (comedores)	Desayunos: Continental - Maicena - Chocolate - Avena	30 diarios	-Continental: jugo de fruta+huevo duro+sanduche de queso y mortadela + leche + pan. -El chocolate lo prepara con leche +chocolate en pastilla y pan. -Maicena o avena + leche +canela+azúcar y pan.

Fuente: Verónica Coello
Elaborado por: Verónica Coello

Tabla 15. Sopas

Zona	No. Puesto	Propietaria	Plato	Aprox. Venta diaria	Ingredientes
C	25	Rosa Morales	Caldo de Guagrasinga (2 puestos)	20 platos	-Pata de res, tronquito, guagua mama, cabeza de res, testículo de res,
C	22	Rosario Guamán		20 platos	-mote -maní -cebolla blanca -ajo -culantro.
C	24	Fanny Bonilla		3 platos	-Pata de res cocida -mote -maní

C	20	Rocío Martínez		10 platos	-cebolla blanca - ajo - leche
C	18	Cecilia Loachamín		7 platos	
C	16	Juana Guamba	Caldo de pata (7 puestos)	10 platos	
C	15	Patricia Báez		14 platos (sábados)	
C	10	MayraPalacios		3 platos	
C	4	Sandra Tipanta		8 platos	
C	1	Maribel Chicaiza		6 platos	
C	9	Gabriela Almachi	Caldo de bagre	10 platos	-bagre en pedazos -yuca en rodajas -cebolla paiteña -tomate picado -ajo -pimiento -agua
C	24	FannyBonilla	Caldo de menudencias (8 puestos)	6 platos	-Menudencias de pollo (corazón, hígado, mollejas)
C	21	SoniaChalé		4 platos	-arroz -zanahoria
C	20	Rocío Martínez		10 platos	-apio -cebolla blanca
C	18	Cecilia Loachamin		5 platos	-ajo -cilantro
C	16	Juana Guamba		8 platos	
C	15	Patricia Báez		6 platos	
C	8	Luz Yambal		5 platos	
C	4	Sandra Tipanta		7 platos	
C	2	Rita Almache		10 platos	
C	21	Sonia Chalé		6 platos	-Presas de gallina criolla.
C	20	Rocío Martínez		14 platos	-Arroz -zanahoria -papas -comino

C	18	Cecilia Loachamín	Caldo de gallina (9 puestos)	14 platos	-ajo -cebolla blanca -cilantro.
C	16	Juana Guamba		10 platos	
C	15	Patricia Báez		10 platos	
C	10	Mayra Palacios		10 platos	
C	8	Luz Yambal		6 platos	
C	7	Rosa Loachamín		10 platos	
C	4	Sandra Tipanta		14 platos	
C	2	Rita Almache		8 platos	
C	1	Maribel Chicaiza		7 platos	
C	24	Fanny Bonilla	Yahuarlocro	6 platos	-menudos de borrego -sangre de borrego cocinada -papas -leche -maní -cebolla blanca -culantro -orégano -hierba buena
C	20	Rocío Martínez		10 platos	
C	18	Cecilia Loachamín		20 platos	
C	16	Juana Guamba		12 platos	
C	15	Patricia Báez		10 platos	
C	14	José Moreno		25 platos	
C	10	Mayra Palacios		3 platos	
C	8	Luz Yambal		4 platos	
C	7	Rosa Loachamín		10 platos	
C	4	Sandra Tipanta		7 platos	

C	2	Rita Almache		8 platos	
C	1	Maribel Chicaiza		7 platos	
C	21	Sonia Chalé	Fanesca Por temporada, a partir del miércoles de ceniza, todos los viernes se realiza este plato y culmina el sábado santo.	20 platos	-bacalao seco -sambo -zapallo -col -choclo desgranado -habas tiernas -fréjol tierno -arvejas tiernas -chochos pelados -arroz -mantequilla -leche -crema de leche -maní -cebolla paiteña -ajo -culantro -huevos duros -masitas fritas -rodajas de queso -maduros fritos.
G	8	Lucila Zapata	Caldo de bille	15	- Feto de vaca cocido al horno. -Cebolla blanca -caldo de carne -papas.
G	8	Lucila Zapata	Colada de churos	13	Colada: -harina de haba -cebolla blanca -achiote Churos: -churos remojados noche anterior. -churos cocidos con sal, -se sirve con cebolla blanca, cilantro, limón.

Fuente Verónica Coello
Elaborado por: Verónica Coello

Tabla 16. Platos fuertes

Zona	No. Puesto	Propietaria	Plato	Aprox. Venta diaria	Ingredientes
C	24	Fanny Bonilla		3 platos	-carne de borrego -cebolla paiteña -tomate riñón
C	18	Cecilia Loachamín		25 a 30 platos	-pimiento -jugo de naranjilla

C	15	Gloria Moreno	Seco de chivo	7 platos	-ajo -cilantro -cerveza -Guarnición: arroz, papas, lechuga, aguacate.
C	10	Mayra Palacios		3 platos	
C	7	Rosa Loachamín		10 platos	
C	4	Sandra Tipanta		5 platos	
C	2	Rita Almache		5 platos	
C	22	Rosario Guamán	Seco de pollo	6 platos	-pollo en presas -cebolla paiteña -tomate riñón -pimiento -ajo -comino -cilantro -sal -cerveza (opcional) - Guarnición: papas, arroz, lechuga, aguacate.
C	20	Rocío Martínez		3 platos	
C	18	Cecilia Loachamín		5 platos	
C	16	Juana Guamba		5 platos	
C	15	Patricia Báez		9 platos	
C	14	José Moreno		10 platos	
C	10	Mayra Palacios		3 platos	
C	7	Rosa Loachamín		10 platos	
C	4	Sandra Tipanta	14 platos		
C	1	Maribel Chicaiza	Ají de pata	7 platos (2 veces al mes)	-patas de chanco estofada -papas cocida -salsa de maní -refrito de cebolla, ,tomate, pimiento -arroz.
C	21	Sonia Chalé	Seco de carne	4 platos	-carne de res suave -cebolla paiteña -tomate riñón -pimiento -ajo -cilantro -comino -sal
C	20	Rocío Martínez		8 platos	
C	16	Juana Guamba		5 platos	

C	15	Patricia Báez		8 platos	-Guarnición: papas, arroz, lechuga, aguacate.
C	14	José Moreno		5 platos	
C	21	Sonia Chalé	Churrasco	2 platos a la semana o según el cliente lo pida.	-Lomo de res -huevos fritos -papas fritas -porción de arroz -ensalada de lechuga y tomate -maduros fritos -aguacate.
C	9	Gabriela Almachi	Encebollado	-Sábados y domingos 100 platos.	-albacora cocida
C	6	Angela Maila		-Lunes a viernes 20 platos	-yuca cocida
C	3	Gloria Valencia		-50 platos	-tomate riñón licuado
I	3	Margarita Maila		-10 platos	-cebolla paiteña
				-40 platos	-ajo -pimienta -comino -ají peruano -limón -Guarnición: canguil, chifles, maíz tostado.
C	6	Angela Maila	Pescado o corvina frita	-8 platos lunes a viernes.	-pescado entero: pargo, dorado, o corvina filete.
C	3	Gloria Valencia		-35 platos sábados y domingos.	-patacones o papas fritas
				-15 platos	-arroz -encurtido de tomate y paiteña.
G	5	Mariana Cuásquer	Corvina con ceviche y papas	50 platos	-Corvina apanada
I	4	Gloria Izurieta		100 platos	-papas enteras fritas
I	9 y 10	Jimmy y Patricia Gordón		200 platos	-arroz relleno (pimiento, fideos tallarín fino).
					-ceviche de camarón. -ceviche de concha. Guarnición: chifles, canguil, maíz tostado
I	26	María Inés Tayupanta	Papas con cuero	15 platos	-cuero de chancho cocido
I	7	Mercedes Vargas		30 platos	-papas cocidas
G	7	Esperanza Quishpe		55 platos	-cebolla blanca -pasta de maní -leche -aceite -ajo, comino -Guarnición: arroz, aguacate.

I	26	María Inés Tayupanta	Papas con librillo	15 platos	-librillo crudo, cortado -papas -cebolla blanca -pasta de maní
I	7	Mercedes Vargas	(ají de librillo)	30 platos	-leche -aceite -ajo, comino, cilantro -Guarnición: arroz, aguacate. -ají: maní, cebolla blanca.
I	7	Mercedes Vargas	Ubre con arroz	20 platos	-ubre cocida y cortada -harina -leche -huevos -mantequilla -nuez moscada -Guarnición: arroz
G	12	María Escobar	Llapingacho ambateño	25 platos	-tortillas de papa -chorizo ambateño frito -ensalada de remolacha -huevos fritos -lechuga picada
I	13	Ana Chulca		No colaboró con información	-aguacate
G	12	María Escobar	Llapingacho vegetariano (Solicitado por gringos)	5 platos	-Todos los ingredientes anteriores no incluye el chorizo ambateño.
G	22	Zoila María Rea	Cositas finas (mote mezclado)	25 porciones	-mote cocinado -arveja rosada cocida. -fréjol tierno cocido. -zanahoria picada cocida
G	23	Ángela Taco		35 porciones	- pedazos de chicharrón. -cebolla y cilantro picado.
G	1	Sara Quishpe	Guatita	20 platos	-panza de res cocida y cortada -papas cortadas
G	2	Susana Loachamin		20 platos	-maní -leche -cebolla blanca -Guarnición: arroz, huevo y aguacate

G	1	Sara Quishpe	Chanfaina	50 platos	-chanfaina: pulmón de vaca cocida y cortada.
G	2	Susana Loachamin		40 platos	-papas cortadas -cebolla blanca -ajo, comino, sal -Guarnición: arroz, huevo y aguacate.
G	1	Sara Quishpe	Chanfaina + guatita	50 platos	Combinación de los 2 platos
G	2	Susana Loachamin		20 platos	
G	13	Amada Andrade	Tortillas con hornado	50 platos 80 a 100 platos (sábados y domingos)	-carne de chanco horneado. -cuero reventado de chanco -tortillas de papa -mote cocinado -maíz tostado -maduros fritos -choclo cocinado. - aguacate.
G	14	Zoila Panimboza		50 platos 15 platos (sábados y domingos)	-agrio: (tomate picado, paiteña encurtida, ají cortado, azúcar morena, limón, cilantro, vinagre, sal)
G	8	Lucila Zapata	Fritada	5 platos	-carne de chanco cortada y frita -mote -papas enteras fritas -maduro frito -maíz tostado -encurtido -aguacate
G	8	Lucila Zapata	Papas con salsa de maní	20 platos	-Porción de pollo frito -Papa entera cocida -Maní -Cebolla blanca -Leche -Cilantro -Comino, sal -Guarnición: lechuga, aguacate, tomate
I	3	Margarita Maila	Menudo con morcilla	40 platos	-menudo de cerdo: corazón, pulmón, hígado. -cebolla blanca -cebolla paiteña -tomate cubos -ajo, comino, orégano

G	21	María Julia Vinueza		50 platos	-culantro -mote -morquilla
C	20	Rocío Martínez	Tortillas con caucara	25 platos	-caucara adobada y frita. -tortillas de papa -Ensalada de remolacha y zanahoria. Lechuga picada y aguacate -Huevo frito.

Fuente: Verónica Coello

Elaborado por: Verónica Coello

Tabla 17. Entradas o entremés

Zona	No. Puesto	Propietaria	Plato	Aprox. Venta diaria	Ingredientes
C	7	Rosa Loachamin	Empanadas de morocho	Solo domingos (100)	-morocho en grano cocido y molido) -manteca -refrito: carne molida, arroz, paiteña, zanahoria, arveja.
C	7	Rosa Loachamin	Emborrajado de pata	20 porciones	-patas de chanco -paiteña -pimiento -ajo -batido para emborrajear: harina, huevos, leche, sal -aceite.
C	6	Angela Maila	Ceviche camarón	2 platos	-camarón cocido -agua de camarón
C	3	Gloria Valencia		10 platos	-tomate licuado -paiteña encurtida
G	5	Mariana Cuásquer		4 platos	-jugo de limón -jugo de naranja -mostaza
I	3	Margarita Maila		30 platos	-salsa de tomate -cilantro
I	4	Gloria Izurieta		30 platos	-aceite -Guarnición opcional: arroz, chifles, canguil.
I	9 y 10	Jimmy y Patricia Gordón		50 platos	
C	6	Angela Maila		2 platos	-carne de concha con su jugo -paiteña encurtida
C	3	Gloria Valencia		10 platos	-jugo de limón -mostaza -salsa de tomate

G	5	Mariana Cuásquer		3 platos	-aceite -cilantro
I	3	Margarita Maila	Ceviche de concha	30 platos	-Guarnición opcional: arroz, chifles, canguil.
I	4	Gloria Izurieta		20 platos	
I	9 y 10	Jimmy y Patricia Gordón		50 platos	
G	12	María Escobar		Tamal de gallina	

Fuente: Verónica Coello

Elaborado por: Verónica Coello

Tabla 18. Bebidas calientes

Zona	No. Puesto	Propietaria	Plato	Aprox. Venta diaria	Ingredientes
I	25	Eduardo Farez	Morocho de dulce	80 vasos (sábados y domingos)	-morocho partido -leche -azúcar -canela en rama -pimienta dulce -pasas
I	7	Mercedes Vargas		10 vasos	
C	21	Sonia Chalé	Colada Morada	25 vasos (Por temporada, 3 semanas antes de finados, viernes y sábados)	-harina de maíz negro -naranja -mora -mortiño -canela en rama, pimienta dulce, clavo de olor. -panela o azúcar morena. -hierba luisa y cedrón. -frutillas, guayaba, piña y babaco picados.

C	7	Rosa Loachamin	Chicha de Jora	20 vasos	-harina de maíz de jora -piña -maracuyá -naranja -canela, clavo de olor, pimienta dulce hierbas dulces -panela
---	---	----------------	-----------------------	----------	---

Fuente: Verónica Coello

Elaborado por: Verónica Coello

Tabla 19. Postres

Zona	No. Puesto	Propietaria	Plato	Aprox. Venta diaria	Ingredientes
G	12	María Escobar	Higos con queso	2 platos	-higos lavados y corte cruz -agua -panela -canela, clavo de olor, pimienta dulce -queso fresco sin sal.
G	12	María Escobar	Pristiños	3 porciones	-harina de trigo -huevos -polvo de hornear -mantequilla -sal -azúcar Miel: -canela, anís -limón -panela
G	12	María Escobar	Buñuelos	20 platos (solo en diciembre)	- harina de trigo - leche - huevos - mantequilla - aceite, sal.
G	17	Sofía Chanoluisa	Espumilla	40 vasos	- claras de huevo - pulpa de guayaba o mora. - Azúcar - Arrope de mora
G	17	Sofía Chanoluisa	Tostado de dulce (Caca de perro)	15 fundas	- Maíz tostado - Aceite - Panela - Agua - Canela polvo
G	17	Sofía Chanoluisa	Maní enconfitado	1 funda	- Maní pelado y tostado - Azúcar

					<ul style="list-style-type: none"> - Cocoa en polvo - Agua - ajonjolí
G	17	Sofía Chanoluisa	Habas de dulce	7 fundas	<ul style="list-style-type: none"> - habas tostadas - agua - panela
G	17	Sofía Chanoluisa	Habas de sal	10 fundas	<ul style="list-style-type: none"> - habas secas remojadas - aceite, sal.

Fuente: Verónica Coello
Elaborado por: Verónica Coello

CAPITULO III.

ANÁLISIS DE LOS PRODUCTOS INVENTARIADOS Y SU VALOR CULTURAL

3.1. Aspectos socioculturales.

Hace referencia a los elementos culturales y sociales que participan en el entorno de una sociedad que los identifica entre ellos, con el medio ambiente y con otras sociedades. Hace referencia a la organización, clases sociales, entorno, geografía, etnia, nacionalidad, gastronomía, dialectos, lenguas, música, religión, fiestas populares, es decir comparten una misma cultura.

Cultura viene del latín colere *cultivar*, es la manera de actuar de un grupo de sociedad frente a los demás regidos bajo un mismo conjunto de ideas, conocimientos, tradiciones que los identifican de los demás.

3.1.1. Aspecto sociocultural del mercado.

Se realiza un enfoque total de todos los aspectos que rodean y comparten una sociedad en común como son la religión, la etnia, el idioma, las costumbres. El mercado es un centro de comercialización de estructuras fijas y cerradas donde se distribuyen los puestos de comerciantes por giros es decir por el tipo de productos que venden. (Geográfica, 1984). Venta de abastos, frutas, legumbres, artesanías, flores, bazar y alimentos preparados, es abastecido por los mercados Mayorista y San Roque de Quito que a su vez son alimentados por las llamadas zonas productoras:

Tabla 20. Zonas Productoras

Provincia	Lugar	Alimentos
Tungurahua	Quero, Patate, Ficoa, Píllaro, Ambato, San Francisco.	Frutas, legumbres y hortalizas.
Pichincha	Valle de los Chillos, Nanegalito, Nanegal, Valle de Tumbaco, Machachi, El Quinche.	Leche y sus derivados, carne.
Santo Domingo de los Tsáchilas	Santo Domingo	
Manabí	Chone, Manta, El Carmen, Puerto López, San Roque, Santa Ana, Portoviejo	Frutas tropicales, mariscos, pescados, arroz.
Esmeraldas	Quinindé	
Guayas	Daule, Balzar, Milagro.	

Los Ríos	Babahoyo, Quevedo, Baba, Ventanas, Palanque	
El Carchi	Tulcán, Espejo, El Huaca	Papas, granos tiernos y secos.
Imbabura	Pimampiro	Tomate
Pichincha	Cayambe, Tabacundo	Flores, rosas.

Fuente: Verónica Coello
Elaborado por: Verónica Coello

Los comerciantes se abastecen de los llamados Mercados Mayoristas como son el Mayorista y San Roque de Quito, teniendo ya su proveedor fijo. Desde muy temprano a partir de las cinco de la mañana hasta las diecisiete horas es la jornada diaria donde comparten vivencias, experiencias, conocimientos, anécdotas y temas de conversación propios del lugar en si la realidad del día a día, se asocia al aspecto etnográfico derivado de uno de los aspectos socioculturales. Según los resultados arrojados por las entrevistas a las comerciantes de las distintas áreas del Mercado, los sitios de trabajo son por herencias familiares de hasta por tres generaciones, es común la organización de los espacios y puestos. Se tiene una visión general del medio entendiendo los escenarios cotidianos en su manera particular de comunicarse entre ellos y con el cliente.

3.1.2. Aspecto sociocultural del cliente.

Se corrobora que el cliente en Marketing es la clave o razón de ser de un negocio o establecimiento comercial, él paga por adquirir un determinado bien o servicio. Haciendo un recuento al momento de obtener los resultados de las encuestas aplicadas, los clientes del patio de comidas son personas que reúnen ciertas características en común como son los gustos por la gastronomía tradicional - típica ecuatoriana, además de compartir mismas creencias religiosas, raza, etc., solo una limitada parte de la clientela es extranjera que atraídos por la publicidad o por recomendación asiste al patio de comidas.

En fines de semana la afluencia es total, esto se atribuye a que el sitio está ubicado en el Centro Histórico de Quito, la clientela acude luego de un paseo por los monumentos, iglesias, plazas y por compras en los llamados centros del ahorro o Ipiales. Los comensales están de acuerdo que existe variedad en los platos ofertados, precios cómodos, agradable presentación, conformidad en la ración y buen trato por parte de las *caseras* que se esmeran con un trato particular al momento de atraer al comensal, se observa que interviene el aspecto socioeconómico del cliente al acercarse al lugar de expendio de comidas tradicionales a

precios asequibles en un rango desde \$1 hasta \$5 por plato, conformes por el costo y la variedad influye positivamente en la visita continua al establecimiento.

El aspecto étnico en los comensales, es una de las características fundamentales en la visita, el Ecuador es un país con variados grupos étnicos reflejo de las nacionalidades que existe y la mixtura donde figura con 77% de población mestiza, es multicultural por las zonas que posee y por las tradiciones propias de cada región. Quito como capital del país, acoge a múltiples nacionalidades por la migración y las oportunidades laborales que se presentan. El patio de comidas del Mercado Central en lo gastronómico, es un centro de acopio de diversidad de visitantes, exhibiendo un conjunto de tradiciones que refleja en la variedad de platos de las regiones propias del país, por ejemplo: en la costa el plátano, pescado y los mariscos, en la sierra el cerdo, el maíz y los locros; siendo un aporte al rescate de la tradición culinaria ecuatoriana.

Las tradiciones gastronómicas también tienen que ver con las fiestas religiosas: la fanesca en Semana Santa, la colada morada y las guaguas de pan en Finados, las chichas a base de maíz en Corpus Cristi; la oferta de estos platos en el lugar son por épocas debido a las fechas marcadas pero de igual manera visitadas y conocidas por el público. Se concluye que el aspecto sociocultural del cliente es genérico puesto que comparten tradiciones, gustos, costumbres y religión.

El aspecto cultural sobresale de gran manera. Ecuador es un país con un gran número de población mestiza de ahí parte la gran variedad de culturas, idioma oficial el castellano, definida por regiones plenamente identificadas por ejemplo poblaciones que son de la Costa se llaman costeños y en la Sierra son serranos, las fiestas tienen que ver con las tradiciones religiosas y la gastronomía, la música influye también en nuestros pueblos con la variedad de ritmos e instrumentos musicales.

3.1.3. Aspectos Culturales de los productos patrimoniales del Ecuador que se encuentran en el mercado.

3.1.3.1 Definición de Patrimonio Cultural.

Se define al patrimonio como una herencia cultural dejada por los antepasados, debidamente protegida y comunicada de generación en generación la cual las identifica como tal, las siglas de la UNESCO significa organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, es la unidad que tiene como función principal velar, identificar, proteger y preservar el Patrimonio Cultural de las naciones como son los bienes, la naturaleza, la educación, la

cultura, la historia, legados que deben ser salvaguardados por las próximas generaciones. Fue patrocinada en la Conferencia General de la UNESCO el 16 de noviembre de 1972 dividiéndose en patrimonio tangible e intangible:

3.1.3.1.1. Patrimonio cultural tangible.

El patrimonio tangible puede ser de interés local, nacional o mundial engloba los centros históricos, paisajes naturales, centros arqueológicos, arquitectónicos. Al momento que uno de estos temas sean considerados patrimonio según las nominaciones o propuestas que realizan los países, deben cumplir normativas de responsabilidad y obligación en la conservación para que un bien sea declarado como "Patrimonio Cultural de la Humanidad". De no ser cumplido se expone a ser declarado dentro de la lista negra de la UNESCO e implica la pérdida de un bien cultural.

En el Ecuador existen lugares declarados por la UNESCO como Patrimonio Cultural de la Humanidad:

1. Quito, 1978
2. Islas Galápagos, 1978
3. Parque nacional Sangay, 1983
4. Centro Histórico de Cuenca, 1999
5. Qhapac Ñan, sistema vial andino o camino del Inca 2014, (compartido Carchi, Imbabura, Pichincha, Cotopaxi, Chimborazo, Guayas, Azuay, Cañar y Loja)
6. Fotografía "En la mirada del otro" 2014, (misioneros Salesianos en la Amazonía 1890-1930), colección fotográfica, declarado patrimonio documental fotográfico con 76 negativos del pueblo Shuar y Ashuar

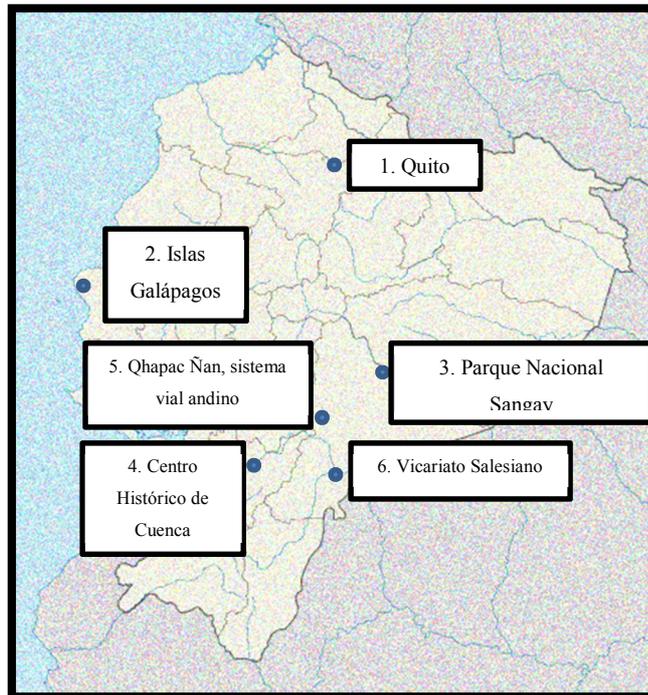


Ilustración 16. Localización del Patrimonio Cultural del Ecuador
 Fuente: www.culturaypatrimonio.gob.ec
 Elaborado por: Verónica Coello

Quito fue la primera ciudad declarada Patrimonio Cultural de la Humanidad en el Ecuador por la UNESCO el 8 de septiembre de 1978 por el compromiso y la unidad ciudadana, además debió cumplir con las exigencias establecidas para ser candidata y luego elegida. Rodeada por valles, nevados y volcanes, su clima templado y soleado la mayor parte del año, su Centro Histórico es el más grande y mejor conservado de América, su casco colonial con diversidad de iglesias, plazas, monumentos, museos, conventos y construcciones relativamente nuevas en el Quito moderno que comprende la zona activa y financiera.

3.1.3.1.2. Patrimonio cultural intangible.

También se lo conoce como patrimonio inmaterial, la Conferencia General de la UNESCO en 1997 creó mediante resolución con el fin de proteger y salvar a los bienes difíciles de conservar por su constante modificación o cambio para que prevalezca en los pueblos y en las generaciones venideras influidas por una sociedad globalizada. Se enumera como patrimonios inmateriales a las tradiciones orales, fiestas, la literatura, la lengua, la música, la danza, los juegos, los ritos, los conocimientos ancestrales, las elaboraciones artesanales, las artes y la gastronomía propios de una Identidad Cultural. Lo inmaterial se convierte en totalmente material cuando se protege, se conserva, se preserva y se archiva mediante fotografías, cintas de video, grabaciones, etc.

3.1.3.2. *Productos patrimoniales del mercado.*

Los mercados son lugares donde se encuentra la cultura popular, el Mercado Central no puede quedar fuera de esta afirmación, impera la comunicación, las relaciones humanas, afectivas, por eso son patrimoniales en el que supera los platos y los productos. (Patrimonio, 2013).

La gastronomía es un bien patrimonial representado en la gama de platos tradicionales ofertados y degustados, se hace énfasis nuevamente en la firma de la Convención del 17 de octubre del 2003 para la Salvaguarda del Patrimonio Cultural Inmaterial promovida por la UNESCO en cuanto a la función, los valores de las expresiones y prácticas culturales, se nombra a la gastronomía en el año 2010 como Patrimonio Cultural Inmaterial: "El conjunto de creaciones basadas en la tradición de una comunidad cultural expresada por un grupo o por individuos y que reconocidamente responden a las expectativas de una comunidad en la medida en que reflejan su identidad cultural y social. "Lengua, literatura, música y danza, juegos y deportes, los rituales y mitologías, conocimientos y usos relacionados con el universo, los conocimientos técnicos relacionados con la artesanía y los espacios culturales se encuentran entre las muchas formas de patrimonio inmaterial. (UNESCO, 2010)

No se nombra a la cocina como parte del patrimonio cultural monumental de un país, pero si se demuestra en la preparación individual de cada platillo tomando en cuenta los ingredientes, los condimentos propios de cada región, materializándose por un momento antes del consumo y en lo posterior permanecer en la satisfacción y memoria del comensal. Esta realidad es percibida y afirmada por las personas encargadas de la elaboración de alimentos preparados en el día a día reflejados en las recetas, en si es un arte por las técnicas o formas de preparación, procedimientos, elementos materiales, que tienen como propósito agradar a todos los sentidos, cumple con los requisitos y en conclusión debería formar del patrimonio cultural inmaterial de los pueblos.(Olarde, 2010)

Se podría reconocer al Mercado Central como un bien patrimonial por estar situado en el sector Centro Histórico de la ciudad de Quito, por el lapso de tiempo en el expendio de los productos preparados o platos tradicionales, las técnicas y procedimientos de elaboración de los alimentos, el tiempo de permanencia de las propietarias que vienen de generaciones, al lenguaje, a los acontecimientos festivos, en resumen cuenta con un diverso menú de comida ecuatoriana de todas la regiones, visitantes nacionales y extranjeros concurren a este emblemático sitio a la voz de un llamado cariñoso de "venga mi bonito, reycito, etc." por parte

de las *caseras*³ atrayendo al comensal a degustar los platillos, esto también es parte del patrimonio intangible el lenguaje y la comunicación propia de una región.

Haciendo referencia al Capítulo I del presente trabajo de investigación, se menciona a la Fanesca y pristiños en la época de Semana Santa, en noviembre la conmemoración el Día de los Difuntos y la elaboración de la Colada Morada, son platos que se ofertan en el lugar una vez por año, desde hace 65 años reconociendo al patio de comidas y al mercado como un sitio patrimonial por el espacio de tiempo.

Un plato premiado y declarado patrimonial en nuestro país en el mes agosto de 2015, en el concurso denominado Campeonato Mundial del Encebollado impulsado por el Ministerio de Turismo, organismo de gobierno busca hacer de Ecuador un referente gastronómico es uno de los platos tradicionales de la Cultura Ecuatoriana, constituyéndose el Encebollado como un producto emblemático popular y tradicional, se lo consume en todo el país ya sea como desayuno para calmar la resaca en varios casos, plato fuerte en el almuerzo o también en la merienda en la costa ecuatoriana. En el Mercado Central este plato tradicional, se lo promociona desde la fundación con más de 60 años, un plato delicioso en él se conjuga la mezcla de culturas. En sus inicios, los indígenas lo preparaban a base de pescado agua y sal, en la época de la colonia siglo XVIII, los marineros españoles luego de la conquista introdujeron una nutrida gama de productos europeos entre ellos la cebolla, la yuca y limón.

La receta actual es a base de pescado: albacora, atún o picudo, yuca cocida y desmenuzada, cebolla paiteña, tomate, ají peruano en polvo para dar un color rojizo al plato, cilantro, como guarnición va acompañado de chifles, canguil, maíz tostado, pan o arroz y un toque de limón. Se incorpora a la preparación algunos mariscos siendo camarones, conchas y calamar transformándose en un gran encebollado mixto. Es un platillo como otros populares que se espera en un futuro sean reconocidos en el mundo dentro de la gastronomía e identifique a nuestro país.

3.2. Identidad cultural.

La identidad cultural es la que pertenece, permanece, identifica y caracteriza una sociedad en común, compartiendo tradiciones, creencias, valores, costumbres así diferenciándose y reafirmando con los de su especie, reconociendo de donde provienen, quienes son y hacia donde se dirigen.

³Alguien de quien se compra con frecuencia, generalmente en un mercado abierto. Vendedora. <http://www.asihablamos.com/word/palabra/Casera.php>

En el territorio ecuatoriano, la identidad cultural se define históricamente y se sustenta en las demostraciones de la cultura como la música, el arte, la danza, la gastronomía, fiestas populares, la religión, la nacionalidad, y la lengua, consolidándose dentro del Patrimonio cultural inmaterial declarada por la UNESCO.

El patrimonio y la identidad cultural no son elementos estáticos, sino entidades sujetas a permanentes cambios, están condicionadas por factores externos y por la continua retroalimentación entre ambos. La identidad está ligada a la historia y al patrimonio cultural. La identidad cultural no existe sin la memoria, sin capacidad de reconocer el pasado, sin elementos simbólicos o referentes que le son propios y que ayudan a construir el futuro. (Molano, 2007)

En el Mercado Central se podría decir que la identidad cultural empieza por su ubicación en el sector de San Blas, en un barrio popular del Centro Histórico de la capital. Dentro de la etnografía del sector se observa que es básicamente mestiza en visitantes y vendedoras, la variedad de productos comestibles de costa, sierra y oriente que se exhiben para la venta, la visita diaria del Presidente del Mercado a todas las propietarias y las quejas cotidianas a este personaje, las dueñas o caseras que venden sus productos desde hace dos generaciones. En fin, se establecen pláticas de convivencia y la intervención cotidiana de varios actores sociales siendo el presidente y el administrador del mercado, vendedores y clientes. Se concluye que la identidad cultural del Mercado Central se caracteriza o identifica por la variada oferta de platos, su sazón, preparación ya es conocida y apetecida por los turistas nacionales y también extranjeros, el patio de comidas preserva la tradición gastronómica del Ecuador.

CAPITULO IV.

PROPUESTA DE UNA GUÍA GASTRONÓMICA COMO ELEMENTO PUBLICITARIO

4.1. Levantamiento de la información a publicar.

4.1.1. Gastronomía de la Costa.

La variedad culinaria del litoral es apetecida, esto es debido a la influencia del clima, la temperatura proporcionando productos del mar, las especias, leguminosas, cereales, propios de la región. La alimentación es en base de pescado, mariscos, arroz y plátano, parte de los platos tradicionales son de la región costera reconocidos por su variedad y sabor, el sancocho de pescado, encebollado, caldo de bagre, menestras, ceviches, guatitas, sopa marinera, viche, cazuela, caldo de salchicha de manguera, etc.

4.1.2. Gastronomía de la Sierra.

La sierra ecuatoriana posee una gran variedad de platos nativos o tradicionales propias de la región, influenciado por diversos factores como el clima, la variedad de cultivos de papa, maíz, granos, frutas y plantas medicinales, la presencia española en la época colonial y el aporte que trajo consigo: ajo, trigo, cebolla, la mezcla de culturas y el nacimiento de una nueva raza la mestiza. La gastronomía de la época se derivó en dos planos la de la corona y la criolla pobre en carnes magras de uso exclusivo del virreinato y de ahí la utilización de los desechos como fueron las vísceras de los animales del ganado vacuno y porcino.

La gastronomía actual de la región andina es muy variada ya sea por su historia, tradición, cultura, fiestas, demostrado en un sinfín de platos tradicionales. En el patio de comidas del Mercado Central se puede observar la diversidad de platillos por zonas Guayllabamba, Sangolquí, Quito (provincia de Pichincha): los locros de queso y el yahuarlocro, hornado con tortillas, caldo de gallina criolla, de patas, colada de churos, ají de librillo, empanadas de morocho y de viento, emborrinado de pata, fanesca, colada morada, dulces quiteños y menudo con morcilla. Imbabura: empanadas de morocho, chicha de jora, choclos, maíz tostado, cositas finas, sopa de caracoles o de churos, Tungurahua: plato ambateño, Loja: chanfaina.

4.2. Desarrollo de la propuesta.

Ahora teniendo una visión clara de los platos ofertados en el patio de comidas del Mercado Central, es necesario enfocarse en el desarrollo de la guía gastronómica con los siguientes elementos a considerar para la elaboración.

4.2.1. Guía gastronómica.

Se parte de la definición de guía como aquello que dirige o encamina, lista impresa de datos o noticias referentes a determinada materia (Española, 2014).

Una guía gastronómica hace referencia a información detallada del expendio o venta de comida preparada sean estos, entradas, platos fuertes, postres o bebidas que se promocionen en un lugar determinado como un restaurante, self servicie, cafetería, patio de comidas, etc., para conocimiento del turista o público visitante.

En un lugar muy concurrido como es el sector el Centro Histórico de Quito, es necesaria una guía gastronómica que esté acorde con este lugar colonial y tradicional. Contando con un catálogo conciso y demostrativo de los platos que se encuentran dentro del patio de comidas, siendo una herramienta activa para la promoción del lugar. A parte de las estrategias que utilizan por parte de las dueñas de las locales, hace falta un complemento que ayudará a la difusión de la rica gastronomía ecuatoriana.

La guía diseñada engloba y demuestra fotografías tomadas a varios locales que fueron sujetos de estudio, el administrador y presidente del Mercado Central aportaron grandemente con información e interrogantes además la colaboración de gran parte de las propietarias. La presentación de iconografías de los puestos seleccionados, es una muestra clara y representativa de la variedad de platos que en el lugar se ofertan.

El folleto que es en si la guía, incluye fotografías con aspectos importantes siendo estos los siguientes:

- Nombre del local
- Número del puesto y ubicación
- Descripción de principal del plato

La identidad gastronómica ecuatoriana es proyectada de manera simple, práctica y útil en esta guía, en la elaboración del folleto y los diseños, se contó con el apoyo de un profesional con experiencia en el campo del Diseño Gráfico y Comunicación Visual el Ing. Alejandro Jiménez.

4.2.2. Diseño y elaboración técnica de la pieza gráfica.

4.2.2.1. Introducción.

Para conseguir la meta de informar sobre los platos tradicionales, típicos que existen en el Patio de Comidas del Mercado Central, se ha seleccionado una herramienta que sirva de apoyo para cumplir este objetivo. Dentro de la búsqueda de estos materiales de ayuda, se ha

determinado que una pieza gráfica del tipo impreso es la solución recomendable al momento de guiar y de difundir la información propuesta.

Se realizó un diseño para un impreso que guarde las características y los elementos de identidad corporativa, donde se puedan identificar los rasgos culturales, sociales de todos los actores que forman parte de esta propuesta.

Este diseño aglutina toda la información pertinente y requerida para guiar al usuario dentro del establecimiento Patio de Comidas hacia los requerimientos culinarios de cada visitante que busca degustar de la comida tradicional ecuatoriana.

4.2.2.2. Objetivo.

Guiar y comunicar de manera clara, precisa las características, de los platos típicos y tradicionales al visitante del Mercado Central dentro de los patios de comida informando su razón social y la ubicación de cada puesto de comida.

4.2.2.3. Tipo de elemento gráfico.

Folleto anillado impreso a todo color en papel couché 150 gramos, con dimensiones 26.8 cm. x 17.9 cm., con diseño de troquel en los bordes superior e inferior derecho, con portada de presentación y contraportada de información, páginas interiores con contenido de información fotográfica y mapas.

4.2.2.4. Colores corporativos.

La cromática utilizada en este folleto, está determinada en el logotipo en la tipografía y en los fondos de diseño de cada página correspondiente a los siguientes pantones para impresión CMYK:



Ilustración 17. Pantón de colores usados para el impreso de pieza gráfica.

Fuente: Mercado Central de Quito

Elaborado por: Ing. Alejandro Jiménez R, Diseñador Gráfico.

Los colores seleccionados según la teoría de la psicología del color, dan a la propuesta armonía y sensación a los sentidos con productos alimenticios, buscando estimularla idea de reconocer la comida tradicional y típica ecuatoriana.

Ejemplo: El color café M: 13 C: 39 Y: 100 K: 54, es el mismo tono de los estofados como el de la guatita, colada de churos o chanfaina.

4.2.2.5. Gráficos de apoyo.

- ✓ Logotipo: Correspondiente a la identidad corporativa del Mercado Central de Quito, identificado y aceptado por el Municipio del Distrito Metropolitano de Quito.



Ilustración 18. Logotipo identidad corporativa Mercado Central de Quito

Fuente: Mercado Central de Quito

Elaborado por: Ing. Alejandro Jiménez R., Diseñador Gráfico

- ✓ Fotografía: Tomada de manera técnica tomando en cuenta luz, enfoque, encuadre de los puestos de cada patio de comidas y de los patios, tamaño de 2,61 megas 2560 x 1920 pixeles.
- ✓ Gráficos: Figuras geométricas, óvalos y rectángulos.

4.2.2.6. Tipografía.

La tipografía seleccionada guarda relación con la identidad corporativa del Mercado Central y procura buena legibilidad y lectura gráfica, busca en el sentido armonía y movimiento, ya que en sus formas termina con zerifas:

Para títulos y subtítulos: **Adobe Arabic** de 22 y 64 puntos.

Textos información de locales: **Times New Roman** de 11 y 16 puntos.

Textos de información características del plato: **Arial** de 10 puntos.

4.2.2.7. Diseño del elemento gráfico.

La propuesta se desarrolló bajo el concepto de presentación gastronómica, organizando los elementos gráficos en un formato A4, el diseño de la portada se elaboró bajo todos los principios del diseño gráfico:

Contraste, en la tonalidad del color para tipografía y gráficos.

Balance, simétrico en la organización de las formas y figuras para la organización de mapas tamaños de imágenes dentro de las paginas donde se encuentra la información de cada plato y local.

Jerarquía, la jerarquía esta visualizada entre logotipo, la tipografía de títulos, subtítulos y las fotografías.

Ritmo, el ritmo puede visualizarse entre los colores café, naranja y la tipografía.

Unidad, existe unidad porque tanto la cromática, la tipografía y los elementos gráficos, ilustraciones y fotografías están relacionados. Ejemplo: Nótese la fotografía del plato Seco de Chivo, está relacionado con uno de los colores fondo que existe en la composición.

4.2.2.8. Modo de uso del impreso.

Esta pieza gráfica está diseñada para realizar comunicación visual en los siguientes aspectos y/o circunstancia:

- Bajo el guion turístico previamente establecido para el recorrido dentro de las instalaciones del Mercado Central.
- Como folleto informativo individual.
- Como apoyo informativo para la promoción de los platos típicos principales del patio de comidas.

CONCLUSIONES

- Se ha logrado aprovechar de las herramientas del diseño gráfico para comunicar este tipo de información, haciendo posible y práctico lo que se quiere demostrar.
- Mediante este análisis realizado se ha podido concluir como se ha logrado mantener el legado culinario de la preparación por generaciones de los platos tradicionales del Ecuador en el patio de comidas desde hace más de medio siglo de creación.
- Por medio de esta propuesta se obtiene una visión diferente y real de las vendedoras que promocionan sus productos, con una herramienta básica como es la entrevista, prestando atención a sus sugerencias, quejas e interrogantes que de una u otra manera fueron de gran aporte al proyecto de investigación.
- Se busca difundir y aportar al turismo gastronómico por medio de un folleto impreso al turista que visita el establecimiento, de la existencia de otros platos tradicionales aparte de los ya reconocidos, igual de deliciosos y novedosos.
- Detrás de la gastronomía ecuatoriana existe una mezcla de culturas y tradiciones propias de la región, han pasado fronteras adquiriendo prestigio y reconocimiento a nivel nacional y mundial. Es en parte gracias a la promoción que desarrolla el Estado, haciendo énfasis al Turismo como una fuente importante de réditos económicos, ejemplos como la publicidad y concursos que se vienen desarrollando a nivel local desde hace dos años como es el Concurso Nacional del Hornado y del Encebollado, estos dos platos son tradicionales y venta en el Mercado Central.

RECOMENDACIONES

- Con el desarrollo del presente tema de investigación, se deja un precedente y base, para que otros estudiantes interesados en el turismo gastronómico que se difunde en los patios de comidas de mercados capitalinos puedan tener una herramienta de consulta y complemento para próximos proyectos.
- Debido a que es un sector de concurrencia masiva, se ha convertido en un sitio crítico para las comensales que visitan el establecimiento principalmente por la calle Pedro Fermín Cevallos, calle ubicada detrás del mercado, en este sector está el acceso al patio norte o planta baja donde se expende otros platos tradicionales. Pocas son las personas que ingresan por esta entrada por la delincuencia y venta de estupefacientes.
- Se recomienda y este fue un pedido especial que hicieron una parte de las vendedoras de alimentos preparados, que cuenten con más seguridad. Se está logrando de a poco, la Dirección de Mercados, ferias y plataformas del Distrito Metropolitano de Quito está implementando como primera fase cámaras de circuito cerrado, se espera que entre en funcionamiento para fines del 2016.

BIBLIOGRAFIA

- ✓ Baca, Gabriel. (2006). Evaluación de Proyectos. Madrid: McGraw-Hill.
- ✓ Carrión, Fernando. (1992). Atlas Del Distrito Metropolitano. Dirección de Planificación. Ilustre Municipio de Quito. Quito: Ed. Conejo.
- ✓ Cubi, Pablo. (2001). Recorrido por los Sabores del Ecuador: Quito. Nestlé.
- ✓ Cubi, Pablo. (2004). Enciclopedia Ecuador a su alcance. Bogotá: Edición Planeta.
- ✓ López, Socorro. (2000). Recepción y Atención al cliente. Madrid: Ed. Thomson Learning.
- ✓ Rodríguez, Ricardo. (2007). Costos Aplicados a Hoteles y Restaurantes. Bogotá: Ediciones Ecoe.
- ✓ Lesur, Luis. (2003). Manual de Meseros y Capitanes. México: Edit. Trillas S.A.
- ✓ Lesur, Luis. (2009). Publicidad y propaganda. México: Edit. Trillas S.A.
- ✓ Pazos Barrera, Julio. (2008). El Sabor de la memoria: Historia de la Cocina Quiteña. Quito: Imprenta Mariscal.
- ✓ Riofrío Cevallos, Martha. (2007). La Cocina Ecuatoriana paso a paso. Barcelona: Lexus Editores.
- ✓ Rey, Manuel. (2008). Fundamentos de Marketing Turístico. Madrid: Ed. Síntesis, S.A.
- ✓ Toro, Juan Manuel. (1997). Comunicación Publicitaria. Barcelona. Edit. Folio.
- ✓ FONSAL Fondo de Salvamento del Distrito Metropolitano de Quito. (2008). Quito, Patrimonio y Vida Obra Fonsal 2008. Quito: Imprenta Mariscal.
- ✓ Zambrano, Pablo. (2010). Platos Populares del Ecuador. Quito: Fonsal.
- ✓ www.elcomercio.com. Acceso: 23 enero 2010.
- ✓ www.historiadela gastronomiaecuatoriana
- ✓ <http://www.flacsoandes.org/dspace/handle/10469/16/browse?type=subject&order=ASC&rpp=20&value=MERCADO+CENTRAL+DE+QUITO>
- ✓ [http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/2216/1/presentacion tesis .pdf](http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/2216/1/presentacion%20tesis.pdf)
- ✓ www.monografias.com › Arte y Cultura

- ✓ <http://www.slideshare.net/LizethEscobar/gastronoma-ecuatoriana-diapositivas>

ANEXOS

ANEXO NO. 1

Ficha No. 1. Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	BILLE
Grupo o género:	Sopa
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none">- feto de la vaca- papas- paiteña, ajo, comino, cilantro, apio.
Preparación:	<ul style="list-style-type: none">- El feto de la vaca se lo cocina al horno, adobado con especerías, cebolla, hierbas.- Con el mismo caldo obtenido del cocido al horno se prepara la sopa, se añade papas medianas.
Lugar de origen:	Quito desde 1961
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 2 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	CHANFAINA
Grupo o género:	plato fuerte
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - vísceras de res: pulmón, corazón, hígado, lengua. - papas - arroz - huevo - aguacate - paiteña, ajo, achiote, orégano, perejil. -
Preparación	<ul style="list-style-type: none"> - Se lavan y cortan las vísceras de res, se cocinan con el refrito de paiteña, tomate y pimiento y papas cocinadas, obtenido un estofado. - Se sirve con huevo duro, aguacate y arroz. -
Lugar de origen:	Quito
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 3 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	COLADA DE CHUROS
Grupo o género:	Sopa
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Harina de haba - comino, ajo, sal, achiote, cebolla blanca. - Churos con limón - Maíz tostado
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Hacer un refrito con achiote, ajo, comino y sal. - Hervir el refrito con suficiente agua. - Diluir la harina de haba en poca agua, añadir a la preparación sin dejar de mover. - Lavar muy bien los churos y reservar toda la noche para que la carne del molusco se desprenda con facilidad. - Cocinar con cuidado para que no se encoja la carne apenas con un hervor, colarlos y pasarlos por agua fría. - Servir la colada acompañada de churos, limón, sal y maíz tostado.
Lugar de origen:	Quito
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 4 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	CEVICHE MIXTO
Grupo o género:	Entrada
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Camarón - Concha - Tomate - Cebolla paiteña - Jugo de limón y naranja - Cilantro - Mostaza - Salsa de tomate - Aceite - Canguil y chifles
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Pelar y limpiar el camarón - Cocinar el camarón junto a una rama de cilantro y cebolla por 1 minuto, reservar. - Lavar muy bien las conchas, abrirlas verificando que estén frescas, colocar en un recipiente, reservar. - Picar el tomate, la cebolla paiteña y el cilantro. - Incorporar los mariscos con el tomate, la paiteña, el cilantro, el jugo de limón y naranja, salsa de tomate, mostaza y aceite. - Servir y acompañar con canguil y chifles.
Lugar de origen:	Guayaquil
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 5 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	PAPAS CON CUERO
Grupo o género:	Plato fuerte
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Cuero de choncho - Librillo de vaca - Papa (chola) cortadas en cubos. - Maní - Cebolla blanca, comino, ajo, orégano. - Aguacate - Huevo - Arroz
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Lavar el cuero, cocinarlo en olla de presión con cebolla, ajo y sal. - Cuando este blando, cortar en cuadrados, incorporar, el refrito a base de cebolla blanca, achiote, ajo, orégano, las papas, leche y maní, dejar hervir por 5 minutos. - Servir con arroz, huevo duro, aguacate. - Servir en una base arroz, las papas con cuero y aguacate.
Lugar de origen:	Quito
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 6 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	LAS CORVINAS
Grupo o género:	Plato fuerte
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Corvina - Papas - Ceviche de mixto: camarón y concha - Canguil y chifles
Preparación	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar un corte grueso del pescado, sazonar con un licuado de condimento: cilantro, cebolla, comino, ajo, sal, reservar. - Pasar por harina y freír en abundante aceite junto con las papas cocidas enteras. - Colocar en una base de papas fritas enteras, la corvina, bañada con ceviche mixto de camarón, calamar y concha. - Se acompaña con canguil, chifles, arroz y limón.
Lugar de origen:	Quito
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 7 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	COSITAS FINAS
Grupo o género:	Entrada
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Mote o choclo - Arveja amarilla tierna - Frejol tierno - Zanahoria picada - chicharrón de chancho - maíz tostado - Cebolla blanca y paiteña - Cilantro y perejil
Preparación	<ul style="list-style-type: none"> - Cocinar en ollas separadas el moteo choclo, la arveja, el frejol y la zanahoria en cubos. - Cernir, juntar los granos y la zanahoria. - Servir los granos cocidos con pedazos de chicharrón de chancho y encurtido de cebollas con cilantro y perejil.
Lugar de origen:	Quito
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 8 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	HORNADO CON TORTILLAS
Grupo o género:	Plato fuerte
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Carne de chanco - Papa chola - Mote - Maduro - Maíz tostado - Para macerar la carnes: especias (comino, ajo, pimienta), 1 cerveza, 3 limones, achiote. - Aguacate, lechuga picada. - Agrio (tomate, cebolla, ají rojo, limón, cilantro, vinagre, azúcar morena, aceite).
Preparación :	<ul style="list-style-type: none"> - Adobar la carne de chanco con cerveza, las especias y limones, reservar toda la noche en la nevera. - Precalentar el horno a 200 grados centígrados, colocar en una fuente, hornear durante 30 minutos. - Preparar las tortillas con papa chola y freír en manteca de chanco. - Cocinar los choclos, el mote. Reservar. - Agrio: picar los tomates, la paiteña, el ají, cilantro, mezclar lo picado en limón, agua, vinagre, azúcar morena. - Freír los plátanos maduros con manteca de chanco. Reservar. - Armar el plato con pedazos de carne horneado, cuero reventado, tortillas, mote, maíz tostado, pedazo de aguacate y el agrio.
Lugar de origen:	Quito desde 1972
Relación cultural:	Típico
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 9 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	MOROCHO DE DULCE
Grupo o género:	Postre
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Morocho en grano - Leche - Azúcar - Especias (canela, clavo de olor, pimienta de dulce).
Lugar de origen:	Quito
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Dejar el morocho en remojo en la víspera. - Lavar bien el morocho, cocinar con leche, azúcar y las especias de dulce hasta que este suave, revolviendo constantemente para que no se pegue. - Servir caliente, acompañando con empanadas de viento o pan.
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 10 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	YAHUARLOCRO
Grupo o género:	Sopa
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Menudos de borrego: tripas, panza, - sangre de borrego - Papas chola - Leche - Maní en pasta - Cebolla blanca - Cilantro - Ajo, comino, orégano, pimienta
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Lavar muy bien las tripas por dentro y fuera con hierba buena y limón. - Cocinar los menudos en olla de presión por 30 minutos. - Sacar del caldo el menudo y picar. Reservar. - Refrito de cebolla blanca, comino, ajo, pimienta, achiote y orégano. - Picar suficientes papas incorporar al caldo, además del refrito, el menudo, leche y maní licuado. Dejar hervir por 30 minutos. - Servir el locro con sangre frita, cebolla paiteña picada, rodajas de tomate y aguacate.
Lugar de origen:	Guayllabamba (Pichincha)
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 11 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	ENCEBOLLADO DE PESCADO
Grupo o género:	Plato Fuerte
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Albacora o atún - Yuca - Cilantro - Cebolla blanca - Tomate picado - Cebolla paiteña en rodajas - Ají peruano - Comino, ajo y sal - Opcional aceite, salsa de tomate, mostaza canguil y chifles.
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Preparar un refrito de cebolla paiteña, tomate, comino, ajo, sal y ají peruano (opcional). - Cocinar el pescado entero integrando el refrito por 15 minutos aprox. - Cernir y deshojar el pescado, en el caldo de pescado cocinar la yuca hasta que este blanda, desmenuzar la yuca y reservar. - Juntar todos los ingredientes al caldo, rectificar la sal. - Servir adornado con curtido de cebolla paiteña y tomate, canguil, chifles, aceite.
Lugar de origen:	Guayaquil
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 12 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	CALDO DE GALLINA CRIOLLA
Grupo o género:	Sopa
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - 1 gallina de campo - Papas grandes - ½ taza de arroz - 1 puñado de arveja - 1 zanahoria grande - Cebolla blanca - Ajo, comino, sal - Huevo duro - Picadillo de cebolla blanca y cilantro.
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Cocinar la gallina junto con la cebolla blanca picada, el diente de ajo, comino, zanahoria picada, papas enteras, arveja y la sal hasta cuando la gallina este suave, 1 hora aproximadamente. - Servir con un huevo duro, picadillo de cebolla blanca y cilantro.
Lugar de origen:	Quito
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 13 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	PLATO AMBATENO
Grupo o género:	Plato fuerte
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Papa chola - Chorizo ambateño - Remolacha cocida y picada - Zanahoria cocida y picada - Cebolla blanca, ajo, achiote - Queso fresco - Lechuga picada, aguacate - Huevos - Manteca de chancho
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Cocinar las papas en agua y sal hasta que estén suaves, cernir el agua, aplastar hasta obtener un puré. - Hacer un refrito con la cebolla blanca, ajo, achiote y sal. - Incorporar al puré de papa el refrito, formar unas tortillas y un condumio de queso rallado, freír en manteca de chancho. - Cortar el chorizo ambateño en rodajas y freír con un poco de manteca de chancho. - Mezclar la remolacha, zanahoria, limón, sal y aceite. - Armar el plato con las tortillas, el chorizo, la ensalada, lechuga, aguacate y huevos fritos.
Lugar de origen:	Ambato
Relación cultural:	tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 14 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	SECO DE CHIVO
Grupo o género:	plato fuerte
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Carne de chivo o borrego - 1 paiteña picada - 1 tomate picado - Jugo de naranjilla - 1 pimienta picada - Papas enteras cocidas - Cilantro picado - Ajo, comino, pimienta, achiote, sal, panela, pimienta dulce, clavo de olor. - Arroz colorado - Maduros - Aguacate, lechuga picada. - Chicha de jora.
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Cortar y lavar la carne, condimentar con ajo y comino. - En una olla freír la carne para sellar sus jugos, añadir achiote, la paiteña, tomate, pimienta picado, especias de dulce y sal. - Incorporar el jugo de naranjilla, 1taza de chicha de jora, cerveza, panela, sal, cilantro. - Cocinar a fuego lento por 1 hora, revolviendo de vez en cuando hasta que la carne este suave. - Servir con arroz colorado, plátanos maduros fritos, aguacate, rodajas de tomate y lechuga picada.
Lugar de origen:	Guayaquil
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 15 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	TORTILLAS DE VERDE CON CAFÉ Y HUEVO
Grupo o género	Desayunos
Ingredientes principales	<ul style="list-style-type: none"> - Plátanos verde - margarina - huevos - sal - queso fresco o chicharrón de chancho. - aceite - huevo - café pasado
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Pelar, lavar los verdes, partir por la mitad, cocinar en agua con sal durante 30 minutos o hasta que estén suaves, sacar del fuego y esperar a que estén tibios en el caldo. - Sacar y hacer un puré con los plátanos cocidos, mezclar con huevo batido y margarina y sal. - Formar tortillas, rellenándolas con queso o chicharrón. - Freír en una plancha con un poco de aceite. - Servir las tortillas con huevo frito y café pasado.
Lugar de origen:	Costa ecuatoriana
Relación cultural:	tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 16 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	FANESCA DE QUITO
Grupo o género	Plato fuerte
Ingredientes principales	<ul style="list-style-type: none"> - Bacalao seco - Granos tiernos cocidos (choclo, arveja, fréjol rojo y blanco, habas). - Chochos pelados - Zambo y zapallo picado muy fino - Arroz muy cocido - Col picada muy fino - Mantequilla - 2lts. leche, 1taza de crema de leche y queso fresco. - Achiote, orégano, comino, pimienta, ajo - Cebolla blanca y paiteña picada. - ½ taza maní en pasta - Cilantro, perejil - Huevos duros - Maduros fritos - Masitas de sal - Cebollas blancas encurtidas con panela, aceite y limón. - Ají cortado para decorar. -
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Remojar el pescado por 24 horas, sin dejar de cambiar el agua hasta que quede casi sin sal. Reservar. - Cocinar el zambo y zapallo hasta que estén suaves. - Hervir la col por 10 minutos, cernir y mezclar junto al zapallo y zambo. Reservar. - Cocinar por 10 minutos el bacalao en leche. Reservar. - Hacer un refrito de mantequilla, cebollas paiteña y blanca, orégano, ajo, comino, pimienta. Reservar. - En una olla grande incorporar parte del agua donde se cocieron los granos, la leche, crema de leche, el refrito, los granos, zapallo, zambo, la col, el arroz, maní, la leche donde se coció el pescado, el queso desmenuzado, sal. No dejar de mecer hasta por 15 minutos aproximadamente. - Servir el plato adornado con pedazos de pescado, masitas fritas, huevo duro en rodajas, bastones de queso, encurtido de cebolla blanca, cortes de ají, perejil y cilantro.
Lugar de origen:	Sierra ecuatoriana
Relación cultural:	tradicional
Fotografía	



Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 17 platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	COLADA MORADA
Grupo o género:	bebida
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - 1 taza harina de maíz negro - 1 taza mortiño - 1 lb. mora - 5 naranjillas - 1 piña picada - 1 lb. frutillas picadas - 1 babaco picado - Cáscara de piña - Rajas de canela, 5 clavos de olor, 5 pimientas de dulce, ishpingo. - Hojas de arrayán - 1 banco de panela o 1 taza de azúcar morena - Hierba luisa y hojas de cedrón
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - En un recipiente cocinar por 15 minutos: la cáscara de piña, hierbas dulces, especias dulces y la panela. - Aparte cocinar en agua el mortiño, la mora y la naranjilla, por 15 minutos, enfriar, licuar y cernir. Reservar. - Disolver el maíz negro en agua fría hasta que quede sin grumos. Reservar. - En una olla grande colocar el agua cernida donde se coció las hierbas y especias dulces, incorporar el licuado de mortiño, mora y naranjilla, y frutas picadas, revolver. - Antes de hervir incorporar la harina de maíz disuelta sin dejar de mover por 10 minutos más, rectificar el azúcar. - Servir acompañada de guaguas de pan.
Lugar de origen:	Quito
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 18 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	AJÍ DE LIBRILLO (crudo)
Grupo o género:	Plato fuerte
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Librillo de vaca - Papas cocinadas - Leche - Maní en pasta - Cebolla blanca - Achiote, ajo, comino, orégano, sal - Cilantro - Aguacate y tomate en rodajas.
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Lavar el librillo con agua muy caliente varias veces hasta que quede blanco, picar y reservar. - Hacer un refrito de cebolla blanca, ajo, achiote, comino, orégano y sal. - Cuando esté listo el refrito añadir el maní licuado con leche, hervir por 5 minutos. - Servir las papas enteras cocidas, el librillo picado, bañado con la salsa de maní, rodajas de aguacate y tomate y ají.
Lugar de origen:	Quito
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

Ficha No. 19 Platos representativos del patio de comidas del Mercado Central de Quito

Nombre del plato:	Empanada de morocho
Grupo o género:	Entrada
Ingredientes principales:	<ul style="list-style-type: none"> - Morocho en grano - Carne molida - Zanahoria picada y cocida - Arveja cocida - Arroz cocido - Cebolla paiteña picada - Manteca de chancho - Ajo, comino, pimienta y sal.
Preparación:	<ul style="list-style-type: none"> - Masa: cocinar el morocho con agua y sal, escurrir, dejar enfriar. Luego moler, agregar a la masa, sal y manteca de chancho. - Relleno: freír la carne molida en un sartén con la arveja, zanahoria y arroz cocido, añadir la cebolla, el ajo, comino, sal y pimienta. - Hacer bolitas y estirar la masa, colocar el condumio de carne molida en la mitad. - Formar las empanadas y freír en suficiente aceite hirviendo. - Servir con ají.
Lugar de origen:	Quito
Relación cultural:	Tradicional
Fotografía	

Fuente: Verónica Coello

ANEXO NO. 2

Encuesta para determinar la demanda o consumo de los diferentes platos típicos y tradicionales, que se ofertan en el Patio de Comidas del Mercado Central de Quito

Hombre: ____ (marque) **Mujer:** ____ (marque) **Edad:** ____

1. Con qué frecuencia Usted visita el patio de comidas del Mercado Central de Quito?

Diario:

Semana: 1 vez 2 veces 3 veces 4 veces 5 veces

Mes: 1 vez 2 veces 3 veces 4 veces

2. Cuál es el gasto promedio al consumir alimentos en el patio de comidas?

1 a 5 dólares _____

5 a 10 dólares _____

10 a 20 dólares _____

3. Cuando visita el patio de comidas suele ir en compañía de:

- Familiares _____
- Amigos _____
- Solo _____

4. Cuáles son las sopas, platos, bebidas, postres, etc., que Usted conoce que se expenden en el patio de comidas del Mercado Central de Quito?	
a. Plato / bebida o postre	b. Sitio preferido
1)	
2)	
3)	
4)	
5)	
6)	
7)	

5. Qué platos son los de mayor consumo en el patio de comidas del Mercado Central de Quito?	
a. Plato / bebida o postre	b. Sitio preferido
1)	
2)	
3)	
4)	
5)	
6)	
7)	

6. Qué platos, bebidas o postres, etc., recomendaría Usted consumir al visitante?	
a. Plato, bebida o postre	b. Sitio preferido
1)	
2)	
3)	
4)	
5)	
6)	

7. Cuáles son los platos que anteriormente se consumían y que ahora ya no se venden?	
a. Plato, bebida o postre	b. Sitio preferido
1)	
2)	
3)	
4)	
5)	
6)	
7)	

8. Cuáles son los nuevos platos que se han incrementado a la oferta o venta en el patio de comidas del Mercado Central?	
a. Plato, bebida o postre	b. Sitio preferido
1)	
2)	
3)	
4)	
5)	
6)	
7)	

9. Cree Usted, que sería de gran ayuda que se difunda al público en general, una guía gastronómica del patio de comidas y promocionar los diferentes platos que se ofertan? Si y por qué?

GRACIAS POR SU GENTIL COLABORACIÓN

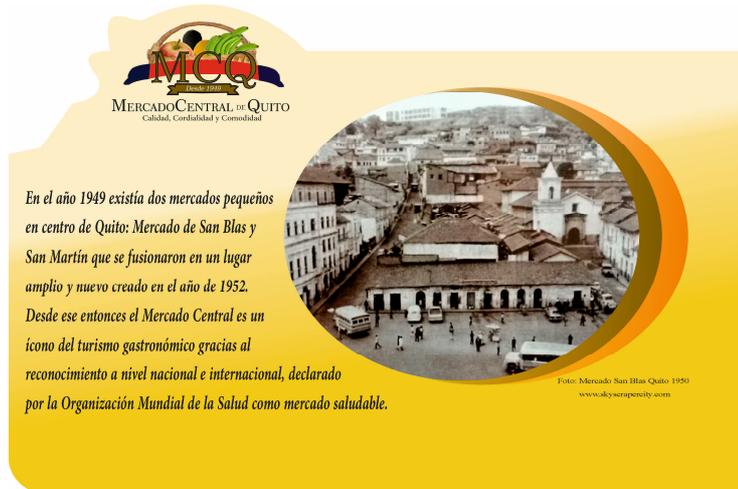
ANEXO NO. 3

Imágenes puestos Vendedoras del patio de comidas



ANEXO NO. 4

Imágenes del Impreso Guía Gastronómica del patio de comidas Mercado Central de Quito





MERCADO CENTRAL DE QUITO
Calidad, Cordialidad y Comodidad



Corvinas

(Fish, rice, potato, shellfish)

Doña Mariana Cuásquer
Doña Gloria Izurieta
Don Jimmy Gordon



Corvina apanada papas enteras
fritas y ceviche mixto de concha y camarón.



Chanfaina

(beef stew with rice)

Doña Sara Quishpe
Doña Susana Loachamin



Estofado de menudo de res (corazón pulmón, hígado)
arroz, aguacate y huevo

GUÍA GASTRONÓMICA



Caldo de Bille

(beef soup)

Doña Lucila Zapata



Carne de ternera cocida al horno en caldo
y papas



Colada de churos

(corn soup with snails)

Doña Lucila Zapata



Colada de harina de haba con churos y maíz
tostado



MERCADO CENTRAL DE QUITO
Calidad, Cordialidad y Comodidad



Caldo de gallina

(chicken soup)

Sonia Chalé, Rocío Martínez, Cecilia Loachamin
Juana Guamba, Patricia Báez, Maira Palacios
Luz Yambal, Rosa Loachamin, Sandra Tipanta
Rita Almache, Maribel Chicaiza.



Gallina de Campo en caldo con papa entera, huevo
con picadillo de cebolla blanca y culantro



Papas con cuero y librilla

(Potatoes with leather)

María Inés Tayupanta
Mercedes Vargas
Esperanza Quishpe



Estofado de menudo de res (corazón pulmón, hígado)
arroz, aguacate y huevo

07

Cositas Finas
(Andean grains and corn)

Doña Zoila María Rea
Angela Taco



Mole cocinado con cebolla blanca, cilantro, arveja rosada, fréjol cocinado, zanahoria picada con pedazos de chicharrón y cebolla.

08

Fanesca
(Soup Andean grains and fish)

Doña Sonia Chalé



Plato fuerte compuesto de granos: choclo, choclos, habas, arveja, fréjol, con pescado bacalao, maduro, frito, Intiras de harina y huevo.



MERCADO CENTRAL DE QUITO
Cajalá, Cordialidad y Comodidad

09

Menudo
(pork giblets soup)

Doña Margarita Maila
María Julia Vinieza



Caldo con menudos de chanchó, mole cocinado, con morcilla de tripa de cerdo dulce.

10

Tortillas con Hornado
(tortillas with pork)

Doña Amadita Andrade
Zoila Panimboza



Carné de Chanchó al horno con tortillas de papa, mole cocinado, maíz tostado, maduros fritos, choclo cocinado, aguacate y agrio.

PLANTA ALTA PATIO SUR
Puestos de comida

G5 Marianela Cuenca Bistec Fuertes	G12 Elena Escobar Hornado	G10 Lucila Córdova Hornado	G11 Marta Paz Platos fuertes	G13 Zoila Panimboza Platos fuertes	G21 Julia Yaneza Platos fuertes	G22 Zoila Rea Platos fuertes	G23 María Ingrid Turo Platos fuertes	G17 Sofía Chanchita Platos fuertes	C1 Maribel Chicota Platos fuertes
G8 Lucila Zapata Platos fuertes	C15 Patricia Bata Gloria Moreno Platos fuertes	C14 José Moreno Dereyano Almeraz Platos fuertes	C13 Susana Virgen Platos fuertes	C10 Mayra Polanco Platos fuertes	C9 Cecilia Almada Platos fuertes	C8 Luz Yumbal Platos fuertes	C4 Sandra Tipanta Platos fuertes		
G7 Marta Esperanza Quinto Platos fuertes									
G2 Susana Loucheán Platos fuertes									
G1 Sara Quimbay Platos fuertes									





PLANTA ALTA PATIO NORTE

Puestos de comida

- 13**
 Margarita Maña
 Menudos
 - 14**
 Gloria Izurieta
 Convinas
 - 17**
 Mercedes Vargas
 Convinas
 - 18**
 Mercedes Vargas
 Convinas
 - 19**
 Jimmy Gordón
 Convinas
 - 110**
 Jimmy Gordón
 Convinas
-
- C 24**
 Fanny Bonilla
 Platos fuertes
 - I 26**
 María Inés Laypanta
 Platos fuertes
 - I 25**
 Eduardo Farez
 Morucho
-
- 113**
 Ana Chulca
 Plato Ambateño



GUÍA GASTRONÓMICA

PLANTA BAJA PATIO NORTE

Puestos de comida

- C 23**
 María Olimpia
 Café con bollos
 - C 22**
 Rosario Guzmán
 Desayunos
 - C 21**
 Sonia Chale
 Platos fuertes
 - C 20**
 Rocío Martínez
 Platos fuertes
 - C 18**
 Cecilia Loachum
 Platos fuertes
 - C 16**
 Juana Guzmán
 Platos fuertes
 - C 1**
 Maribel Chicaiza
 Platos fuertes
 - C 2**
 Rita Amachu
 Platos fuertes
 - C 3**
 Gloria Valencia
 Platos fuertes
-
- C 24**
 Fanny Bonilla
 Platos fuertes
 - C 25**
 Rosa Alvarado
 Platos fuertes
 - C 26**
 Ester Villaverde
 Desayunos
-
- C 15**
 Patricia Baza
 Platos fuertes
 - C 14**
 José Álvarez
 Desayunos
 Almuerzos
 - C 13**
 Susana Vargas
 Platos fuertes
 - C 10**
 Mayra Polanco
 Platos fuertes
 - C 9**
 Gabriela Almaraz
 Platos fuertes
 - C 8**
 Lucía Yumbal
 Platos fuertes
 - C 4**
 Sandra Tijerina
 Platos fuertes
 - C 7**
 Rosa Loachum
 Platos fuertes
 - C 6**
 Angélica Maña
 Platos fuertes



El Mercado Central de Quito es un icono de la capital con más de 60 años de creación, abre sus puertas al público visitante atraídos por el orden variedad en sus productos y sobretodo la gastronomía tradicional ecuatoriana reunida en un solo lugar.



Av. Pichincha y Manabí
 sector La Marín, Centro Histórico
 Quito - Ecuador

