



**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS ECONÓMICAS  
ADMINISTRATIVAS Y DEL COMERCIO**

**CARRERA DE INGENIERÍA EN ADMINISTRACIÓN  
TURÍSTICA Y HOTELERA**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN  
DEL TÍTULO DE INGENIERO EN ADMINISTRACIÓN DE  
EMPRESAS TURÍSTICAS Y HOTELERAS**

**TEMA: “ANÁLISIS DE LOS PROCESOS Y  
PROCEDIMIENTOS EN LA ELABORACIÓN DE PLATOS  
EMBLEMÁTICOS EN EL CANTÓN MEJÍA, PARA GENERAR  
UN ATLAS QUE CONTRIBUYA A LA SALVAGUARDIA DEL  
PATRIMONIO ALIMENTARIO”.**

**AUTORA: EUGENIA MARIBEL TIGASI JÁCOME**

**DIRECTOR: LIC. ISMAEL GUANOLUISA**

**LATACUNGA**

**2017**



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS ECONÓMICAS ADMINISTRATIVAS Y DEL  
COMERCIO**

**CARRERA DE INGENIERÍA EN ADMINISTRACIÓN TURÍSTICA Y  
HOTELERA**

**CERTIFICACIÓN**

Certifico que el trabajo de titulación, “ANÁLISIS DE LOS PROCESOS Y PROCEDIMIENTOS EN LA ELABORACIÓN DE PLATOS EMBLEMÁTICOS EN EL CANTÓN MEJÍA, PARA GENERAR UN ATLAS QUE CONTRIBUYA A LA SALVAGUARDIA DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO”, ha sido revisado en su totalidad y analizado por el software anti-plagio, el mismo cumple con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la Universidad de Fuerzas Armadas ESPE, por lo tanto me permito acreditarlo y autorizar a la señorita Eugenia Maribel Tigasi Jácome, para que lo sustente públicamente.

**Latacunga, 23 de Enero del 2017**

---

Lic. Joffre Ismael Guanoluiza Chuqui

**DIRECTOR**



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS ECONÓMICAS ADMINISTRATIVAS Y DEL  
COMERCIO**

**CARRERA DE INGENIERÍA EN ADMINISTRACIÓN TURÍSTICA Y  
HOTELERA**

**AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD**

Yo, Eugenia Maribel Tigasi Jácome, con cédula de identidad N° 172592106-6; declaro que este trabajo de titulación **“ANÁLISIS DE LOS PROCESOS Y PROCEDIMIENTOS EN LA ELABORACIÓN DE PLATOS EMBLEMÁTICOS EN EL CANTÓN MEJÍA, PARA GENERAR UN ATLAS QUE CONTRIBUYA A LA SALVAGUARDIA DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO”**, ha sido desarrollado considerando los métodos de investigación existentes, así como también se ha respetado los derechos intelectuales de terceros considerándose en las citas bibliográficas.

Consecuentemente declaro que este trabajo es de mi autoría, en virtud de ello me declaro responsable del contenido, veracidad y alcance de la investigación mencionada.

**Latacunga, 23 de Enero del 2017**

Eugenia Maribel Tigasi Jácome

C.C.: 172592106-6



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS ECONÓMICAS ADMINISTRATIVAS Y DEL  
COMERCIO**

**CARRERA DE INGENIERÍA EN ADMINISTRACIÓN TURÍSTICA Y  
HOTELERA**

**AUTORIZACIÓN**

Yo, Eugenia Maribel Tigasi Jácome, autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar en el repositorio institucional el trabajo de titulación **“ANÁLISIS DE LOS PROCESOS Y PROCEDIMIENTOS EN LA ELABORACIÓN DE PLATOS EMBLEMÁTICOS EN EL CANTÓN MEJÍA, PARA GENERAR UN ATLAS QUE CONTRIBUYA A LA SALVAGUARDIA DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO”**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi autoría y responsabilidad.

**Latacunga, 23 de Enero del 2017**

---

Eugenia Maribel Tigasi Jácome

C.C.: 172592106-6

## **DEDICATORIA**

Al concluir con éxito mi carrera universitaria, deseo dedicar el presente trabajo en primer lugar a Dios quien me ha dado la fortaleza, sabiduría y paciencia para enfrentar las adversidades que se han presentado a lo largo de mi vida universitaria y hasta estos días.

En segundo lugar a mis padres quienes a pesar de todo siempre me han apoyado y han tratado de darme una buena educación, que es la mejor herencia que podrán dejarme. A mi mamita Lucrecia, mi Tiuchis, que siempre han estado ahí cuando más lo he necesitado y finalmente a todos aquellos quienes me han enseñado que con esfuerzo y dedicación siempre se puede salir adelante.

**Maribel**

## AGRADECIMIENTO

En este momento llega a mí el recuerdo de tantas personas que me han apoyado y a quienes desde el fondo de mi corazón quiero agradecer, ya que a lo largo de mi vida he tenido la dicha de contar con personas que me han ayudado a crecer dentro de mi vida personal y profesional.

Quiero dar infinitas gracias a mis padres por su apoyo y comprensión durante todo este tiempo y que con sus consejos han hecho de mí la persona que soy dándome oportunidades para superarme, además han sido participes del cumplimiento de los sueños y metas que me he propuesto.

Gracias a mi mamita Lucrecia, mi Tiuchis que siempre han estado junto a mí durante todas las etapas de mi vida cuando más las he necesitado compartiendo mis alegrías y mis tristezas y a mi tía Erika que juntas siempre me han brindado su apoyo incondicional económica y moralmente que es lo más valioso que llevo en mi corazón.

A mis maestros que con sus conocimientos, consejos, anécdotas y exigencias en los trabajos han sabido formar en mí una profesional con valores éticos y morales a mi tutor Lic. Isamel Guanoluisa quien con sus conocimientos y consejos supo encaminar la investigación para culminarla con éxito.

Finalmente agradecer a Damian quien fue un gran apoyo en el transcurso de mis estudios universitarios y lo sigue siendo hasta hoy en día, gracias por su cuidado, cariño y comprensión, a mi hermana Paola, primos Alonso y Margarita, amigos, amigas quienes siempre ha estado pendientes de mí con sus palabras de afecto e incondicionales hacia mí.

**Maribel**

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

|  |             |
|--|-------------|
| <b>PORTADA.....</b>                                    | <b>i</b>    |
| <b>CERTIFICACIÓN .....</b>                             | <b>ii</b>   |
| <b>AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD .....</b>                | <b>iii</b>  |
| <b>AUTORIZACIÓN .....</b>                              | <b>iv</b>   |
| <b>DEDICATORIA .....</b>                               | <b>v</b>    |
| <b>AGRADECIMIENTO .....</b>                            | <b>vi</b>   |
| <b>ÍNDICE DE CONTENIDOS .....</b>                      | <b>vii</b>  |
| <b>INDICE DE TABLAS.....</b>                           | <b>xii</b>  |
| <b>INDICE DE FIGURAS.....</b>                          | <b>xiii</b> |
| <b>RESUMEN .....</b>                                   | <b>xiv</b>  |
| <b>ABSTRACT.....</b>                                   | <b>xv</b>   |
| <b>GENERALIDADES</b>                                   |             |
| <b>ASPECTOS GENERALES .....</b>                        | <b>1</b>    |
| <b>ANTECEDENTES.....</b>                               | <b>1</b>    |
| <b>IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.....</b>                | <b>3</b>    |
| <b>JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA.....</b>                | <b>5</b>    |
| <b>OBJETIVOS.....</b>                                  | <b>6</b>    |
| <b>OBJETIVO GENERAL .....</b>                          | <b>6</b>    |
| <b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....</b>                      | <b>7</b>    |
| <b>VARIABLES .....</b>                                 | <b>7</b>    |
| <b>VARIABLE DEPENDIENTE .....</b>                      | <b>7</b>    |
| <b>VARIABLE INDEPENDIENTE .....</b>                    | <b>7</b>    |
| <b>CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....</b> | <b>8</b>    |
| <b>CAPÍTULO I</b>                                      |             |
| <b>MARCO TEÓRICO .....</b>                             | <b>9</b>    |
| 1. <b>Patrimonio .....</b>                             | <b>9</b>    |
| 1.1 <b>Patrimonio Cultural.....</b>                    | <b>10</b>   |

|       |   |    |
|-------|---|----|
| 1.2   | Patrimonio Cultural Inmaterial .....  | 10 |
| 1.2.1 | Tradiciones y expresiones orales .....  | 11 |
| 1.2.2 | Artes del espectáculo .....   | 12 |
| 1.2.3 | Usos sociales, rituales y actos festivos .....                                    | 13 |
| 1.2.4 | Técnicas artesanales tradicionales.....   | 13 |
| 1.2.5 | Conocimientos y usos relacionados con la naturaleza y el universo.....            | 14 |
| a)    | Gastronomía .....   | 15 |
| b)    | Gastronomía cotidiana .....   | 16 |
| c)    | Gastronomía ritual o festiva .....  | 16 |
| 1.3   | Patrimonio alimentario.....   | 16 |
| 1.3.1 | Patrimonio Natural Alimentario.....   | 17 |
| 1.3.2 | Patrimonio Cultural Alimentario .....   | 17 |
| 1.4   | Salvaguardia.....   | 18 |
| 1.4.1 | Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial .....                             | 18 |
| 1.4.2 | Atlas del Patrimonio Alimentario .....  | 20 |
| 1.5   | Gestión de Procesos .....   | 20 |
| 1.5.1 | Procesos .....  | 20 |
| 1.5.2 | Procedimientos .....  | 21 |
| a)    | Identificación de los procesos de la unidad de trabajo.....                       | 21 |
| b)    | Recolección del material del proceso en estudio .....                             | 22 |
| c)    | Realización de la matriz para la identificación y documentación de procesos ..... | 22 |
| d)    | Eficacia del proceso .....  | 22 |
| 1.6   | Procesos de cocina.....   | 23 |
| 1.7   | Diagramas de flujo.....   | 25 |
| 1.8   | Caracterización del objeto de Estudio .....                                       | 27 |
| 1.8.1 | Antecedentes del cantón Mejía .....   | 27 |
| 1.8.2 | Situación geográfica.....   | 28 |
| 1.8.3 | División territorial .....  | 28 |
| 1.8.4 | Clima .....   | 28 |
| 1.8.5 | Hidrografía .....   | 28 |



|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 1.8.6 Orografía.....            | 29 |
| 1.8.7 Infraestructura .....     | 29 |
| 1.8.8 Actividad económica ..... | 30 |

## **CAPÍTULO II**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>METODOLOGÍA.....</b>   | <b>31</b> |
| 2. Enfoque de la investigación.....   | 31        |
| 2.1 Modalidades de la investigación .....   | 31        |
| a) Investigación de campo .....   | 31        |
| b) Investigación documental- bibliográfica .....                                    | 32        |
| 2.2 Tipos de investigación .....  | 32        |
| a) Tipo exploratorio .....  | 32        |
| b) Tipo descriptivo.....  | 33        |
| 2.3 Fuentes de recolección de la información.....                                   | 33        |
| a) Fuentes de información primaria .....  | 33        |
| b) Fuentes de información secundaria .....  | 34        |
| 2.4 Técnicas de recolección de la información .....                                 | 34        |
| a) Observación .....  | 34        |
| b) Entrevista .....   | 34        |
| 2.5 Identificación de actores.....  | 35        |
| 2.6 Manual Metodológico para la Elaboración del Atlas “Patrimonio Alimentario”..... | 37        |
| 2.6.1 Fichas del Atlas de “Patrimonio Alimentario” .....                            | 40        |
| a. Encabezado .....   | 41        |
| b. Código .....   | 41        |
| c. Nombre del producto .....  | 42        |
| d. Ancestralidad.....   | 42        |
| e. Época de consumo .....   | 43        |
| f. Lugares de consumo .....   | 43        |
| g. Imagen del producto .....  | 43        |
| h. Descripción .....  | 44        |

|       |  |    |
|-------|--|----|
| i.    | Zonas tradicionales de consumo .....                                   | 45 |
| j.    | Ingredientes .....   | 45 |
| k.    | Formas de preparación .....  | 45 |
| l.    | Propiedades .....  | 46 |
| m.    | Estado de conservación .....   | 46 |
| n.    | Observación .....  | 46 |
| 2.7   | Diagnóstico del Patrimonio Cultural Alimentario del Cantón Mejía ..... | 47 |
| 2.7.1 | Análisis comparativo de los platos emblemáticos .....                  | 48 |
| 2.7.2 | Ficha de platos emblemáticos del cantón Mejía .....                    | 65 |
| 2.7.3 | Diagramas de flujo de los platos emblemáticos del cantón Mejía .....   | 77 |

### **CAPÍTULO III**

|   |                                     |     |
|---|-------------------------------------|-----|
| <b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO .....</b> | <b>88</b>                           |     |
| 3.  | Antecedentes .....                  | 88  |
| 3.1   | Diseño del Atlas .....              | 89  |
| 3.2   | Créditos de la obra .....           | 89  |
| 3.3   | Presentación .....                  | 91  |
| 3.4   | Introducción .....                  | 92  |
| 3.5   | Índice General .....                | 94  |
| 3.6   | Mapa General del cantón Mejía ..... | 95  |
| 3.7   | Cuerpo principal de la obra .....   | 95  |
| a.  | Tortillas de Tiesto .....           | 96  |
| b.  | Habas Tasno .....                   | 97  |
| c.  | Arepas .....                        | 99  |
| d.  | Polla Ronca .....                   | 101 |
| e.  | Ubre .....                          | 102 |
| f.  | Timbushca .....                     | 104 |
| g.  | Delicados .....                     | 106 |
| h.  | Cerveza Artesanal La Cayetana ..... | 107 |
| i.  | Cocinado Chacarero .....            | 109 |
| j.  | Pitimuchas .....                    | 111 |

|                             |  |            |
|-----------------------------|--|------------|
| k.                          | Fritada de Cordero .....                 | 112        |
| 3.8                         | Listado de informantes y detentores..... | 114        |
| 3.9                         | Listado bibliográfico .....              | 115        |
| 3.10                        | Glosario de términos .....               | 116        |
| <b>CONCLUSIONES .....</b>   |  | <b>118</b> |
| <b>RECOMENDACIONES.....</b> |  | <b>119</b> |
| <b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>    |  | <b>121</b> |
| <b>NET GRAFÍA.....</b>      |  | <b>122</b> |
| <b>ANEXOS.....</b>          |  | <b>124</b> |

## ÍNDICE DE TABLAS

|  |     |
|--|-----|
| Tabla 1. Ámbitos del Patrimocio Cultural Inmaterial .....                | 11  |
| Tabla 2. Simbología de un Diagrama de Procesos .....                     | 26  |
| Tabla 3. Actores partícipes de la investigación.....                     | 36  |
| Tabla 4. Criterios para la identificación del alimento patrimonial ..... | 38  |
| Tabla 5. Ficha de “Productos Elaborados” .....                           | 40  |
| Tabla 6. Cuadro Comparativo “Tortillas de Tiesto” .....                  | 48  |
| Tabla 7. Cuadro Comparativo “Habas Tasno” .....                          | 50  |
| Tabla 8. Cuadro Comparativo “Arepas” .....                               | 51  |
| Tabla 9. Cuadro Comparativo “Polla Ronca” .....                          | 53  |
| Tabla 10. Cuadro Comparativo “Ubre” .....                                | 55  |
| Tabla 11. Cuadro Comparativo “Timbushca” .....                           | 56  |
| Tabla 12. Cuadro Comparativo “Delicados” .....                           | 58  |
| Tabla 13. Cuadro Comparativos “Cerveza Artesanal” .....                  | 59  |
| Tabla 14. Cuadro Comparativo “Cocinado Chacarero” .....                  | 60  |
| Tabla 15. Cuadro Comparativo “Pitimuchas” .....                          | 62  |
| Tabla 16. Cuadro Comparativo “Fritada de Cordero” .....                  | 63  |
| Tabla 17. Diagrama de Flujo: “Tortillas de tiesto” .....                 | 77  |
| Tabla 18. Diagrama de Flujo: “Habas Tasno” .....                         | 78  |
| Tabla 19. Diagrama de Flujo: “Arepas” .....                              | 79  |
| Tabla 20. Diagrama de Flujo: “Polla Ronca” .....                         | 80  |
| Tabla 21. Diagrama de Flujo: “Ubre” .....                                | 81  |
| Tabla 22. Diagrama de Flujo: “Timbushca” .....                           | 82  |
| Tabla 23. Diagrama de Flujo: “Delicados” .....                           | 83  |
| Tabla 24. Diagrama de Flujo: “Cerveza Artesanal” .....                   | 84  |
| Tabla 25. Diagrama de Flujo: “Cocinado Chacarero” .....                  | 85  |
| Tabla 26. Diagrama de Flujo: “Pitimuchas” .....                          | 86  |
| Tabla 27. Diagrama de Flujo: “Fritada de Cordero” .....                  | 86  |
| Tabla 28. Listado de Informantes y Detentores .....                      | 114 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|  |    |
|--|----|
| Figura 1. Procesos de cocina .....                 | 24 |
| Figura 2. Simbología diagrama de flujo .....       | 25 |
| Figura 3. Símbolos para el diagrama de flujo ..... | 26 |
| Figura 4. Componentes del código .....             | 41 |
| Figura 6. Mapa político del cantón Mejía.....      | 95 |

## **RESUMEN**

El presente estudio fue realizado en el cantón Mejía, provincia de Pichincha, cuyo principal objetivo analizar de los procesos y procedimientos que se utilizan para la elaboración de platos emblemáticos del sector; para lo cual en primera instancia se desarrolló la fundamentación teórica que sirvió de base y sustento para el tema de investigación, en segunda instancia se ejecutó el diagnóstico y levantamiento de información de los platos emblemáticos existentes en el sector a través de la aplicación de la metodología desarrollada por el Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador. Finalmente se elabora el “Atlas de Patrimonio Alimentario del cantón Mejía”, mismo que se encarga del estudio en cuanto a la ancestralidad, ingredientes, forma de preparación, propiedades y el estado de conservación de las diferentes preparaciones que se disponen dentro de la localidad, lo que busca mostrar más allá del tecnicismo de un recetario, un enfoque hacia las expresiones culinarias de un pueblo; que han sido capaces de trascender a lo largo de la historia, pasando por cambios constantes pero que sin duda los han llevado a conseguir los sabores que se presentan hoy en día; he ahí el hecho de ser emblemáticos que por sus características son capaces de representar o simbolizar a una comunidad en este caso son capaces de simbolizar al sector, a más de enfocarse principalmente en el rescate, cuidado y conservación de estos manjares que poco a poco han ido perdiéndose en la memoria de los pobladores.

### **PALABRAS CLAVE:**

- **PATRIMONIO CULTURAL**
- **PATRIMONIO ALIMENTARIO**
- **GASTRONOMÍA**
- **CANTÓN MEJÍA**

## **ABSTRACT**

The present study was carried out in Mejía, Pichincha's province, whose main objective is to analyze the processes and procedures used to produce emblematic dishes of the sector; For which in the first instance was developed the theoretical bases that served as the bases and support for the research topic, in the second instance was executed the diagnosis and information gathering of emblematic dishes in the sector through the application of methodology developed by the Ministry of Culture and Heritage of Ecuador. Finally, the "Food Heritage Atlas of Mejía", which is responsible for the study of the ancestry, ingredients, form of preparation, properties and the state of preservation of the different preparations that are arranged within the locality, Which seeks to show beyond the technicality of a recipe book, a focus on the culinary expressions of a people; Which have been able to transcend throughout history, going through constant changes but that have undoubtedly led them to get the flavors that are presented today; Is the fact of being emblematic that by their characteristics are able to represent or symbolize a community in this case are able to symbolize the sector, rather than focusing mainly on the rescue, care and conservation of these delicacies that have gradually lost in the memory of the settlers.

### **KEYWORDS:**

- **CULTURAL HERITAGE**
- **FOOD HERITAGE**
- **GASTRONOMY**
- **CANTÓN MEJÍA**

## **GENERALIDADES**

### **ASPECTOS GENERALES**

### **ANTECEDENTES**

La Organización Mundial de Turismo (2013) menciona que “El patrimonio cultural inmaterial se transmite de generación en generación, constantemente recreado por los grupos en respuesta a su entorno y sus interacciones con la naturaleza y su propia historia, lo que les aporta un sentimiento de identidad y continuidad” (p. 3). En otras palabras el estudio del patrimonio inmaterial es importante dentro de la cultura de un pueblo, más aun cuando por diferentes factores no ha podido ser transmitida a sus generaciones futuras y con el paso de los años no ha sido preservada. De tal manera la UNESCO (2003), plantea un plan de salvaguardia para la preservación del patrimonio cultural inmaterial y dentro de este se encuentran diferentes categorías; en lo que se refiere a la gastronomía se encuentra considerada dentro del cuarto ámbito “Conocimientos y usos relacionados con la naturaleza y el universo donde se menciona ya la gastronomía subdividida en cotidiana y festiva” (p. 4).

Mientras tanto en Ecuador, el Ministerio Coordinador de Patrimonio durante el periodo 2010 - 2013 impulsa un ambicioso proyecto denominado “Proyecto Emblemático Salvaguardia del Patrimonio Inmaterial Culinario del Ecuador”, que es un estudio sobre el Patrimonio Alimentario que busca rescatar, proteger y fortalecer los conocimientos culinarios del país; dicho proyecto contribuye con el cumplimiento de los objetivos que persigue el Plan Nacional del Buen Vivir 2013-2017.



De Igual forma desde el año 2001 el Instituto Nacional del Patrimonio (INPC), lleva a cabo acciones más sólidas acerca de investigaciones de los saberes tradicionales y declaratorias de Patrimonio Cultural del Estado; es por ello que se encargan de la publicación de la guía metodológica para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial, que es un documento en el que se detallan directrices metodológicas para el estudio del patrimonio alimentario; este estudio puede ser llevado a cabo por aquellas entidades o actores vinculados con el medio.

Dentro de la provincia de Pichincha se ha desarrollado un estudio pertinente al tema de investigación, dando como resultado la publicación del “Atlas del Patrimonio Alimentario de Pichincha” por los autores Javier Carrea, Claudia Garcia y Catalina Unigarro en el año 2014; no obstante se encuentra muy poca información referente al cantón Mejía.

Dentro del área de estudio únicamente se ha llevado a cabo una investigación denominada “La gestión cultural local en el cantón Mejía, provincia de Pichincha, Ecuador.” Dicho estudio abarca diferentes temáticas relacionadas con el cantón y dentro de ellas la gastronomía, donde se llegó a la conclusión que varios de los pobladores aún recuerdan platos tradicionales como “habas tasno, polla ronca, chuchuca, timbushca, bistec dulce de conejo, champús, ají de melloco, pitimuchas, cucho, máchica traposa” (Caiza, R, 2014, p. 9), sin embargo, estos son preparados esporádicamente por los habitantes. En este sentido el Ministerio Coordinador de Patrimonio lo define como:

“El valor cultural inherente y añadido por el ser humano a los alimentos mediante el cultivo preparación y presentación de los alimentos, tanto en la cotidianidad como en fechas especiales. Como parte de este patrimonio se toma en cuenta los sitios, artefactos, recetas y rituales relacionados que forman su preparación y consumo y que forman parte de memoria una común y producen sentimientos y emociones similares con sólo mencionarlos o recordarlos” (Ministerio Coordinador de patrimonio, 2012, citado en Hermida, Peña y Veintimilla, 2013).

Al hablar de patrimonio alimentario se debe hacer un hincapié en los actores que se han encargado de su conservación, aquellos que a más de replicar el conocimiento y transmitirlo son capaces de expresarlo a través de una memoria común, que ha permitido conservar los secretos y procesos de las diferentes preparaciones.

## **IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA**

La gastronomía ha desempeñado un papel trascendental en el desarrollo de la cultura, su conservación y difusión han sido ejemplo para las generaciones actuales y para las que no sucedieron; por ejemplo, la gastronomía mexicana y japonesa son forman parte del patrimonio cultural inmaterial de la UNESCO, debido a que aún se mantienen los procesos desde la siembra, cosecha, preparación de los alimentos como se hacía hace varios años atrás, estos y otros son ejemplos de la transmisión del patrimonio alimentario de generación en generación.

Mientras tanto en Ecuador (INPC) lleva a cabo varias investigaciones acerca del patrimonio alimentario en diferentes lugares del país, para determinar los productos y también la gastronomía emblemática de los mismos y con dicha información se publicó la doce revistas denominadas Patrimonio Alimentario durante en el año 2013- 2014, cuyo objetivo es fortalecer el sentido de pertenencia y revalorización de los productos y de las preparaciones.

Ante lo expresado con anterioridad, el patrimonio alimentario del cantón Mejía no se encuentra muy bien definido, la mayor parte de sus pobladores considera que la oferta gastronómica que se encuentra dentro de los establecimientos de comida típica es del cantón Mejía. “La señora Rosa Morales (citado en Hermida. Et al. 2013), Menciona que el país cuenta con una gran riqueza cultural gastronómica en comparación de países

más desarrollados en donde cada vez su cultura gastronómica está empobreciendo” (p. 17).

Dentro del cantón Mejía los establecimientos de restauración típica ofertan platos introducidos de la serranía y costa ecuatoriana debido principalmente a procesos migratorios. Así mismo dentro del cantón existe una gama amplia de restaurantes de comida internacional y fast-food, ocasionando que la demanda local opte por consumir este tipo de preparaciones, desvirtuando así la gastronomía local.

A esto también se suma la poca información hacia la población acerca de las distintas preparaciones locales, el desconocimiento de su origen, ingredientes y su aporte cultural poco a poco van extinguiendo estos saberes; un ejemplo clásico es el cucayo del chagra, preparación que es elaborada únicamente cuando este personaje emblemático realiza sus actividades en el páramo. Ante esto es necesaria la valoración de nuestros antepasados, quienes a través de sus vivencias son los encargados de transmitir conocimientos de la gastronomía local al mismo tiempo otorgándole un valor significativo a las preparaciones de un pueblo.

En este orden de ideas, es necesario el desarrollo de investigaciones de esta índole ya que esto aporta en la salvaguardia del patrimonio alimentario y la gastronomía emblemática del cantón, evitando de esta forma que los conocimientos y saberes se pierdan puesto que hoy en día parte de los habitantes del sector no son capaces de reconocer los productos del lugar y que son utilizados para elaborar la mencionada gastronomía, peor aún de reconocer los procesos y procedimientos necesarios en la preparación de dichos platos.

## JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

La cultura es parte importante de la vida y por supuesto del ser humano, quienes a través de diferentes manifestaciones como la danza, representaciones, historias, leyendas, rituales, gastronomía y otros, son capaces de transmitirla, involucrando a aquellos actores y gestores culturales que buscan fortalecer la identidad cultural de un pueblo. Es por ello que en la actualidad a través del estudio del Patrimonio Alimentario se pretende rescatar el valor cultural de aquellas preparaciones realizadas por nuestros antepasados.

Se debe considerar también que el patrimonio alimentario no se encuentra constituido simplemente por la elaboración misma de un determinado plato, sino también implica el estudio de los productos que se dan en el sector, para determinar si este producto forma o no parte de la gastronomía emblemática de un pueblo.

La alimentación ha desempeñado un papel importante dentro de la cadena evolutiva de la sociedad y en los últimos años se ha desarrollado de tal manera que por sí sola es capaz de captar la atención de la población del sector y más aun de los visitantes nacionales y extranjeros que buscan adquirir nuevas experiencias in situ a partir del turismo cultural y sobre todo de la gastronomía.

La oferta gastronómica del cantón Mejía se encuentra constituida por una variedad de platos tales como fritada, hornado, quimbolitos, caldo de pata, caldo de gallina, tortillas con caucara, tamales, choclo con queso...entre otros. En este sentido la investigación se torna trascendental debido a que permitirá levantar información que no existe acerca de la gastronomía emblemática del cantón, esto contribuirá con la difusión y salvaguardia del patrimonio alimentario que podrá ser aprovechado por las futuras generaciones sabiendo que es su derecho de acuerdo al objetivo número 5, política y

lineamientos estratégicos número 5.2 literal b y e del Plan de Nacional Del Buen Vivir que indica que se debe “Incentivar y difundir estudios y proyectos interdisciplinarios y transdisciplinarios sobre diversas culturas, identidades y patrimonios con la finalidad de garantizar el legado a futuras generaciones”.

El resultado de la investigación beneficiara principalmente a la población presente y futura del lugar, permitiendo por una parte, fortalecer los conocimientos gastronómicos del cantón y por otra ampliar la variada oferta gastronómica para el consumo local, nacional e internacional.

Este tipo de investigación resulta novedosa puesto que por el momento no se ha desarrollado un tema similar a este dentro del cantón, por lo que pretende contribuir con el fortalecimiento del patrimonio alimentario del sector, permitiendo que los actores de la gastronomía local compartan sus recetas y secretos de preparación, para que estas costumbres no desaparezcan o se queden en el olvido junto a quienes las elaboraban cuyas recetas quedaran plasmadas en un atlas gastronómico del cantón Mejía.

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

Analizar los procesos y procedimientos en la elaboración de platos emblemáticos en el cantón Mejía, para generar un atlas que contribuya a la salvaguarda del patrimonio alimentario.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Desarrollar la fundamentación teórica que sustente el tema de investigación.
- Realizar el diagnóstico de la situación actual del patrimonio cultural alimentario del cantón Mejía en base a la metodología del Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador.
- Sistematizar los procesos y procedimientos utilizados en la elaboración de los platos emblemáticos del cantón Mejía.
- Diseñar un atlas gastronómico del patrimonio alimentario del cantón Mejía.

## **VARIABLES**

### **VARIABLE DEPENDIENTE**

Patrimonio Alimentario

### **VARIABLE INDEPENDIENTE**

Procesos y procedimientos de la elaboración de platos emblemáticos.

## CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

| Variable                  | Definición   | Categoría           | Dimensión   | Indicador  | Métodos e instrumentos   |
|---------------------------|--|---------------------|---|--|--|
| Patrimonio Alimentario    | “El valor cultural inherente y añadido por el ser humano a los alimentos mediante el cultivo preparación y presentación de los alimentos, tanto en la cotidianidad como en fechas especiales. Como parte de este patrimonio se toma en cuenta los sitios, artefactos, recetas y rituales relacionados que forman su preparación y consumo y que forman parte de memoria una común y producen sentimientos y emociones similares con sólo mencionarlos o recordarlos (Ministerio Coordinador de patrimonio, 2012, citado en Hermida, Peña y Veintimilla, 2013)” | Patrimonio          | Patrimonio Alimentario<br><br>Patrimonio Cultural Alimentario | <b>Productos elaborados</b><br>Nombre del producto<br>Ancestralidad<br>Época de consumo<br>Lugares de consumo<br>Descripción<br>Zonas tradicionales de consumo<br>Ingredientes<br>Formas de preparación<br>Propiedades<br>Estados de conservación                              | Método de observación.<br><br>Fichas de inventario de Patrimonio Cultural Alimentario.<br>Guía de entrevista productos elaborados (INPC) |
| Procesos y procedimientos | “Un PROCESO es un “qué se hace”. No tiene existencia real o tangible. Un PROCEDIMIENTO es “cómo se hace”. Son las instrucciones operativas o protocolos de actuación. Tienen existencia real. Su representación gráfica se realiza mediante los diagramas de flujo” (López. 2007, p.17)  | Gestión de procesos | Procesos Procedimientos                                       | Recepción de materia prima<br>Inspección de materia prima<br>Almacenamiento de materia<br>Preparación de materia prima<br>Área de cocimiento<br>Área de picado e integración de ingredientes<br>Área de producto terminado (plato)<br>Área de inspección<br>Entrega al cliente | Método de observación.<br>Método de entrevistas.   |

## CAPÍTULO I

### MARCO TEÓRICO

El objetivo del primer capítulo es desarrollar la fundamentación teórica que sustente el tema de investigación partiendo de conceptos como, patrimonio, patrimonio cultural, patrimonio cultural inmaterial, patrimonio alimentario natural y cultural haciendo un hincapié en este último ya que la investigación se basa principalmente en su estudio. Posteriormente se analiza temas relacionados a la salvaguardia del patrimonio cultural. En seguida se menciona conceptos relacionados a la gestión de procesos, finalizando este capítulo con la caracterización del objeto de estudio, que en este caso es el cantón Mejía.

#### **1. Patrimonio**

“El patrimonio es historia procesada a través de mitología, ideologías, nacionalismo, romanticismo, orgullo local, planes de marketing” (Schouten, 1995 citado en De la Rosa, 2003)

El patrimonio está constituido por elementos materiales e inmateriales que en un principio se heredan y de los que se vive, convirtiéndose en una herencia que vincula al ser humano con el pasado el cual se ha transmitido de generación en generación. El patrimonio es una utilización de la historia un rescate de elementos del pasado desde el presente.



## **1.1 Patrimonio Cultural**

De la Rosa (2003) define al Patrimonio Cultural en aquel que a más de los elementos mencionados dentro de la cultura tales como fiestas, tradiciones, monumentos históricos, arquitectura popular, procesos productivos, artesanías, folklore , también se encuentran incluidos la lengua, literatura, música, danza, ritos, costumbres, artesanía, entre otras artes que permitan la expresión de la identidad cultural y social de un pueblo. (p. 157).

Mientras tanto Lull (2005) lo define como: “El conjunto de manifestaciones u objetos nacidos de la producción humana, que una sociedad ha recibido como herencia histórica, y que constituyen elementos significativos de su identidad como pueblo” (p. 181). Es importante mencionar que dichas manifestaciones u objetos son considerados importantes al denotar el progreso histórico de las civilizaciones llegando a ser un modelo o referente para toda la sociedad.

Los autores recaen en que el Patrimonio Cultural es un conjunto de bienes tangibles como monumentos, escultura, pinturas, obras arqueológicas y todas aquellas obras hechas por el hombre e intangibles como las fiestas leyendas, rituales y todos aquellos saberes ancestrales; que con el transcurrir del tiempo llegan a convertirse en un referente para toda la sociedad; otorgándoles una identidad cultural la cual será transmitida de generación en generación para su conservación a través del tiempo trascendiendo en un sentimiento de identidad nacional.

## **1.2 Patrimonio Cultural Inmaterial**

La UNESCO (2003) menciona que el Patrimonio Cultural Inmaterial - PCI es una definición bastante amplia que contiene:

Los usos, representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas -junto con los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales que les son inherentes- que las comunidades, los grupos y

en algunos casos los individuos reconozcan como parte integrante de su patrimonio cultural. Este patrimonio cultural inmaterial, que se transmite de generación en generación, es recreado constantemente por las comunidades y grupos en función de su entorno, su interacción con la naturaleza y su historia, infundiéndoles un sentimiento de identidad y continuidad y contribuyendo así a promover el respeto de la diversidad cultural y la creatividad humana (...). (p. 5)

Es importante indicar que para el estudio del PCI se ha clasificado en cinco ámbitos, en la tabla 1 se visualizan los que la constituyen.

**Tabla 1**

### **Ámbitos del patrimonio cultural inmaterial**

| <b>Ámbitos del Patrimonio Cultural Inmaterial</b>                 |
|---|
| Tradiciones y expresiones orales                                  |
| Artes del espectáculo   |
| Usos sociales, rituales y actos festivos                          |
| Técnicas artesanales tradicionales                                |
| Conocimientos y usos relacionados con la naturaleza y el universo |

#### **1.2.1 Tradiciones y expresiones orales**

La UNESCO define varias subcategorías, es por ello que dentro de las tradiciones y expresiones orales se encuentran todos los conocimientos y saberes que se expresan a través de los mitos, cuentos, leyendas, narraciones (...), que cuentan con un valor simbólico para toda una comunidad y que estos a su vez son capaces de transmitirse de generación en generación (INPC, 2013, p.24).

Según Hernández (s.f) se menciona que dentro de estas tradiciones se encuentran aquellas formas que son habladas y que permiten conservar aun los conocimientos,

valores culturales y sociales de la memoria colectiva, aquellos que se encuentran dentro de los proverbios, cuentos, amorfinos, plegarias canciones infantiles, entre otros (p.4).

Los autores mencionados con anterioridad recaen en que es un conjunto de expresiones habladas que permiten mantener su historia a través del relato de cuentos, canciones, leyendas, entre otros; sin embargo, dentro de estas tradiciones se debe tomar en cuenta que existe una fina línea de fiabilidad ya que puede ser alterada con el transcurso de las generaciones y de un intérprete a otro.

### **1.2.2 Artes del espectáculo**

La UNESCO indica que dentro de esta categoría se encuentra la música vocal hasta la instrumental, danza, teatro, poesía cantada y hasta la mímica utilizada para recrear la creatividad humana.

Ante esto el INPC (2013) señala que todas las representaciones de danza, música, juegos tradicionales, teatro y otras expresiones están vinculados a este tipo de artes y sean llevados a cabo en espacios rituales o cotidianos, públicos o privados, siempre y cuando muestren la importancia de su ejecución y transmisión a las futuras generaciones (p.26).

Una vez determinados los componentes de las artes del espectáculo también se deberán tomar en cuenta los espacios donde se realizan, la indumentaria y todos los elementos que acompañen a este tipo de espectáculos. Por ejemplo, la música será diferente dependiendo de la situación en la que se presente, sea un ritual, boda o funeral lo mismo sucederá con la danza ya que dependerá de lo que se busca expresar e ilustrar ante los demás. También se debe tener en cuenta que este tipo de actividades no deben

ser tomadas para desarrollar actividades comerciales ya que muchas cumplen con un papel cultural y social muy importante para quienes las representan.

### **1.2.3 Usos sociales, rituales y actos festivos**

Es un conjunto de manifestaciones, practicas e incluso representaciones, que se desarrollan en un determinado tiempo y espacio pudiendo llegar a ser religiosos o profanos transmitidos de generación en generación. Entorno a este tipo de manifestaciones se encuentran las fiestas cívicas, religiosas y agrarias; las practicas comunitarias tradicionales, tales como pampamesas, mingas, cruzamanos; los ritos, de iniciación, de parentesco, de paso y ritos de conmemoración, los cuales cumplen con normas muy estrictas durante su celebración; y finalmente se encuentran los oficios tradicionales los que se han retransmitido con el pasar de los años y estos pueden ser barberos, boticarios, fotógrafos, sastres y otros (INPC, 2013, p.28).

Para Hernández (*s.f*) dentro de esta categoría se encuentran todas aquellas costumbres que son parte de la vida cotidiana de una comunidad o grupo que son capaces de marcar su identidad. Sin embargo, es importante indicar que este tipo de acontecimientos se encuentran amenazados por ciertos factores como la globalización, individualización, emigración y la crisis económica debido a que la realización de estos demandan una gran inversión pudiendo llegar a ocasionar la desaparición de estas prácticas (p. 5).

### **1.2.4 Técnicas artesanales tradicionales**

En cuanto a las técnicas artesanales la UNESCO (2003), señala que este tipo de manifestaciones son consideradas las más tangibles del patrimonio y hace un especial hincapié en los conocimientos utilizados para el desarrollo de actividades artesanales

antes que en el producto terminado, como prendas de vestir, joyas, accesorios para festividades, instrumentos musicales... entre otros (p.14). Es importante indicar que varios factores tales como la comercialización, condición social, gustos culturales y sobre todo la falta de interés por parte de los jóvenes de la comunidad están provocando que este tipo de técnicas se pierdan puesto que aseveran que el aprendizaje y dominio de estas técnicas son muy exigentes y requieren de mucho esfuerzo, es por ello que prefieren dedicarse a otro tipo de actividades donde el esfuerzo sea menor y con mayor remuneración.

De acuerdo a lo mencionado con anterioridad el INPC (2013) recalca en que este tipo de actividad manual es una de las más tangibles del patrimonio cultural inmaterial en la que también están incluidos todos los elementos utilizados para la construcción de cierto producto, para el desarrollo de la actividad lo primordial es la transmisión del conocimiento y el saber hacer de las cosas antes que el objeto o producto que se elaborara (p. 30). Sin embargo, se debe tomar en cuenta que bajo la metodología propuesta se destaca las técnicas artesanales tradicionales como la alfarería, cerrajería, cestería...entre otros y las técnicas artesanales de construcción como la técnica del barro cocido y de todos los elementos que lo conforman.

### **1.2.5 Conocimientos y usos relacionados con la naturaleza y el universo**

Tanto la UNESCO y para el INPC consideran un sin número de conocimientos, técnicas, prácticas, saberes y competencias que son recreadas dentro de una comunidad convirtiéndose a su vez en un valor simbólico para la misma, entre este tipo de conocimientos se encuentran la elaboración de herramientas y técnicas relacionadas con la agricultura, ganadería, pesca y actividades extractivas o de supervivencia, así como aquellas para cubrir las necesidades de alimentación del ser humano; además de prácticas y conocimientos utilizados para el cuidado de la salud como la utilización de

hierbas medicinales y finalmente los sitios sagrados ligados a rituales, mitos y leyendas de importancia para la comunidad. (p. 29-30)

Ante esto claramente se puede concluir que todo este tipo de prácticas o actividades mencionadas con anterioridad pasan a ser el núcleo central de una comunidad el cual será transmitido de generación en generación. Después de la consideraciones anteriores, es necesario indicar que la gastronomía se encuentra dentro de los procesos de alimentación y por ende dentro del ámbito relacionados con la naturaleza y el universo; es por ello que se analiza los conocimientos y recursos que se emplean para la elaboración de una receta, así como también la clasificación que indica el INPC (Gastronomía, Gastronomía cotidiana y Gastronomía Ritual o Festiva) por lo que se deben analizar estos conceptos.

#### **a) Gastronomía**

Existe una gran variedad de autores que definen a la gastronomía como el conocimiento del hombre en lo que respecta a alimentación o simplemente concebido como el arte de preparar una buena comida y quizá algunos la muestren como una ciencia; pero una definición muy clara es la que aporta Tobar (2012), quien indica que la gastronomía es una ciencia, ya que no simplemente se habla de la manipulación o el conocimiento de los alimentos, sino abarca más términos como la estandarización de procesos, sistema HACCP, lo que la hace más compleja llevándola más allá de ser solamente un arte, el autor declara que no existe el arte de cocinar, amparado en que sino se utiliza materia prima de calidad el producto será mediocre por lo que más que un arte se sigue una metodología en la que se aplican procesos y conocimientos para conseguir excelentes resultados.

### **b) Gastronomía cotidiana**

Se puede definir a la gastronomía cotidiana como aquellas preparaciones que constituyen parte fundamental de la alimentación diaria de una comunidad, las cuales son elaboradas a base de productos característicos de la zona; muy utilizados para la elaboración de bebidas, desayunos, almuerzos y meriendas (Unigarro, 2010, p. 134-137).

### **c) Gastronomía ritual o festiva**

Este tipo de gastronomía se basa principalmente en la utilización de productos que son destinados explícitamente para el consumo en épocas de fiesta y sirven de base para la elaboración de distintos platos, sin embargo es importante considerar la fiesta que se va a celebrar debido a que las preparaciones varían si la celebración es Navidad y Año Nuevo, Carnaval, Semana Santa, Día de los Difuntos (Unigarro, 2010, p. 134-137).

## **1.3 Patrimonio alimentario**

Dentro de las necesidades biológicas del ser humano, la alimentación es uno de los pilares fundamentales a satisfacer; es por ello que las culturas y los alimentos han evolucionado equitativamente, buscando crear nuevas formas de producción y preparación, es por ello que en ciertos casos el organismo del ser humano ha tenido que adaptarse a la comida disponible en su entorno para que los nutrientes sean aprovechados de mejor manera (Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador, 2014, p.12). Es ahí cuando se habla de Patrimonio Alimentario ya que cada cultura ha desarrollado un conjunto de alimentos adecuados a sus condiciones biológicas, físicas y ambientales que permiten el aprovechamiento máximo de los mismos, mejorando la nutrición y cultura gastronómica de cada pueblo.

### **1.3.1 Patrimonio Natural Alimentario**

Se considera patrimonio natural alimentario a todos aquellos productos nativos de un pueblo y que son utilizados para la elaboración de un plato (Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador, 2014, p. 3).

### **1.3.2 Patrimonio Cultural Alimentario**

Según el Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador (2014) al hablar del patrimonio cultural alimentario es necesario considerar ciertos factores como la forma de preparación, el conocimiento, las técnicas y tradición que son utilizadas al transmitir información relativa a la elaboración de un plato (p.3). Debido a que de esto dependerá el sabor de la preparación considerando que el mismo es uno de los elementos esenciales de la cultura de un pueblo por ejemplo, el sabor del hornado pastuzo es diferente al del hornado que se prepara en Riobamba.

En este orden de ideas, es necesario mencionar que en la presente investigación se estudiara únicamente al patrimonio cultural alimentario debido a que el tema considera el análisis de los procesos y procedimientos de la elaboración de los platos emblemáticos, el estudio del patrimonio natural alimentario se encuentra dentro de otra área de conocimiento.



## **1.4 Salvaguardia**

La salvaguardia se plantea como un mecanismo para la identificación, investigación y definición de acciones a tomar para que la transmisión de conocimientos perdure y sean practicados por las nuevas generaciones, además de fortalecer de tal manera la riqueza cultural de los pueblos. Es necesario indicar que la salvaguardia se promueve para la conservación y siempre se la ha aplicado para el Patrimonio Cultural Material, usándose diferentes criterios como la autenticidad, originalidad y excepcionalidad.

Para el estudio del Patrimonio Cultural Inmaterial es necesario utilizar diferentes criterios a los mencionados con anterioridad, debido a que éste es cambiante, dinámico y su representación depende del valor sociocultural y simbólico para quienes lo manifiestan. Este se encuentra en constante cambio ya que no se basa en características inamovibles, sino más bien varía de acuerdo al entorno social en que se desarrolle y de la importancia que se le dé, es por ello que la viabilidad y continuidad de dichas manifestaciones se pueden ir perdiendo a causa del desconocimiento y desvalorización, lo que ha ocasionado que su transmisión se vea afectada y repercute en las nuevas generaciones, perdiendo el valor cultural de nuestro pueblo (INPC, 2013, p.35-37).

### **1.4.1 Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial**

La salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial (PCI) es un tema que en los últimos años ha tomado fuerza, el que indica que es la conjugación de usos, representaciones y conocimientos acompañados de los instrumentos, herramientas, objetos y espacios culturales que las personas reconozcan como su patrimonio cultural, además se indica que cada alimento preparado contiene un valor simbólico, cultural e identitario de un lugar por su historia, ingredientes, receta y forma de preparación. A lo

mencionado anteriormente se considera “Patrimonio Alimentario” aquel que se transmite de generación en generación recreado por la comunidad con un sentimiento de identidad y continuidad con la diversidad cultural.

Alrededor de 22 países incluyendo a Ecuador, se adhieren a la convención, quienes buscan enunciar diferentes articulados que promuevan y apoyen las acciones que se impulsan dentro de la salvaguardia del PCI, es por esto que se crea el Centro Regional para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial de América Latina (CRESPIAL), Ecuador se adhiere a este ente a través del INPC que es el ente encargado del cuidado, preservación e investigación del patrimonio cultural, además de esto se toman la siguiente consideración que a continuación se enuncia:

“Para asegurar la salvaguardia, el desarrollo y la valorización del patrimonio cultural inmaterial presente en su territorio, cada Estado por su parte hará todo lo posible por adoptar una política general encaminada a realzar la función del patrimonio cultural inmaterial en la sociedad y a integrar su salvaguardia en programas de planificación” (Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador, *s,f*, p. 11).

En conclusión cada país utilizara herramientas que considere pertinentes para fomentar estudios técnicos con la implantación de metodologías acordes a la preservación del PCI, para la que se podrá crear instituciones que contribuyan con la gestión del mismo y que a su vez garantice y facilite el acceso a su documentación. Es por ello que en el Ecuador se desarrolla el “Manual Metodológico para la Elaboración del Atlas Patrimonio Alimentario”, que pretende el estudio del patrimonio alimentario a través de la elaboración del “Atlas Gastronómico”, cuyo objetivo principal es contribuir con la revalorización y potencialización de la riqueza culinaria nacional.

### **1.4.2 Atlas del Patrimonio Alimentario**

El atlas es considerado un documento de vital importancia para aquellos que buscan mantener la memoria viva de un pueblo o simplemente conocer un poco más acerca de la gastronomía tradicional de un sitio específico. Ante esto el Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador (2014) lo define como un documento que permite el procesamiento de la información; referente a los alimentos que se producen, recolectan y hacen dentro de una población (p. 13). Se debe considerar que el Atlas está dirigido a un público muy amplio con o sin conocimientos del tema ya que la información que contiene es de fácil comprensión y entendimiento.

## **1.5 Gestión de Procesos**

La gestión de procesos es una herramienta utilizada para la mejora de gestión dentro de cualquier tipo de organización. Se puede definir que para que exista un proceso es necesario la utilización de recursos que atraviesen una serie de procedimientos secuenciales que al ser transformados, den como resultado un producto o servicio.

### **1.5.1 Procesos**

Según López (2007) indica que un proceso es un conjunto de secuencias que se relacionan y siempre tendrán entrada, transformación y salidas que permiten producir un producto o servicio (p.17). Por otra parte, se puede definir a un proceso como “un conjunto de actividades planificadas que implican la participación de un número de personas y recursos materiales coordinados para conseguir un objetivo previamente identificado” (Roig 1998 citado por Zambrano 2013).

### **1.5.2 Procedimientos**

Así mismo López (2007) indica que un procedimiento es una guía detallada y secuencial de la interacción entre los diferentes puestos de trabajo para obtener un producto final o servicio (p.17).

Por lo tanto, la diferencia radica en que un proceso es la transformación de la materia para obtener un producto o servicio mientras que un procedimiento es la forma en la que se va a hacer es por ello que se debe detallar todas las actividades que se va a realizar durante un determinado proceso.

Con respecto a lo anteriormente expuesto, la autora menciona cuatro etapas necesarios que considera fundamentales para el levantamiento de procesos y procedimientos, los cuales se mencionan y definen a continuación:

#### **a) Identificación de los procesos de la unidad de trabajo**

Según López (2007) para la identificación de los procesos es necesario conocer los productos o servicios que se generan dentro de la unidad de trabajo, para esto se puede utilizar una lista en la que se detallen de forma priorizada las actividades a realizar; a continuación se procede a identificar los procesos necesarios a partir de la entrada de insumos y transformación de la misma para elaborar el producto (p. 19).

### **b) Recolección del material del proceso en estudio**

Consiste en la recolección de información que se relacione con el proceso de estudio que permita analizar su desarrollo, para esto se puede utilizar herramientas como investigación documental, encuestas o entrevistas estructuradas y la observación directa (López, 2007, p.20)

### **c) Realización de la matriz para la identificación y documentación de procesos**

La matriz es un formato en el que se encuentran datos necesarios de un determinado proceso como la dependencia, unidad programática, nombre del proceso, clasificación del proceso, alcance, código, objetivo, responsable, producto o servicio, usuario o cliente, insumos requeridos, proveedores, relación con otros procesos y descripción de actividades (Ver anexo 1). A continuación se procede a realizar un diagrama de procesos (López, 2007, p.21-27). El diagrama es la representación gráfica de las actividades descritas en la matriz, es por ello que es necesario conocer la simbología utilizada para diagramar las actividades del proceso.

### **d) Eficacia del proceso**

En cuanto a eficacia, la autora define que es la mejora continua a través de la revisión anual, para mantener un control de los procesos descritos y en caso de requerirse se realizaran los cambios necesarios (López, 2007, p. 33).

Una vez identificadas las etapas se debe considerar que el alcance de la investigación son los tres primeros aspectos debido a que el cuarto está relacionado directamente con la calidad; y este no corresponde al tema de estudio. Sin embargo,

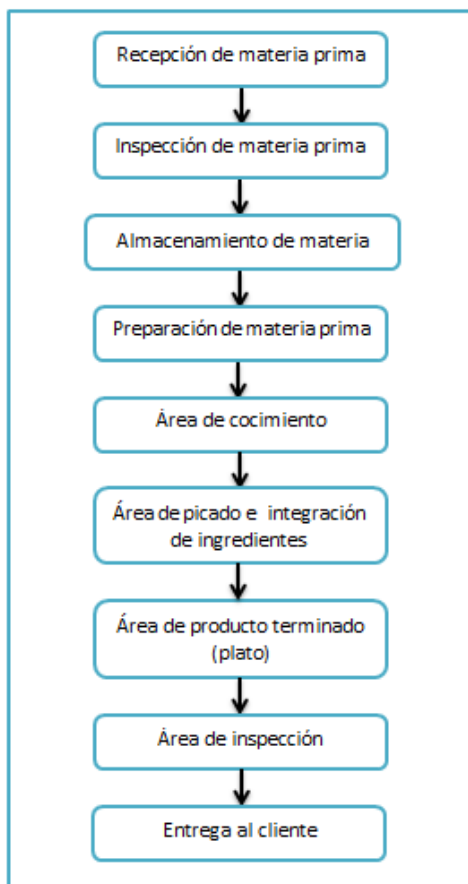
además de estos tres aspectos se considerara los procesos que se utilizan dentro de la cocina, mismos que servirán para la sistematización de los procesos en la elaboración de las recetas.

## **1.6 Procesos de cocina**

Una vez que se ha conceptualizado los conceptos referentes a procesos y procedimientos y aún más conociendo la metodología para el levantamiento de los mismos dentro del área administrativa, es necesario definir los procesos para el área de cocina los cuales toman en cuenta diferentes aspectos y para esto se cita a Pérez, Mayor y Navarro (2003) quienes indican que para llevar a cabo un proceso correcto de cocina es necesario tener en cuenta diferentes aspectos como: maquinaria, equipos y utensilios de producción culinaria; higiene, seguridad y prevención en las zonas de producción culinaria; gestión del economato; técnicas culinarias de corte y de cocción; elaboraciones básicas en cocina de múltiples aplicaciones; materias primas y finalmente los procesos de conservación de los alimentos (p. 23-349).

Sin embargo se debe tomar en cuenta que los procesos que se describieron anteriormente competen únicamente para el área de cocina, ante esto es necesario ampliar el sistema que se requiere para los procesos y procedimientos a ser utilizados dentro del tema de investigación.

No obstante en México el Instituto Nacional del Emprendedor (2015) propone diferentes procesos productivos y escalas de producción aplicados dentro de una cocina. Cuyos procesos y procedimientos son destinados a establecimientos de restauración grandes que pueden servir de base dentro del tema de investigación, estos se definen a continuación en la Figura 1 en el que se sintetiza el proceso.



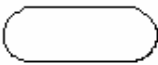



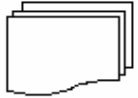





**Figura 1. Procesos de cocina**

Como ya se mencionó con anterioridad las dependencias que aquí se encuentran servirán como base para la elaboración de la matriz de identificación para el estudio sin embargo, se debe considerar que estos serán agrupados como se describen a continuación: compra de materia prima (recepción de materia prima, inspección de materia prima, almacenamiento de materia prima); preparación de materia prima (área de picado e integración de ingredientes); área de cocción; área de producto terminado (área de inspección, entrega al cliente); debido a que las consideraciones anteriores se aplican en un establecimiento de restauración grande mientras que dentro de la investigación varios platos únicamente se preparan para el autoconsumo y no para la comercialización

## 1.7 Diagramas de flujo

Los diagramas de flujo se utilizan para realizar representaciones gráficas que desglosan un proceso dentro de cualquier tipo de actividad a desarrollarse en empresas industriales o de servicios, en sus departamentos, secciones u áreas de su estructura organizativa para analizar o mejorar el proceso según sea el caso. A continuación se presentan dos ejemplos de la simbología utilizada para la elaboración de flujograma ver Figura 2 y Figura 3:

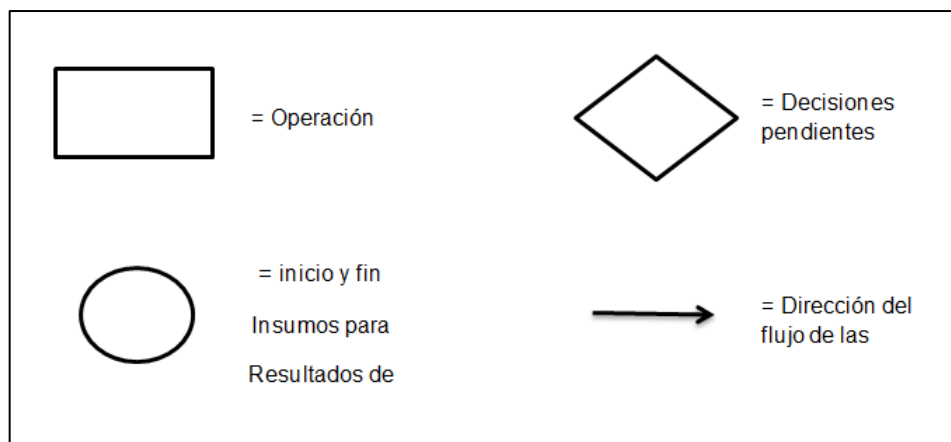
Simbología utilizada para la elaboración de un diagrama de flujo:

| SÍMBOLO   | REPRESENTA   | SÍMBOLO  | REPRESENTA   |
|---|--|--|--|
|    | <b>Terminal:</b> Indica el inicio o la terminación del flujo del proceso.  |    | <b>Actividad:</b> Representa una actividad llevada a cabo en el proceso.   |
|   | <b>Decisión:</b> Indica un punto en el flujo en que se produce una bifurcación del tipo "SI" – "NO"                        |   | <b>Documento:</b> Se refiere a un documento utilizado en el proceso, se utilice, se genere o salga del proceso.            |
|  | <b>Multidocumento:</b> Refiere a un conjunto de documentos. Un ejemplo es un expediente que agrupa a distintos documentos. |  | <b>Inspección / Firma:</b> Empleado para aquellas acciones que requieren una supervisión (como una firma o "visto bueno"). |
|  | <b>Conector de proceso:</b> Conexión o enlace con otro proceso diferente, en la que continúa el diagrama de flujo.         |  | <b>Archivo Manual:</b> Se utiliza para reflejar la acción de archivo de un documento y/o expediente.                       |
|  | <b>Base de datos/aplicación:</b> Empleado para representar la grabación de datos.  |  | <b>Línea de Flujo.</b> Proporciona indicación sobre el sentido de flujo del proceso.                                       |

**Figura 2. Simbología diagrama de flujo**

Fuente: (Aiteco Consultores, 2015)





**Figura 3. Símbolos para el diagrama de flujo**

Fuente: (Gutierrez H. Calidad y Productividad, 2014)

A partir de las consideraciones vertidas por los autores citados con anterioridad se propone la simbología que será utilizada durante la sistematización de los procesos y procedimientos de gastronomía descritos a continuación en la Tabla 2.

**Tabla 2**

**Simbología de un diagrama de procesos**

| Simbolo | Representa   | Simbolo | Representa                              |
|---------|--|---------|---|
|         | Inicio y fin...<br>Insumos para...<br>Resultados de...                     |         | Dirección del flujo de las actividades. |
|         | Decisiones pendientes<br>Si/No posibles alternativas de las actividades.   |         | Realización de Operaciones/Actividades  |
|         | Proceso alternativo<br>Continuidad del flujogramas por otra parte de este. |         |   |

## **1.8 Caracterización del objeto de Estudio**

La Provincia de Pichincha es una de las 24 provincias del Ecuador; se encuentra conformada por 8 cantones: Puerto Quito, Pedro Vicente Maldonado, San Miguel de los Bancos, Quito, Pedro Moncayo, Cayambe, Rumiñahui y Mejía.

### **1.8.1 Antecedentes del cantón Mejía**

En sus orígenes el lugar fue habitado por las comunidades indígenas de los Panzaleos localizados en las faldas del volcán Rumiñahui y Corazón, actual territorio de las parroquias Aloasi, Alóag y Machachi, después de la conquista se convirtió en punto de referencia para el comercio y asentamiento poblacional. Por este lugar pasaron personajes importantes de la historia científicos como La Condamine, exploradores como Alexander von Humbolt y escritores como Juan León Mera y otros visitantes quienes han dedicado varias reseñas del cantón dentro de sus trabajos.

Una de ellas se menciona a continuación, la cual fue hecha por un cronista durante el viaje inaugural del ferrocarril:

“...Después de que el maquinista atendió el calor de la locomotora caldeada, descendimos a los campos de esmeralda de Machachi. ¡Qué panorama! ¡Dios mío! Es la única parte en que iría a lomo de mula para contemplar a mi sabor la naturaleza y, sobretudo, el agreste y variado aspecto de las cordilleras que limitan a cantón que lleva el nombre del Orador Mejía” (Anónimo 1909 citado por López 2014).

Es importante mencionar que en sus inicios originalmente se lo denominó Machachi, en el año de 1824 fue subido a la categoría de parroquia, en 1869 paso a formar parte del cantón Quito hasta el 23 de julio de 1883, año en el que se constituyó como cantón Mejía en honor al quiteño José Mejía Lequerica Barrotieta.

### **1.8.2 Situación geográfica**

El cantón Mejía se encuentra localizado al suroriente de la Provincia de Pichincha, limita al norte con el Distrito Metropolitano de Quito, el cantón Rumiñahui y la provincia de Santo Domingo de los Tsachilas , al sur con la provincia de Cotopaxi, al este provincia de Napo y al oeste provincia de Cotopaxi y provincia de Santo Domingo de los Tsachilas. Es conocido también como el “Corazón de los Andes” con singulares paisajes pintorescos, casas de hacienda, hosterías, volcanes, tradiciones y una gran biodiversidad de flora y fauna.

### **1.8.3 División territorial**

El cantón Mejía se encuentra conformado por ocho parroquias, una urbana donde se encuentra la cabecera cantonal que es Machachi y siete rurales como son: El Chaupi, Aloasi, Alóag, Tambillo, Cutuglagua, Uyumbicho, y Manuel Cornejo Astorga (Tandapi).

### **1.8.4 Clima**

El clima del lugar presenta variaciones debido a que el cantón se encuentra a una altitud de entre 600 y 4750 msnm, es por ello que se puede pasar de un clima cálido en la parroquia Tandapi, hasta las nieves perpetuas de los volcanes que rodean el cantón, es por ello que la temperatura del lugar varía desde 0 a 35°C.

### **1.8.5 Hidrografía**

Al este se ubica al microcuenca del rio San Pedro, perteneciente a la subcuenca del rio Guayllabamba el cual es alimentado por los deshielos y vertientes de los volcanes

Rucu Pichincha, Atacazo, Corazón, Ilinizas, Rumiñahui, Sincholagua, Pasochoa, Ilaló y Cotopaxi. Al oeste se encuentra la microcuenca del río Toachi cuyo cauce principal es el río Pilatón alimentado por nevados y vertientes como Atacazo, Corazón, Ilinizas, Quilotoa y cordillera Leila.

### **1.8.6 Orografía**

La hoya Machachi es parte del callejón interandino y también parte de la cordillera occidental, su topografía es plana sin embargo esta empieza a elevarse hacia los volcanes extintos Pasochoa, Rumiñahui, Atacazo, Corazón e Ilinizas.

### **1.8.7 Infraestructura**

Dentro del sector se cuenta con facilidades de acceso siendo la principal arteria el eje 45, una vez dentro del cantón se encuentra con ejes viales de primer y segundo orden que facilitan el acceso hacia cualquiera de sus parroquias. Mientras que para la movilidad cuenta con diferentes líneas de transporte entre las parroquias con las cooperativas y fuera del cantón con destinos hacia el Distrito Metropolitano de Quito y el cantón Cayambe.

Es importante indicar que cada una de sus parroquias cuenta con todos los servicios básicos (agua, luz y teléfono), con el GAD parroquial, subcentros de salud, UPC, escuelas y colegios, gasolineras, cementerios, iglesias, hoteles, hosterías, restaurantes, cafeterías, heladerías

### 1.8.8 Actividad económica

- **Actividad industrial y manufacturero.-** Dentro del cantón se encuentran desarrolladas empresas dedicadas a diversas actividades como: alimentación, elaboración de lácteos y carnes, embotellamiento de agua y gaseosas, reciclaje textiles, agroindustriales, además de contar con la presencia de grandes empresas como Yanbal, Acerías del Ecuador, Alpina, Invedelca, Tesalia... y otras.
- **Actividad agrícola ganadero.-** Es un productor y comercializador de productos como papa, brócoli, maíz, cebada, trigo y cultivo de flores que cubre la demanda externa, mientras que para cubrir la demanda interna se encuentran productos como el maíz, papa, quinua, trigo, tubérculos, hortalizas, legumbres y desde Tandapi se encuentra productos como banano, café, naranja mandarina y caña de azúcar. Además de ser un gran productor lechero.
- **Economía de prestación de servicios.-** La mayor parte de establecimientos se encuentran dedicados al servicio de alimentos y bebidas, reparación de enseres y reparación de equipos de cómputo y en menor cantidad empresas dedicadas a la salud, enseñanza, servicios financieros y actividades jurídicas.
- **Actividad turística.-** La actividad turística se ha desarrollado a gran escala dentro del cantón debido a que posee una gran variedad de atractivos turísticos naturales y culturales, por lo que ha incrementado su planta hotelera, área de alimentos y bebidas y servicio de recreación.

## **CAPÍTULO II**

### **METODOLOGÍA**

El objetivo del segundo capítulo es realizar el diagnóstico de la situación actual del patrimonio cultural alimentario del cantón Mejía en base a la metodología del Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador; sin embargo, se debe considerar también la importancia de las etapas de la metodología de la investigación científica que lineara el adecuado proceso en el desarrollo del trabajo, misma que será detalla a continuación.

#### **2. Enfoque de la investigación**

El presente trabajo de investigación presenta un enfoque cualitativo debido a que a través de este se podrá realizar una descripción y observación del objeto de estudio que en este caso son los platos emblemáticos del cantón Mejía, mediante fichas y entrevistas se levantarán los procesos de elaboración de los mismos, los resultados obtenidos contribuirán para la elaboración del atlas gastronómico que es la propuesta final del estudio.

#### **2.1 Modalidades de la investigación**

##### **a) Investigación de campo**

Este tipo de investigación se realiza dentro del área de estudio es decir en el lugar que se producen los acontecimientos, en donde el investigador es capaz de interactuar con las realidades del objeto de estudio y obtener información de acuerdo a sus

necesidades (Herrera, Medina y Naranjo, 2004, p.103). Es evidente entonces que a través de la aplicación de esta modalidad se podrá obtener datos pertinentes al tema de estudio e interactuar con los actores involucrados en la preparación de los platos emblemáticos.

### **b) Investigación documental- bibliográfica**

A través de esta modalidad se amplía la información del objeto de estudio, puesto que se podrá realizar comparaciones entre los criterios de varios autores permitiendo profundizar en la información y en los datos relevantes pertinentes a la investigación, para ello se realiza el análisis de libros, revistas, sitios de internet.

Es conveniente además citar a Herrera. Et al. (2004) quien menciona que la investigación documental - bibliográfica “pretende detectar, ampliar y profundizar diferentes enfoques y teorías de diversos autores sobre una cuestión determinada basándose en fuentes primarias y secundarias” (p. 103).

## **2.2 Tipos de investigación**

### **a) Tipo exploratorio**

Este tipo de investigación “permite indagar información de un tema poco conocido, del cual existe información sin embargo no se han realizado investigaciones pertinentes para examinar dicha situación (Hurtado de Barrera, 2002)” (Cira de Pelekais, Mineira Finol de Franco, Neuman, Carrasquero, García y Leal, 2012, p. 86). En relación a lo anterior expuesto el presente tema de estudio pretende inquirir información de un tema muy poco conocido como es el caso del estudio de los platos emblemáticos del

cantón Mejía de los que a partir de entrevistas con la misma población se puede encontrar información pertinente al tema, sin embargo, este campo de estudio aún no ha sido explorado.

### **b) Tipo descriptivo**

Según Herrera (2005) se trata de “describir, registrar, analizar e interpretar los diferentes elementos del problema para lo cual se apoya en taxonomías, esquemas descriptivos o tipologías” (p.76). En relación con el tema de estudio este tipo de investigación permitirá recolectar la información, analizarla y sintetizarla, para posteriormente plasmar los procesos y procedimientos de la elaboración de platos emblemáticos del cantón Mejía, cuyos resultados finales darán paso al atlas gastronómico del patrimonio alimentario.

## **2.3 Fuentes de recolección de la información**

### **a) Fuentes de información primaria**

Dentro de esta investigación, las fuentes de información primaria son necesarias, debido a que esta no es posible encontrarla en libros, en tal virtud, toda la información será levantada in situ, es por ello que se deberá recurrir a las personas relacionadas directamente con la investigación. Se llega a estas conclusiones ya que Bernal (2010) indica que la información primaria se obtiene cuando se han observado, presenciado los hechos o entrevistados a los involucrados dentro del objeto de estudio (p. 192-193).



## **b) Fuentes de información secundaria**

Las fuentes secundarias son limitadas puesto que existe muy poca información del tema en libros, revistas, publicaciones y sitios web, únicamente se habla acerca de la gastronomía típica del cantón mas no de la gastronomía emblemática; sin embargo, la poca información hallada en libros o documentos serán un aporte en la ampliación y adecuado desarrollo del tema.

## **2.4 Técnicas de recolección de la información**

### **a) Observación**

La observación es una técnica a través de la cual el investigador puede familiarizarse con una situación, hecho u objeto de estudio. Es evidente que la aplicación de esta técnica es fundamental para el tema a ser desarrollado, en este sentido Herrera, et. al, (2004) mencionan que se debe contar con instrumentos para el registro de datos por observación para lo que se podrá utilizar cuaderno de notas, diario, ficha de campo, registro específico, anecdotarios, lista de cotejo y escalas estimativas (p.128-129).

### **b) Entrevista**

Esta técnica de recolección permite el contacto directo entre el investigador y el actor involucrado para poder obtener información acerca del estudio que se pretende realizar. Para esto es necesario una entrevista focalizada que según Herrera, et. al, (2004) “es en donde el entrevistador establece una lista de tópicos en relación a los cuales centraliza la entrevista” (p.131).

Además de lo mencionado se debe considerar que la persona que realiza la entrevista debe ser capaz de escuchar y tener habilidad para aquello que busca investigar y de esta manera no permitir que el entrevistado se salga del tema.

De acuerdo a lo anteriormente expuesto dentro de este método se utilizara una guía de entrevista (Ver anexo 2), misma que estará lineada a las necesidades del investigador y también de acuerdo al perfil de la ficha para el levantamiento de información determinada por Instituto Nacional del Patrimonio INPC.

## **2.5 Identificación de actores**

El Ministerio de Cultura y Patrimonio a través de la metodología para el levantamiento del atlas, indica quienes pueden ser los actores aquellos que colaboren directa e indirectamente con el tema de estudio, los identifica como detentores y estos pueden ser campesinos, cocineras, vendedores y estudiosos del tema. Por tal motivo para identificarlos en el presente estudio es necesario indicar que se basa en el muestreo no probabilístico, con el uso del muestreo intencional el cual según Herrera E. Luis, Medina F. Arnaldo y Naranjo L. Galo menciona que “Se tiene en cuenta el criterio del investigador, que es quien decide, en forma justificada, quienes conforman la muestra (2004, p. 111)”.

A continuación se identifican los actores y detentores que participaron durante el levantamiento de la información, ante esto es importante mencionar que se tuvo reuniones con personal de entidades públicas quienes brindaron la apertura y colaboración necesaria para llevar a cabo la investigación además de los actores involucrados directamente que al ser conocedores de lo que se pretende con el estudio se mostraron abiertos a compartir sus conocimientos.

Tabla 3

## Actores participes de la investigación

| ACTORES                                |  |
|--|--|
| <b>Ing. Karina Fonseca</b>             | Antropóloga; Dirección de inventario/ Patrimonio Inmaterial (Centro de investigación de la Memoria y el Patrimonio Cultural) |
| <b>Ing. Antonio Morales</b>            | Antropólogo. Historiador; Gerente General de Hostería Restaurante Chiguag  |
| <b>Ing. Esteban Tapia</b>              | Técnico Gastrónomo; Subsecretaria del Ministerio de Cultura y Patrimonio   |
| <b>Chef. Carlos Gallardo</b>           | Director Técnico de Taste Ecuador  |
| <b>Msc. Carlos Gutiérrez Gómez</b>     | Director: Dirección de desarrollo, económico y productivo del GAD Municipal del Cantón Mejía                                 |
| <b>Ing. Liliana Gutiérrez</b>          | Técnica; Coordinadora de Turismo del GAD Municipal del Cantón Mejía  |
| <b>Dr. Edwin Yáñez</b>                 | Abogado- Locutor; Gerente General Radio JM   |
| <b>Tlgo. Freddy Villavicencio</b>      | Técnico; Vicepresidente del GAD Parroquial de Uyumbicho  |
| <b>Tlgo. Wilson Rodriguez</b>          | Técnico; Presidente del GAD Parroquial de Alóag  |
| <b>Ing. Jorge Simbaña</b>              | Técnico; Promotor Ambiental GAD parroquial El Chaupi   |
| <b>Lic. Polo Rivera</b>                | Técnico; Promotor de medio Ambiente y Productividad GAD parroquial El Chaupi   |
| <b>Lic. Patricia Pastrano Casanova</b> | Secretaria; GAD Parroquial de Tambillo   |
| <b>Lic. Javier Fajardo</b>             | Fotógrafo - Escritor; Periodista del Periódico "Tierra Grande"   |
| DETENTORES                             |  |
| <b>Tortillas de tiesto</b>             | Sra. Rosa Edelina Topanta<br>Sra. Mariana Cisneros   |
| <b>Habas Tasno</b>                     | Sra María Petrona Chugchilan<br>Sra. Myriam Heredia,<br>Sra. Estela Jacome.  |
| <b>Arepas</b>                          | Sra. Zoila Aguirre de Santos   |

CONTINÚA



|                           |  |
|---------------------------|--|
|                           | Sra. Elva Ayala Barreno  |
| <b>Polla Ronca</b>        | Sra. Mariana de la Cueva<br>Sra. Inés Altamirano                             |
| <b>Ubre</b>               | Sra. Elsa Cecilia Toapanta<br>Sra. Consuelo Uvillus<br>Sra. Narcisa Toapanta |
| <b>Timbushca</b>          | Sra. Digna Gualotuña<br>Sra. María Tonato<br>Sra. María Ligia Pupiales       |
| <b>Delicados</b>          | Sra. Elva Ayala Barreno  |
| <b>Cerveza Artesanal</b>  | Ing. Paúl Calderón   |
| <b>Pitimuchas</b>         | Sra. Lucrecia Acuña<br>Sra. Mariana de la Cueva                              |
| <b>Cocinado Chacarero</b> | Sra. Mariana Masapanta<br>Sra. Inés Altamirano<br>Sra. Margarita Chiluisa    |
| <b>Fritada de Cordero</b> | Sra. Hilda Quinaluisa  |

## 2.6 Manual Metodológico para la Elaboración del Atlas “Patrimonio Alimentario”

En lo que se refiere al Manual Metodológico para la Elaboración del Atlas “Patrimonio Alimentario” es pertinente indicar que no simplemente se trata de la aplicación de una metodología básica; sino que permite concebir lo que es un alimento patrimonial, producto emblemático, los ingredientes adecuados y las técnicas de preparación. En relación con la elaboración del manual es preciso señalar que el estudio nace a partir del Proyecto Emblemático “Ciudades Patrimoniales del Ecuador” llevado a cabo por el Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador, cuyo principal objetivo es afianzar la cultura local siendo participes del proyecto 38 ciudades; por otra parte, atribuye responsabilidades a cada uno de los municipios quienes serán los encargados de la conservación, dinamización, mantenimiento y difusión del patrimonio fomentando así la identidad y cultura del lugar logrando un mejoramiento de la calidad de vida; el

Patrimonio Alimentario es uno de los componentes importantes de este proyecto, ya que permite consolidar la riqueza gastronómica del cantón y su identidad.

Con este propósito se ha llevado a cabo una serie de investigaciones, en las que se indica que el país conserva aún 10 sistemas agrícolas tradicionales, mismos que en un futuro podrán afianzar una agricultura sostenible. En este mismo sentido se ha determinado que productos como: camote, yuca, mortiño, mashua, ataco, ocas, cacao y otros productos son nativos del Ecuador, ya que se encuentran desde hace 5000 años en el territorio, mucho más antes que en México como se pensaba.

Hechas las consideraciones anteriores es importante señalar que el Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador procura que a partir de la correcta aplicación de la metodología se pueda crear bases sólidas que consientan la elaboración de los atlas de cada una de las provincias, mismos que a través de su recapitulación contribuyan con la generación del atlas del Patrimonio Alimentario del Ecuador. A continuación se presentan los criterios manejados en la metodología.

#### **Tabla 4**

##### **Criterios para la identificación del alimento patrimonial**

| CRITERIO            | DESCRIPCIÓN   |
|---------------------|---|
| <b>Ingredientes</b> | <p>Al hablar de ingredientes se debe conocer también que se pretende alcanzar la calidad patrimonial, que es la utilización de ingredientes tradicionales y no industrializados como tantos se han visto en la actualidad. Es necesario utilizar ingredientes tradicionales debido a que de estos dependerá al sabor y la calidad del producto final, quienes a través del paso de los años han ido interactuando entre sí para conseguir la excelencia gastronómica en cuanto a sabor, olor, color y textura.</p> <p>Los productos industriales van tomando fuerza, reemplazando a los</p> |

CONTINÚA



|  |   |
|--|---|
|  | <p>ingredientes como: condimentos a base de especias, salsas hechas en casa, grasas naturales, mantequilla, animales criados en el campo, cultivos orgánicos y endulzantes naturales; sin embargo, se debe tener en cuenta que a esto se debe la pérdida del sabor y el valor nutritivo de las preparaciones causando daños en la salud de quienes lo consumen.</p>   |
| <p><b>Formas de preparación</b></p>    | <p>Las formas tradicionales juegan un papel trascendental dentro de la elaboración de un determinado plato puesto que le otorgan profundidad y complejidad a la preparación. Además se debe tener en cuenta que la forma de preparación y también su combinación no son al azar ya que en muchos de los casos pueden facilitar la digestión para el organismo, eliminar toxinas, proveer al cuerpo los nutrientes adecuados o para realzar el sabor.</p> <p>Debido al modo de vida acelerado muchas formas de preparación se han ido dejando a un lado optando por formas mucho más fáciles de preparación, perdiendo poco a poco su valor cultural y gastronómico.</p> |
| <p><b>Presentación</b></p>             | <p>Se debe considerar que para la presentación de un plato es necesario utilizar únicamente los ingredientes que pertenecen al mismo, de esta manera no sobrecargarla con otros que no pertenecen a la receta.</p>  |
| <p><b>Variedades tradicionales</b></p> | <p>Esto se aplica para los productos cultivados y los animales criados, debido a que a causa de la industrialización, se han llevado a cabo a causar modificaciones en estos, lo que ha ocasionado que el alimento pierda su valor nutricional, sabor, aroma y textura, por ejemplo no es lo mismo comer gallina de campo que pollos de incubadora debido a las condiciones mismas en las que se crían estos animales.</p>  |

## 2.6.1 Fichas del Atlas de “Patrimonio Alimentario”

Para la documentación de la información se aplicara las fichas de productos elaborados, establecidas por el Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador.

**Tabla 5**

### Ficha de “Productos Elaborados”

|  |                   |                                     |
|--|-------------------|-------------------------------------|
|                         |                   |                                     |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b> |                   | <b>CODIGO</b>                       |
| <b>PRODUCTO</b>  |                   |                                     |
| <b>Nombre del producto:</b>  |                   |                                     |
| <b>Ancestralidad:</b>  |                   |                                     |
| <b>Época de consumo</b>  |                   |                                     |
|  |                   |                                     |
| <b>Lugares de consumo</b>  |                   |                                     |
|  |                   |                                     |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>  |                   | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b> |
| <b>Cantón:</b>   | <b>Parroquia:</b> |                                     |
| <b>Descripción</b>   |                   |                                     |
|  |                   |                                     |
| <b>ELABORACIÓN</b>   |                   |                                     |
| <b>Ingredientes:</b>   |                   |                                     |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b>  |                   |                                     |
| <b>Forma de Preparación:</b>   |                   |                                     |
| <b>Propiedades</b>   |                   |                                     |
| <b>Nutritivas:</b>   |                   |                                     |
| <b>Medicinales:</b>  |                   |                                     |
| <b>Estados de conservación</b>   |                   |                                     |
|  |                   |                                     |

### a. Encabezado

Dentro del encabezado se debe colocar el nombre del Instituto Nacional de Patrimonio que es la entidad encargada de del desarrollo conservación y cuidado del PCI, a continuación se coloca el nombre de la entidad que se encuentra a cargo de la investigación.

### b. Código

En este campo se colocara el código alfanumérico perteneciente al inventario de Patrimonio Inmaterial, el código se escribirá sin espacios de separación; únicamente se utilizara guiones para separarlo. En primer lugar se colocara “IM” pertenecientes al Patrimonio Inmaterial, a continuación se coloca el código de provincia, código de cantón, código de parroquia, numero de ámbito, año de realización del inventario y finalmente un numero ordinal de seis dígitos de forma secuencial. A continuación se muestra un ejemplo

IM-14-01-53-004-11-000136

| IM         | 14                           | 01               | 53                          | 004                   | 11  | 000136               |
|------------|------------------------------|------------------|-----------------------------|-----------------------|-----|----------------------|
| Inmaterial | Provincia<br>Morona Santiago | Cantón<br>Morona | Parroquia<br>General Proaño | Contenedor (Ámbito 4) | Año | Número de inventario |

**Figura 4. Componentes del código**

Fuente: (Instructivo para fichas de registro e inventario del PCI, 2011)



### c. Nombre del producto

El nombre del producto es un punto importante dentro de la ficha, ya que su denominación puede expresar mucho del mismo; por ejemplo, puede indicar detalles del principal ingrediente que lo compone, forma de preparación y forma de consumo. En este sentido un platillo puede ser denominado de distintas maneras dentro de una localidad y hasta fuera de ella; además, es importante señalar que las preparaciones también pueden poseer nombres ancestrales en quichua y hasta lenguas nativas desaparecidas.

### d. Ancestralidad

Dentro de la cultura del Ecuador han ido desarrollando diferentes formas de preparación para los alimentos, de acuerdo a sus condiciones físicas, biológicas y ambientales, permitiendo aprovechar de mejor manera los nutrientes del alimento y para facilitar su digestión. Con el pasar del tiempo estas formas se han enriquecido, poco a poco es por ello que el estudio de la Ancestralidad de los platos es de vital importancia, para ello se dividen en tres grupos:

- **Prehispánico.-** Son formas de preparación que se preparaban dentro del territorio mucho más antes de la llegada de los conquistadores.
- **Criollo.-** Los platos criollos surgen a partir le mestizaje, es decir desde la colonia hasta el siglo XX, debido a la mezcla gastronómica entre el nuevo y viejo mundo ya que los platos prehispánicos se modifican con los ingredientes traídos por los conquistadores y viceversa , es por ello que la mayor parte de preparaciones se encuentran dentro de esta categoría

- **Contemporáneo.-** Dentro de esta categoría se consideran las preparaciones desarrolladas a partir del siglo XX hasta la actualidad, sin embargo, para esta categoría se debe tomar en cuenta que para ser considerado alimento patrimonial se debe analizar las características gastronómicas y alimentarias como origen, composición, función nutritiva, contenido de macronutrientes y calorías.

#### **e. Época de consumo**

El consumo de los alimentos de acuerdo a su tradición son cotidianos o festivos, ocasionando que estos sean más apreciados por quienes los consumen; dentro de este ítem se pretende identificar la época de consumo de un alimento para caracterizarlo como cotidiano, estacional o festivo. Es entonces, que si un plato es identificado como festivo también se debe identificar el lugar, fecha o periodo en el que ocurre la celebración o fiesta.

#### **f. Lugares de consumo**

Se debe indicar el lugar donde se encuentra la preparación, es decir, donde la disponibilidad del producto sea abundante; esto, debido a que hay elaboraciones que se consumen dentro de un ámbito privado, ya que únicamente son elaborados por algunos hogares. Pero también son preparaciones que pueden ser consumidos generalmente por toda la población y se pueden encontrar en lugares específicos como restaurantes, mercados, huecas entre otros, de ser este el caso únicamente se colocara habitualmente el lugar donde se lo consume.

#### **g. Imagen del producto**

La imagen del producto debe ser colocada de tal manera que permita identificar el tipo de preparación con mayor rapidez.

## **h. Descripción**

Es una descripción básica de la preparación, dependiendo de las características físicas y culturales del alimento, varios de los alimentos tienen mayor o menor grado de complejidad, formas y momentos de consumo. Ya que un plato puede ser consumido de forma cotidiana, al mismo tiempo para un banquete o simplemente se lo puede llevar para ser consumido durante un viaje. A continuación se detallan las formas de consumo de los alimentos que considera esta metodología:

- **Sopa.-** Es una preparación líquida consumida habitualmente caliente dentro de esta se encuentran los caldos, mazamorras, coladas de sal, locros y sancochos.
- **Plato fuerte.-** Conocido como plato principal o segundo plato, lleva una porción amplia de alimentos y está compuesto por proteínas, carbohidratos y ensalada.
- **Postre.-** Es una preparación dulce que se la puede consumir fría o caliente al final de la comida y puede ser fruta, miel, galleta, entre otros.
- **Cucayo.-** Porción pequeña de alimento de fácil transportación, cuyo propósito es calmar el hambre durante un viaje y también en las jornadas largas de trabajo; este término nace del vocablo quichua que significa provisión que se lleva de viaje.
- **Bebida.-** Es preferiblemente líquida sin embargo, su textura puede ser espesa y puede estar elaborada a base de frutas, harina, granos con o sin fermentación, savia o hierbas aromáticas.
- **Salsa.-** Preparación líquida que puede estar incorporada en un plato o para acompañar un plato, dentro del Ecuador la salsa más consumida es la salsa de ají.

- **Conserva.-** Es una técnica que pretende alargar la durabilidad de un producto, añadir sabor o contribuir con la digestión entre estas se encuentra el ahumado, secado, confitura, salazón, fermentación.

#### **i. Zonas tradicionales de consumo**

Se identifica la parroquia donde más se elabora el producto elaborado, es decir en donde más se identifican los pobladores con la preparación, sea por condiciones culturales, históricas y patrimoniales, además de la parroquia también se debe colocar el nombre del cantón.

#### **j. Ingredientes**

Son todos aquellos ingredientes que forman parte de la preparación no obstante, no se trata simplemente de enlistar los productos, sino más bien se debe realizar una descripción de los mismos; es por ello que, no es necesario indicar las cantidades necesarias de la preparación pero si se debe tomar en cuenta las distintas variedades de los productos y porque se los escoge en su la elaboración.

#### **k. Formas de preparación**

La forma de preparar un alimento es indispensable al momento de considerarlo patrimonial, es por ello que se toma en cuenta las características como el sabor final, textura, color y calidad nutricional. También, aquí se describe en forma narrativa las técnicas y principios que se observaran en la preparación, para lo que se puede realizar entrevistas e investigación bibliográficas, no obstante se debe considerar que puede existir diferenciaciones entre los métodos antiguos y modernos de preparación, ante esto se debe considerando dentro de los métodos tradicionales los tiempos de preparación son

primordiales para lograr las características requeridas del producto en cuanto a maduración de los sabores y transformación de los nutrientes para que el organismo los asimile de mejor manera.

### **l. Propiedades**

Dentro de este ítem se coloca las propiedades nutritivas o medicinales que se atribuyen al producto preparado.

### **m. Estado de conservación**

Se debe indicar el estado de conservación que tiene el producto ya que puede caer en el olvido por diferentes factores externos y se lo categoriza de la siguiente manera:

- **Común.-** El producto aún se lo encuentra y consume en abundancia.
- **Raro.-** Es un producto conocido pero no se lo encuentra con tanta facilidad.
- **En peligro.-** El producto cae en el olvido y hasta puede desaparecer pero, también puede ser que se lo recuerda entre la población pero este sea escaso.

### **n. Observación**

Dentro de esta área se escribe las experiencias novedosas, hechos o datos adicionales que sean relevantes para el tema de investigación; sin embargo, en el caso de no contar con ninguna información se colocara las letras N/A

## **2.7 Diagnóstico del Patrimonio Cultural Alimentario del Cantón Mejía**

Para realizar el diagnóstico en primer lugar se deben identificar los actores y detentores del cantón Mejía (Ver Tabla 3), una vez que se los ha identificado se procede a connotar el producto que cada uno de ellos ha logrado mantener dentro de la memoria del pueblo o de alguna forma buscan representar al cantón Mejía al trabajar con productos tradicionales de la zona a través de la innovación. A continuación se realiza un análisis comparativo respecto a los ingredientes y la forma de preparación que muestre cada uno de los detentores mediante tablas que permitirán sintetizar de mejor manera la información y así estipular los factores determinantes para la preparación de los diferentes platos.

Es importante mencionar que cada uno de los detentores participantes de la investigación aportó sobre manera y de forma voluntaria durante toda la investigación, quienes han sabido mantener los saberes y sabores que se les fueron enseñados sin embargo, resulta triste saber que varios de ellos no han podido difundir sus conocimientos por diferentes factores por lo que las preparaciones poco a poco han caído en el olvido y morirán en su memoria junto a quienes las preparaban

### 2.7.1 Análisis comparativo de los platos emblemáticos

A continuación se presenta un conjunto de tablas en las cuales se muestra los diferentes procesos y procedimientos de elaboración de platos por parte de los detentores, mismas que a través del análisis serán comparadas y cuya información contribuirá para llenar las fichas que han sido implantadas por el Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador dentro del Manual Metodológico para la Elaboración del Atlas “Patrimonio Alimentario”. Una vez que se haya terminado de llenar las fichas; a continuación de cada una se colocara un flujogramas en el cual se muestre los procesos y procedimientos de preparación de cada uno de los platos.

**Tabla 6**

**Cuadro comparativo “Tortillas de Tiesto”**

| TORTILLAS DE TIESTO               |  |  |   |   |
|-----------------------------------|--|--|---|---|
| Detentor                          | Ingredientes   | Preparación  | Observaciones   | Usos Medicinales / Nutrientes   |
| <b>Sra. Rosa Edelina Toapanta</b> | Harina de trigo<br>Huevos de campo<br>Manteca pesada<br>Panela negra<br>Agua | Se debe colocar una olla con agua a hervir cuando esta esté en ebullición se coloca la panela para formar la miel, una vez que esté lista se deja reposar para que se enfríe totalmente ya que si se encuentra caliente puede ocasionar que la masa se cocine, a parte en una sartén se debe disolver la manteca. A continuación se tamiza por tres veces la harina sobre una batea y se forma un volcán en el que se añade los huevos en el centro y alrededor la miel de panela junto a la | El tiesto debe ser calentado a fuego lento para que la tortilla se cocine bien y no se dore únicamente los bordes y quede cruda la tortilla por dentro. | <b>Harina de trigo.-</b> Es un alimento sin colesterol por lo que contribuye a mantener bajo el colesterol.<br><b>Huevos de campo.-</b> Fuente de vitaminas A, B, D, previene enfermedades crónicas, contiene colina ideal para el desarrollo del sistema nervioso, funciones del cerebro y memoria del feto.<br><b>Manteca.-</b> Aumenta la absorción del calcio<br><b>Panela.-</b> Fuente de vitaminas A, |

CONTINÚA 


|                                     |   |   |   |   |
|-------------------------------------|---|---|---|---|
|                                     |   | <p>mantequilla, se procede a amasar, posterior a esto se deja reposar la masa por un momento. Finalmente se forman las totillas y se las coloca en el tiesto.</p>   |   | <p>B, C, D y E, aporta con minerales como calcio, hierro, fosforo, zinc y magnesio.<br/> <b>Queso.-</b> Posee vitaminas del grupo A, B, D que protegen al hombre de las infecciones, cuida la piel, mejora el proceso de cicatrización y contribuye con el funcionamiento del sistema cardiovascular.</p> |
| <p><b>Sra. Mariana Cisneros</b></p> | <p>Harina de trigo<br/> Huevos de campo<br/> Manteca pesada<br/> Panela negra<br/> Agua<br/> Queso maduro<br/> Canela</p> | <p>En una olla con agua caliente se coloca la panela para que se forme la miel de panela, unos minutos antes de apagarla se añade un poco de canela y se deja reposar para que se enfríe en su totalidad. A parte en un bowl se coloca el harina en forma de volcán donde se añade los huevos la manteca pesada derretida y la miel de panela cuando este fría, se mezcla todos los ingredientes y se añade el queso desmenuzado se sigue amasando hasta que la masa tenga la textura necesaria. Finalmente se coloca en el tiesto a fuego lento.</p> | <p>El queso desmenuzado debe ser fino no se debe dejar restos muy gruesos ya que la textura cambiara.</p> |   |



**Tabla 7**

**Cuadro comparativo “Habas Tasno”**

| HABAS TASNO                          |                     |  |   |  |
|--------------------------------------|---------------------|--|---|--|
| Detentor                             | Ingredientes        | Preparación  | Observaciones   | Usos medicinales/<br>Nutrientes  |
| <b>Sra. María Petrona Chugchilan</b> | Habas secas<br>Agua | Primero de escogen las habas secas, luego se coloca el tiesto para que se caliente, una vez que esté listo se colocan la habas y se empiezan a tostar, se debe mecer constantemente para que se tuesten de manera uniforme, cuando estén listas se las saca del tiesto, aparte se coloca una olla con agua para que empiece a hervir cuando esté lista se colocan las habas tostadas y se dejan cocinar alrededor de una a dos horas verificando que el agua no se esté evaporando y de ser el caso se va añadiendo agua caliente. Es por ello que es necesario que en otra olla se siga hirviendo agua. | Es preferible que las habas se cocinen en leña para que el tiempo de su cocción sea menor.<br>El agua puede ser utilizada para usos medicinales.            | El agua que sale de la cocción de las habas tasno se considera una bebida ideal para el desarrollo intelectual.<br><b>Habas secas.-</b> Son un alimento rico en fosforo y vitaminas, uno de los alimentos bajos en colesterol. |
| <b>Sra. Miryam Herediia</b>          | Habas secas<br>Agua | Se coloca el tiesto al fuego para que se caliente, mientras se escoge las habas que se va a tostar una vez que se tenga se las hecha al tiesto para que se tuesten, se debe mecer constantemente para que las habas se vayan tostando, se coloca una olla con agua para que siga hirviendo, cuando las habas estén tostadas se las bota en el agua hirviendo para que se cocinen, se debe tener cuidado de que el agua se evapore para   | Se coloca un litro de agua por cada liba de haba.<br>El agua del cocinado de habas tasno se la puede licuar con huevo de pato y panela para usos medicinal. |  |

CONTINÚA 

|                           |                     |   |   |
|---------------------------|---------------------|---|---|
|                           |                     | aumentar más agua.  |   |
| <b>Sra. Estela Jacome</b> | Habas secas<br>Agua | Se debe escoger las habas, se coloca el agua para que siga hirviendo y el tiesto sobre el fuego lento para que se siga calentando; una vez que se escoge las habas y el tiesto de barro está caliente por completo se coloca las habas y se va meciendo contantemente para que se tuesten uniformemente una vez que se han tostado se las sacan y se las bota en el agua hirviendo de una a dos horas y media revisando que el agua que contiene la olla no se evapore. | Antes el haba tasno era consumido con una variedad de papa llamada “papa esperanza” cuando se ponía a cocinar las habas minutos después se colocaba las habas debido a que eran duras para cocinar. |

**Tabla 8**

**Cuadro comparativo “Arepas”**

| AREPAS                              |  |   |   |  |
|-------------------------------------|--|---|---|--|
| Detentor                            | Ingredientes   | Preparación   | Observaciones   | Usos medicinales / Nutrientes  |
| <b>Sra. Zoila Aguirre de Santos</b> | Harina de maíz calentada<br>Panela bermeja<br>Zapallo maduro<br>Harina de castilla<br>Queso maduro<br>Agua<br>Anís español<br>Levadura<br>Canela | Pelar y cortar en trozos el zapallo y cocinarlo hasta que este quede disuelto posterior a esto se debe licuar, en una olla a parte colocar un poco de agua y la panela para empezar a hacer la miel y 5 minutos antes de apagarla añadir la miel y anís. En un bowl grande tamizar el harina, añadir el zapallo y la miel calientes, mezclar con la ayuda de una cuchara, a continuación se añade huevos, mantequilla, queso rallada y un poco de | La textura de la arepa a es mucho más suave y de color amarillento muy llamativo para los comensales. | <b>Harina de maíz.-</b> Contribuye con el fortalecimiento del sistema óseo y el crecimiento de unas, cabello, dientes, ideal para la regeneración celular, sistema nervioso y salud cardiaca.<br><b>Zapallo.-</b> Posee un alto contenido de fibra ayudando a regular la función estomacal, ayuda a depurar los riñones, |

CONTINÚA 

|                                       |   |  |  |   |
|---------------------------------------|---|--|--|---|
|                                       | <p>Manteca pesada<br/>Huevos de campo<br/>Hojas de achira</p>   | <p>harina de castilla y se mezcla en un recipiente aparte se coloca la levadura en agua caliente para que leude y se añade a la preparación anterior, se mezcla todos los ingredientes y se deja reposar la más. Mientras tanto se limpian y cortan las hojas de achira para colocar la mezcla sobre estas para colocarlas al horno durante 20 minutos.</p>  |  | <p>por su contenido en vitaminas ayuda a cuidar la piel, vista, cabello y huesos.<br/><b>Zambo.-</b> Es una fuente importante del grupo de vitaminas A y B además, de calcio, fosforo, zinc y potasio abundante fibra y agua. Regula la presión arterial y fortalece los huesos.<br/><b>Huevos.-</b> Fuente de vitaminas A, B, D, previene enfermedades crónicas, contiene colina ideal para el desarrollo del sistema nervioso, funciones del cerebro y memoria del feto.<br/><b>Manteca.-</b> Aumenta la absorción del calcio.<br/><b>Panela.-</b> Fuente de vitaminas A, B, C, D y E, aporta con minerales como calcio, hierro, fosforo, zinc y magnesio.<br/><b>Queso.-</b> Posee vitaminas del grupo A, B, D que protegen al hombre de las infecciones, cuida la piel, mejora el proceso de cicatrización y contribuye con el funcionamiento del sistema cardiovascular.</p> |
| <p><b>Sra. Elva Ayala Barreno</b></p> | <p>Harina de maíz tostada<br/>Panela negra<br/>Zambo<br/>Queso maduro<br/>Agua<br/>Anís español<br/>Canela<br/>Mantequilla<br/>Huevos<br/>Hojas de achira</p> | <p>Pelar y cortar el zambo en trozos cocinar hasta que se disuelva posterior a esto se debe licuar. En otra olla colocar la panela para hacer la miel antes de apagarla colocar el anís y la canela, en otro recipiente tamizar el harina de maíz agregar el zambo y la miel mientras están calientes en el harina, posterior a esto añadir los huevos, mantequilla y el queso rallado se mezcla todos los ingredientes. Mientras tanto se debe limpiar y cortar las hojas de achira para colocar la mezcla. Mientras tanto se debe prender el horno de leña. Después de colocar la masa en las hojas de achira se las coloca en la tas y se envía al horno alrededor de 15 minutos.</p> | <p>La textura de la arepa es más sólida además, su color es más pálido, su sabor es diferente debido a que su cocción es en horno de leña.</p> |   |

**Tabla 9**

**Cuadro comparativo “Polla Ronca”**

| POLLA RONCA                     |   |   |   |   |
|---------------------------------|---|---|---|---|
| Detentor                        | Ingredientes  | Preparación   | Observaciones   | Usos medicinales / Nutrientes   |
| <b>Sra. Mariana de la Cueva</b> | Carne de pecho de res<br>Col<br>Papas<br>Machica<br>Achiote<br>Cebolla blanca<br>Ajo macho<br>Sal<br>Agua<br>Cilantro y perejil | En un olla se pone a cocinar el pecho de res entero alrededor de una hora para que se suavice la carne, condimentando con sal, cebolla blanca repicada, y ajo macho repicado una vez que este suave se la corta en trozos; a parte se lava y pica la col y se añade a la cocción de la carne, se deja cocinar por unos minutos y a continuación se agrega las papas y se deja cocinar hasta que estas se suavicen. En un recipiente a parte se mezcla la machica con agua hasta que este disuelta en su totalidad y se añade a la preparación finamente se coloca achiote, cilantro y perejil repicado. | El pecho de res no debe ser cocinado en olla de presión debido a que el sabor resulta diferente.  | Es un alimento ideal para aquellas personas que padecen de insomnio.<br><b>Carne de res.-</b> Tiene un alto contenido de potasio, proteínas y grasa, contiene vitaminas del grupo B fundamentales para el sistema nervioso, protege los músculos del corazón, mantiene saludable la piel, ojos, boca, hígado y proporciona energía.<br><b>Gallina de campo.-</b> Tiene una importante cantidad de proteínas y vitaminas del grupo B que protegen al sistema nervioso e intervienen en el metabolismo del cuerpo. Además, posee hierro, fósforo y potasio. |
| <b>Sra. Inés Altamirano</b>     | Gallina criolla<br>Cebolla blanca<br>Ajo<br>Sal en grano<br>Papas<br>Col<br>Machica<br>Agua<br>Cilantro y perejil               | Cocinar la gallina por al menos tres horas junto a la sal, cebolla picada y el ajo machacado para que se suavice la carne. Cuando casi esté lista la carne se añade las papas para que se sigan cocinando se deja hervir por un momento más y se coloca la col la cual debe estar lavada y picada con anterioridad. En un recipiente se tamiza la machica y se la coloca en un recipiente con agua tibia para mezclarla, se agrega a la preparación anterior mecido observando que no quede muy   | La gallina debe ser colorada para que le otorgue más sabor a la preparación.<br>Es un plato que únicamente se lo prepara por fechas especiales como carnaval, día de los difuntos y fiestas del cantón Mejía. | <b>Machica.-</b> Es un alimento rico en vitaminas, proteínas y minerales que contribuyen con la prevención del envejecimiento celular además de que protege al  |

CONTINÚA 

espeso, finalmente se añade cilantro y perejil repicado.

corazón y favorece al crecimiento y mejora del sistema de defensas.

**Papas.-** Las papas son una fuente rica de vitamina B, C ácido fólico y minerales como el potasio, magnesio y hierro. Ayuda a reducir la presión arterial, enfermedades cardiovasculares, inflamación y enrasado de las arterias, mejora la digestión.

**Col.-** Posee vitaminas A, C, E un alto contenido de potasio y magnesio por lo que es un alimento que ayuda a la digestión, sistema nervioso y los músculos.

**Tabla 10**

**Cuadro Comparativo “Ubre”**

| UBRE                                      |  |  |   |  |
|---|--|--|---|--|
| Detentor                                  | Ingredientes   | Preparación  | Observaciones   | Usos medicinales / Nutrientes  |
| <b>Sra. Elsa<br/>Cecilia<br/>Toapanta</b> | Ubre de res<br>Manteca vegetal<br>Sal<br>Ajo<br>Pimiento<br>Cebolla blanca<br>Cebolla paiteña<br>Comino<br>Orégano<br>Agua | Se corta la ubre de res en partes y se la deja en agua por una noche para que salga toda la leche que contiene. A parte en una licuadora se coloca la sal, ajo, pimiento, cebolla paiteña, cebolla blanca, comino y orégano para licuar y de esta manera preparar un aliño.<br>Al siguiente día se saca la ubre y se coloca en una olla para que se cocine por cinco horas, una vez que este suave se saca de la olla y se la lava nuevamente para retirar los restos de la leche que quedan en forma de quesillos, después de que se ha hecho esto se corta la ubre en trocitos y se coloca en una paila con agua para que hierva después se añade el aliño que se preparó y se deja cocinar para que en la ubre se concentre el sabor del aliño, una vez que se a reducido el agua y el aliño se añade la manteca vegetal con trozos de cebolla paiteña para que la ubre comience a freírse. | La ubre para servirse puede estar acompañada de papa cocinada, mote, tostado y un curtido de tomate y cebolla.<br>La ubre presenta un color más dorado por el hecho de que se ha frito. | <b>Ubre de res.-</b> Es un alimento rico el proteínas, calcio, hierro y vitamina C.<br><b>Manteca.-</b> Aumenta la absorción del calcio. |
| <b>Sra.<br/>Consuelo<br/>Uvillus</b>      | Ubre de res<br>Sal<br>Ajo<br>Pimiento<br>Cebolla blanca<br>Cebolla paiteña   | Se corta la ubre de res en partes y se la deja en agua por una noche para que salga toda la leche que contiene. A parte en una licuadora se coloca la sal, ajo, pimiento, cebolla paiteña, cebolla blanca, comino y orégano para licuar y de esta manera   | La ubre sale más blanda y con un fondo de color blanquecino.  |  |

|                           |  |  |
|---------------------------|--|--|
| Comino<br>Orégano<br>Agua | preparar un aliño. Al siguiente día se saca la ubre y se coloca en una olla para que se cocine por cinco horas, una vez que este suave se saca de la olla y se la lava nuevamente para retirar los restos de la leche que quedan en forma de quesillos, después de que se ha hecho esto se corta la ubre en trocitos y se coloca en una paila con agua para que hierva después se añade el aliño que se preparó y se deja cocinar para que en la ubre se concentre el sabor del aliño y se deja cociendo |  |
|---------------------------|--|--|

**Tabla 11**

**Cuadro Comparativo “Timbushca”**

| TIMBUSHCA                   |  |  |   |  |
|-----------------------------|--|--|---|--|
| Detentor                    | Ingredientes   | Preparación  | Observaciones   | Usos medicinales / Nutrientes  |
| <b>Sra. Digna Gualotuña</b> | Hueso carnudo de res<br>Papas<br>Col<br>Mote<br>Ajo<br>Cebolla blanca<br>Achiote<br>Cilantro y perejil | En una olla se coloca el hueso cortado a hervir para que se suavice la carne alrededor de una hora, condimentándola con ajo machacado y cebolla blanca picada. A parte se lava y pica la col y se pela las papas; una vez que esté lista la carne se coloca la sal y la col y después de un momento se añade el mote cocinado previamente, después se colocan las papas, el achiote y finalmente se coloca el cilantro y perejil repicado. | La timbusca puede estar acompañada de ají y aguacate. | <b>Carne de res.-</b> Tiene un alto contenido de potasio, proteínas y grasa, contiene vitaminas del grupo B fundamentales para el sistema nervioso, protege los músculos del corazón, mantiene saludable la piel, ojos, boca, hígado y proporciona energía.<br><b>Col.-</b> Posee vitaminas A, C, E un alto contenido de potasio y magnesio por lo |
| <b>Sra. María Tonato</b>    | Hueso carnudo de res   | En una olla se coloca la carne a hervir para que se suavice, a parte se lava y pica la col   |   |  |

CONTINÚA



|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   | <p>Papas<br/>Mote<br/>Col<br/>Ajo<br/>Cebolla blanca<br/>Achiote<br/>Mantequilla<br/>Leche<br/>Cilantro y perejil</p>                 | <p>y las papas. En una sartén se realiza un refrito con la mantequilla, achiote, cebolla blanca picada. Una vez que esta lista la carne se añade el refrito y sal y la col junto al mote que previamente fue cocinado se deja unos minutos para que se cocine y se procede a colocar las papas para que se cocinen. A parte se licua leche con cilantro y perejil, finalmente se añade este licuado a la preparación y se deja hervir.</p>                  | <p>que es un alimento que ayuda a la digestión, sistema nervioso y los músculos.<br/><b>Mote.-</b> Aporta con calorías, azúcares y nutrientes para el cuerpo por lo que aporta una gran cantidad de energía al cuerpo además, reduce los niveles de colesterol.</p> |
| <p><b>Sra. María Ligia Pupiales</b></p> | <p>Carne de res<br/>Col<br/>Papa<br/>Cebolla blanca<br/>Cebolla paiteña<br/>Pimiento<br/>Ajo<br/>Cilantro<br/>Comino<br/>Pimienta</p> | <p>Se cocina la carne alrededor de cuarenta minutos mientras se realiza un refrito con mantequilla, achiote, cebolla blanca, cebolla paiteña, pimiento, ajo, comino y pimienta una vez que esté listo se procede a licuar, cuando está lista la carne se añade la col lavada y picada previamente junto al el refrito licuado, se deja hervir y se añade las papas y para que la sopa se espese un poco se licua papas con un poco de leche y cilantro.</p> | <p><b>Papas.-</b> Las papas son una fuente rica de vitamina B, C ácido fólico y minerales como el potasio, magnesio y hierro. Ayuda a reducir la presión arterial, enfermedades cardiovasculares, inflamación y enrasado de las arterias, mejora la digestión.</p>  |



**Tabla 12**

**Cuadro Comparativo “Delicados”**

| DELICADOS                      |   |   |  |  |
|--------------------------------|---|---|--|--|
| Detentor                       | Ingredientes  | Preparación   | Observaciones  | Usos medicinales / Nutrientes  |
| <b>Sra. Elva Ayala Barreno</b> | Harina de maíz cruda<br>Paneta negra<br>Bicarbonato<br>Anís<br>Manteca de cerdo<br>Agua | Se coloca una olla con agua para que hierva y se añade la paneta para elaborar una miel de paneta y se deja enfriar por varios minutos, en un recipiente aparte de se coloca el harina formando un volcán en el centro se agrega la miel y el bicarbonato, se empieza a mezclar la masa y si es necesario se va añadiendo miel para que la masa sea más maleable, mientras se mezcla se añade un poco de anís. A parte se prende el horno para que toda la leña que se enciende se vaya apagando y solo queden pequeños carbones además se engrasan las latas con manteca de cerdo ya que la masa al no poseer manteca tiende a pegarse con gran facilidad en la lata. Una vez lista la masa se coloca pequeñas bolitas formando los delicados y con la presión de una cuchara sobre su superficie se va formando ondas que decoren el delicado. A continuación se introducen la masa al horno alrededor de 15 minutos luego se los retira del horno tienen la consistencia de un pan. Se espera un tiempo para que el horno se enfríe y se los introduce nuevamente para que estos se a bizcochen. | Para decorar un poco más el delicado se puede añadir grageas en la masa antes de que sea introducido al horno. | <b>Harina de maíz.-</b> Contribuye con el fortalecimiento del sistema óseo y el crecimiento de unas, cabello, dientes, ideal para la regeneración celular, sistema nervioso y salud cardiaca.<br><b>Paneta.-</b> Fuente de vitaminas A, B, C, D y E, aporta con minerales como calcio, hierro, fosforo, zinc y magnesio. |

Tabla 13

Cuadro Comparativo “Cerveza Artesanal”

| CERVEZA ARTESANAL RUBIA, ROJA Y DE MORTIÑO |   |  |   |  |
|--|---|--|---|--|
| Detentor                                   | Ingredientes  | Preparación  | Observaciones   | Usos medicinales / Nutrientes  |
| Ing. Paúl Calderón                         | Malta ( cebada germinada tostada)<br>Lúpulo<br>Agua | Se debe poner a macerar la malta para extraer los azúcares del grano una vez que se extraen, se deja hervir por un cierto tiempo y mientras se deja hervir se le va añadiendo el lúpulo esto sale a partir de una flor que crece como hiedra pero para poder ser utilizado se debe peletizar (procesado) y este se encarga de darle el amargor y el aroma a la cerveza. Una vez que se ha cocinado la cerveza pasa a los fermentadores por el lapso de una semana y media a dos semanas dependiendo de la cerveza que se vaya a realizar.<br>después de que se ha dejado fermentar (las levaduras convierten el azúcar del grano en alcohol y Co2 y a la vez generan otros sabores) durante este proceso la levadura respira va boteando y burbujeando ya que una cerveza debe estar en ausencia de oxígeno porque si no se oxidan, una vez que se ha terminado el proceso de fermentación se pasa los cuartos fríos que se encuentra a 1° de temperatura para que la cerveza se madure de dos a tres semanas, es por ello que el proceso de elaboración de una cerveza dura aproximadamente un mes. | Existen levaduras que van a dar cervezas más dulces, picantes, astringentes.<br>La levadura otorga un sabor relativamente ácido sumado el alcohol y la carencia de oxígeno son condiciones para que se mantenga el producto.<br>Dependiendo de la cerveza que se pretenda realizar se utilizará la malta, ya que puede ser tostada o que se necesite aún más tostada por lo que el grano será más negro. El proceso de fermentación se termina cuando deja de burbujear.<br>Para hacer la cerveza de mortiño se lleva a cabo el mismo proceso sin embargo en el momento de la cocción entre la malta y el lúpulo se añade el mortiño, lo interesante del mortiño es que cuando se va cocinando va tomando una forma espesa como colada, se pasa al fermentador pero aún mantiene esa textura espesa sin embargo como pasa | <b>Malta.-</b> Es un alimento excelente suplemento nutricional disminuye el riesgo de padecer osteoporosis y enfermedades de las venas arteriales, contiene vitaminas A, D, E y minerales como hierro, calcio y zinc.<br><b>Lúpulo.-</b> Es un relajante del sistema nervioso central, calma la ansiedad, calma el dolor de cabeza, mejora la digestión y para conciliar el sueño.<br><b>Mortiño.-</b> Es un producto que posee pigmentos llamados actocianinas las cuales actúan como antioxidantes por lo que es ideal para prevenir enfermedades cardiovasculares, diabetes, alzheimer, artritis y parkinson. |

CONTINÚA




vatio tiempo ahí empieza un proceso de sedimentación en el que se separa los sólidos de los líquidos, lo que permitió extraer el alcohol que se necesita para la cerveza.

**Tabla 14**

**Cuadro Comparativo “Cocinado Chacarero”**

| COCINADO CHACARERO             |   |   |   |   |
|--------------------------------|---|---|---|---|
| Detentor                       | Ingredientes  | Preparación   | Observaciones                                   | Usos medicinales / Nutrientes   |
| <b>Sra. Inés Altamirano</b>    | Choclo<br>Habas<br>Papa chaucha o blanca<br>Queso<br>Ají    | Se coloca en agua hervida los choclos, habas, papas en ollas por separado. A parte para acompañar se licua el queso con un poco de leche y cilantro o simplemente se coloca un pedazo de queso.   | Se lo puede acompañar con chicharrón o fritada. | <b>Choclo.-</b> Es un alimento rico en vitaminas A y también del grupo de la B, fuente de magnesio, potasio, zinc, fosforo, proteínas y antioxidantes. Alimento ideal para controlar la diabetes, anemia, estreñimiento, hemorroides, es diurético y evita la retención de líquidos, previene enfermedades cardiacas, ideal para mujeres embarazadas. |
| <b>Sra. Mariana Masapanta</b>  | Habas<br>Melloco<br>Choclo<br>Queso                         | Se cocina en agua hervida los choclos, habas y melloco por separado. Para acompañar se coloca una rebanada de queso.  | Se lo puede acompañar con chicharrón o fritada. |   |
| <b>Sra. Margarita Chiluisa</b> | Choclo<br>Melloco<br>Habas<br>Papa criolla o leona<br>Queso | Se pone en agua hervida a cocinar los choclos con una pizca de azúcar, en una olla aparte se coloca el melloco, en otra olla las habas y finalmente se cocinan las papas con una rama de cebolla blanca. Finalmente se corta una rebanada de queso para acompañar el plato. | Se lo puede acompañar con chicharrón o fritada  | <b>Papas.-</b> Las papas son una fuente rica de vitamina B, C ácido fólico y minerales como el potasio, magnesio y hierro. Ayuda a reducir la presión arterial, enfermedades  |

CONTINÚA 

cardiovasculares, inflamación y enrasado de las arterias, mejora la digestión.

**Habas.-** Las habas son un alimento rico en vitaminas y minerales, es un alimento depurativo y desintoxicante ayuda a limpiar el organismo, vesícula, elimina grasas, y ayudan a proteger el corazón.

**Meloco.-** Importante fuente de proteínas, carbohidratos, almidón, fibra cruda y azúcar. Posee propiedades cicatrizantes internas y externas.

**Queso.-** Posee vitaminas del grupo A, B, D que protegen al hombre de las infecciones, cuida la piel, mejora el proceso de cicatrización y contribuye con el funcionamiento del sistema cardiovascular.

Tabla 15

Cuadro Comparativa “Pitimuchas”

| PITIMUCHAS                 |   |   |   |  |
|----------------------------|---|---|---|--|
| Detentor                   | Ingredientes  | Preparación   | Observaciones   | Usos medicinales / Nutrientes  |
| <b>Sra. Lucrecia Acuña</b> | Harina de maíz calentada<br>Hueso de res<br>Huevos de campo<br>Papa<br>Cebolla blanca<br>Queso maduro<br>Achiote<br>Manteca pesada<br>Manteca de chanco<br>Cebolla paiteña<br>Ajo | Se debe poner a cocinar el hueso de res por al menos una hora junto a la cebolla paiteña, ajo y una pizca de sal para elaborar un fondo de res que sirva para la masa. A parte se pela y cocina las papas en agua con un poco de sal y una rama de cebolla, una vez que estén cocidas se las escurre y se procede a aplastarlas; mientras tanto en una sartén se coloca la cebolla blanca picada junto a la manteca pesada y un poco de achiote para hacer el refrito; a parte se desmenuza el queso maduro. Una vez que se tiene la papa aplastada, el refrito y el queso se mezcla bien todos los ingredientes; en un recipiente aparte se tamiza el harina de maíz se forma un volcán y se coloca los huevos se va amasando, se tamiza y poco a poco se va añadiendo a la masa el fondo de res junto a la manteca de chanco. Una vez que la consistencia de la masa sea la adecuada se empiezan a formar canastitas con la masa y dentro de estas se coloca el condumio de papa se cierra y se le da la forma de una tortilla plana. Finalmente se coloca en el tiesto a fuego lento para que se doren bien las tortillas. | Se debe utilizar el harina de maíz calentada porque el rato de cocerla en el tiesto la tortilla estará se cocerla bien sin embargo, el sabor cambiaría. | <b>Harina de maíz.-</b> Contribuye con el fortalecimiento del sistema óseo y el crecimiento de unas, cabello, dientes, ideal para la regeneración celular, sistema nervioso y salud cardiaca.<br><b>Huevos.-</b> Fuente de vitaminas A, B, D, previene enfermedades crónicas, contiene colina ideal para el desarrollo del sistema nervioso, funciones del cerebro y memoria del feto.<br><b>Manteca.-</b> Aumenta la absorción del calcio.<br><b>Queso.-</b> Posee vitaminas del grupo A, B, D que protegen al hombre de las infecciones, cuida la piel, mejora el proceso de cicatrización y contribuye con el funcionamiento del sistema cardiovascular.<br><b>Papas.-</b> Las papas son una fuente rica de vitamina B, C ácido fólico y minerales como el potasio, magnesio y hierro. Ayuda a reducir la presión |
| <b>Sra. Mariana de</b>     | Harina de maíz calentada  | Se pela las papas y se las pone a cocinar junto a una pizca de sal y una rama de  |   |  |

CONTINÚA



|                 |  |   |   |
|-----------------|--|---|---|
| <b>la Cueva</b> | Huevos de campo<br>Papa<br>Cebolla blanca<br>Queso maduro<br>Manteca pesada<br>Manteca de choncho<br>Achiote | cebolla, una vez que se hayas cocido se las estila y aplasta las papas, el agua se conserva. Después se realiza un refrito con la cebolla blanca picada, manteca pesada y achiote, la cual se añade a la papa además, se añade el queso desmenuzado. Mientras tanto en un bowl a parte se tamiza la harina se forma un volcán y se añade los huevos, poco a poco se va añadiendo el caldo que salió de las papas junto a la manteca de choncho y se va amasando poco a poco hasta que tenga la consistencia adecuada. Una vez que la masa esta lista se forman canastitas en donde se añade el condumio de para que se realizado se las cierra y se procede a colocarlas en el tiesto a fuego lento para que se cocinen las tortillas por dentro y por fuera. | arterial, enfermedades cardiovasculares, inflamación y enrasado de las arterias, mejora la digestión. |
|-----------------|--|---|---|

**Tabla 16**

**Cuadro Comparativo “Fritada de Cordero”**

| FRITADA DE CORDERO           |  |   |  |   |
|------------------------------|--|---|--|---|
| Detentor                     | Ingredientes                             | Preparación   | Observaciones  | Usos medicinales / Nutrientes   |
| <b>Sra. Hilda Quinaluisa</b> | Carne de cordero<br>Ajo<br>Sal<br>Aceite | La carne debe ser comprada de cordero debido a que la carne es mucho más suave. Después de lava y corta la carne, aparte me machaca el ajo y se mezcla con sal hasta obtener una pasta de ajo, se añade esta pasta y se deja reposar la | Se puede acompañar con choclo, melloco, papas, habas y mayonesa. | <b>Carne de cordero.-</b> Alimento rico en proteínas y minerales como el hierro, vitaminas del grupo B, ideal para personas que sufren de anemia, ataques de asma y |

CONTINÚA 

carne alrededor de una hora para que se concentre el sabor del ajo. Una vez pasado este tiempo, a parte en una sartén se coloca el aceite y se procede a saltar la carne por unos minutos una vez que esta dorada se deja seguir cocinando en el mismo aceite durante unos quince minutos más para que este bien cocida.

funcionamiento de sistema nervioso, su consumo no es aconsejable para personas con sobrepeso, obesidad y niveles altos de grasa en la sangre o problemas en el corazón.

**Papas.-** Las papas son una fuente rica de vitamina B, C ácido fólico y minerales como el potasio, magnesio y hierro. Ayuda a reducir la presión arterial, enfermedades cardiovasculares

**Habas.-** Las habas son un alimento rico en vitaminas y minerales, es un alimento depurativo y desintoxicante ayuda a limpiar el organismo, vesícula, elimina grasas, y ayudan a proteger el corazón.





**Mellico.-** Importante fuente de proteínas, carbohidratos, almidón, fibra cruda y azúcar. Posee propiedades cicatrizantes internas y externas.

**Choclo.-** Rico en vitaminas A y B, fuente de magnesio, potasio, zinc, fosforo, proteínas y antioxidantes. Alimento ideal para controlar la diabetes, anemia, estreñimiento.





## **2.7.2 Ficha de platos emblemáticos del cantón Mejía**

Después de realizar un análisis exhaustivo durante el diagnóstico, en el presente ítem se presenta la información en las fichas establecidas por la metodología del Ministerio de Cultura y Patrimonio para “productos elaborados”, ya que como se pudo constatar ciertas preparaciones con el tiempo han variado sin embargo, de esta manera se presenta información consistente acerca del producto, elaboración y propiedades de los diferentes platos encontrados.



|   |   |  |
|---|---|--|
|    |   |  |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>   |   | <b>CODIGO</b>  |
|   |   | <b>IM-17-03-52-004-16-000001</b>   |
| <b>PRODUCTO</b>   |   |  |
| <b>Nombre del producto:</b> Tortillas de Tiesto   |   |  |
| <b>Ancestralidad:</b> Criollo   |   |  |
| <b>Época de consumo</b>   |   |    |
| <b>Cotidiana</b>  |   |  |
| <b>Lugares de consumo</b>   |   |  |
| Las tortillas de tiesto son consumidas en gran parte por los hogares de las parroquias, pero muy pocas veces se las encuentra a la venta.   |   |  |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>   |   | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b><br><br> |
| <b>Cantón:</b> Mejía  | <b>Parroquia:</b> Aloasi, Tambillo, El Chaupi, Aloag. |  |
| Producto que se puede consumir todo el año.   |   |  |
| <b>Descripción:</b> <b>Cucayo</b>   |   |  |
| Es un producto el cual puede ser consumido como un cucayo; es de forma redonda amarilla por el uso del agua de panela bermeja y huevos de campo y queso rallado para las de dulce, sin embargo, se debe tomar en cuenta que también pueden ser de sal.  |   |  |
| <b>ELABORACIÓN</b>  |   |  |
| <b>Ingredientes:</b>  |   |  |
| Al hablar de los ingredientes es necesario que se utilicen los tradicionales ya que hoy en día existen variaciones que cambian la textura de la tortilla, este es el caso del principal ingrediente el harina de trigo que últimamente no es pura más bien es una mezcla entre trigo y maíz, de ahí se encuentran los huevos de campo, manteca pesada, agua y panela negra.   |   |  |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b>   |   |  |
| Entre los utensilios utilizados se encuentra: el fogón de leña, sartén, batea, tamizador y el tiesto de barro el cual para utilizarlo debe atravesar un proceso denominado arishca, mismo que se refiere a la colocación del tiesto al fuego y cuando está al rojo vivo se unta manteca de puerco y cebo de res hasta que desaparezca la grasa durante varios minutos.  |   |  |
| <b>Forma de Preparación:</b>  |   |  |
| Para iniciar la preparación se debe colocar agua a hervir una vez que esté en ebullición se añade la panela para hacer la miel y cuando esté lista hay que dejarla reposar hasta que se enfríe totalmente ya que si está caliente la masa se cocinara; en una sartén aparte se derrite la mantequilla. A continuación en una batea se tamiza por tres veces la harina y se forma un volcán, se procede a colocar los huevos en el centro y en los bordes el agua de panela para empezar a amasar. Una vez lista la masa se forma las tortillas y si se desea se puede añadir queso maduro desmenuzado. Finalmente se cocina en el tiesto a fuego lento para que se cocinen. |   |  |
| <b>Propiedades</b>  |   |  |
| <b>Nutritivas:</b> Es un alimento bajo en colesterol el cual posee vitaminas A, B, C y D que contribuyen con el cuidado y desarrollo del sistema nervioso y sistema cardiovascular.   |   |  |
| <b>Estados de conservación</b>  |   |  |
| <b>Raro:</b> El producto es conocido pero no se lo encuentra con tanta facilidad.   |   |  |

|  |                             |   |
|--|-----------------------------|---|
|     |                             |   |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>   |                             | <b>CODIGO</b>   |
|  |                             | <b>IM-17-03-54-004-16-000002</b>  |
| <b>PRODUCTO</b>  |                             |   |
| <b>Nombre del producto:</b> Habas Tasno  |                             |   |
| <b>Ancestralidad:</b> Criollo  |                             |   |
| <b>Época de consumo</b>  |                             |   |
| <b>Cotidiana</b>   |                             |   |
| <b>Lugares de consumo</b>  |                             |   |
| <p>Es un producto muy consumido por los habitantes de la parroquia dentro de sus hogares. Sin embargo su consumo no es tan usual ya que se han cambiado los hábitos alimenticios.</p>  |                             |   |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>  |                             | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b>   |
| <b>Cantón:</b> Mejía   | <b>Parroquia:</b> El Chaupi |   |
| Es un producto que se puede consumir todo el año.  |                             |   |
| <b>Descripción: Plato fuerte</b>   |                             |  |
| <p>Preparación muy consumida, misma que se puede comer sola como un cucayo para apaciguar el hambre durante los días largos de trabajo o también acompañada por ocas, mashuas, papas (esperanza) y ají.</p>  |                             |   |
| <b>ELABORACIÓN</b>   |                             |   |
| <b>Ingredientes:</b>   |                             |   |
| <p>El principal y único ingrediente para preparar este platillo es el haba seca que pueden ser de variedad de habas noya (haba pequeña) o huagrahabas (haba grande) y agua. Pero si se desea se puede acompañarse de más productos como ocas, papas, mashuas y mellocos.</p>   |                             |   |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b>  |                             |   |
| <p>Entre los implementos necesarios se encuentra el tiesto de barro, cuchara de madera para mecer las habas, una olla, tamizador y fogón de leña.</p>  |                             |   |
| <b>Forma de Preparación:</b>   |                             |   |
| <p>Para iniciar se enciende el fogón, mientras se escoge las habas secas para retirar cualquier haba en mal estado o basura, luego se las coloca en el tiesto de barro para tostarlas; es necesario mecerlas constantemente para que se tuesten de manera uniforme. En una olla aparte se coloca el agua para que empiece a hervir (un litro por cada libra de habas), una vez que el agua está en estado de ebullición se añade las habas y se deja cocinar durante una o dos horas, siempre verificando que el agua no se vaya evaporando, en el caso de que lo haga, se debe colocar agua caliente, una vez que estén lista se escurre el agua para poder ser consumidas.</p> |                             |   |
| <b>Propiedades</b>   |                             |   |
| <b>Nutritivas:</b> Son un alimento rico en fosforo y vitaminas, uno de los alimentos bajos en colesterol. El agua que sale de la cocción de las habas es recomendada para el desarrollo intelectual de los niños, se puede servir solo o acompañado de huevo de pato y miel.   |                             |   |
| <b>Estados de conservación</b>   |                             |   |
| <b>Raro:</b> El producto es conocido sin embargo no se lo puede encontrar con facilidad.   |                             |   |

|   |                             |   |
|---|-----------------------------|---|
|    |                             |   |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>  |                             | <b>CODIGO</b>   |
|   |                             | <b>IM-17-03-53-004-16-000003</b>  |
| <b>PRODUCTO</b>   |                             |   |
| <b>Nombre del producto:</b> Arepas  |                             |   |
| <b>Ancestralidad:</b> Criollo   |                             |   |
| <b>Época de consumo</b>   |                             |   |
| <b>Cotidiana</b>  |                             |   |
| <b>Lugares de consumo</b>   |                             |   |
| <p>El producto era consumido dentro de la parroquia y en los sectores aledaños, sin embargo con el pasar del tiempo ha dejado de ser solicitada por lo que únicamente se elaboran para el autoconsumo.</p>  |                             |   |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>   |                             | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b>   |
| <b>Cantón:</b> Mejía  | <b>Parroquia:</b> Uyumbicho |   |
| Es un producto que se lo puede consumir todo el año.  |                             |   |
| <b>Descripción:</b> Cucayo  |                             |  |
| <p>Es un alimento elaborado a base de harina de maíz calentado, con una textura suave, de color amarillo envuelta en hojas de achira, lo que llama la atención de aquellos que la consumen, quienes se deleitan con su sabor acompañados de preferencia con un vaso de leche caliente.</p>  |                             |   |
| <b>ELABORACIÓN</b>  |                             |   |
| <b>Ingredientes:</b>  |                             |   |
| <p>Para prepara arepas el principal ingrediente es el harina de maíz calentada fresca la cual será acompañada por zapallo maduro si se desea un color más amarillento o zambo para un color más opaco, panela bermeja, levadura, queso maduro, agua, anís español, canela, mantequilla, huevos y hojas de achira.</p>   |                             |   |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b>   |                             |   |
| <p>Para su elaboración es necesario contar con: ollas, bowl grande, licuadora, horno, latas para horno y cuchareta.</p>   |                             |   |
| <b>Forma de Preparación:</b>  |                             |   |
| <p>En una olla se pone a cocinar el zapallo o zambo dependiendo el caso con un poco de agua, en otra olla se repite el mismo procedimiento con la panela para obtener miel de panela y 5 minutos antes de que se apague se le añade canela y anís. En un bowl grande se tamiza el harina una vez que esta el zapallo o zambo y la miel se los coloca sobre la masa cuando aún están calientes y se mezcla con la ayuda de una cuchareta, a continuación se colocan los huevos, la mantequilla, queso rallado y un poco de; mientras se hace esta mezcla en un poco de agua caliente se coloca la levadura para que pueda leudar, una vez lista se añade a la masa, se mezclan todos los ingredientes y se deja reposar la preparación. Mientras tanto se limpian las hojas de achira, después se pone la masa dentro de las hojas y finalmente se las coloca en el horno alrededor de 20 minutos.</p> |                             |   |
| <b>Propiedades</b>  |                             |   |
| <b>Nutritivas:</b> Alimento con un alto contenido de vitamina A, B, C y D.  |                             |   |
| <b>Estados de conservación</b>  |                             |   |
| <b>En peligro.-</b> El producto actualmente se encuentra en peligro, es muy conocido entre los habitantes de la parroquia, pero la persona que los hace ya no los prepara con tanta frecuencia.   |                             |   |





|  |                            |   |
|--|----------------------------|---|
|     |                            |   |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>   |                            | <b>CODIGO</b>   |
|  |                            | <b>IM-17-03-50-004-16-000004</b>  |
| <b>PRODUCTO</b>  |                            |   |
| <b>Nombre del producto:</b> Polla Ronca  |                            |   |
| <b>Ancestralidad:</b> Criollo  |                            |   |
| <b>Época de consumo</b>  |                            |   |
| <b>Cotidiana</b>   |                            |   |
| <b>Lugares de consumo</b>  |                            |   |
| <p>El producto con el pasar del tiempo ha dejado de consumirse y prepararse sin embargo, la “Posada del Chagra” restaurante busca difundirla por lo que la prepara durante las festividades del cantón para ser disfrutada por propios y extraños.</p>   |                            |   |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>  |                            |   |
| <b>Cantón:</b> Mejía   | <b>Parroquia:</b> Machachi | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b>   |
| Es un producto que se lo puede consumir todo el año durante las festividades del cantón.   |                            |   |
| <b>Descripción:</b> <b>Sopa</b>  |                            |   |
| Es elaborada a base de machica con carne de res o gallina colorada de campo, que puede ser consumida durante el almuerzo, es de color oscuro pero con un sabor muy agradable para el paladar.  |                            |  |
| <b>ELABORACIÓN</b>   |                            |   |
| <b>Ingredientes:</b>   |                            |   |
| El principal ingrediente para la preparación es la carne de res, pero debe ser de la parte del pecho de la vaca debido a que esto es lo que le da el sabor, o se puede usar la gallina de campo, además también se encuentra la col, papas, machica, achiote, cebolla blanca, ajo macho, sal en grano, agua, cilantro y perejil.   |                            |   |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b>  |                            |   |
| Para su elaboración es necesario contar con: ollas, bowl, cuchara, cuchareta.  |                            |   |
| <b>Forma de Preparación:</b>   |                            |   |
| En un olla se cocina el pecho de res de entero alrededor de una hora para que se suavice la carne y en el caso de ser gallina se cocina por unas tres horas; condimentando con sal, cebolla blanca picada y ajo macho repicado, a parte se lava y pica la col, si la carne o gallina está suave se la corta en trocitos, se añade la col se deja cocinar por un tiempo y después se añaden las papas para que estas se suavicen. En un recipiente a parte se mezcla la machica con agua fría para que se disuelva, una vez lista se añade a la preparación se deja hervir por un momento, se coloca un poco de achiote, finalmente se añade el cilantro y perejil picado para que le otorgue más sabor a la preparación. |                            |   |
| <b>Propiedades</b>   |                            |   |
| <b>Nutritivas:</b> Es un alimento muy nutritivo y al poseer un alto contenido de vitaminas y minerales es ideal para la digestión y contribuye con el cuidado del sistema cardiovascular y nervioso.   |                            |   |
| <b>Medicinales:</b> Es un alimento recomendado para aquellas personas que sufren de insomnio.  |                            |   |
| <b>Estados de conservación</b>   |                            |   |
| <b>En peligro.-</b> El producto actualmente es muy poco conocido entre los habitantes de la parroquia además no es fácil de encontrar puesto que solo se prepara para el autoconsumo y en época de fiestas.  |                            |   |



|  |                            |   |
|--|----------------------------|---|
|     |                            |   |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>   |                            | <b>CODIGO</b>   |
|  |                            | <b>IM-17-03-50-004-16-000005</b>  |
| <b>PRODUCTO</b>  |                            |   |
| <b>Nombre del producto:</b> Ubre   |                            |   |
| <b>Ancestralidad:</b> Criollo  |                            |   |
| <b>Época de consumo</b>  |                            |    |
| <b>Cotidiana</b>   |                            |   |
| <b>Lugares de consumo</b>  |                            |   |
| El producto es consumido dentro de la parroquia de Machachi, sin embargo es preparado únicamente tres veces por semana lunes, jueves y viernes para su comercialización.   |                            |   |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>  |                            | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b><br> |
| <b>Cantón:</b> Mejía   | <b>Parroquia:</b> Machachi |   |
| Es un producto que se lo puede consumir todo el año.   |                            |   |
| <b>Descripción: Plato Fuerte</b>   |                            |   |
| La ubre puede ser considerada un plato fuerte debido a que es una preparación elaborada a base de la ubre de res frita en manteca, está acompañada principalmente de papas, mote, tostado y un curtido de cebolla, tomate, limón, cilantro y perejil.  |                            |   |
| <b>ELABORACIÓN</b>   |                            |   |
| <b>Ingredientes:</b><br>El ingrediente principal de esta preparación es la ubre de res a continuación tenemos otros ingredientes como manteca vegetal, sal, ajo, pimienta, cebolla blanca, cebolla paiteña, comino, orégano y agua.  |                            |   |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b><br>Para su elaboración es necesario contar con: ollas, bowl, cuchara, cuchareta, paila, licuadora.   |                            |   |
| <b>Forma de Preparación:</b><br>La ubre de res como aun contiene leche se la corta en tajadas y se la deja en agua por una noche para que salga toda la leche, a parte en la licuadora se coloca la sal, ajo, pimienta, cebolla blanca, cebolla paiteña, comino y orégano para elaborar el aliño. Al día siguiente se cocina la ubre alrededor de cinco horas en una olla, cuando este cocida se lava para retirar los restos de leche que quedan en forma de quesillos y se la corta en trozos pequeños, una vez lavada se coloca en un paila con agua hervida además se añade el aliño que se preparó con anterioridad se deja seguir cocinando por un tiempo para que se concentre el sabor del aliño en la ubre. Una vez que se ha reducido el agua se coloca la manteca vegetal y dos trozos de cebolla paiteña para que la ubre empiece a freírse y tome su color dorado característico, para servir se puede acompañar de papas, tostado, cutido de tomate y cebolla. |                            |   |
| <b>Propiedades</b>   |                            |   |
| <b>Nutritivas:</b> Es un alimento rico en proteínas, calcio, hierro y vitamina C.  |                            |   |
| <b>Estados de conservación</b>   |                            |   |
| <b>Raro.-</b> Es un producto conocido por los pobladores sin embargo no se lo encuentra con tanta facilidad debido a que únicamente lo preparan dos personas dentro de la parroquia los días lunes, jueves y viernes que son los días en que se comercializan.   |                            |   |





|   |                         |  |
|---|-------------------------|--|
|    |                         |  |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>  |                         | <b>CODIGO</b>  |
|   |                         | <b>IM-17-03-50-004-16-000006</b>   |
| <b>PRODUCTO</b>   |                         |  |
| <b>Nombre del producto:</b> Timbushca   |                         |  |
| <b>Ancestralidad:</b> Criollo   |                         |  |
| <b>Época de consumo</b>   |                         |   |
| <b>Cotidiana:</b>   |                         |  |
| <b>Lugares de consumo</b>   |                         |  |
| El producto es consumido dentro de la parroquia de Machachi y sus alrededores.  |                         |  |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>   |                         |  |
| <b>Cantón:</b> Mejía  | <b>Parroquia:</b> Todas | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b>  |
| Es un producto que se lo puede consumir todo el año.  |                         |  |
| <b>Descripción: Sopa</b>  |                         |  |
| La timbushca es consumida habitualmente durante el almuerzo, elaborada a base de carne de res, col, papas y mote que puede acompañarse con aguacate y ají. Es preparada y consumida por aquellas personas que aún prefieren las preparaciones tradicionales.  |                         |  |
| <b>ELABORACIÓN</b>  |                         |  |
| <b>Ingredientes:</b>  |                         |  |
| Para esta preparación es necesario contar con hueso carnudo de res, papas, col, mote, ajo, cebolla blanca, achiote, cilantro y perejil en caso de que se desee se puede añadir leche.   |                         |  |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b>   |                         |  |
| Para su elaboración es necesario contar con: ollas, bowl, cuchareta.  |                         |  |
| <b>Forma de Preparación:</b>  |                         |  |
| En una olla se coloca la carne el ajo machacado y la cebolla blanca picada para que se cocine durante una hora y la carne se suavice. A parte se lava y pica la col, se pela las papas, una vez que la carne este lista se coloca la sal se deja hervir un momento, se procede a añadir la col picada después se aumenta el mote cocinado previamente, minutos después se colocan las papas y el achiote, finalmente se coloca el cilantro y perejil picado. En caso de que se desee espesar un poco la preparación se puede licuar un poco de papa con leche, para acompañar se puede utilizar aguacate y ají. |                         |  |
| <b>Propiedades</b>  |                         |  |
| <b>Nutritivas:</b> es un alimento rico en vitaminas A, B, C, D y E además, contribuye con la digestión y el cuidado del sistema cardiovascular.   |                         |  |
| <b>Estados de conservación</b>  |                         |  |
| <b>Común.-</b> Es una preparación que aún se sigue preparando dentro de los hogares de los habitantes de la parroquia para su autoconsumo durante el almuerzo.  |                         |  |

|  |                            |   |
|--|----------------------------|---|
|     |                            |   |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>   |                            | <b>CODIGO</b>   |
|  |                            | <b>IM-17-03-50-004-16-000007</b>  |
| <b>PRODUCTO</b>  |                            |   |
| <b>Nombre del producto:</b> Delicados  |                            |   |
| <b>Ancestralidad:</b> Criollo  |                            |   |
| <b>Época de consumo</b>  |                            |   |
| <b>Cotidiana</b>   |                            |   |
| <b>Lugares de consumo</b>  |                            |   |
| El producto es consumido dentro de la parroquia de Machachi.   |                            |   |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>  |                            | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b>   |
| <b>Cantón:</b> Mejía   | <b>Parroquia:</b> Machachi |   |
| Es un producto que antes se lo podía consumir todo el año.   |                            |   |
| <b>Descripción:</b> Postre   |                            |  |
| Los delicados tienen la forma de una galleta abizcochada consumida en cualquier hora del día, sin embargo su consumo ha ido disminuyendo con el pasar del tiempo, es por ello que quienes los preparaban para su comercialización hoy solo los preparan para su autoconsumo.   |                            |   |
| <b>ELABORACIÓN</b>   |                            |   |
| <b>Ingredientes:</b><br>Para esta preparación es necesario contar con panela de atado, agua, anís, harina de maíz cruda y bicarbonato, manteca de chanco.  |                            |   |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b><br>Para su elaboración se debe contar con utensilios como olla, bowl, lata, cuchara, tamizador, horno de leña y pala de madera.  |                            |   |
| <b>Forma de Preparación:</b><br>En una olla se coloca el agua para que hierva a continuación se añade la panela para elaborar la miel de panela, una vez lista se deja enfriar por varios minutos. En un bowl a parte se coloca el harina formando un volcán en el centro se agrega la miel y el bicarbonato, se empieza a mezclar y si es necesario se va añadiendo poco a poco más miel hasta obtener una masa fácil de moldear. Además se pone un poquito de anís mientras se va amasando a mano. A parte se enciende el horno para que se consuma toda la leña (eucalipto), se unta las latas con manteca de chanco, se debe realizar esto ya que la masa no contiene manteca por lo que los delicados se pegan con facilidad en la lata. Una vez que esta lista la masa se coloca en las latas en forma de bolitas y con una cuchara se va formando ondas en la masa. Se debe revisar que toda la leña se haya consumido y únicamente los carbones queden encendidos una vez llevado a cabo este proceso se introducen las latas con ayuda de la pala de madera, se deja en el horno por unos 15 minutos retirar del horno, esperar que se enfríe la preparación e introducir nuevamente en el horno para que se a bizcochen. |                            |   |
| <b>Propiedades</b>   |                            |   |
| <b>Nutritivas:</b> Es un alimento bajo en colesterol contiene vitaminas y minerales como el hierro y fósforo que contribuye con el fortalecimiento del sistema óseo, nervioso y cardiovascular.  |                            |   |
| <b>Estados de conservación</b>   |                            |   |
| <b>En Peligro.-</b> Es una preparación que aún se mantiene en la memoria de ciertos pobladores poco a poco ha ido cayendo en el olvido debido a su escasez ya que como se constató se preparan en el seno familiar para el autoconsumo y para ocasiones especiales ya no para su comercialización.   |                            |   |

|  |                                    |   |
|--|------------------------------------|---|
|     |                                    |   |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>   |                                    | <b>CODIGO</b>   |
|  |                                    | <b>IM-17-03-52-004-16-000008</b>  |
| <b>PRODUCTO</b>  |                                    |   |
| <b>Nombre del producto:</b> Cervecería Artesanal “La Cayetana”   |                                    |   |
| <b>Ancestralidad:</b> Contemporáneo  |                                    |   |
| <b>Época de consumo</b>  |                                    |    |
| <b>Cotidiana</b>   |                                    |   |
| <b>Lugares de consumo</b>  |                                    |   |
| El producto es consumido dentro de la parroquia de Aloasi y Machachi.  |                                    |   |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>  |                                    | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b><br> |
| <b>Cantón:</b> Mejía   | <b>Parroquia:</b> Aloasi, Machachi |   |
| Es un producto que se lo puede consumir todo el año.   |                                    |   |
| <b>Descripción: Bebida</b>   |                                    |   |
| Cervecería Artesanal “La Cayetana” produce cerveza rubia y roja de producción continua y la de mortiño que es por temporada. La cual se expende en varios restaurantes de Machachi, los diseños de las etiquetas de los productos son en base a la flora y fauna del sector.   |                                    |   |
| <b>ELABORACIÓN</b>   |                                    |   |
| <b>Ingredientes:</b>   |                                    |   |
| Para esta preparación es necesario contar con Malta (cebada germinada tostada), lúpulo y agua.   |                                    |   |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b>  |                                    |   |
| Para su elaboración se debe contar con equipos completos de cocción, fermentación y embotellado.   |                                    |   |
| <b>Forma de Preparación:</b>   |                                    |   |
| Se debe poner a macerar la malta para extraer los azúcares del grano una vez que se extraen, se deja hervir por un cierto tiempo y mientras se deja hervir se le va añadiendo el lúpulo esto sale a partir de una flor que crece como hiedra pero para poder ser utilizado se debe peletizar (procesado) y este se encarga de darle el amargor y el aroma a la cerveza. Una vez que se ha cocinado la cerveza pasa a los fermentadores por el lapso de una semana y media a dos semanas dependiendo de la cerveza que se vaya a realizar, después de que se ha dejado fermentar (las levaduras convierten el azúcar del grano en alcohol y Co2 y a la vez generan otros sabores) durante este proceso la levadura respira va boteando y burbujeando ya que una cerveza debe estar en ausencia de oxígeno porque si no se oxida, una vez que se ha terminado el proceso de fermentación se pasa los cuartos fríos que se encuentra a 1° de temperatura para que la cerveza se madure de dos a tres semanas, es por ello que el proceso de elaboración de una cerveza dura aproximadamente un mes. |                                    |   |
| <b>Propiedades</b>   |                                    |   |
| <b>Nutritivas:</b> Sus ingredientes poseen minerales como hierro, calcio, zinc y sirve como relajante natural para el sistema nervioso central.  |                                    |   |
| <b>Estados de conservación</b>   |                                    |   |
| <b>Común.-</b> Esta bebida alcohólica se puede encontrar en varios restaurantes de la ciudad de Machachi.  |                                    |   |



|  |                         |   |
|--|-------------------------|---|
|     |                         |   |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>   |                         | <b>CODIGO</b>   |
|  |                         | <b>IM-17-03-52-004-16-000009</b>  |
| <b>PRODUCTO</b>  |                         |   |
| <b>Nombre del producto:</b> Cocinado Chacarero   |                         |   |
| <b>Ancestralidad:</b> Criollo  |                         |   |
| <b>Época de consumo</b>  |                         |   |
| Cotidiana  |                         |   |
| <b>Lugares de consumo</b>  |                         |   |
| El producto es consumido dentro de todo el cantón.   |                         |   |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>  |                         | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b><br> |
| <b>Cantón:</b> Mejía   | <b>Parroquia:</b> Todas |   |
| Es un producto que se lo puede consumir todo el año.   |                         |   |
| <b>Descripción: Plato fuerte</b>   |                         |   |
| Es un plato muy consumido dentro de todas las parroquias del cantón, debido a que es uno de los alimentos principales del personaje conocido como “El Chagra”. Este plato se encuentra acompañado de queso fritada o chicharrón y el tradicional ají de piedra.  |                         |   |
| <b>ELABORACIÓN</b>   |                         |   |
| <b>Ingredientes:</b><br>Para esta preparación es necesario contar con ingredientes como papas (puede ser chaucha, blanca o leona), habas, choclo, melloco, queso y cebolla blanca.   |                         |   |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b><br>Para su elaboración se debe contar con bowl y ollas.  |                         |   |
| <b>Forma de Preparación:</b><br>Para iniciar con la preparación es necesario lavar y preparar todos los ingredientes quitar el cutul y pelos del choclo para ponerlos a cocinar en diferentes ollas primero se debe poner a cocinar los choclos debido a su consistencia, en otra olla las papas junto a un pedazo de cebolla blanca, después las habas y finalmente el melloco. Una vez que todo se ha cocinado si se va a servir ese momento se escurre el agua de estas preparaciones pero si no se lo hace se las deja seguir cocinando en llama baja excepto las papas. Para acompañar se puede cortar un trozo de queso y también ají. |                         |   |
| <b>Propiedades</b>   |                         |   |
| <b>Nutritivas:</b> Alimentos ricos en vitamina A, B, C y D muy rico en potasio, también ayuda al sistema cardiovascular y contribuye con los procesos de cicatrización.  |                         |   |
| <b>Medicinal:</b> El agua de la cocción de los choclos se considera una bebida diurética por lo que es recomendada beberla para evitar la retención de líquidos.   |                         |   |
| <b>Estados de conservación</b>   |                         |   |
| <b>Común.-</b> Este plato es muy consumido en todo el sector además de esto se mantiene dentro de la memoria de los pobladores puesto que es muy consumido desde hace mucho tiempo atrás por las antiguas y nuevas generaciones por su agradable sabor.  |                         |   |

|  |                            |  |
|--|----------------------------|--|
|     |                            |  |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>   |                            | <b>CODIGO</b>  |
|  |                            | <b>IM-17-03-50-004-16-000010</b>   |
| <b>PRODUCTO</b>  |                            |  |
| <b>Nombre del producto:</b> Pitimuchas   |                            |  |
| <b>Ancestralidad:</b> Criollo  |                            |  |
| <b>Época de consumo</b>  |                            |    |
| <b>Cotidiana</b>   |                            |  |
| <b>Lugares de consumo</b>  |                            |  |
| El producto es consumido dentro de la parroquia de Machachi.   |                            |  |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>  |                            | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b><br> |
| <b>Cantón:</b> Mejía   | <b>Parroquia:</b> Machachi |  |
| Es un producto que se lo puede consumir todo el año.   |                            |  |
| <b>Descripción:</b> Cucayo   |                            |  |
| Son unas totillas elaboradas a base de harina de maíz y papas aplastadas con queso, las cuales son tostadas en tiesto de barro, muy consumidas para los cucayos y para el desayuno.  |                            |  |
| <b>ELABORACIÓN</b>   |                            |  |
| <b>Ingredientes:</b><br>Para esta preparación son necesarios ingredientes como harina de maíz calentada, papa, queso maduro, cebolla blanca, manteca pesada, manteca de choncho, hueso de res, cebolla paiteña, ajo y sal.   |                            |  |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b><br>Para su elaboración se debe contar con bowl sartén, cuchareta, ollas, tiesto de barro..   |                            |  |
| <b>Forma de Preparación:</b><br>Se debe poner a cocinar el hueso de res por al menos una hora junto a la cebolla paiteña, ajo y una pizca de sal para elaborar un fondo de res que sirva para la masa. A parte se pela y cocina las papas en agua con un poco de sal y una rama de cebolla, una vez que estén cocidas se las escurre y se procede a aplastarlas; mientras tanto en una sartén se coloca la cebolla blanca picada junto a la manteca pesada y un poco de achiote para hacer el refrito; a parte se desmenuza el queso maduro. Una vez que se tiene la papa aplastada, el refrito y el queso se mezcla bien todos los ingredientes; en un recipiente aparte se tamiza el harina de maíz se forma un volcán, se coloca los huevos y se va amasando, poco a poco se va añadiendo a la masa el fondo de res junto a la manteca de choncho. Una vez que la consistencia de la masa sea la adecuada se empiezan a formar canastitas con la masa y dentro de estas se coloca el condumio de papa se cierra y se le da la forma de una tortilla plana. Finalmente se coloca en el tiesto a fuego lento para que se doren las tortillas. |                            |  |
| <b>Propiedades</b>   |                            |  |
| <b>Nutritivas:</b> Es un alimento rico en vitaminas y minerales que contribuyen con el cuidado del sistema óseo, cardiovascular y nervioso.  |                            |  |
| <b>Estados de conservación</b>   |                            |  |
| <b>En peligro.-</b> El producto únicamente es conocido por pocas personas, quienes no has podido retransmitir sus conocimientos por lo que el producto poco a poco va cayendo en el olvido.  |                            |  |

|  |                          |   |
|--|--------------------------|---|
|     |                          |   |
| <b>MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO DEL ECUADOR</b><br><b>ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO</b><br><b>UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE</b><br><b>FICHA DE PRODUCTOS ELABORADOS</b>   |                          | <b>CODIGO</b>   |
|  |                          | <b>IM-17-03-52-004-16-000011</b>  |
| <b>PRODUCTO</b>  |                          |   |
| <b>Nombre del producto:</b> Fritada de cordero   |                          |   |
| <b>Ancestralidad:</b> Contemporáneo  |                          |   |
| <b>Época de consumo</b>  |                          |   |
| <b>Cotidiana</b>   |                          |   |
| <b>Lugares de consumo</b>  |                          |   |
| El producto es consumido dentro de la parroquia de Aloasi.   |                          |   |
| <b>Zonas tradicionales de consumo</b>  |                          |   |
| <b>Cantón:</b> Mejía   | <b>Parroquia:</b> Aloasi | <b>Mapa – Zona(s) de producción</b>   |
| Es un producto que se lo puede consumir todo el año.   |                          |  |
| <b>Descripción: Plato fuerte</b>   |                          |   |
| Es un plato el cual está elaborado a base de la carne de cordero, el cual nace a raíz que dentro de uno de los barrios de la parroquia conocido como “Umbría” es muy consumida la carne de este animal, el plato va acompañado de choclo, habas papas, mellocos y mayonesa.  |                          |   |
| <b>ELABORACIÓN</b>   |                          |   |
| <b>Ingredientes:</b>   |                          |   |
| Para esta preparación es necesario Carne de cordero, ajo, sal y aceite   |                          |   |
| <b>Utensilios y/o herramientas:</b>  |                          |   |
| Para su elaboración se debe contar con utensilios como bowl, sartén, paila de bronce.  |                          |   |
| <b>Forma de Preparación:</b>   |                          |   |
| La carne debe ser comprada de cordero debido a que la carne es mucho más suave. Después de lava y corta la carne, aparte me machaca el ajo y se mezcla con sal hasta obtener una pasta de ajo, se añade esta pasta y se deja reposar la carne alrededor de una hora para que se concentre el sabor del ajo. Una vez pasado este tiempo, a parte en una sartén se coloca el aceite y se procede a saltear la carne por unos minutos una vez que esta dorada se traslada a una paila de bronce y se deja cocinar en el mismo aceite durante unos quince minutos más para que este bien cocida. |                          |   |
| <b>Propiedades</b>   |                          |   |
| <b>Nutritivas:</b> Es un alimento rico en proteínas y minerales, mejoran la digestión, limpian el organismo y protegen el sistema cardiovascular.  |                          |   |
| <b>Estados de conservación</b>   |                          |   |
| <b>Raro.-</b> El producto es consumido dentro de la parroquia sin embargo es nuevo para los pobladores de los alrededores, por lo que aún se dando a conocer además de esto, es preparado únicamente en un lugar por lo que su consumo es limitado a los días, sábados, domingos, feriados y bajo reservación.   |                          |   |

### 2.7.3 Diagramas de flujo de los platos emblemáticos del cantón Mejía

Tabla 17

Diagrama de flujo: “Tortillas de Tiesto”

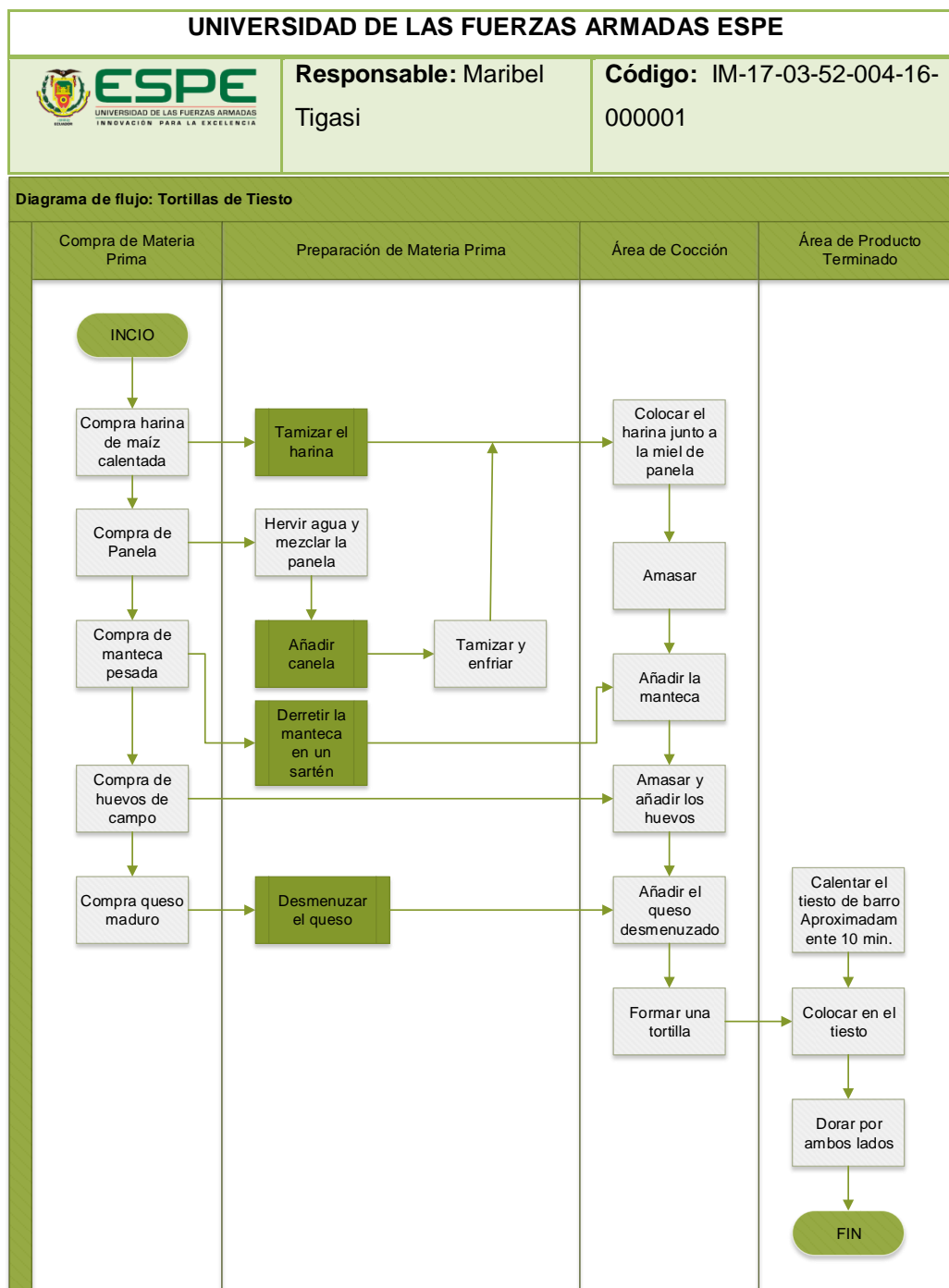


Tabla 18

## Diagrama de flujo: “Habas Tasno”

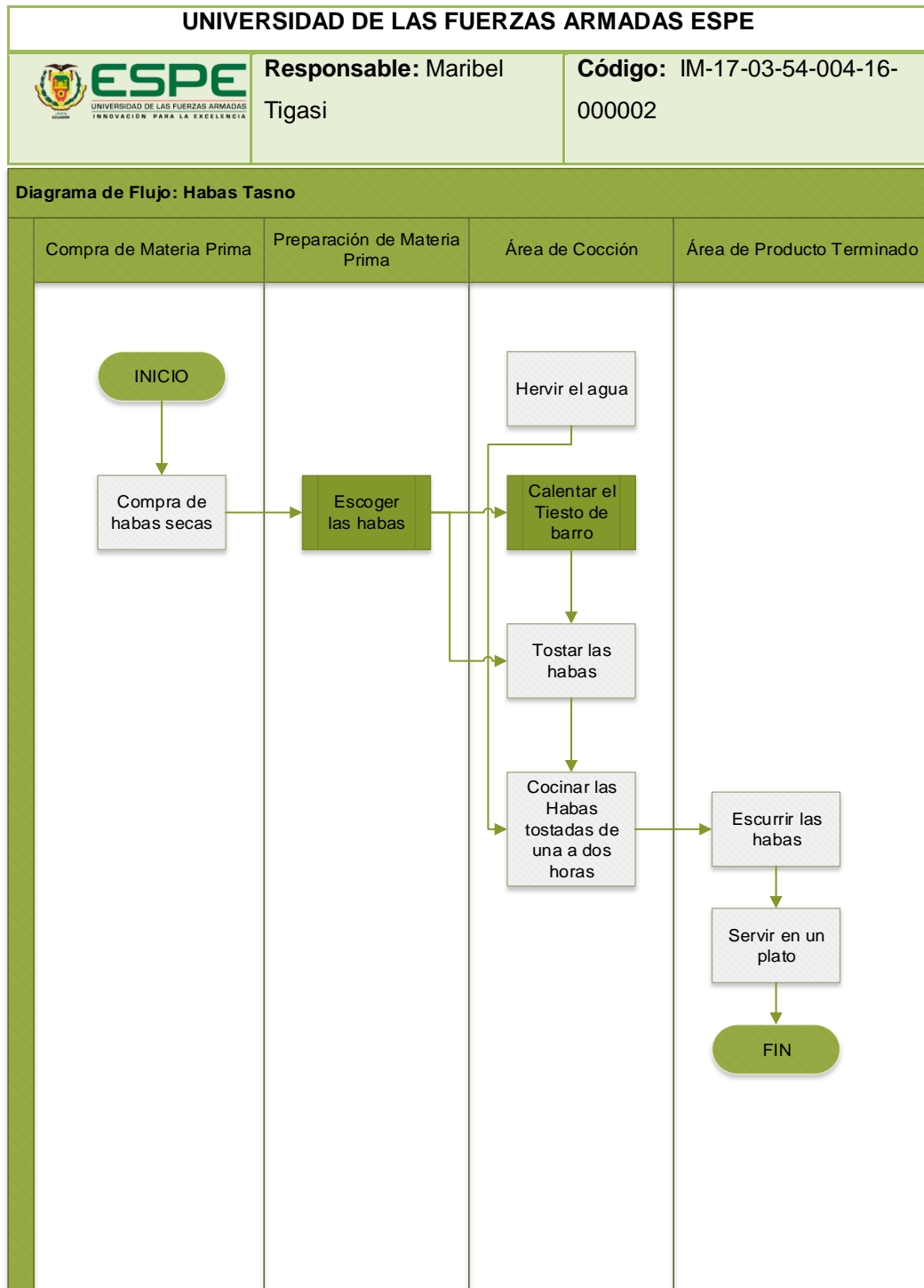


Tabla 19

Diagrama de flujo: “Arepas”

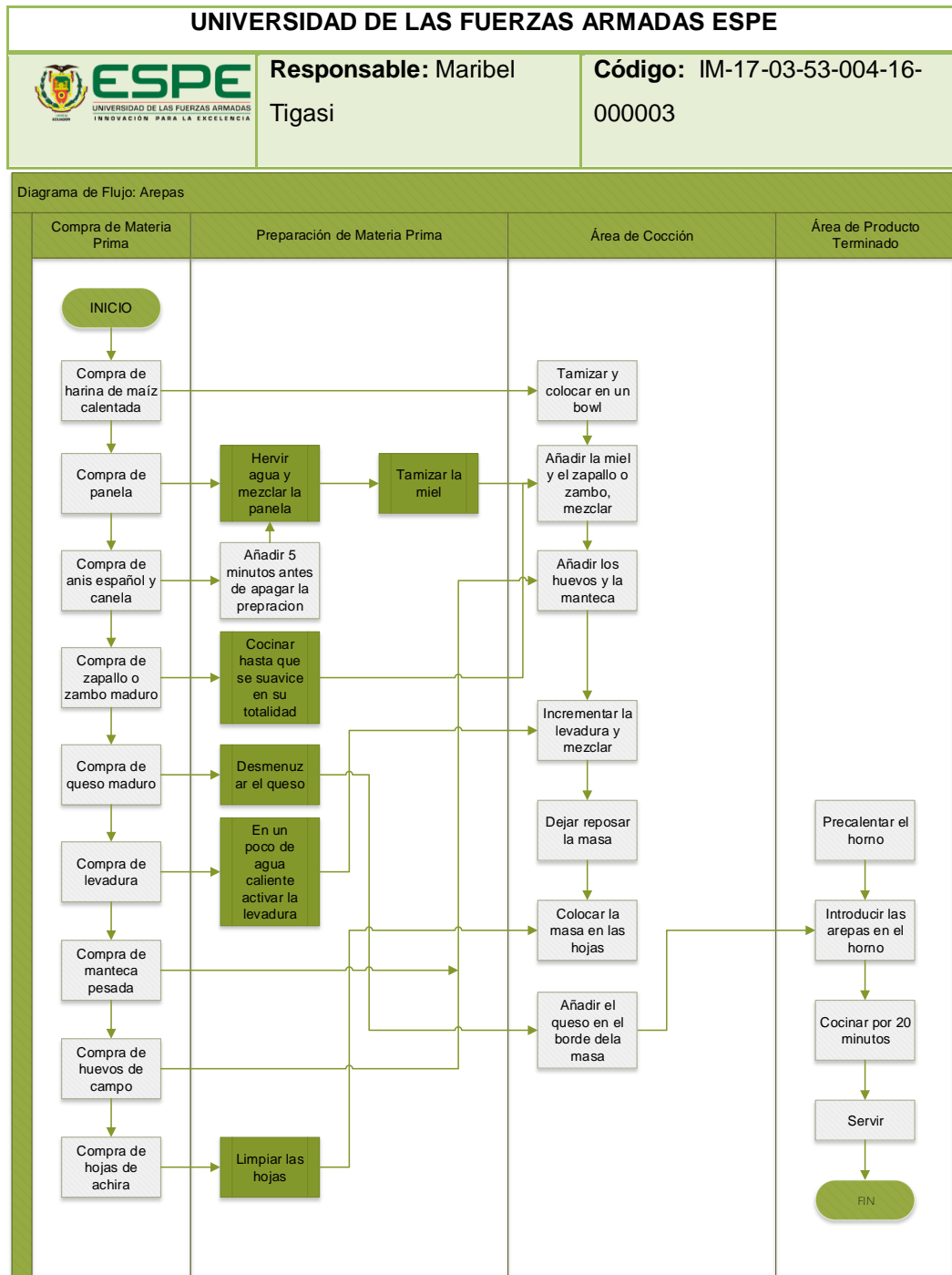


Tabla 20

Diagrama de flujo: “Polla Ronca”

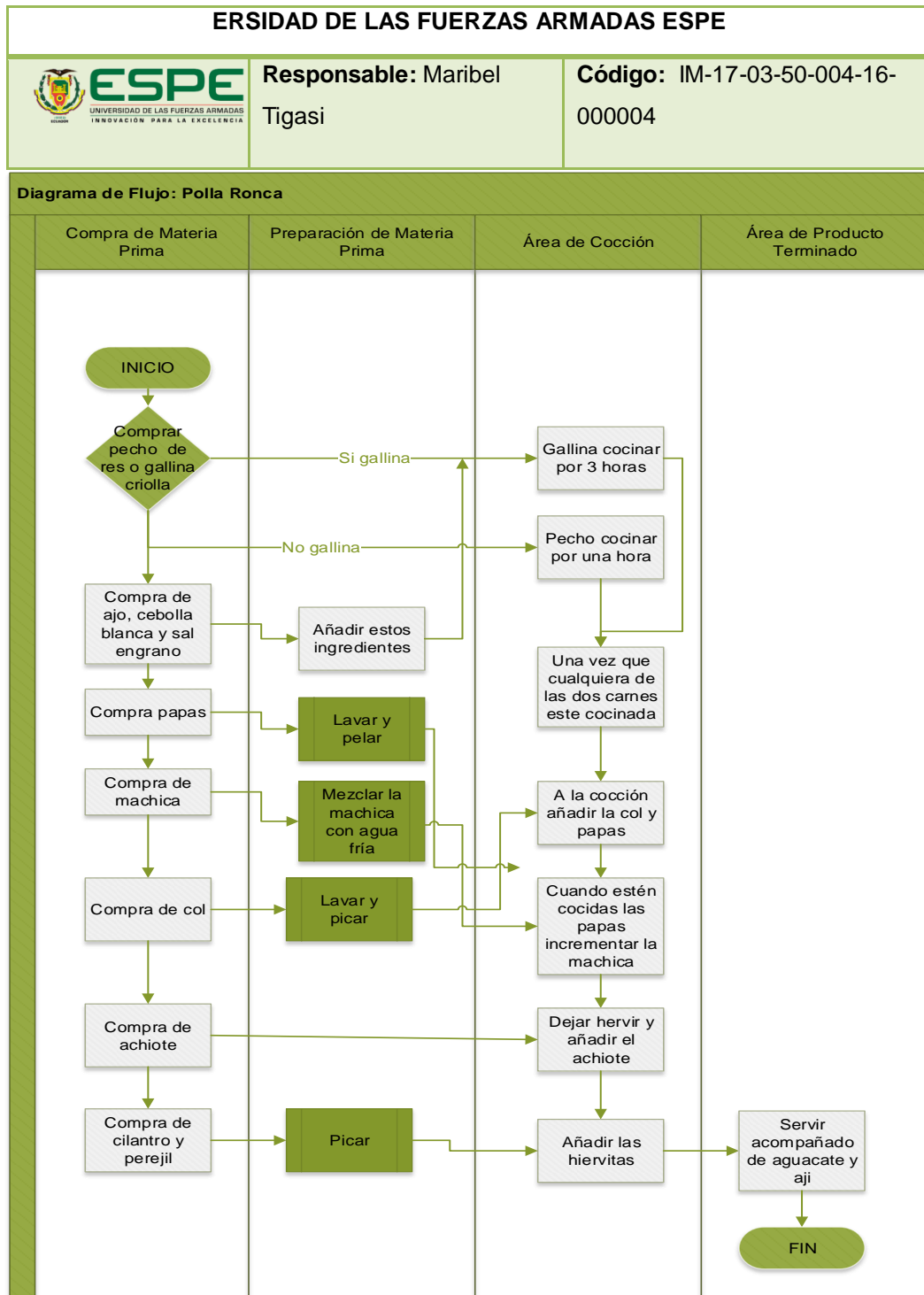


Tabla 21

Diagrama de flujo: “Ubre”

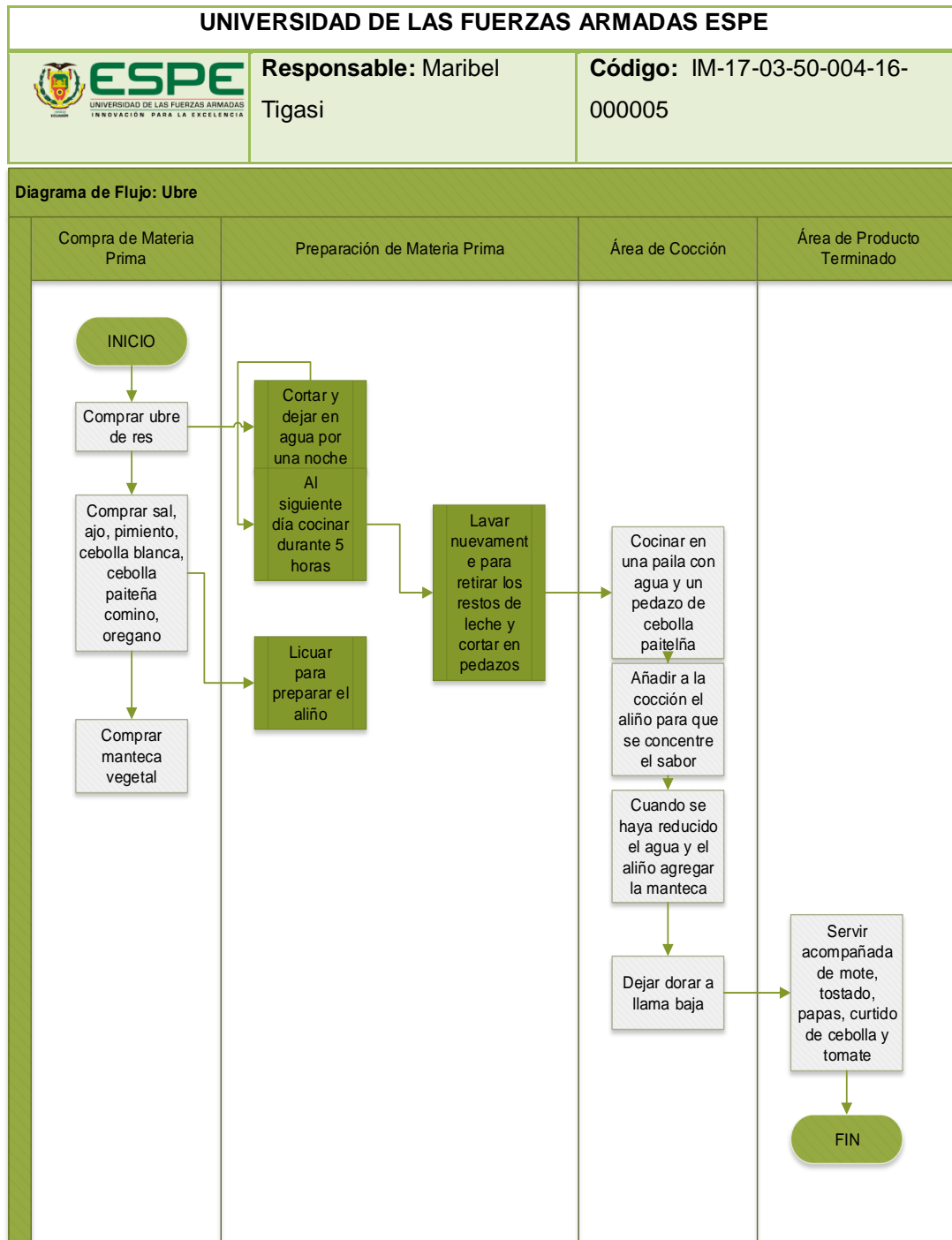




Tabla 22

Diagrama de flujo: “Timbushca”

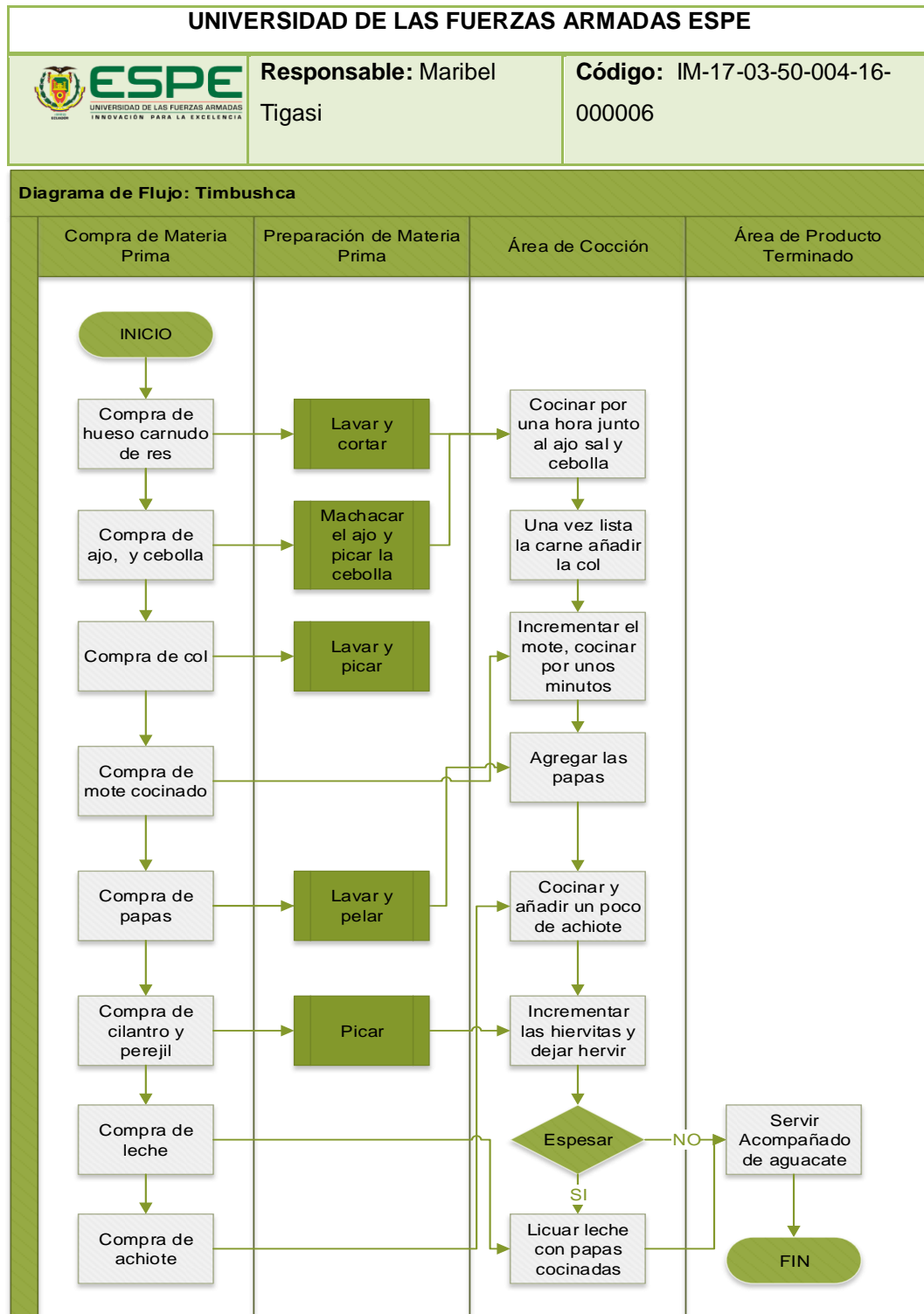


Tabla 23

Diagrama de flujo: “Delicados”

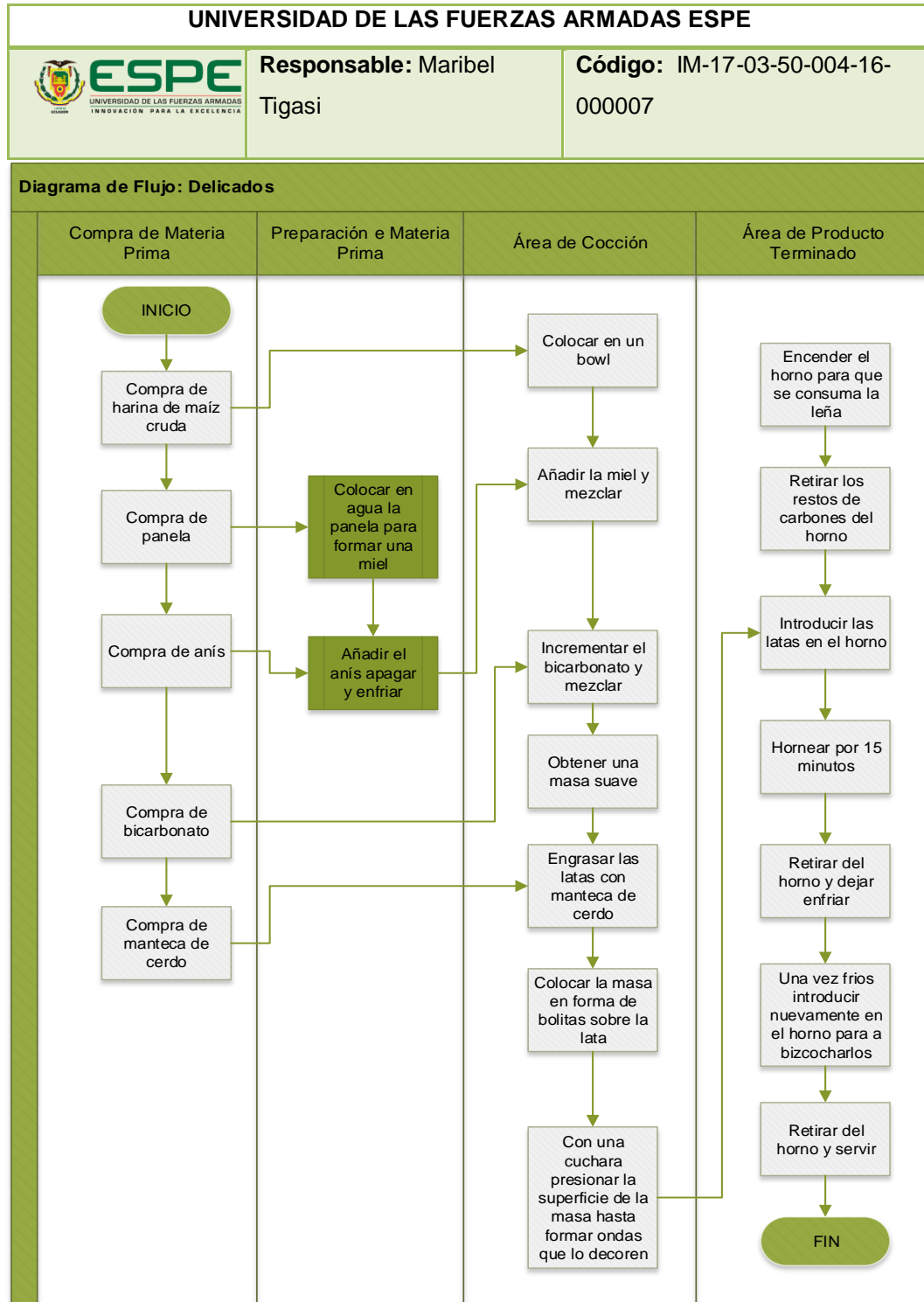


Tabla 24

Diagrama de flujo: “Cerveza Artesanal”

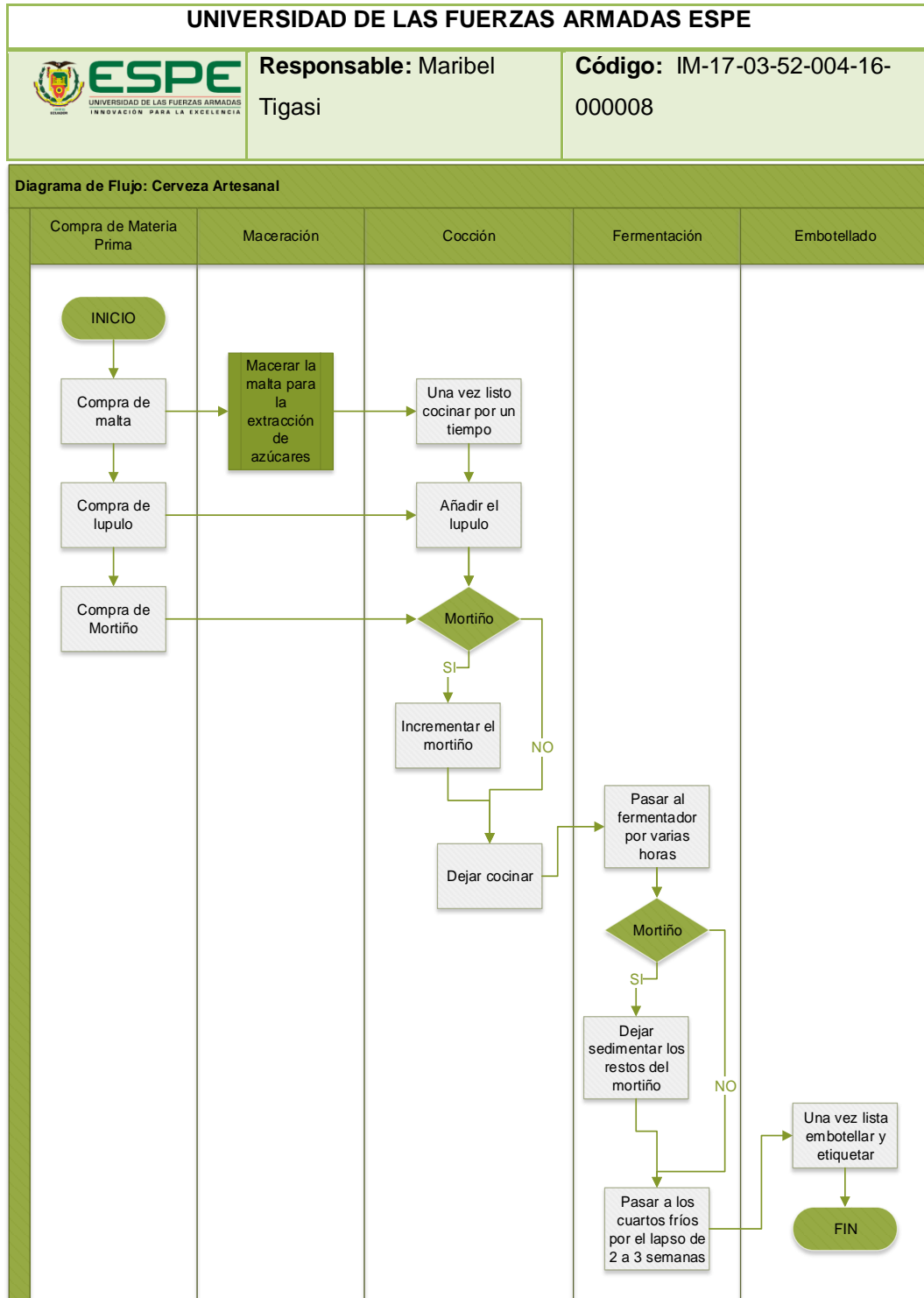


Tabla 25

Diagrama de flujo: “Cocinado Chacarero”

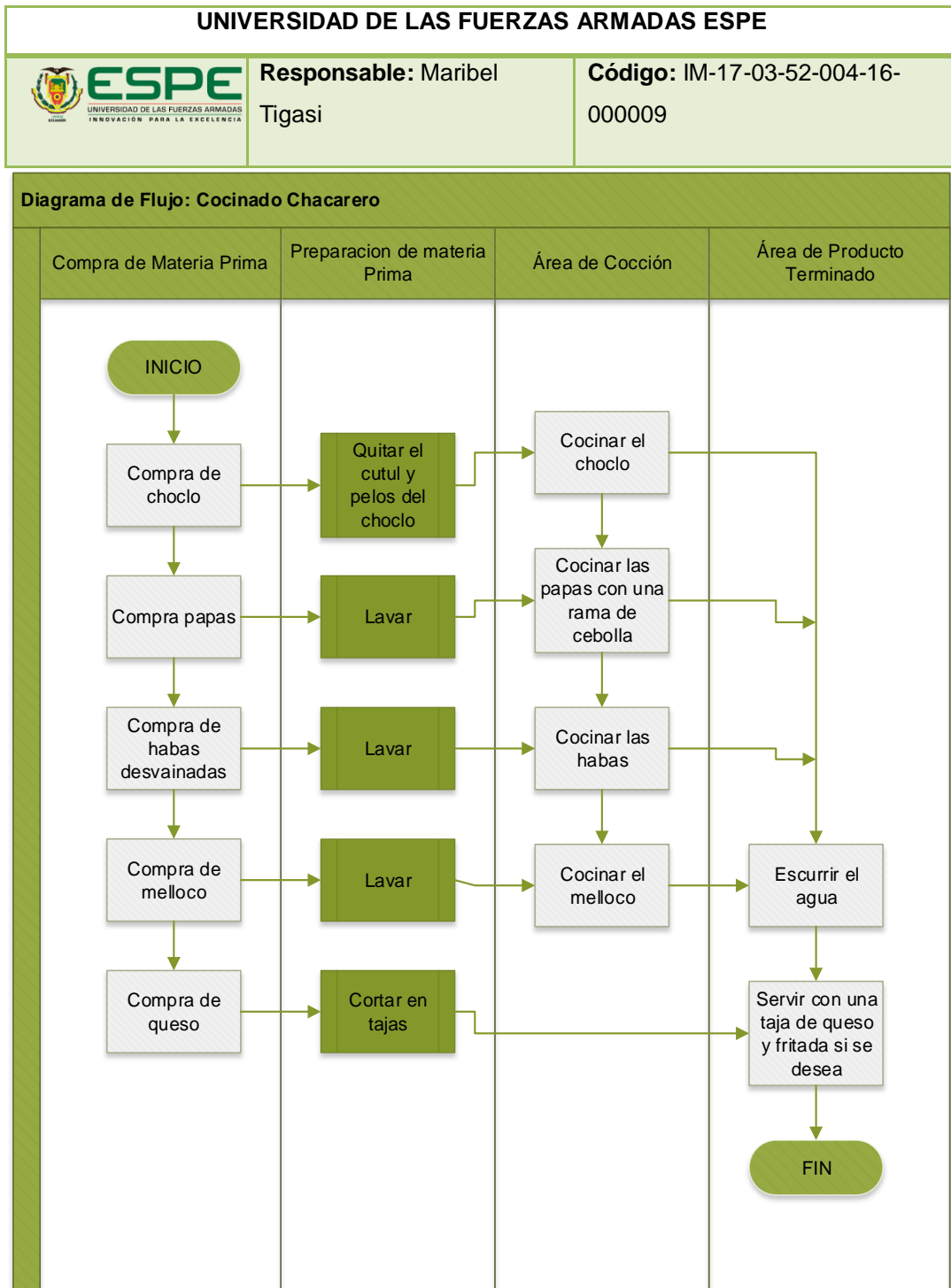


Tabla 26

Diagrama de flujo: "Pitimuchas"

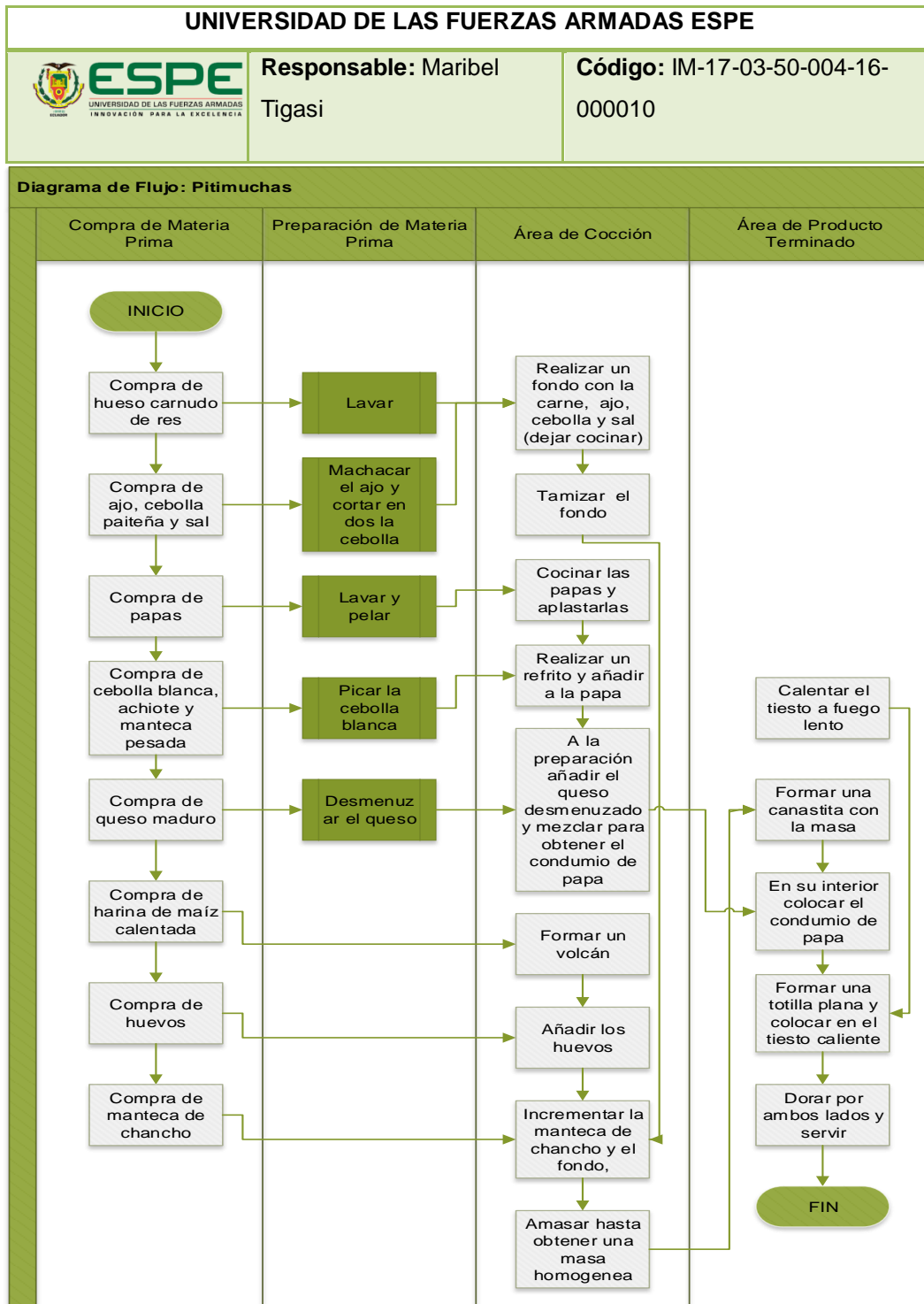
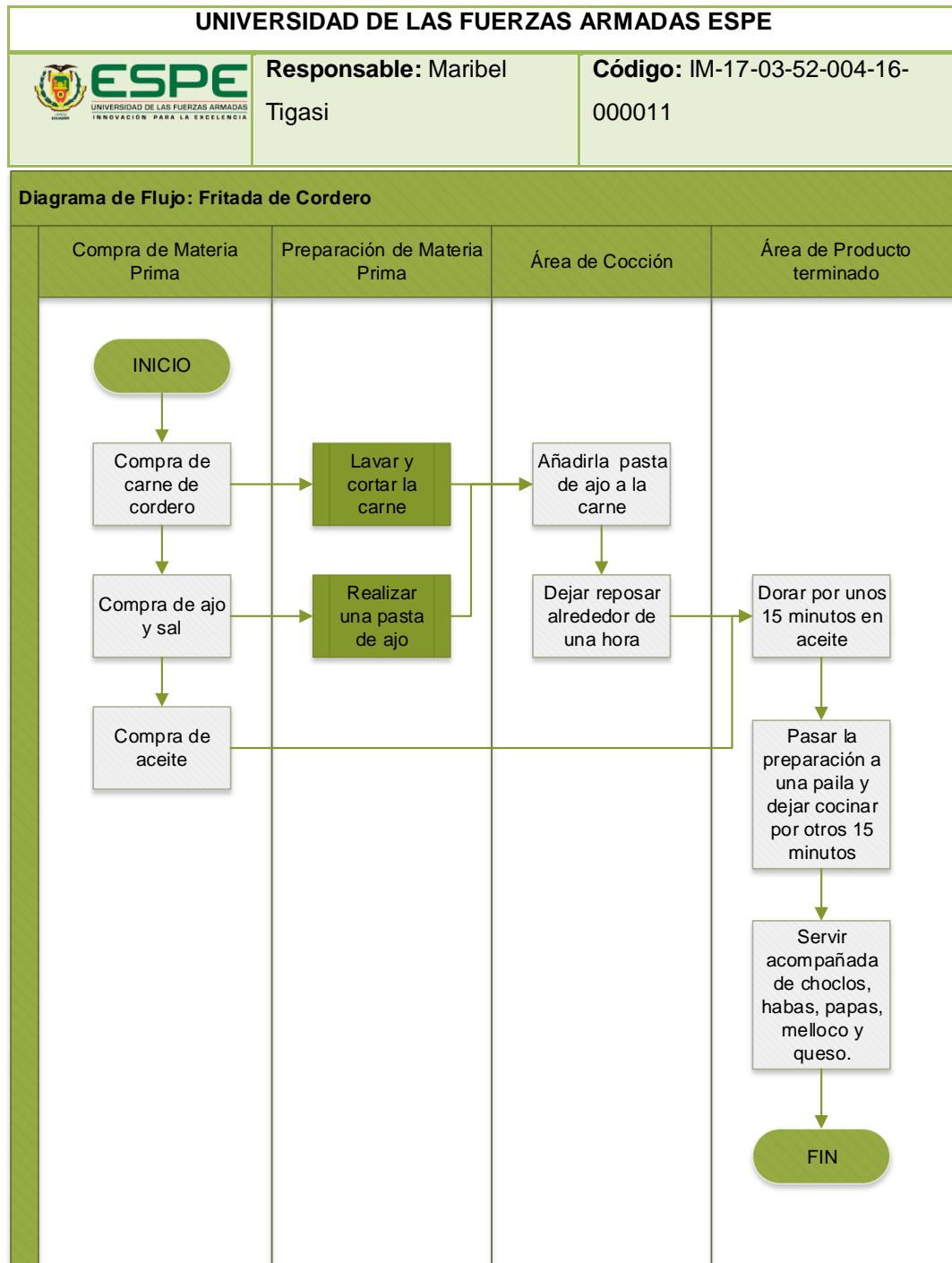


Tabla 27

## Diagrama de flujo: “Fritada de Cordero”



## CAPÍTULO III

### ATLAS DEL PATRIMONIO ALIMENTARIO

En el presente capítulo se muestra los parámetros y estructura de la elaboración del Atlas del Patrimonio Alimentario del cantón Mejía, además se presenta la recapitulación de la información obtenida durante toda la investigación, presentada de tal forma que sea de fácil comprensión al lector; el cual puede o no poseer conocimientos del tema pero a pesar de ello sea atraído por esta obra.

#### **3. Antecedentes**

El Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador viene desarrollando actividades encaminadas a la conservación, cuidado y difusión del Patrimonio Alimentario Natural y Cultural del país, es por ello que ha ejecutado diferentes programas que contribuyan con la recolección de datos acerca de estos temas, mismos que han sido difundidos entre la población, buscando la revalorización de los productos de la zona y la concientización entre la población acerca de los beneficios del consumo de estos productos.

En este sentido se difunde y promueve una serie de nueve fascículos de la revista titulada Patrimonio Alimentario “Come sano, come con identidad” que circuló con el diario el telégrafo y también se las puede descargar de forma digital, es una recopilación de la herencia cultural y natural de cada alimento; pretendiendo destacar la importancia de los alimentos desde la producción, preparación y consumo a más de invitar a la población a comer sano, sabroso y sobre todo con identidad.

Otro proyecto es ejecutado a través de la Subsecretaria del Ministerio de Cultura y Patrimonio es “Patrimonio Cultural Alimentario”, este proyecto pretende analizar a toda la cadena alimenticia que participa para la producción de un determinado platillo; para revalorizar la gastronomía nacional y posicionarla a nivel internacional. Además de pretender crear una ruta gastronómica nacional a través de la capacitación a quienes realizan preparaciones de tipo patrimonial y certificándolas. Uno de los resultados de estos estudios es la publicación del “Atlas del Patrimonio Alimentario”, sin embargo, debido a la falta de presupuesto no se la ha podido realizar por lo que toda la información esta digitalizada y una vez que se hayan ultimado detalles será publicada en la red.

### **3.1 Diseño del Atlas**

A continuación se presenta la estructura de todo el cuerpo de la obra, de acuerdo a los parámetros establecidos por el Ministerio de Cultura y Patrimonio además de las necesidades del investigador.

### **3.2 Créditos de la obra**

A continuación se presentan a todos aquellos quienes a través de sus conocimientos han sido participes de la investigación; demostrando su interés por el cuidado, conservación y difusión de la cultura alimentaria del lugar, ya que sin su aporte no habría sido viable la investigación.

#### ***Autora:***

- Maribel Tigasi

#### ***Edición:***

- Maribel Tigasi



***Fotografía:***

- Maribel Tigasi

***Diseño gráfico:***

- Ing. Ana Guanopatin
- Creative diseño y publicidad

***Asesores técnicos:***

- Lic. Ismael Guanoluisa
- Ing. Karina Fonseca
- Ing. Esteban Tapia

***Asesores investigativos:***

- Lic. Ismael Guanoluisa
- Lic. Javier Fajardo
- Ing. Antonio Morales
- Abg. Edwin Yáñez

***Detentores:***

- Sra. Rosa Edelina Topanta
- Sra. Mariana Cisneros
- Sra. María Petrona Chugchilan
- Sra. Myriam Heredia,
- Sra. Estela Jacome.
- Sra. Zoila Aguirre de Santos
- Sra. Elva Ayala Barreno
- Sra. Mariana de la Cueva
- Sra. Inés Altamirano
- Sra. Elsa Cecilia Toapanta
- Sra. Consuelo Uvillus

- Sra. Narcisa Toapanta
- Sra. Digna Gualotuña
- Sra. María Tonato
- Sra. María Ligia Pupiales
- Sra. Elva Ayala Barreno
- Ing. Paúl Calderón
- Sra. Lucrecia Acuña
- Sra. Mariana de la Cueva
- Sra. Mariana Masapanta
- Sra. Inés Altamirano
- Sra. Margarita Chiluisa
- Sra. Hilda Quinaluisa

***Entidades públicas:***

- Subsecretaría del Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador
- Centro de Investigación de la Memoria y el Patrimonio Cultural
- Gobierno Autónomo Descentralizado del cantón Mejía
- GAD Parroquial de Aloasi, El Chaupi, Tambillo, Uyumbicho, Alóag, Cutuglagua, Tandapi
- Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE- L

### **3.3 Presentación**

Cuando se habla de Patrimonio Alimentario, se busca revalorizar y potenciar este importante patrimonio ecuatoriano representado tanto en sus alimentos, en la forma de obtenerlos (pesca, recolección y agricultura) como en su gastronomía tradicional; por ello, se lo considera un recurso estratégico en aporte al fortalecimiento de las identidades y al desarrollo endógeno, posicionándolo a nivel nacional e internacional.

El patrimonio alimentario se vincula con todos los actores de la cadena alimenticia, es decir con el agricultor-recolector-pescador (quien provee los alimentos) las y los cocineros (quienes los transforman en elaboraciones tradicionales e identitarias) y los consumidores (quienes los ingestan, degustan y ponen en valor).

Este concepto refiere a los alimentos ampliamente reconocidos y utilizados en los platos tradicionales. En torno a estos productos se quiere identificar a las comidas más representativas que los incluyan como ingredientes principales, localizar a los lugares y personas igualmente reconocidas en la preparaciones de estos platos, la importancia de los ciclos de cultivo previos a su preparación, y el valor social que día a día acompaña a un colectivo, que se identifica con estos alimentos. Esta identificación es un proceso investigativo que se debe construir en directa relación con la comunidad, promoviendo una participación de los principales implicados en la cadena de valor de estos productos. Los enfoques parten desde una mirada histórica hasta el reconocimiento actual y cotidiano en la culinaria de nuestro país, tratando de generar una adscripción identitaria de la comunidad.

Por estas razones el trabajo desarrollado por Maribel Tigasi cobra mucho valor al involucrar además el tema de la seguridad y soberanía alimentaria del cantón Mejía, este valioso esfuerzo se debe convertir en un generador de nuevas investigaciones, propuestas de rutas gastronómicas, desarrollo e innovación culinaria, salvaguardia del Patrimonio Alimentario de la región y motivador de la apropiación por parte de los pobladores de Mejía de unas relaciones alimentarias buenas, limpias y justas.

Chef Esteban Tapia Merino

### **3.4 Introducción**

El presente trabajo fue desarrollado bajo los parámetros establecidos por el Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador; a partir de la elaboración del proyecto emblemático “Ciudades Patrimoniales del Ecuador” dentro del componente “Patrimonio

Alimentario” que se basa principalmente en el estudio, revalorización y potenciación del mismo.

El Patrimonio Alimentario se encuentra dividido en “Patrimonio Natural Alimentario” concerniente al estudio de los productos y sus principales características como ancestralidad, variedades, época de cosecha, zonas de producción, usos gastronómicos y el “Patrimonio Cultural Alimentario” dentro del que se enmarca este trabajo, mismo que se encarga del estudio en cuanto a la ancestralidad, ingredientes, forma de preparación, propiedades y el estado de conservación de las diferentes preparaciones que se disponen dentro de una localidad, la cual busca mostrar más allá del tecnicismo de un recetario, un enfoque hacia las expresiones culinarias de un pueblo; que han sido capaces de trascender a lo largo de la historia, pasando por cambios constantes pero que sin duda los han llevado a conseguir los sabores que se presentan hoy en día; he ahí el hecho de ser emblemáticos que por sus características son capaces de representar o simbolizar a una comunidad.

Es en ese momento que nace la iniciativa de este estudio dentro del cantón Mejía, también conocido como el valle de los nueve volcanes privilegiado por su topografía, cosa que ha sido una bendición para este pueblo ya que todo su desarrollo se ha basado en la exuberante riqueza agrícola y ganadera además de la calidad de su gente, y sobretodo el personaje principal que es el chagra cual vetazo limpio en los cachos del toro bravo tan perfecto, como aferrado a sus raíces con miras al futuro a tejido costumbres y tradiciones a través de tiempo, tal cual lo ha hecho su gastronomía buscando perpetuarse en la memoria viva de sus pobladores.

Dando como resultado de la investigación los platos emblemáticos del cantón cuya recopilación se plasma en esta propuesta que reagrupa los sabores y saberes de la comunidad en sus diferentes categorías como son: sopas, platos fuertes, cucayos, y

bebidas en una conjugación indudable entre emblemáticos y contemporáneos, a la vez con productos de la zona.

### **3.5 Índice General**

A continuación se muestra un índice breve el cual contiene todos los tópicos que se abarcan dentro de la publicación

#### **Presentación**

#### **Introducción**

#### **Índice**

#### **Mapa del cantón Mejía**

#### **Platos emblemáticos**

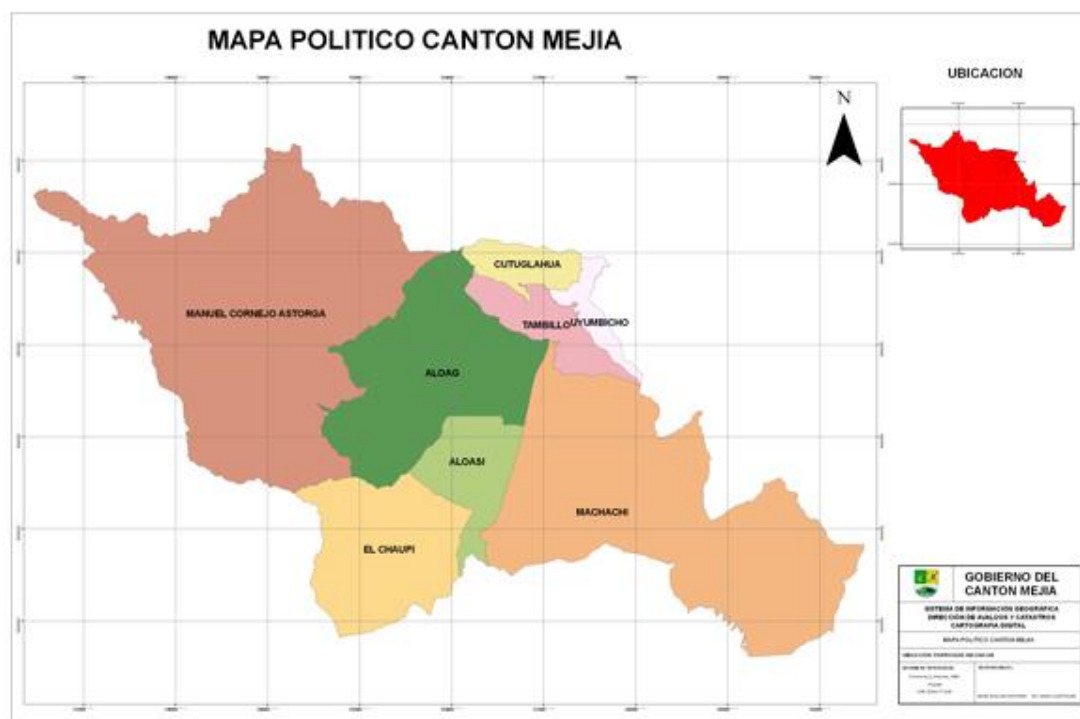
- Tortillas de Tiesto
- Habas Tasno
- Arepas
- Polla Ronca
- Ubre
- Timbushca
- Delicados
- Cerveza Artesanal
- Cocinado Chacarero
- Pitimuchas
- Fritada de Cordero

#### **Informantes y detentores**

#### **Bibliografía**

## Glosario

### 3.6 Mapa General del cantón Mejía



**Figura 5. Mapa político del cantón Mejía**

Fuente: Municipio del cantón Mejía

### 3.7 Cuerpo principal de la obra

El cuerpo principal de la obra está basada en la recapitulación de las once recetas de los platos emblemáticos que se preparan en el cantón Mejía, apoyadas en los datos recolectados en las fichas de “productos elaborados”, sin embargo, toda la información se presenta a renglón seguido y no en tabla como se encuentra al momento del levantamiento

### **a. Tortillas de Tiesto**

**Ancestralidad:** Criollo

**Época de consumo:** Cotidiana

**Lugares de consumo:**

Las tortillas de tiesto son consumidas en gran parte por los hogares de las parroquias, pero muy pocas veces se las encuentra a la venta.

**Zonas tradicionales de consumo:**

Este alimento se puede consumir dentro de las parroquias de Aloasi, Tambillo, El Chaupi y Aloag. Producto que se puede consumir todo el año.

**Descripción:** Cucayo

Es un producto el cual puede ser consumido como un cucayo; es de forma redonda amarilla por el uso del agua de panela bermeja y huevos de campo y queso rallado para las de dulce, sin embargo, se debe tomar en cuenta que también pueden ser de sal.

**Elaboración**

**Ingredientes:**

Al hablar de los ingredientes es necesario que se utilicen los tradicionales ya que hoy en día existen variaciones que cambian la textura de la tortilla, este es el caso del principal ingrediente el harina de trigo que últimamente no es pura más bien es una mezcla entre trigo y maíz, de ahí se encuentran los huevos de campo, manteca pesada, agua y panela negra.

**Utensilios y/o herramientas:**

Entre los utensilios utilizados se encuentra: el fogón de leña, sartén, batea, tamizador y el tiesto de barro el cual para utilizarlo debe atravesar un proceso

denominado arishca, mismo que se refiere a la colocación del tiesto al fuego y cuando está al rojo vivo se unta manteca de puerco y cebo de res hasta que desaparezca la grasa durante varios minutos.

### **Forma de Preparación:**

Para iniciar la preparación se debe colocar agua a hervir una vez que esté en ebullición se añade la panela para hacer la miel y cuando esté lista hay que dejarla reposar hasta que se enfríe totalmente ya que si está caliente la masa se cocinara; en una sartén aparte se derrite la mantequilla. A continuación en una batea se tamiza por tres veces la harina y se forma un volcán, se procede a colocar los huevos en el centro y en los bordes el agua de panela para empezar a amasar. Una vez lista la masa se forma las tortillas y si se desea se puede añadir queso maduro desmenuzado. Finalmente se cocina en el tiesto a fuego lento para que se cocinen.

### **Propiedades**

**Nutritivas:** Es un alimento bajo en colesterol el cual posee vitaminas A, B, C y D que contribuyen con el cuidado y desarrollo del sistema nervioso y sistema cardiovascular.

### **Estados de conservación**

**Raro:** El producto es conocido pero no se lo encuentra con tanta facilidad.

#### **b. Habas Tasno**

**Ancestralidad:** Criollo

**Época de consumo:** Cotidiana

#### **Lugares de consumo:**

Es un producto muy consumido por los habitantes de la parroquia dentro de sus hogares. Sin embargo su consumo no es tan usual ya que se han cambiado los hábitos alimenticios.



**Zonas tradicionales de consumo**

Es un producto que se puede consumir todo el año dentro de la parroquia el Chaupi debido a que antes durante las épocas de fiesta se brindaba este platillo.

**Descripción: Plato fuerte**

Preparación muy consumida, misma que se puede comer sola como un cucayo para apaciguar el hambre durante los días largos de trabajo o también acompañada por ocas, masshuas, papas (esperanza) y ají.

**Elaboración****Ingredientes:**

El principal y único ingrediente para preparar este platillo es el haba seca que puede ser de variedad de habas noya (haba pequeña) o huagrahabas (haba grande) y agua. Pero si se desea se puede acompañarse de más productos como ocas, papas, masshuas y mellocos.

**Utensilios y/o herramientas:**

Entre los implementos necesarios se encuentra el tiesto de barro, cuchara de madera para mecer las habas, una olla, tamizador y fogón de leña.

**Forma de Preparación:**

Para iniciar se enciende el fogón, mientras se escoge las habas secas para retirar cualquier haba en mal estado o basura, luego se las coloca en el tiesto de barro para tostarlas; es necesario mecerlas constantemente para que se tuesten de manera uniforme. En una olla aparte se coloca el agua para que empiece a hervir (un litro por cada libra de habas), una vez que el agua está en estado de ebullición se añade las habas y se deja cocinar durante una o dos horas, siempre verificando que el agua no se vaya evaporando, en el caso de que lo haga, se debe colocar agua caliente, una vez que estén lista se escurre el agua para poder ser consumidas.

## **Propiedades**

**Nutritivas:** Son un alimento rico en fosforo y vitaminas, uno de los alimentos bajos en colesterol. El agua que sale de la cocción de las habas es recomendada para el desarrollo intelectual de los niños, se puede servir solo o acompañado de huevo de pato y miel.

## **Estados de conservación**

**Raro:** El producto es conocido sin embargo no se lo puede encontrar con facilidad.

### **c. Arepas**

**Ancestralidad:** Criollo

**Época de consumo:** Cotidiana

**Lugares de consumo:**

El producto era consumido dentro de la parroquia y en los sectores aledaños, sin embargo con el pasar del tiempo ha dejado de ser solicitada por lo que únicamente se elaboran para el autoconsumo.

**Zonas tradicionales de consumo:**

Es un producto que se lo podía consumir todo el año, dentro de la parroquia de Uyumbicho.

**Descripción: Cucayo**

Es un alimento elaborado a base de harina de maíz calentado, con una textura suave, de color amarillo envuelta en hojas de achira, lo que llama la atención de aquellos que la consumen, quienes se deleitan con su sabor acompañados de preferencia con un vaso de leche caliente.

## **Elaboración**

### **Ingredientes:**

Para prepara arepas el principal ingrediente es el harina de maíz calentada fresca la cual será acompañada por zapallo maduro si se desea un color más amarillento o zambo para un color más opaco, panela bermeja, levadura, queso maduro, agua, anís español, canela, mantequilla, huevos y hojas de achira.

### **Utensilios y/o herramientas:**

Para su elaboración es necesario contar con: ollas, bowl grande, licuadora, horno, latas para horno y cuchareta.

### **Forma de Preparación:**

En una olla se pone a cocinar el zapallo o zambo dependiendo el caso con un poco de agua, en otra olla se repite el mismo procedimiento con la panela para obtener miel de panela y 5 minutos antes de que se apague se le añade canela y anís. En un bowl grande se tamiza el harina una vez que esta el zapallo o zambo y la miel se los coloca sobre la masa cuando aún están calientes y se mezcla con la ayuda de una cuchareta, a continuación se colocan los huevos, la mantequilla, queso rallado, mezclar; mientras se hace esta mezcla en un poco de agua caliente se coloca la levadura para que pueda leudar, una vez lista se añade a la masa, se mezclan todos los ingredientes y se deja reposar la preparación. Mientras tanto se limpian las hojas de achira, después se pone la masa dentro de las hojas y finalmente se las coloca en el horno alrededor de 20 minutos.

### **Propiedades**

**Nutritivas:** Alimento con un alto contenido de vitamina A, B, C y D.

### **Estados de conservación**

**En peligro.-** El producto actualmente se encuentra en peligro, es muy conocido entre los habitantes de la parroquia, pero la persona que los hace ya no los prepara con tanta frecuencia.

**d. Polla Ronca****Ancestralidad:** Criollo**Época de consumo:** Cotidiana**Lugares de consumo:**

El producto con el pasar del tiempo ha dejado de consumirse y prepararse sin embargo, la “Posada del Chagra” restaurante busca difundirla por lo que la prepara durante las festividades del cantón para ser disfrutada por propios y extraños.

**Zonas tradicionales de consumo:**

Es un producto que se lo puede consumir todo el año, en el transcurso de las festividades del cantón que es cuando se lo prepara.

**Descripción: Sopa**

Es elaborada a base de machica con carne de res o gallina colorada de campo, que puede ser consumida durante el almuerzo, es de color oscuro pero con un sabor muy agradable para el paladar.

**Elaboración****Ingredientes:**

El principal ingrediente para la preparación es la carne de res, pero debe ser de la parte del pecho de la vaca debido a que esto es lo que le da el sabor, o se puede usar la gallina de campo, además también se encuentra la col, papas, machica, achiote, cebolla blanca, ajo macho, sal en grano, agua, cilantro y perejil.

**Utensilios y/o herramientas:**

Para su elaboración es necesario contar con: ollas, bowl, cuchara, cuchareta.

**Forma de Preparación:**

En un olla se cocina el pecho de res de entero alrededor de una hora para que se suavice la carne y en el caso de ser gallina se cocina por unas tres horas; condimentando con sal, cebolla blanca picada y ajo macho repicado, a parte se lava y pica la col, si la carne o gallina está suave se la corta en trocitos, se añade la col se deja cocinar por un tiempo y después se añaden las papas para que estas se suavicen. En un recipiente a parte se mezcla la machica con agua fría para que se disuelva, una vez lista se añade a la preparación se deja hervir por un momento, se coloca un poco de achiote, finalmente se añade el cilantro y perejil picado para que le otorgue más sabor a la preparación.

**Propiedades**

**Nutritivas:** Es un alimento muy nutritivo y al poseer un alto contenido de vitaminas y minerales es ideal para la digestión y contribuye con el cuidado del sistema cardiovascular y nervioso.

**Medicinales:** Es un alimento recomendado para aquellas personas que sufren de insomnio.

**Estados de conservación**

**En peligro.-** El producto actualmente es muy poco conocido entre los habitantes de la parroquia además no es fácil de encontrar puesto que solo se prepara para el autoconsumo y en época de fiestas.

**e. Ubre**

**Ancestralidad:** Criollo

**Época de consumo:** Cotidiana

**Lugares de consumo:**

El producto es consumido dentro de la parroquia de Machachi, sin embargo es preparado únicamente tres veces por semana lunes, jueves y viernes para su comercialización.

**Zonas tradicionales de consumo:**

Es un producto que se lo puede consumir todo el año dentro de la parroquia de Machachi los días que se prepara.

**Descripción: Plato Fuerte**

La ubre puede ser considerada un plato fuerte debido a que es una preparación elaborada a base de la ubre de res frita en manteca, está acompañada principalmente de papas, mote, tostado y un curtido de cebolla, tomate, limón, cilantro y perejil.

**Elaboración****Ingredientes:**

El ingrediente principal de esta preparación es la ubre de res a continuación tenemos otros ingredientes como manteca vegetal, sal, ajo, pimienta, cebolla blanca, cebolla paiteña, comino, orégano y agua.

**Utensilios y/o herramientas:**

Para su elaboración es necesario contar con: ollas, bowl, cuchara, cucharita, paila, licuadora.

**Forma de Preparación:**

La ubre de res como aun contiene leche se la corta en tajadas y se la deja en agua por una noche para que salga toda la leche, a parte en la licuadora se coloca la sal, ajo, pimienta, cebolla blanca, cebolla paiteña, comino y orégano para elaborar el aliño. Al día siguiente se cocina la ubre alrededor de cinco horas en una olla, cuando este cocida se lava para retirar los restos de leche que quedan en forma de quesillos y se la corta en

trozos pequeños, una vez lavada se coloca en un paila con agua hervida además se añade el aliño que se preparó con anterioridad se deja seguir cocinando por un tiempo para que se concentre el sabor del aliño en la ubre. Una vez que se ha reducido el agua se coloca la manteca vegetal y dos trozos de cebolla paiteña para que la ubre empiece a freírse y tome su color dorado característico, para servir se puede acompañar de papas, tostado, curtido de tomate y cebolla.

### **Propiedades**

**Nutritivas:** Es un alimento rico en proteínas, calcio, hierro y vitamina C.

### **Estados de conservación**

**Raro.-** Es un producto conocido por los pobladores sin embargo no se lo encuentra con tanta facilidad debido a que únicamente lo preparan dos personas dentro de la parroquia los días lunes, jueves y viernes que son los días en que se comercializan.

#### **f. Timbushca**

**Ancestralidad:** Criollo

**Época de consumo:** Cotidiana

**Lugares de consumo:**

El producto es consumido dentro de la parroquia de Machachi y sus alrededores.

**Zonas tradicionales de consumo:**

Esta preparación puede ser encontrada dentro de todas las parroquias del cantón, al ser un producto que se lo puede consumir todo el año.

**Descripción: Sopa**

La timbushca es consumida habitualmente durante el almuerzo, elaborada a base de carne de res, col, papas y mote que puede acompañarse con aguacate y ají. Es

preparada y consumida por aquellas personas que aún prefieren las preparaciones tradicionales.

### **Elaboración**

#### **Ingredientes:**

Para esta preparación es necesario contar con hueso carnudo de res, papas, col, mote, ajo, cebolla blanca, achiote, cilantro y perejil en caso de que se desee se puede añadir leche.

#### **Utensilios y/o herramientas:**

Para su elaboración es necesario contar con: ollas, bowl, cuchareta.

#### **Forma de Preparación:**

En una olla se coloca la carne el ajo machacado y la cebolla blanca picada para que se cocine durante una hora y la carne se suavice. A parte se lava y pica la col, se pela las papas, una vez que la carne este lista se coloca la sal se deja hervir un momento, se procede a añadir la col picada después se aumenta el mote cocinado previamente, minutos después se colocan las papas y el achiote, finalmente se coloca el cilantro y perejil picado. En caso de que se desee espesar un poco la preparación se puede licuar un poco de papa con leche, para acompañar se puede utilizar aguacate y ají.

#### **Propiedades**

**Nutritivas:** es un alimento rico en vitaminas A, B, C, D y E además, contribuye con la digestión y el cuidado del sistema cardiovascular.

#### **Estados de conservación**

**Común.-** Es una preparación que aún se sigue preparando dentro de los hogares de los habitantes de la parroquia para su autoconsumo durante el almuerzo.



**g. Delicados**

**Ancestralidad:** Criollo

**Época de consumo:** Cotidiana

**Lugares de consumo**

El producto es consumido dentro de la parroquia de Machachi.

**Zonas tradicionales de consumo:**

Tradicionalmente el producto era consumido dentro de la parroquia sin embargo, hoy en día se a limitado al autoconsumo por parte de la familia que lo prepara antes se lo podía encontrar todo el año.

**Descripción: Postre**

Los delicados tienen la forma de una galleta abizcochada consumida en cualquier hora del día, sin embargo su consumo ha ido disminuyendo con el pasar del tiempo, es por ello que quienes los preparaban para su comercialización hoy solo los preparan para su autoconsumo.

**Elaboración****Ingredientes:**

Para esta preparación es necesario contar con panela de atado, agua, anís, harina de maíz cruda y bicarbonato, manteca de chancho.

**Utensilios y/o herramientas:**

Para su elaboración se debe contar con utensilios como olla, bowl, lata, cuchara, tamizador, horno de leña y pala de madera.

**Forma de Preparación:**

En una olla se coloca el agua para que hierva a continuación se añade la panela para elaborar la miel de panela, una vez lista se deja enfriar por varios minutos. En un

En un bowl a parte se coloca el harina formando un volcán en el centro se agrega la miel y el bicarbonato, se empieza a mezclar y si es necesario se va añadiendo poco a poco más miel hasta obtener una masa fácil de moldear. Además se pone un poquito de anís mientras se va amasando a mano. A parte se enciende el horno para que se consuma toda la leña (eucalipto), se unta las latas con manteca de chanco, se debe realizar esto ya que la masa no contiene manteca por lo que los delicados se pegan con facilidad en la lata. Una vez que esta lista la masa se coloca en las latas en forma de bolitas y con una cuchara se va formando ondas en la masa. Se debe revisar que toda la leña se haya consumido y únicamente los carbones queden encendidos una vez llevado a cabo este proceso se introducen las latas con ayuda de la pala de madera, se deja en el horno por unos 15 minutos retirar del horno, esperar que se enfrié la preparación e introducir nuevamente en el horno para que se a bizcochen.

### **Propiedades**

**Nutritivas:** Es un alimento bajo en colesterol contiene vitaminas y minerales como el hierro y fosforo que contribuye con el fortalecimiento del sistema óseo, nervioso y cardiovascular.

### **Estados de conservación**

**En Peligro.-** Es una preparación que aún se mantiene en la memoria de ciertos pobladores poco a poco ha ido cayendo en el olvido debido a su escasez ya que como se constató se preparan en el seno familiar para el autoconsumo y para ocasiones especiales ya no para su comercialización.

### **h. Cerveza Artesanal La Cayetana**

**Ancestralidad:** Contemporáneo

**Época de consumo:** Cotidiana

**Lugares de consumo :**

El producto es consumido dentro de la parroquia de Aloasi y Machachi.

## **Zonas tradicionales de consumo**

Esta bebida se la encuentra tradicionalmente en restaurantes de las parroquias de Aloasi y Machachi, mismo que se lo puede encontrar todo el año.

## **Descripción: Bebida**

Cervecería Artesanal “La Cayetana” produce cerveza rubia y roja de producción continua y la de mortño que es por temporada. La cual se expende en varios restaurantes de Machachi, los diseños de las etiquetas de los productos son en base a la flora y fauna del sector.

## **Elaboración**

### **Ingredientes:**

Para esta preparación es necesario contar con Malta (cebada germinada tostada), lúpulo y agua.

### **Utensilios y/o herramientas:**

Para su elaboración se debe contar con equipos completos de cocción, fermentación y embotellado.

### **Forma de Preparación:**

Se debe poner a macerar la malta para extraer los azúcares del grano una vez que se extraen, se deja hervir por un cierto tiempo y mientras se deja hervir se le va añadiendo el lúpulo esto sale a partir de una flor que crece como hiedra pero para poder ser utilizado se debe peletizar (procesado) y este se encarga de darle el amargor y el aroma a la cerveza. Una vez que se ha cocinado la cerveza pasa a los fermentadores por el lapso de una semana y media a dos semanas dependiendo de la cerveza que se vaya a realizar, después de que se ha dejado fermentar (las levaduras convierten el azúcar del grano en alcohol y Co<sub>2</sub> y a la vez generan otros sabores) durante este proceso la levadura respira va boteando y burbujeando ya que una cerveza debe estar en ausencia de oxígeno porque si no se oxida, una vez que se ha terminado el proceso de

fermentación se pasa los cuartos fríos que se encuentra a 1° de temperatura para que la cerveza se madure de dos a tres semanas, es por ello que el proceso de elaboración de una cerveza dura aproximadamente un mes.

### **Propiedades**

**Nutritivas:** Sus ingredientes poseen minerales como hierro, calcio, zinc y sirve como relajante natural para el sistema nervioso central.

### **Estados de conservación**

**Común.-** Esta bebida alcohólica se puede encontrar en varios restaurantes de la ciudad de Machachi.

#### **i. Cocinado Chacarero**

**Ancestralidad:** Criollo

**Época de consumo:** Cotidiana

**Lugares de consumo :**

El producto es consumido dentro de todo el cantón.

**Zonas tradicionales de consumo:**

Esta preparación es consumida dentro de todas las parroquias del cantón, es un producto todo el año dentro de los hogares y también en restaurantes que ofrecen comida tradicional.

**Descripción: Plato fuerte**

Es un plato muy consumido dentro de todas las parroquias del cantón, debido a que es uno de los alimentos principales del personaje conocido como “El Chagra”. Este plato se encuentra acompañado de queso fritada o chicharrón y el tradicional ají de piedra.

## **Elaboración**

### **Ingredientes:**

Para esta preparación es necesario contar con ingredientes como papas (puede ser chaucha, blanca o leona), habas, choclo, melloco, queso y cebolla blanca.

### **Utensilios y/o herramientas:**

Para su elaboración se debe contar con bowl y ollas.

### **Forma de Preparación:**

Para iniciar con la preparación es necesario lavar y preparar todos los ingredientes quitar el cutul y pelos del choclo para ponerlos a cocinar en diferentes ollas primero se debe poner a cocinar los choclos debido a su consistencia, en otra olla las papas junto a un pedazo de cebolla blanca, después las habas y finalmente el melloco. Una vez que todo se ha cocinado si se va a servir ese momento se escurre el agua de estas preparaciones pero si no se lo hace se las deja seguir cocinando en llama baja excepto las papas. Para acompañar se puede cortar un trozo de queso y también ají.

### **Propiedades**

**Nutritivas:** Alimentos ricos en vitamina A, B, C y D muy rico en potasio, también ayuda al sistema cardiovascular y contribuye con los procesos de cicatrización.

**Medicinal:** El agua de la cocción de los choclos se considera una bebida diurética por lo que es recomendada beberla para evitar la retención de líquidos.

### **Estados de conservación**

**Común.-** Este plato es muy consumido en todo el sector además de esto se mantiene dentro de la memoria de los pobladores puesto que es muy consumido desde hace mucho tiempo atrás por las antiguas y nuevas generaciones por su agradable sabor.

**j. Pitimuchas****Ancestralidad:** Criollo**Época de consumo:** Cotidiana**Lugares de consumo :**

El producto es consumido principalmente dentro de los hogares de Machachi.

**Zonas tradicionales de consumo:**

Este alimento puede ser consumido dentro de la parroquia de Machachi, todo el año.

**Descripción: Cucayo**

Son unas totillas elaboradas a base de harina de maíz y papas aplastadas con queso, las cuales son tostadas en tiesto de barro, muy consumidas para los cucayos y para el desayuno.

**Elaboración****Ingredientes:**

Para esta preparación son necesarios ingredientes como harina de maíz calentada, papa, queso maduro, cebolla blanca, manteca pesada, manteca de chanco, hueso de res, cebolla paiteña, ajo y sal.

**Utensilios y/o herramientas:**

Para su elaboración se debe contar con bowl sartén, cuchareta, ollas, tiesto de barro.

**Forma de Preparación:**

Se debe poner a cocinar el hueso de res por al menos una hora junto a la cebolla paiteña, ajo y una pizca de sal para elaborar un fondo de res que sirva para la masa. A parte se pela y cocina las papas en agua con un poco de sal y una rama de cebolla, una

vez que estén cocidas se las escurre y se procede a aplastarlas; mientras tanto en una sartén se coloca la cebolla blanca picada junto a la manteca pesada y un poco de achiote para hacer el refrito; a parte se desmenuza el queso maduro. Una vez que se tiene la papa aplastada, el refrito y el queso se mezcla bien todos los ingredientes; en un recipiente aparte se tamiza el harina de maíz se forma un volcán, se coloca los huevos y se va amasando, poco a poco se va añadiendo a la masa el fondo de res junto a la manteca de chanco. Una vez que la consistencia de la masa sea la adecuada se empiezan a formar canastitas con la masa y dentro de estas se coloca el condumio de papa se cierra y se le da la forma de una tortilla plana. Finalmente se coloca en el tiesto a fuego lento para que se doren las tortillas.

### **Propiedades**

**Nutritivas:** Es un alimento rico en vitaminas y minerales que contribuyen con el cuidado del sistema óseo, cardiovascular y nervioso.

### **Estados de conservación**

**En peligro.-** El producto únicamente es conocido por pocas personas, quienes no has podido retransmitir sus conocimientos por lo que el producto poco a poco va cayendo en el olvido.

### **k. Fritada de Cordero**

**Ancestralidad:** Contemporáneo

**Época de consumo:** Cotidiana

**Lugares de consumo:**

El producto es consumido dentro de Aloasi.

**Zonas tradicionales de consumo:**

Es un producto que puede ser consumido dentro de la parroquia de Aloasi, todo el año.

**Descripción: Plato fuerte**

Es un plato el cual está elaborado a base de la carne de cordero, el cual nace a raíz que dentro de uno de los barrios de la parroquia conocido como “Umbría” es muy consumida la carne de este animal, el plato va acompañado de choclo, habas papas, mellocos y mayonesa.

**Elaboración****Ingredientes:**

Para esta preparación es necesario Carne de cordero, ajo, sal y aceite

**Utensilios y/o herramientas:**

Para su elaboración se debe contar con utensilios como bowl, sartén, paila de bronce.

**Forma de Preparación:**

La carne debe ser comprada de cordero debido a que la carne es mucho más suave. Después se lava y corta la carne, aparte se machaca el ajo y se mezcla con sal hasta obtener una pasta de ajo, se añade esta pasta y se deja reposar la carne alrededor de una hora para que se concentre el sabor del ajo. Una vez pasado este tiempo, a parte en una sartén se coloca el aceite y se procede a saltear la carne por unos minutos una vez que esta dorada se traslada a una paila de bronce y se deja cocinar en el mismo aceite durante unos quince minutos más para que este bien cocida.

**Propiedades**

**Nutritivas:** Es un alimento rico en proteínas y minerales, mejoran la digestión, limpian el organismo y protegen el sistema cardiovascular.

**Estados de conservación**

**Raro.-** El producto es consumido dentro de la parroquia sin embargo es nuevo para los pobladores de los alrededores, por lo que aún se está dando a conocer además,



es preparado únicamente en un lugar por lo que su consumo es limitado a los días, sábados, domingos, feriados y bajo reservación.

### 3.8 Listado de informantes y detentores

A continuación se muestran a los informantes y detentores quienes aportaron durante el proceso de investigación cuya tabla es tomada del punto de identificación de actores.

**Tabla 28**

#### Listado de informantes y detentores

| INFORMANTES                            |  |
|--|--|
| <b>Ing. Karina Fonseca</b>             | Antropóloga; Dirección de inventario/ Patrimonio Inmaterial (Centro de investigación de la Memoria y el Patrimonio Cultural) |
| <b>Ing. Antonio Morales</b>            | Antropólogo. Historiador; Gerente General de Hostería Restaurante Chiguag  |
| <b>Ing. Esteban Tapia</b>              | Técnico Gastrónomo; Subsecretaria del Ministerio de Cultura y Patrimonio   |
| <b>Chef. Carlos Gallardo</b>           | Embajador de la cocina Ecuatoriana   |
| <b>Msc. Carlos Gutiérrez Gómez</b>     | Director: Dirección de desarrollo, económico y productivo del GAD Municipal del Cantón Mejía                                 |
| <b>Ing. Liliana Gutiérrez</b>          | Técnica; Coordinadora de Turismo del GAD Municipal del Cantón Mejía  |
| <b>Dr. Edwin Yánez</b>                 | Abogado- Locutor; Gerente General Radio JM   |
| <b>Tigo. Freddy Villavicencio</b>      | Técnico; Vicepresidente del GAD Parroquial de Uyumbicho  |
| <b>Tigo. Wilson Rodriguez</b>          | Técnico; Presidente del GAD Parroquial de Alóag  |
| <b>Ing. Jorge Simbaña</b>              | Técnico; Promotor Ambiental GAD parroquial El Chaupi   |
| <b>Lic. Polo Rivera</b>                | Técnico; Promotor de medio Ambiente y Productividad GAD parroquial El Chaupi   |
| <b>Lic. Patricia Pastrano Casanova</b> | Secretaria; GAD Parroquial de Tambillo   |

**CONTINÚA** 

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>Lic. Javier Fajardo</b> | Fotógrafo - Escritor; Periodista del Periódico “Tierra Grande”               |
| <b>DETENTORES</b>          |  |
| <b>Tortillas de tiesto</b> | Sra. Rosa Edelina Topanta<br>Sra. Mariana Cisneros                           |
| <b>Habas Tasno</b>         | Sra. María Petrona Chugchilan<br>Sra. Myriam Heredia<br>Sra. Estela Jacome.  |
| <b>Arepas</b>              | Sra. Zoila Aguirre de Santos<br>Sra. Elva Ayala Barreno                      |
| <b>Polla Ronca</b>         | Sra. Mariana de la Cueva<br>Sra. Inés Altamirano                             |
| <b>Ubre</b>                | Sra. Elsa Cecilia Toapanta<br>Sra. Consuelo Uvillus<br>Sra. Narcisa Toapanta |
| <b>Timbushca</b>           | Sra. Digna Gualotuña<br>Sra. María Tonato<br>Sra. María Ligia Pupiales       |
| <b>Delicados</b>           | Sra. Elva Ayala Barreno  |
| <b>Cerveza Artesanal</b>   | Ing. Paúl Calderón   |
| <b>Pitimuchas</b>          | Sra. Lucrecia Acuña<br>Sra. Mariana de la Cueva                              |
| <b>Cocinado Chacarero</b>  | Sra. Mariana Masapanta<br>Sra. Inés Altamirano<br>Sra. Margarita Chiluisa    |
| <b>Fritada de Cordero</b>  | Sra. Hilda Quinaluisa  |

### 3.9 Listado bibliográfico

Los siguientes libros que se mencionan a continuación son todos aquellos que de una u otra forma fueron importantes durante la investigación y posterior a eso para la elaboración del Atlas del Patrimonio Alimentario del cantón Mejía.

Estrella, E. (1988). *El Pan de América: Etnohistoria de los Alimentos Aborígenes en el Ecuador*. Quito, Ecuador: ABYA- YALA.

Instituto Nacional de Patrimonio Cultural [INPC]. (2013). *Guía Metodológica para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial*. Quito, Ecuador: SOBOCGRAFIC

López, C. (2014). *Mejía el Valle de los 9 Volcanes*. Quito, Ecuador: Ediecuatorial

Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador. (2014). *Manual Metodológico para la Investigación del “Patrimonio Alimentario”*. Quito, Ecuador.

Pazos, J. (2014). *La Cocina del Ecuador “Recetas y Lecturas”*. Quito, Ecuador: El Chasqui Ediciones.

Reyes, P. (1920). *Monografía del cantón Mejía*. Machachi, Ecuador: CRYSBLAD & ASOCIADOS.

Salazar, S. (1941). *Monografía del cantón Mejía*. Quito, Ecuador: Ilustre Consejo Municipal del Cantón Mejía.

Unigarro, C. (2010). *Patrimonio Cultural Alimentario*. Ecuador, Quito: Ediciones La Tierra.

### **3.10 Glosario de términos**

En esta parte se muestran varios de los términos que han sido empleados dentro de la investigación, siendo necesario definirlos para tener un mejor entendimiento de lo que se trata.

***Arishca***: Se refiere a la colocación del tiesto al fuego y cuando está al rojo vivo se unta manteca de puerco y cebo de res hasta que desaparezca la grasa durante varios minutos.

***Peletizar***: Es un proceso por el cual atraviesan las flores del lúpulo para ser utilizadas en la elaboración de la cerveza.

**Choclo:** Del quichua chocllo, mazorca tierna de maíz.

**Condumio:** Es lo que se pone dentro del pastel, una empanada, una torta u otra vianda.

**Cordero:** Es la cría de la oveja que no pasa de un año.

**Cutul:** Envoltura de la mazorca.

**Lúpulo:** Es una planta voluble trepadora, la flor hembra sin fecundar, es una de los principales ingredientes de la cerveza quien le otorga diferentes sabores es por ello que existen lúpulos amargos, aromáticos y mixtos

**Máchica:** Harina de maíz tostada o cebada tostada.

**Malta de cebada:** Es la cebada que ha germinado y posterior a eso ha sido secada y tostada en un proceso que suele denominarse malteado.

**Masshua:** De la especie de Oca, su cocimiento suele ser diurético.

**Miel de panela:** Agua hervida cocinada con panela o raspadura a la cual se le puede añadir anís o canela.

**Mote:** Voz quichua muti, maíz cocido

**Papa (Esperanza):** variedad de papa que se sembraba en la parroquia El Chaupi, misma que era de consistencia dura por lo que necesitaba más tiempo para su cocción.

**Pecho de res:** Parte anterior del tronco de los cuadrúpedos entre el cuello y las patas anteriores.

**Rectificar:** Probar la sazón para añadir algún condimento

**Timbushca:** Locro con carne y coles

**Ubre de res:** Órgano mamario de las vacas, puede llegar a albergar 15 litros de leche con un peso aproximado de 50kg.

## CONCLUSIONES

- La fundamentación teórica está basada principalmente en las concepciones básicas que se presentaron a lo largo del estudio, mismos que permitieron un mejor entendimiento de la extensión y el alcance que se va a tener dentro de los tópicos abordados en cuanto a Patrimonio Cultural, Patrimonio Cultural Inmaterial, Patrimonio Natural y Cultural Alimentario, Atlas del Patrimonio Alimentario y la sistematización de procesos; que son las nociones elementales que sirvieron de soporte para el desarrollo de cada uno de los capítulos en la investigación.
- Para la realización del diagnóstico del patrimonio cultural alimentario fue necesario acudir a fuentes de primera y segunda mano, mismas que sirvieron de base para el análisis de los platos emblemáticos del cantón que hoy en día aún se encuentran dentro de la memoria viva de los pobladores; al ser parte de su alimentación diaria y también porque son elaborados con productos del lugar, que poco a poco van dándose a conocer dentro de otros sitios fuera del cantón.
- La sistematización de los procesos y procedimientos de elaboración de los platos emblemáticos permiten detallar de mejor manera el correcto desarrollo de los mismos ya que son capaces de mostrar de forma gráfica los pasos a seguir y así de esta manera no saltarse ningún proceso que pueda cambiar o alterar la forma de preparación de cierta preparación.
- La correcta aplicación de la metodología implantada por parte del Ministerio de Cultura y Patrimonio y las directrices establecidas por el Instituto Nacional del Patrimonio para el estudio y análisis del patrimonio alimentario permitirán generar la publicación del atlas ya que de esta forma se sintetizara de mejor manera la información recabada.
- La publicación del atlas es una de las principales herramientas de comunicación, debido a que es una forma sintetizada de presentación de toda la investigación, siendo de fácil entendimiento tanto para expertos o simplemente para aquellos que se sienten atraídos por conocer de los platos emblemáticos del sector, incitándolos a revivir aquellos recuerdos de su niñez o adolescencia y que a su

vez sean partícipes de la conservación y difusión de los mismos permitiendo dejar un legado para las futuras generaciones.

- El patrimonio cultural alimentario de un pueblo es un estudio que conlleva tiempo, constancia y dedicación ya que es un tema fascinante debido a que se ingresa dentro de la cultura de un pueblo además, permite la interacción entre el investigador y aquellos protagonistas que a través de sus historias y preparaciones buscan de alguna manera rescatar parte de su identidad alimentaria, que a causa de la globalización se ha visto afectada; quizá visto desde la parte económica no sea un tema viable como muchos piensan ya que no dejara grandes lucros, sin embargo desde el punto de vista cultural es una investigación trascendental que servirá para otras investigaciones in situ y para las futuras generaciones, permitiendo dejar atrás las efímeras preparaciones que se nos ha impuesto dando paso a una alimentación de verdad.

## **RECOMENDACIONES**

- Para iniciar un estudio de esta índole es necesario tener las nociones básicas de los tópicos que se abarcan a lo largo de la investigación, además es importante el apoyo en documentos, historiadores, antropólogos y técnicos del área quienes con sus conocimientos aportan y guían el desarrollo de la investigación, conjuntamente la revisión de las metodologías dictadas por el Ministerio de Cultura y Patrimonio y el Instituto de Patrimonio y Cultura quienes dan las directrices que se necesitan para desarrollar los temas relacionados a la cultura, su cuidado y preservación.
- Este tipo de investigaciones requieren de una aplicación correcta de la investigación exploratoria por lo que conlleva de la inversión de tiempo ya que se trabaja directamente con la fuente de información, es por ello que se debe convenir el día que se llevara a cabo la entrevista ya que cada uno de los detentores tienen sus propias ocupaciones y siempre se pretende que el participar

de la investigación no altere su ambiente ocupacional, más bien el investigador es que debe tratar de adaptarse a su tiempo.

- Es necesario realizar tablas comparativas las cuales permitan analizar de mejor manera las recetas que se plasman dentro de la investigación ya que estas pueden llegar a tener ciertas variaciones que cambien la preparación del plato debido a que con el pasar del tiempo se puede modificar algunas cosas sin embargo, con el uso de estos cuadros comparativos se puede llegar a conocer con certeza la forma de preparación correcta lo que servirá para plasmar en las fichas del atlas de patrimonio alimentario.
- Es necesario que se lleven a cabo investigaciones de esta índole puesto que su aporte hacia la cultura de un sector es de suma importancia tanto para sus pobladores como para las futuras generación, quienes tienen derechos a ser partícipes de estos hechos y a su vez sean quienes mantengan vivas las raíces alimentarias de su localidad a lo largo de los años, conservando el legado patrimonial alimentario que se les ha manifestado.

## BIBLIOGRAFÍA

- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación*. Colombia: PEARSON.
- Cira de Pelekais, Mineira Finol de Franco, Neuman, N. Carrasquero, E. García, J. y Leal, M. (2012). *El ABC de la investigación. Un encuentro con la ciencia*. Maracaibo: Astro Data S.A.
- De la Rosa, M. (2003). *Nuevos turistas en busca de un nuevo producto: el patrimonio cultural*. España: Pasos.
- Estrella, E. (1988). *El Pan de América: Etnohistoria de los Alimentos Aborígenes en el Ecuador*. Quito: ABYA- YALA.
- Herrera, E. Medina, F. y Naranjo, L. (2004). *Tutoría de la Investigación Científica*. Quito: DIEMERINO EDITORES.
- Instituto Nacional de Patrimonio Cultural [INPC]. (2013). *Guía Metodológica para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial*. Quito: SOBOCGRAFIC.
- Lopez, C. (2014). *MEJÍA EL VALLE DE LOS 9 VOLCANES*. Quito: Ediecuatorial.
- Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador. (2014). *Manual Metodológico para la Investigación del “Patrimonio Alimentario”*. Quito: SOBOCGRAFIC
- Llull, J. (2005). *Evolución del concepto y de la significación social del patrimonio cultural. Arte, individuo y sociedad*, Madrid: Complutense.
- Ministerio de Cultura y Patrimonio. (2013). *PATRIMONIO ALIMENTARIO ¿Qué es el patrimonio Alimentario?*. Fascículo 1, Quito: El Telégrafo.
- Organización Mundial del Turismo. (2013). *Turismo y patrimonio cultural inmaterial*, Madrid: CEDRO.
- Pazos, J. (2014). *La Cocina del Ecuador “Recetas y Lecturas”*. Quito: El Chasqui Ediciones.
- Reyes, P. (1920). *Monografía del cantón Mejía. Machachi*, Quito: CRYSBLAD & ASOCIADOS.



- Salazar, S. (1941). Monografía del cantón Mejía. Quito: CRYSBLAD & ASOCIADOS. .
- UNESCO. (2003). *Aplicación de la convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial*, España: UNESCO
- UNESCO (2003). *Los ámbitos del patrimonio cultural inmaterial*. Noruega y España: UNESCO.
- Unigarro, C. (2010). *Patrimonio Cultural Alimentario*. Ecuador, Quito: La Tierra.
- Zambrano, C. (2013). *Manual de procesos y procedimientos para el área de A&B del Hotel Valle Grande IPAS Merida*. Colegio Universitario Hotel Escuela de los Andes Venezolanos, Merida.

## NET GRAFÍA

- Caiza, R. (2014, Abril). La gestión cultural local en el cantón Mejía, provincia de Pichincha Ecuador. Trabajo presentado en el I Congreso Latinoamericano de Gestión Cultural, Santiago de Chile. Recuperado el 20 de mayo del 2016. Obtenido de: <http://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/151/La%20gesti%C3%B3n%20cultural%20local%20en%20el%20cant%C3%B3n%20Mej%C3%ADa%2c%20provincia%20de%20Pichincha%2c%20Ecuador.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Hermida, P., Peña, D. y Veintimilla, A. (2013). *NUESTROS MERCADOS, NUESTRO PATRIMONIO ALIMENTARIO: La diversidad del sabor y el saber en nuestras manos*. Recuperado el 15 de mayo del 2016. Obtenido de: <http://centroderecursos.cicbata.org/sites/default/files/NUESTROS%20MERCADOS,%20NUESTRO%20PATRIMONIO%20ALIMENTARIO.pdf>

- Hernández, L. (s.f). *¿Qué es el patrimonio cultural inmaterial*. Recuperado el 16 de abril del 2016. Obtenido de: <http://www.cervantes.es/imagenes/File/cidic/1.%20Qu%20es%20el%20patrimonio%20inmaterial%20cultural.pdf>.
- Instituto Nacional del Emprendedor (2015). *Flujos del proceso y escalas de producción*. Recuperado el 04 de mayo del 2016. Obtenido de: <http://www.contactopyme.gob.mx/guiasempresariales/guias.asp?s=14&guia=4&giro=1&ins=483>.
- López, S. (2007). *Guía para el levantamiento, documentación y rediseño de procesos*. Costa Rica. Recuperado el 05 de mayo del 2016. Obtenido de: [http://www.hmp.sa.cr/files/control\\_interno/Otros/Procesos/Gu%C3%ADa%20para%20el%20levantamiento.PDF](http://www.hmp.sa.cr/files/control_interno/Otros/Procesos/Gu%C3%ADa%20para%20el%20levantamiento.PDF).
- Ministerio de Fomento (2005). *La gestión por procesos*. España. Recuperado el 05 de mayo del 2016. Obtenido de: <http://www.fomento.es/NR/rdonlyres/9541acde-55bf-4f01-b8fa03269d1ed94d/19421/CapituloIVPrincipiosdelagestiondelaCalidad.pdf>.
- Pérez, N, Mayor, G, Navarro, V. (2003). *Procesos de cocina*. Madrid, España: Síntesis Tobar, V. (2012). *Gastronomía ¿Ciencia o Arte?*. Recuperado el 12 de agosto del 2016. Obtenido de: <http://chefocker.blogspot.com>.
- UNESCO (2003). *Textos fundamentales de la Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial*. Recuperado el 25 de junio del 2016. Obtenido de: <http://unesdoc.unesco.org/images//0013/001325/132540s.pdf>.

# ANEXOS



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS ECONÓMICAS ADMINISTRATIVAS Y DEL  
COMERCIO**

**CARRERA DE INGENIERÍA EN ADMINISTRACIÓN TURÍSTICA Y  
HOTELERA**

**CERTIFICACIÓN**

Se certifica que el presente trabajo fue desarrollado por la señorita: **Eugenia Maribel Tigasi Jácome.**

En la ciudad de Latacunga, a los **23 días del mes de Enero del 2017.**

Lic. Joffre Ismael Guanoluisa Chuqui

**DIRECTOR DEL PROYECTO**

**Aprobado por:**

Ing. Carlos Albán Yánez

**DIRECTOR DE CARRERA**

Dr. Juan Carlos Díaz Álvarez

**SECRETARIO ACADÉMICO**