



**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE SALUD PÚBLICA
ESCUELA DE GASTRONOMIA**

“INVESTIGACIÓN DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DEL CANTÓN
MOCHA EN LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA, 2014”

TESIS DE GRADO

Previo a la obtención del título de:

LICENCIADA EN GESTIÓN GASTRONÓMICA

Carmita Elizabeth Balseca Peñafiel

RIOBAMBA – ECUADOR
2015

CERTIFICACIÓN

Por medio de la presente me permito certificar que ha sido revisado la Tesis titulada **“INVESTIGACIÓN DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DEL CANTÓN MOCHA EN LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA, 2014”**

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

Lcdo. Pedro Badillo
TUTOR

La presente investigación de la Gastronomía Tradicional del cantón Mocha fue revisada por mi persona como miembro de la misma.

.....

Ing. Gabriela Hidalgo
MIEMBRO

AGRADECIMIENTO

Un especial agradecimiento a la Escuela de Gastronomía que fue mi segundo hogar durante todo este tiempo, a sus autoridades, a mis maestros que supieron brindarme sus conocimientos y sabiduría a lo largo de mi formación, a mis amigos con los que siempre pude contar en los peores momentos, a mi tutor y miembro de tesis que sin su ayuda no hubiese podido cumplir esta meta.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi familia que es el pilar fundamental en mi vida, a mis padres que con su gran esfuerzo y consejos me ayudaron a que crecer en la vida, a mis hermanos, a mí cuñada por el apoyo incondicional, y mi sobrina que con sus ocurrencias alegra mi vida. Pero en especial a mi mamita querida que siempre me estuvo conmigo durante la realización de esta investigación.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

pág.	
RESUMEN.....	12
I. INTRODUCCIÓN.....	14
II. OBJETIVOS.....	16
A. GENERAL.....	16
B. ESPECÍFICOS.....	16
III. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	17
1 GASTRONOMÍA.....	17
1.1 Concepto.....	17
1.2 Tipos de Gastronomía.....	17
1.3 Gastronomía Tradicional.....	18
1.3.1 Concepto.....	18
1.4 Gastronomía en el Ecuador.....	18
1.5 Gastronomía de la provincia de Tungurahua.....	19
1.6 Gastronomía del cantón Mocha.....	19
1.6.1 Productos.....	20
1.6.1.1 Papa.....	20
1.6.1.2 Cuy.....	21
1.7 Cantón Mocha.....	22
1.7.1 Ubicación.....	22
1.7.2 Origen del nombre.....	22
1.7.3 Historia.....	22
1.8 Identidad cultural.....	24
1.8.1 Creencias.....	24
1.8.2 Costumbres.....	25
1.8.2.1 El Carnaval.....	25
1.8.2.2 La Semana Santa.....	25
1.8.2.3 Los Finados.....	25
1.8.2.4 La Navidad.....	26
1.8.3 Tradiciones.....	26

1.8.3.1 Fiestas de San Juan Bautista	26
1.8.3.1.1 Celebración especial	27
1.8.3.2 Peregrinación al Pie de San Juan.....	28
1.8.3.3 La octava.....	28
1.8.3.4 Los toros de lidia.	29
1.8.4 Atractivos turísticos del cantón Mocha.	30
1.8.4.1 El Puñalica.	30
1.8.4.2 El Carihuairazo.....	32
1.8.4.2.1 Leyenda	34
2 RECETARIO	35
2.1 Definición.....	35
2.2 Receta	35
2.3 Clasificación	35
2.4 Receta Estándar	35
2.4.1 Definición	35
2.4.2 Formato de receta estándar	36
2.5 Métodos de cocción.....	37
2.5.1 Concepto	37
2.6 Técnicas culinarias	38
2.6.1 Concepto	38
A. Conceptos	41
IV. PREGUNTAS CIENTIFICAS	44
V. METODOLOGÍA.....	45
A. LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN	45
B. VARIABLES	46
1. Identificación.....	46
2. Definición	46
3. Operacionalización	47
C. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	48
1. Descriptiva.....	48
2. Exploratoria.....	48
3. No experimental.....	48

4. De corte transversal.....	49
a. MÉTODOS Y TÉCNICAS	49
1. Teórico.....	49
1.1 Histórico lógico	49
1.2 Inductivo deductivo	49
1.3 Análisis y síntesis	50
2. Empíricos.....	50
a) Revisión documental	50
b) Encuestas.....	50
c) Ficha de observación	51
d) Estadísticos	51
D. GRUPO DE ESTUDIO.....	51
E. DESCRIPCIÓN DE PROCEDIMIENTOS.....	53
CAPÍTULO II.....	55
VI. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	55
a. Encuesta.....	55
b. Ficha de observación	72
c. Análisis general.....	84
A. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA	85
1. Antecedentes.....	85
2. Objetivos	85
a. General.....	85
b. Específicos	85
3. Desarrollo de la propuesta	86
a) Aperitivos.....	86
1. Tostado	86
b) Entradas	86
1. Habas con choclo y queso.....	86
2. Pasteles (empanadas de viento).....	88
c) Sopas	87
1. Caldo de gallina.....	87
2. Caldo de 31.	87

3. Yaguarlocro.....	87
d) Platos fuertes	87
1. Fritada	87
2. Papas con cuero.....	88
3. Papas con cuy asado.....	88
4. Papas con cuy asado y ensalada.....	88
5. Seco de gallina.....	88
e) Aderezos picantes.....	89
1. Ají de piedra	89
2. Ají tradicional:	89
3. Ají normal:	89
f) Extras.....	89
1. Chinchulines a la parrilla.....	89
2. Humitas	89
CAPITULO III.....	90
VII. CONCLUSIONES.....	90
VIII. RECOMENDACIONES.....	92
IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	93
X. ANEXOS	97

ÍNDICE DE CUADROS

	pág.
Cuadro N°01: Fechas especiales	25
Cuadro N°02: Hoja de costeo de receta estándar	36
Cuadro N°03: Métodos de cocción.....	38
Cuadro N°04: Técnicas culinarias	38
Tabla N°01: Preferencia Gastronómica	56
Tabla N°02: Platos expendidos.....	57
Tabla N°03: Platos más consumidos	59
Tabla N°04: Productos utilizados.....	61
Tabla N°05: Condimentos utilizados	63
Tabla N°06: Método de cocción utilizado	64
Tabla N°07: Identidad cultural propia	66
Tabla N°08: Necesidad de un recetario.....	67
Tabla N°09: Atractivos turísticos.....	69
Tabla N°10: Tradiciones importantes.	71
Tabla N°11: Platos de mayor consumo	73
Tabla N°12: Tienen conocimientos	75
Tabla N°13: Métodos de cocción.....	77
Tabla N°14: Técnicas culinarias	79
Tabla N°16: Mantiene la tradición del plato	81
Tabla N°17: Frecuencia de consumo	82
Tabla N°18: Precios	83

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	pág.
Fotografía N°01: El Puñalica	32
Figura N°02: El Carihuirazo.....	33
Mapa N°01: Ubicación donde se realizó la investigación	45
Gráfico N°01: Preferencia Gastronómica	56
Gráfico N°02: Platos expendidos.....	57
Gráfico N°03: Platos más consumidos	59
Gráfico N°04: Productos utilizados	61
Gráfico N°05: Condimentos utilizados	63
Gráfico N°06: Método de cocción utilizado	64
Gráfico N°07: Identidad cultural propia.....	66
Gráfico N°08: Creación de un recetario.....	67
Gráfico N°09: Atractivos turísticos.....	69
Gráfico N°10: Tradiciones importantes.....	71
Gráfico N°11: Platos de mayor consumo	73
Gráfico N°12: Tienen conocimientos	75
Gráfico N°13: Métodos de cocción.....	77
Gráfico N°14: Técnicas culinarias	79
Gráfico N°15: Platos estrellas	80
Gráfico N°16: Mantiene la tradición del plato	81
Gráfico N°17: Frecuencia de consumo.....	82
Gráfico N°18: Precios	83

ÍNDICE DE ANEXOS

	pág.
Anexo N° 01: ENCUESTA	97
Anexo N° 02: FICHA DE OBSERVACIÓN METODOS Y TECNICAS	101
Anexo N° 03: FICHA DE OBSERVACIÓN PRECIOS DE LOS PRODUCTOS	103
Anexo N° 04: Tostado	104
Anexo N° 05: Habas con choclo y queso	105
Anexo N° 06: Pasteles (empanadas de viento)	106
Anexo N° 07: Caldo de 31	107
Anexo N° 08: Caldo de gallina	108
Anexo N° 09: Yaguarlocro	109
Anexo N° 10: Fritada	111
Anexo N° 11: Papas con cuero	112
Anexo N° 12: Papas con cuy asado	113
Anexo N° 13: Papas con cuy y ensalada	114
Anexo N° 14: Seco de gallina	115
Anexo N° 15: Ají normal	116
Anexo N° 16: Ají tradicional	117
Anexo N° 17: Ají de piedra	118
Anexo N° 18: Chinchulines a la parrilla	120
Anexo N° 19: Humita	120
Anexo N° 20: EVENTOS DE LAS FIESTAS PATRONALES	122
Anexo N° 21: LISTA DE PERSONAS ENCUESTADAS	123
Anexo N° 22: LISTA DE PRECIOS DE LOS PRODUCTOS	124

RESUMEN

Este proyecto tuvo como finalidad investigar la identidad cultural, turística y gastronómica del cantón Mocha, con métodos de cocción y técnicas culinarias, mostrando a través de un recetario la gastronomía tradicional de este lugar que se encuentra ubicado a 23 km de la ciudad de Ambato en la parte sur de la Provincia de Tungurahua.

El recetario consta de 16 preparaciones las cuales están clasificadas en aperitivos, entradas, sopas, platos fuertes y extras, en un formato sencillo que facilita la comprensión de las personas que desean elaborar estas delicias gastronómicas de manera factible; generando un aporte teórico actualizado sobre la gastronomía del cantón. Con un 50% de preferencia de los consumidores tenemos: papas con cuero y papas con cuy, las cuales utilizan el método de cocción asado al carbón para su producción. Además como otros iconos del lugar están el carnaval, los finados y sus tradicionales fiestas Patronales que llaman la atención por sus toros de lidia. La información se obtuvo a través de encuestas realizadas a los dueños de establecimientos gastronómicos y fichas de observación.

Con este estudio se logró elaborar un recetario de los platos tradicionales del cantón Mocha con sus ingredientes, preparación e historia de cada uno de ellos; además se sugiere su promoción a través de la página web del GAD Municipal del cantón Mocha, promocionando a nivel nacional e internacional este hermoso lugar con su extensa variedad gastronómica, cultural y turística.

ABSTRACT

This project aimed to investigate the cultural, tourist and gastronomic identity from the Mocha Canton, through cooking methods and cooking techniques, showing by means of a recipe the traditional cuisine of this place which is located at 23 km from the Ambato city in the south side of Tungurahua Province.

The recipe book includes 16 preparations which are classified in snacks, appetizers, entrees, soups, rich and extra dishes, which are in a simple format that facilitates the way dishes from people who want to develop these feasible gastronomic delights; generating a theoretical contribution about the cuisine in the Canton. With 50% of consumer preference it offers: papas con cuero, papas con cuy, which uses the method of cooking charcoal for its production. Besides there are the carnival, all souls and their traditional festivities these are attracted for their fighting bulls. The information was obtained through surveys applied to the establishment's owners and dining observation sheets.

With this study it was possible to develop a recipe book of traditional dishes from Mocha Canton with their ingredients, preparation and history of each one; also suggested advertising through the website of (DAG) Decentralized Autonomous Municipal Government of Mocha Canton, promoting in national and international level this beautiful place with its extensive gastronomic, cultural and tourist variety.

I. INTRODUCCIÓN

La gastronomía tradicional es entender el presente y el pasado pues ésta cocina se ha convertido en la base para el desarrollo de la cocina creativa, llegando ésta a modificar ciertas preparaciones generando de esta forma su olvido, debido a la mezcla entre lo tradicional y moderno; provocando así su pérdida de identidad cultural y gastronómica.

El cantón Mocha a más de contar su historia gastronómica, deja ver sus costumbres, cultura que han trascendido en el tiempo pasando de una generación a otra. Al estar ubicado en una zona estratégica del país es un paso obligatorio para turistas nacionales e internacionales; lo que ha implicado que durante muchos años el cantón sea conocido por su gran diversidad de platos tradicionales y su inigualable toque de sabor, dando como resultado que la gente lo mencione a nivel nacional.

La falta de interés por la gastronomía del cantón y su poca difusión en forma técnica han hecho que sus platos más cotidianos, así como sus costumbres y tradiciones vayan quedando en el olvido, llegando a saber sobre estos gracias a las narraciones hechas por los abuelos.

El objetivo de este trabajo fue la elaboración de un recetario el cual permitió que se estandarice las recetas de los platos tradicionales de la gastronomía del cantón Mocha permitiendo a las personas que expenden comida tradicional reducir los desperdicios ayudándoles a verificar la necesidad de compra

evitándoles así tener pérdidas económicas y a los turistas contar con una guía de recetas tradicionales que muestren paso a paso su elaboración de manera fácil y sencilla. .

La tesis estuvo estructurada en tres capítulos. El capítulo I se abordó el marco teórico conceptual, preguntas científicas, metodología, tipo y diseño de la investigación, grupo de estudio y descripción de procedimientos.

El capítulo II estuvo contenido por la discusión de resultados.

El capítulo III constó de las conclusiones y recomendaciones.

II. OBJETIVOS

A. GENERAL

- Investigar la gastronomía tradicional del cantón Mocha y su identidad cultural.

B. ESPECÍFICOS

- Recopilar información de la gastronomía tradicional del cantón Mocha con sus costumbres, tradiciones, atractivos turísticos, métodos de cocción y técnicas culinarias utilizadas.
- Estandarizar las recetas de los platos tradicionales con sus métodos de cocción y técnicas culinarias investigadas.
- Registrar la información de la gastronomía tradicional mediante un recetario.

CAPITULO I

III. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

1 GASTRONOMÍA

1.1 Concepto

Según (Brilliant, 2010, pág. 58). Entiendese por Gastronomía, el conocimiento razonado de cuanto al hombre se refiere en lo que respecta a la alimentación. Tiene por objeto velar por la conservación del hombre, empleando los mejores alimentos; pero para (Gispert, 2014) es el arte de preparar una buena comida y, por otro lado, la afición a comer regaladamente; además para (Álvarez & Medina, 2008, pág. 134) la gastronomía en lenguaje común es el conjunto de procedimientos, de preparación, condimentación, presentación de platos y, en general, recursos culinarios sofisticados cuyo desarrollo es protagonizado por una elite social. Se puede decir también que es la relación que mantiene el hombre con su alimentación y su entorno (autor, 2014)

1.2 Tipos de Gastronomía

Según (Ortez, 2010, pág. 1) La gastronomía se clasifica según su régimen en:

- a) Gastronomía vegetariana.
- b) Gastronomía naturista.
- c) Gastronomía macrobiótica.
- d) Gastronomía frugívora.
- e) Gastronomía internacional.
- f) Gastronomía creativa.

g) Gastronomía tradicional.

1.3 Gastronomía Tradicional

1.3.1 Concepto.

Según (Carrillo, 1996) la gastronomía tradicional para los sectores populares constituye una forma de significación en lo cotidiano. En la actualidad existe una coexistencia entre la tradición y la modernidad, especialmente evidente en la cuestión culinaria donde incluso en las técnicas y principalmente en el combustible utilizado se combina la leña asociada a la forma de cocción tradicional, con algunos aparatos eléctricos producto de la tecnología moderna, el objeto de entender la cocina tradicional no es entender el pasado sino el presente y el pasado.

1.4 Gastronomía en el Ecuador.

“Al ser un país pequeño, pero bendecido con un clima variable, y dueño de cuatro grandes regiones, nos ha otorgado una amplia gama de alimentos, con constante producción, haciendo que se los pueda encontrar, durante todo el año. Gracias a esto Ecuador ha desarrollado desde años inmemoriales, una muy extensa gastronomía, caracterizado por productos de la zona, así adquiriendo un estilo regional muy marcado. Por ejemplo en la costa ecuatoriana suele ocuparse el pescado, obtenido del Océano Pacífico, y con él se elaboran deliciosas recetas como, encebollado, encocado, el ceviche, el sancocho de pescado, entre las más conocidas” (Núñez, 2012).

1.5 Gastronomía de la provincia de Tungurahua.

Según el (GAD Provincial de Tungurahua, 2014) la Provincia de Tungurahua es uno de los iconos gastronómicos en el centro del país. La unión de los productos tradicionales como el maíz, el frejol, los tubérculos y las raíces se mezclan con los cárnicos introducidos por los españoles, que contemplan los cerdos, ovejas, conejos o gallinas , y con un mágico toque de dos elementos básicos, el ají y la sal, forman la cocina criolla que hoy conocemos. Antes de ello recordemos que es la tierra de las frutas y las flores, es tan así que en cada visita las encontraremos para nuestro complemento de sabores, olores y también de color.

1.6 Gastronomía del cantón Mocha.

“Tradicionalmente Mocha es reconocido por su actividad gastronómica. Su signo distintivo actual es el conjunto de puestos de comida ubicados al borde de la carretera Panamericana Sur.

Este cantón es altamente conocido por sus platos tradicionales, como las papas con cuero y cuyes que se expenden especialmente en el remodelado mercado, ubicado a un costado de la vía principal, así como también por sus modernos y muy acondicionados restaurantes.

La gastronomía de este bello lugar se caracteriza por tener como principal ingrediente al cuy; roedor que las familias de este lugar crían en sus casas con fines culinarios para fechas especiales como matrimonios, bautizos,

cumpleaños, celebraciones familiares, llegada de familiares, etc.” (Guía Gastronómica de Tungurahua)

La gastronomía del cantón es muy apreciada por los turistas nacionales que visitan este lugar para disfrutar de su extensa cultura gastronómica y turística deleitándose de un cuy asado acompañado de papas y salsa de maní, papas con cuero y queso, habas con choclo y queso, caldo de gallina, yaguarlocro, cuy con papas y ensalada, tostado, ají tradicional, jugos naturales con frutas recogidas de los campos de la zona baja del cantón. (El autor, 2014).

Entre los principales productos usados en la gastronomía del cantón Mocha tenemos la cebolla blanca, papas, cuero de cerdo, queso, leche, etc. los cuales son producidos en la zona.

1.6.1 Productos

1.6.1.1 Papa

“(…) La palabra papa (patata) es un vocablo quechua que significa tubérculo (…). Fue introducida en España hacia 1570 y se extendió rápidamente por Europa en menos de un siglo. En los siglos XVII y XVIII fue introducida en diversos países asiáticos como India, Japón y China. A principios del siglo XVIII se introdujo en Norteamérica (…)” (López C. , 2008, pág. 1)

(…) A finales del siglo XVII y principios del XVIII se estableció como un cultivo importante en toda Europa, sustituyendo a los cereales como principal fuente energética, al ser su cultivo barato formó parte de la dieta de muchas

comunidades, sirviendo en países como Irlanda para el pago del salario de los trabajadores (...) (VÁSQUEZ, COS, & LÓPEZ, 2005, pág. 101) .

(...)La patata (*Solanum tuberosum*) pertenece a la familia de las solanáceas. Es una planta dicotiledónea (...), herbácea anual, sus raíces son muy ramificadas, finas y largas, dependiendo su desarrollo de que el suelo esté o no mullido (...) (Guerrero, 1999, pág. 356).

1.6.1.2 Cuy

“El cuy (cobayo o curí) es un mamífero roedor originario de la zona andina de Bolivia, Colombia, Ecuador y Perú. El cuy constituye un producto alimenticio de alto valor nutricional que contribuye a la seguridad alimentaria de la población rural de escasos recursos.

Este pequeño roedor que se identifica con la vida y costumbres de la sociedad indígena ecuatoriana, es utilizado también en medicina y hasta en rituales religiosos, se lo consume asado, con papas, en salsa de maní o con ají” (Chauca, 1997, pág. 1)

1.7 Cantón Mocha

1.7.1 Ubicación

Enclavado en la cordillera occidental de los andes ecuatorianos, al sur de la provincia del Tungurahua a 2 km. del nudo del Igualata, está asentada en las faldas del Puñalica a 3.272 m.s.n.m., con una longitud de 78°44" Occidental y latitud de 1°48" Sur. Su temperatura está en los 12°C. (Mayorga, 2012, pág. 5).

1.7.2 Origen del nombre

Según (Siza, 2009, pág. 1) Mocha se deriva de la palabra Mochica "Mochoe" cuyo significado es adoratorio, se cree que este nombre se debe al Monasterio de las Vírgenes del Sol que existió en la cima del cerro Puñalica, al llegar los Incas a esta zona del país decidieron kichuizar el nombre haciendo referencia a la palabra Mucha que dentro del idioma Quichua significa beso, con el pasar del tiempo y con la mezcla entre el español y el quichua se nombró a esta tierra como Mocha.

1.7.3 Historia

"En tiempos históricos fue el centro político de los grupos indígenas de los Patates, Pelileos, Queros, Tisaleos y Pachanlicas. Perteneciente al Reino Puruhá. Fue un punto de resistencia contra la invasión incaica y se cree que Túpac Yupanqui no pudo pasar de ese lugar y tuvo que volver al Cuzco. Huayna Cápac se casó con una hija del Cacique Punina y de esta unión nació el guerrero Sopo pangui que peleó contra Huáscar a favor de Atahualpa.

Mocha, al ser el paso estratégico entre el norte y sur del Reino de Quito se convierte en un Tambo Real, en Fortaleza y en adoratorio del Sol, hasta la época de la conquista en 1534, cuando se convierte en simples encomiendas y sus territorios pasan a manos de españoles, pero no es hasta 1586 que Don Alfonso Ruiz funda definitivamente Mocha. Al momento en que Riobamba es ascendida Villa y toma el nombre de Villa de Don Pardo, Mocha ingresa a formar parte de su territorio y es nuevamente el paso obligado para comunicar a Quito con el corregimiento de Riobamba.

En 1825 se fundó la parroquia eclesiástica y en 1861 llegó a ser parroquia civil. Y el 13 de mayo de 1986 fue elevado a la categoría de cantón. En la Independencia se distinguió el prócer Joaquín Hervás que pagó con su vida su rechazo violento a las tropas españolas. El 13 de mayo de 1986 se nombró a Mocha como cantón, con sus dos parroquias: Mocha y Pinguilí Santo Domingo.

En 1906, al llegar el ferrocarril, Mocha se transformó en una de las estaciones más importantes de la línea férrea, lo que significó una oportunidad de comercio para los pobladores (....)” (Siza, 2009, pág. 1)

Hoy en día el cantón Mocha se ha dado a conocer a nivel nacional gracias a su exquisita gastronomía donde resalta los tradicionales cuyes en sus diferentes preparaciones: papas con cuy asado, cuy asado con ensalada, papas con cuero (el autor, 2014).

1.8 Identidad cultural

Según (Maldonado, 2009, pág. 25) Es la conciencia que el ser humano posee de sí mismo y, al mismo tiempo, la percepción que tiene de los demás y de la cultura de la que emerge. La identidad cultural se deriva de la pertinencia de los individuos a una cultura determinada, de su participación de un conocimiento colectivo y de una memoria común, del uso continuado de un mismo sistema simbólico, unos signos, unos códigos y unas prácticas que no solo se componen de un lenguaje y de unos textos, sino también de ritos, mitos y tradiciones, de hábitos, costumbres y ceremonias, de monumentos e imágenes; pero para (Odello, 2012, pág. 112) ha sido considerada un elemento fundamental, por ejemplo, para determinar la existencia de un grupo autóctono, y la pertenencia de un individuo a tal comunidad; además (Espinosa, 2000, pág. 13) manifiesta que se define como la propiedad por la cual un grupo se constituye como una unidad cultural específica en sí y para sí(...).

1.8.1 Creencias

Adoran a un santo traído desde España llamado San Juan Bautista que es de los tiempos prehistóricos y sus memorias se pierden en la neblina del tiempo (Mayorga, 2012).

Pero en los diferentes caseríos y barrios adoran además a otros santos como se detalla a continuación.

Cuadro N° 01: Fechas especiales

Lugar	Fiesta	Fecha
Caserío Cochalata	Jesús del Gran Poder	Carnaval
Caserío El Rosal	Virgen de la Paz	9 de julio
Parroquia Pinguilí	San Vicente	5 de abril
Pinguilí las Lajas	Virgen de las Lajas	15 de septiembre

Elaborado por: (Balseca, E. 2014).

1.8.2 Costumbres

1.8.2.1 El Carnaval

El más conocido es el celebrado en el caserío Cochalata donde jugar con todo está permitido (huevos, harina, carioca, agua), celebrando al ritmo de la banda de pueblo y orquestas contratadas festejan toda la noche (el autor, 2014).

1.8.2.2 La Semana Santa

Época en donde las familias se reúnen para preparar este delicioso platillo fruto del mestizaje; generalmente se lo hace en las casas de los abuelos donde todos colaboran con la preparación de este delicioso manjar (el autor, 2014).

1.8.2.3 Los Finados

Fecha donde las personas recuerdan a sus seres queridos que ya partieron de este mundo; antiguamente muy temprano se acostumbraba a preparar la colada morada y las guaguas de pan en hornos de leña en compañía de toda la

familia para más tarde acudir a misa a dejar lo ya preparado en las tumbas de sus seres queridos para que la disfrutasen, pero los que la disfrutaban eran los más vivos. Hoy solo se conserva la costumbre de preparar la bebida y comprar el pan para luego acudir al cementerio a escuchar misa, decorar las tumbas con flores. Antiguamente también acostumbraban a dejar comida sobre las tumbas de sus seres queridos (el autor, 2014).

1.8.2.4 La Navidad

Según (López C. , 1997-1998) se realiza la tradicional pasada del Niño, en la que se entonan villancicos navideños, se reparten caramelos a los niños, especialmente a los que recitan poesías en honor al Niño Jesús.

1.8.3 Tradiciones

Etimológicamente, la tradición proviene de traditio que significa la acción y efecto de entregar o transmitir (Medrano, 2001, pág. 188).

1.8.3.1 Fiestas de San Juan Bautista según (Diario La Hora, 2011)

Las fiestas patronales se viven intensamente con eventos culturales, sociales y de música.

Los habitantes del cantón Mocha empezaron a vivir con alegría y entusiasmo las diferentes programaciones que el Comité de Fiestas ha preparado para

celebrar las festividades patronales en honor a San Juan Bautista.

Es una tradición local que todos los barrios unan esfuerzos para llevar adelante eventos especiales como: presentación de fuegos pirotécnicos, quema de chamiza, desfiles y más programas especiales en que están invitados a participar propios y extraños.

(...)Luego de haber festejado los 25 años de cantonización en mayo, los pobladores de este cantón colindante con la provincia de Chimborazo, empezaron a recordar una nueva fiesta en homenaje a su patrono.

Son 417 años de fundación española que se compartirá hasta julio con el desenlace de varias actividades culturales, religiosas, artísticas y más que el Comité ha dispuesto en unidad de todos los habitantes del cantón (...).

1.8.3.1.1 Celebración especial

El 24 de junio es la fecha de homenaje a San Juan Bautista. En este día se desarrollará una misa campal en la que los devotos mostrarán su fe a su deidad.

En esta fecha, también tendrá lugar el magno desfile folclórico a partir de las 15:00, que recorrerá las calles del cantón. Delegaciones de la localidad y también de fuera aportarán con su contingente para realzar el evento.

1.8.3.2 Peregrinación al Pie de San Juan

“Por el año 1797 tuvo lugar la erupción del Carihuairazo, según cuenta la leyenda en esos momentos el cerro Puñalica se venía abajo sobre la población de Mocha. Los pobladores angustiados y presas del pánico sacaron la imagen de San Juan Bautista y rogaron para que no suceda una tragedia, por obra de milagro, entre lágrimas y ruegos, San Juan levantó el pie y detiene la caída del cerro evitando así la destrucción del pueblo” (López C. , 1997-1998, pág. 72)

Como muestra de la veracidad de esta historia existe en el sector de Cochalata una piedra con la huella del pie de San Juan Bautista, donde las personas se reúnen cada año para realizar una peregrinación hasta este sector para ofrecer una misa nocturna de agradecimiento por el milagro recibido (el autor, 2014)

1.8.3.3 La octava.

Según (Mayorga, 2012, pág. 19) Todo empezaba con las vísperas de las fiestas de San Juan Bautista el 23 de Junio de cada año en la plaza central de la entonces parroquia de Mocha; luego de quemar la chamiza, consumir los juegos pirotécnicos y patear las pelotas de fuego (...) esperaban el gran día, el día de la Octava que se realizaba el día 24, onomástico del Santo Patrono y conmemoración de las fiestas del Inti Raymi.

Consiste en que los moradores de los diferentes barrios acuden a una especie de desfile con disfraces de electricistas que plantaban un poste de luz en las pailas de fritadas de las vendedoras que se colocaban a lo largo de la avenida , emputzadores que abrazaban para pegar algo de eso, capadores que manchaban la ropa, los medidores de luz que simulaban dar luz a las vendedoras a cambio de una recompensa, los zafreros que con su machete rozaban los pies de todo mundo, los curiquingues y los grupos de danza que alegraban la fiesta; todos participaban a cambio de recompensas en comida como pasteles, fritada o dinero; ésta es otra de las tradiciones que se estaban quedando en el olvido no fue sino hasta hace un año que gracias a Mochanos interesados en su tierra que se la pudo revivir (el autor. 2014).

1.8.3.4 Los toros de lidia.

“Criados en los páramos del cantón por mochanos amantes de este arte, los cuales son donados en devoción al patrono San Juan Bautista para que reciban muerte durante una corrida que maravilla la vista de propios y extraños que concurren a este lugar llamados por la pasión taurina.

Cada año el número de toros destinados a muerte aumenta producto de donaciones de personas agradecidas con su patrono por los milagros recibidos, que conjuntamente con matadores nacionales y de la tierra deleitan toda la tarde a los espectadores” (el autor. 2014)

1.8.4. Atractivos turísticos del cantón Mocha.

1.8.4.1 El Puñalica.

“El Puñalica es una montaña diferente, que permite ir descubriendo sitios hermosos y atractivos desde las laderas llenas de verdes árboles de pino, hasta la cumbre cubierta de paja y de una especie de almohadones llamados así, por su forma y suavidad. Conforme se asciende se va admirando el fascinante horizonte andino, que rodea un paisaje asombroso y colorido, que impresiona por su vista hermosa.

Desde diversos sectores, de nuestra provincia, se puede observar El Puñalica. Cuando viaje por la carretera Panamericana Norte, rumbo a la ciudad de Ambato, mire al Suroeste y podrá apreciarlo. Desde la carretera que va a Baños de Agua Santa, puede contemplarlo dirigiendo su mirada al Oeste. Cuando transite por la carretera Panamericana Sur, lo puede ver muy cerca, al pasar por el cantón Mocha; es inconfundible por su forma que semeja una enorme ola.

Para poder llegar a la cúspide, tiene que realizar un viaje en vehículo, a la ciudad de Mocha y avanzar hasta el sector de Cochalata; pero desde ahí tendrá que caminar, convirtiéndose en un agradable paseo turístico de aventura. Primero arriba al sitio denominado Pie de San Juan y luego a la laguna de Llullugcha, desde donde puede disfrutar de un espléndido paraje; El Carihuairazo, con sus ralos glaciares que cubren parcialmente las rocas. El Chimborazo, con sus nieves eternas que rebosan en la cumbre y las montañas que componen el nudo de Igualata Sanancajas.

Luego de un descanso se debe afrontar lo más difícil, subir a la cima; pues hay que seguir por una ladera casi vertical, llena de paja y árboles de pino. Superado ese camino, se llega al páramo saturado de pequeñas elevaciones y depresiones, en estas últimas se han originado decenas de lagunillas que muestran un maravilloso entorno que agrada a la vista. Para estar en cumbre, hay que caminar un poco más, pasar cerca de dos lagunas pequeñas y luego un nuevo ascenso.

Por fin se llega a la meta y se obtiene, como recompensa a su esfuerzo, una vista hermosa: al Norte está El Cotopaxi, con su perfecto y deslumbrante cono volcánico colmado de glaciares que bajan por las abruptas laderas y el Putzalahua, con su alargada y espectacular cima; al Este, el flanco interno de la cordillera Oriental de Los Andes; al Sureste las montañas de Mulmul, Shaushi, Llimpe y el imponente volcán Tungurahua, con un cono volcánico y cráter, conmovedores; al Noroeste, el Pilishurco, con sus diez cumbres y el Casaguala, con sus negros picos rocosos; al Oeste, el Carihuairazo, con sus tres cumbres que sobresalen del lomo de la montaña. En el callejón interandino, está el gigantesco altiplano, que presenta varios matices que pintan de colores el asombroso paisaje” (Silva, 2013, pág. 1)

Fotografía N° 01: El Puñalica



Fuente. (El autor. 2014)

1.8.4.2 El Carihuairazo

“Casi no existen relatos de exploraciones o ascensos al Carihuairazo que no tengan que ver con fuertes vendavales, nevadas o neblina que desubiquen al más conocedor de la zona, todos los años no alcanzan para conocer esta montaña por completo, y es que su ubicación y alrededores atrapan a todo el que, la mira y descubre cualquiera de sus flancos.

Su nombre completo significa “el viento helado macho”, justamente por esa coincidencia gélida que recibe a todo el que anda por sus laderas. Los primeros científicos decían que el Carihuairazo tenía el más grande glaciar en el Ecuador que, prácticamente lo unía con el hermano mayor, el Chimborazo en su lado norte.

Y como ícono de los andinistas de Ambato y Riobamba, por su cercanía, y también del resto del Ecuador, el Carihuairazo es una montaña imprescindible para la gente loca, llamada a las alturas. El Carihuairazo tiene varias cumbres a

lo largo de una afilada arista de roca descompuesta de 2km aprox., la más alta llega hasta los 5020 m, su vieja caldera volcánica está orientada al Nor- Este y el acceso se puede hacer desde las Comunidades de Mocha y Urbina al Este (Provincias de Tungurahua y Chimborazo) y desde Río Blanco (Prov. De Tungurahua) desde el Oeste.

Al Carihuairazo se le atribuye la destrucción de Ambato y sus alrededores en 1698.

El recuerdo de un enorme manto blanco muy poco empinado que deben tener los viajeros que regresaban de Guaranda y Riobamba hacia Ambato hace 15 o 20 años es una de las muestras más claras del retroceso de los glaciares en el país (y en el mundo), el sueño de una pista de esquí y de un viejo trazo de una carretera entre el Chimborazo y Carihuairazo han marcado el paso del tiempo en la zona, lo que no cambia es la neblina, el viento y el frío que cobijan a estos montes” (Garrido, 2014)

Figura N° 02: El Carihuairazo



Fuente: www.panoramio.com/photo/12241560.

1.8.4.2.1 Leyenda

Cuenta la leyenda indígena que los dos volcanes machos Chimborazo y Carihuairazo se pelearon por el amor de la hembra Tungurahua lanzándose rocas, pero el Carihuairazo cayó derrotado; también se dice que los dos volcanes erupcionaron al mismo tiempo pero el Carihuairazo se llevó la peor parte hundiéndose en su parte occidental (el autor, 2014).

2 RECETARIO

2.1 Definición

Según (Torre, y otros, 2002) es un libro de Gastronomía que se reduce, tras un breve prólogo de presentación, a un conjunto de recetas de cocina de distintas regiones o países, a veces, con espléndidas fotos de diversas preparaciones culinarias. También conocido como libro de recetas o de cocina, aquí es donde se registran ordenadamente los ingredientes, métodos y técnicas de ciertos platos tradicionales de un determinado lugar. Además para (Secretaria General Técnica) es un pequeño libro de cocina.

2.2 Receta

Según (Gispert, 2014) es la nota que comprende aquello de que debe componerse algo, y el modo de hacerlo.

2.3 Clasificación

Según (Peralta, 2013) la clasificación de una receta en estándar o complementaria depende de los criterios específicos de cada empresa: todo depende de cómo considere a la preparación.

2.4 Receta Estándar

2.4.1 Definición

Según (James, 2006) son un conjunto de instrucciones para la preparación de un producto concreto en su establecimiento; pero para (Cooper, Floody, &

McNeill, 2002, pág. 193) son recetas propias acompañadas de instrucciones precisas sobre la preparación y la cocción de cada plato de su menú.

2.4.2 Formato de receta estándar

Basada en el formato de hoja de costeo de receta estándar de (Carrión, pág. 11).

Cuadro N° 02: Hoja de costeo de receta estándar

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto:					Foto		
Código de la receta:							
Porciones:							
Fecha:							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total
Ingredientes	Mise en place	Técnica	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	Costo
Métodos							
Costo Total							
Costo Por Porción (40%)							
Valor de venta (100%)							
Precio De Venta Con IVA (12%)							
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							
PROCEDIMIENTO							

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

2.5 Métodos de cocción

2.5.1 Concepto

Según (Martínez, Gonzalez, & Covadonga, 2004, pág. 115) “Cocer significa preparar los alimentos crudos, ya sea animales o vegetales, con la ayuda del calor. Así son más fáciles de digerir y además la cocción desarrolla, transforma o refuerza sabores, mejora o retiene colores y texturas, y destruye, microorganismos patógenos, enzimas y sustancias tóxicas. No existe un método de cocción mejor que otro. La selección del método dependerá del alimento que se va a cocer, algunos alimentos quedan mejor cocidos a fuego lento (baja temperatura y tiempo prolongado), una vez lograda la ebullición, se baja el fuego para que el líquido no se evapore y se conserven los elementos aromáticos. Otros alimentos desarrollan su sabor al máximo cuando se asan a temperaturas elevadas”; pero para (Camarero, 2006, pág. 35) los diferentes métodos de cocción o procedimientos culinarios se basan en normas muy concretas o imprescindibles para la práctica, si se quiere tener éxito con un plato sencillo como complicado.

Los métodos de cocción se clasifican en:

Cuadro N° 03: Métodos de cocción

Métodos	Clasificación
Por Concentración	Asado Salteado Fritos Hervido Parrilla
Por Expansión	Blanqueado
Mixtos	Estofado / Rehogado Braseado Glaseado
Húmedos	Al vapor Escalfado o Pochado Baño María

Fuente: (Lozano & Martín, 2007, págs. 73,74), (Gil, 2010)
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

2.6 Técnicas culinarias

2.6.1 Concepto

“Son las diversas formas de procesado, preparado, cortado y limpieza de los alimentos destinados al consumo con el fin de que sean fácilmente digerible, además de proporcionarles mejor sabor, textura y presentación. Las propiedades y características de los alimentos (sabor, textura, acidez, dureza, etc.) hacen que para obtener la mejor preparación culinaria sea necesaria elegir la técnica más adecuada (...)” (Barbazán & Sendra, 2012)

Cuadro N° 04: Técnicas culinarias

Técnicas	Dorado
	Enharinado
	Empanado
	Sofrito
	Concassé
	Caramelizar

Fuente: (Barbazán & Sendra, 2012)
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

De acuerdo a la normativa legal vigente en el país la investigación que se realizó sobre la gastronomía tradicional está sustentada en el objetivo cuatro del Plan del Buen Vivir con énfasis en sus políticas y lineamientos número ocho que dice impulsar el diálogo intercultural como eje articulador del modelo pedagógico y del uso del espacio educativo, además en sus literales a, j expresa que se debe fomentar la producción de cultivos tradicionales y su consumo como alternativa de una dieta saludable, conjuntamente con el uso y aplicación creativa de saberes ancestrales, así como el desarrollo de conocimientos y saberes diversos, sin dejar de promover la valoración del patrimonio cultural e inmaterial y el patrimonio natural en los espacios educativos; sin embargo en la política y lineamiento nueve expresa que se debe promover el aprendizaje, la profesionalización y la capacitación en actividades artesanales tradicionales y oficios enfocados en la diversificación productiva; también basándose en la Constitución de la República del Ecuador vigente del año 2008 en su sección tercera que habla sobre Patrimonio natural y de ecosistemas en su Art. 404 expresa el patrimonio natural del Ecuador único e invaluable comprende, entre otras, las formaciones físicas, biológicas y geológicas cuyo valor desde el punto de vista ambiental, científico, cultural o paisajístico exige su protección, conservación, recuperación y promoción; y en la sección quinta que habla sobre cultura en su Art. 377 señala el sistema nacional de cultura tiene como finalidad fortalecer la identidad nacional; proteger y promover la diversidad de las expresiones culturales; incentivar la libre creación artística y la producción, difusión, distribución y disfrute de bienes y servicios culturales; y salvaguardar la memoria social y el patrimonio cultural.

(...); sin embargo en su Art 379 indica son parte del patrimonio cultural tangible e intangible. (...) las lenguas, formas de expresión, tradición oral y diversas manifestaciones y creaciones culturales, incluyendo las de carácter ritual, festivo y productivo; las edificaciones, espacios y conjuntos urbanos, monumentos, sitios naturales, caminos, jardines y paisajes que constituyan referentes de identidad para los pueblos o que tengan valor histórico, artístico, arqueológico, etnográfico o paleontológico; las creaciones artísticas, científicas y tecnológicas. Los bienes culturales patrimoniales del Estado serán inalienables, inembargables e imprescriptibles (...).

A. Conceptos

Para una mejor comprensión del trabajo se define algunos términos que no se ha desarrollado, como son:

1. **Alimento:** conjunto de cosas que el hombre y los animales comen o beben para subsistir. Cada una de las sustancias que un ser vivo toma o recibe para su nutrición.
2. **Cantón:** cada una de las divisiones administrativas del territorio de ciertos Estados, como Suiza, Francia y algunos americanos.
3. **Comida:** conjunto de cosas que se comen o beben para subsistir.
4. **Costumbre:** hábito, modo habitual de obrar o proceder establecido por tradición o por la repetición de los mismos actos y que puede llegar a adquirir fuerza de precepto.
5. **Cultura:** conjunto de modos de vida y costumbres, conocimientos y grado de desarrollo artístico, científico, industrial, en una época o grupo social, etc.
6. **Cuy:** mamífero del orden de los Roedores, parecido al conejo, pero más pequeño, con orejas cortas, cola casi nula, tres dedos en las patas

posteriores y cuatro en las anteriores. Se usa mucho en experimentos de medicina y bacteriología.

7. Creencias: convicción, religión. Firme asentamiento y conformidad con alguna cosa. Completo crédito que se presenta a un hecho o noticia como seguros o ciertos

8. Gastronomía: arte de preparar una buena comida. Afición a comer regaladamente.

9. Papa: planta herbácea anual, de las solanáceas, originaria de América y cultivada hoy en casi todo el mundo, con tallos ramosos, hojas desigual y profundamente partidas, flores blancas o moradas, en corimbos terminales, fruto en baya carnosa, amarillenta, con muchas semillas blanquecinas, y raíces fibrosas que en sus extremos, llevan gruesos tubérculos redondeados, carnosos, muy feculentos, pardos por fuera, amarillentos o rojizos por dentro.

10. Plato: manjar para ser comido.

11. Recetario: papel o documento en que están escritas dichas recetas o preparaciones de la cocina de un determinado lugar o pueblo.

12. Riqueza: abundancia de bienes y cosas preciosas.

13. Técnica: perteneciente o relativo a las aplicaciones de ciencias y artes.

14. Tradicional: perteneciente o relativo a la tradición. Que se transmite por medio de ella.

15. Tradición: doctrina, costumbre, etc., conservada en un pueblo por transmisión de padres a hijos.

IV. PREGUNTAS CIENTIFICAS

¿Cuáles son los referentes teóricos necesarios que justifican la elaboración de un recetario de la gastronomía tradicional?

¿Se puede detallar la identidad cultural a través de la gastronomía tradicional del cantón Mocha?

¿Cuál sería la estructura adecuada para elaborar una receta estándar?

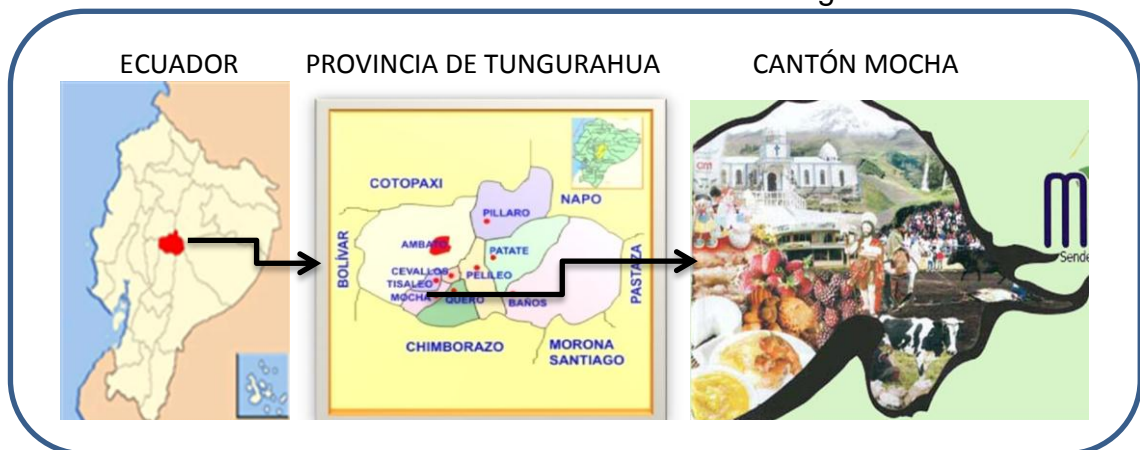
V. METODOLOGÍA

A. LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN

La investigación de la gastronomía tradicional se realizó en el cantón Mocha, ubicado en la cordillera occidental de los Andes a 23 km del Cantón Ambato al sur de la provincia de Tungurahua, en el país Ecuador.

Mapa N° 01

Ubicación donde se realizó la investigación



Fuente: www.mapasecuador.net;1.bp.blogspot.com/_BUQFflo3Tj4/TG00GwI6ELI/AAAAAAAAA-CU/fcO-;2OsJp8w/s1600/MAPA+DE+LA+PROVINCIA.bmp; Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal de Mocha
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

La presente investigación de la gastronomía tradicional del cantón Mocha, tuvo una duración de seis meses desde el mes de agosto del 2014 hasta el mes de enero del 2015. En el cual se desarrolló la investigación de la gastronomía tradicional del cantón Mocha estudiando sus platos tradicionales y observando los diferentes métodos de cocción y técnicas culinarias empleadas; así como sus costumbres, tradiciones e identidad cultural para posteriormente elaborar un recetario.

B. VARIABLES

1. Identificación

Variable independiente

Gastronomía tradicional del cantón Mocha.

Variable dependiente

Recetario

2. Definición

Gastronomía tradicional: consiste en la cocina cotidiana del diario vivir de las personas con cierto grado de preparación utilizando técnicas y métodos modernos, pero los cuales han sido adaptados a la cocina diaria, mejorando así sus sabores y presentación.

Recetario: consiste en registrar en un libro de cocina, en recetas estándar que contengan ingredientes, cantidades, costos, métodos, técnicas y procedimiento de las diferentes preparaciones de un determinado lugar o tipo ayudando así a tener la información gastronómica ordenada y de fácil acceso.

3. Operacionalización

Variable	Escala	Indicador
Gastronomía tradicional	Platos tradicionales	Papas con cuy Papas con cuero Habas con choclo y queso Tostado Caldo de gallina Yaguarlocro Cuy asado con ensalada Caldo de 31 Chinchulines Humitas Fritada Seco de gallina Aji tradicional Pasteles (empanadas de viento)
	Tradiciones	Peregrinación al Pie de San Juan La Octava Fiestas Patronales Toros de pueblo
	Productos utilizados	Papas Cuy Cebolla blanca Cuero de cerdo Leche Maní Maíz
	Atractivos turísticos	El Volcán Carihuairazo El Cerro Puñalica Sus fiestas patronales Sus corridas de toros

Recetario	Métodos de cocción	Conoce Desconoce
	Técnicas culinarias	Conoce Desconoce
	Recetas	Actuales Contemporáneos
	Condimentos más utilizados	Ajo Cebolla colorada Comino Sal Achiote

Elaborado por: Balseca E. (2014).

C. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación fue:

- 1. Descriptiva:** según (Salkind, 1999, pág. 11) reseña las características de un fenómeno existente. Es descriptiva porque se detallará los diferentes platos tradicionales con métodos y técnicas observadas en la gastronomía del cantón Mocha.
- 2. Exploratoria:** según (Llopis, 2004, pág. 40) es aquella en la que se intenta obtener una familiarización con un tema del que se tiene un conocimiento general, para plantear posteriores investigaciones u obtener hipótesis, permitiendo explorar nuevos campos
- 3. No experimental:** “es el tipo de investigación en la que no se hacen cambiar intencionalmente las variables independientes. En la investigación no experimental se observan fenómenos tal y como se presentan en su contexto natural, se obtienen datos y después estos

se analizan (...)” (Ortiz, 2004, pág. 94) debido a que no se va alterar la gastronomía tradicional del cantón, se utilizará la información para elaborar un recetario.

4. **De corte transversal:** “(...) se recopilan los datos una sola vez en un momento determinado (...)” (Heinemann, 2003, pág. 176) la investigación se realizó en un tiempo determinado.

a. MÉTODOS Y TÉCNICAS

1. **Teóricos:** Lógico abstracto, histórico lógico, inductivo deductivo, análisis y síntesis.

1.1 Histórico lógico: “estudia la trayectoria de los fenómenos y acontecimientos en el devenir de su historia. Por su parte, el método lógico investiga la existencia o no de las leyes generales de funcionamiento y desarrollo de los fenómenos” (Díaz, 2009, pág. 134). Se parte de conceptos generales sobre el tema siguiendo un orden lógico de la evolución de los diferentes platos a través de la historia.

1.2 Inductivo deductivo: la inducción es el método analítico, en cuanto que nuestra mente va de lo compuesto hacia lo simple; mientras que la deducción puede reducirse a síntesis porque el espíritu sigue el proceso inverso (Fernandez, 2007, pág. 291). Se utilizó para la estructura de la investigación partiendo de lo macro a lo micro y su consecuente análisis, también para

estudiar la gastronomía del cantón y clasificarla en aperitivos, entradas, sopas, platos fuertes y extras.

1.3 Análisis y síntesis: el análisis es una operación intelectual que posibilita descomponer mentalmente un todo complejo en sus partes y cualidades, en sus múltiples relaciones y componentes. La síntesis es la operación inversa, que establece mentalmente la unión entre las partes, previamente analizadas y posibilita descubrir relaciones y características entre los elementos componentes de un fenómeno o proceso (Díaz, 2009, pág. 130). Para el estudio se desglosó la información gastronómica por partes pero al unir la misma dará como resultado un recetario de gran utilidad.

2. Empíricos: revisión documental, encuestas, ficha de observación, estadísticos, análisis de documentos y observación.

a) Revisión documental: según (Rojas, Zamperi, & Aguilar, 2005, pág. 9) ha sido utilizada para la complementación de algunos datos e informaciones recabadas durante el trabajo de campo. Se utilizó esta técnica para recopilar la información gastronómica para luego elaborar los instrumentos necesarios.

b) Encuestas: es un método de acopiar información acerca de un gran número de personas, hablando con alguna de ellas. (ALIMENTACIÓN). Este instrumento sirvió para recopilar información actual sobre los platos tradicionales, sus atractivos turísticos, costumbres y tradiciones (ver anexo N°01)

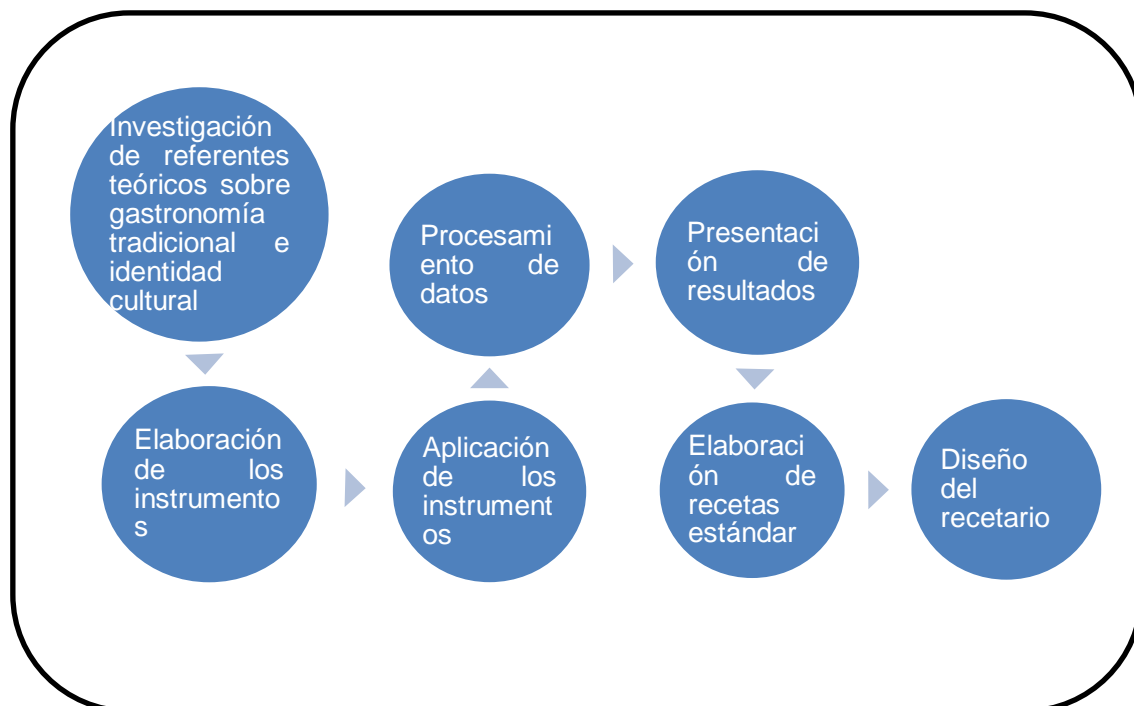
- c) Ficha de observación:** “La ficha de observación que resulta de la búsqueda de los hechos sobresalientes proviene de un esfuerzo de racionalización en el mismo sentido (...)”. (Postic, 1996, pág. 238). Se aplicó a las preparaciones para determinar los métodos y técnicas utilizadas en la elaboración de los platos tradicionales (ver anexo N°02).
- d) Estadísticos:** es un método riguroso para el análisis de datos cuya validez está condicionada por la verificación de ciertas hipótesis que no pueden ser violadas. (Martín & Luna del Castillo, 2004, pág. 9) Se empleó el cálculo porcentual para el procesamiento de la información relacionada con la aplicación de los diferentes instrumentos.

D. GRUPO DE ESTUDIO.

Según (Sábado, 2010) es cada elemento que lleva asociado una medida, un número de orden o una característica determinada, pero para (Icart, Fuentelsaz, & Pulpón, 2006) es cada uno de los integrantes de la población o muestra; además el (Centro de Investigación y Producción de la Facultad de Salud Pública, 2005) expresa describir las características cualitativas y cuantitativas del grupo. Para levantar la información sobre la gastronomía tradicional del cantón Mocha se encuestó a los propietarios de locales de comidas, restaurantes y paraderos turísticos que expenden comida tradicional en el cantón Mocha.

Siendo veinte los establecimientos que sirvieron para llenar el instrumento (encuesta) requerido para la investigación. Se tomó como grupo de estudio participante debido a que la investigación corresponde a la gastronomía tradicional del cantón Mocha.

E. DESCRIPCIÓN DE PROCEDIMIENTOS.



Elaborado por:(Balseca, E. 2014)

1. Se recopiló información en libros, monografías, revistas existentes sobre la identidad cultural y gastronómica del cantón Mocha.
2. Se elabora una encuesta y una ficha de información que se aplica a los dueños de restaurantes de comida tradicional para determinar los platos tradicionales, sus costumbres, tradiciones, métodos y técnicas. El documento se aplicó el día sábado 6 de Diciembre del 2014 a los dueños de locales de comida, restaurantes y paraderos turísticos que expendan comida tradicional
3. En el procesamiento de datos se tabuló la información utilizando el programa Microsoft Excel 2010, usando un gráfico circular que ayudó a

que se puedan diferenciar los diferentes datos obtenidos con sus respectivos porcentajes.

4. Se presenta los resultados los cuales contienen información sobre los platos tradicionales y la identidad cultural del cantón Mocha.
5. Elaborar las recetas estándar de los platos tradicionales del cantón Mocha utilizando la información recopilada, actual y bibliográfica.
6. Diseñar el recetario con las preparaciones de la gastronomía tradicional del cantón Mocha.

Para el levantamiento de la información se utilizó una encuesta y fichas de observación ver (Anexo N° 01, N° 02 y N°03).

Para determinar los platos tradicionales del Cantón Mocha se aplicó una encuesta a los propietarios de locales de comida, restaurantes y paraderos turísticos que expenden comida tradicional, también se realizó una ficha de observación para determinar los métodos y técnicas utilizados.

CAPÍTULO II

VI. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Para levantar la información sobre la Gastronomía Tradicional del cantón Mocha se aplicó los siguientes instrumentos:

a. Encuesta

“En términos generales, una encuesta es un método de acopiar información acerca de un gran número de personas, hablando con algunas de ellas. Puede ser un medio útil de recolectar información sobre las personas, sus necesidades, comportamiento, actitudes, medio ambiente y opiniones, así como sobre características personales tales como la edad, los ingresos y la ocupación" (ALIMENTACIÓN, pág. 7). Determinar los platos tradicionales de la gastronomía del cantón Mocha con los métodos de cocción y técnicas culinarias utilizadas, además de recolectar información sobre su identidad cultural.

La encuesta estuvo estructurada por 16 preguntas referentes al ámbito cultural, tradicional y gastronómico, se aplicó a los dueños de los Paraderos turísticos, restaurantes y locales de comida para determinar los platos tradicionales del cantón con los métodos y técnicas empleadas; así también sus costumbres, tradiciones y lugares turísticos que posee el cantón.

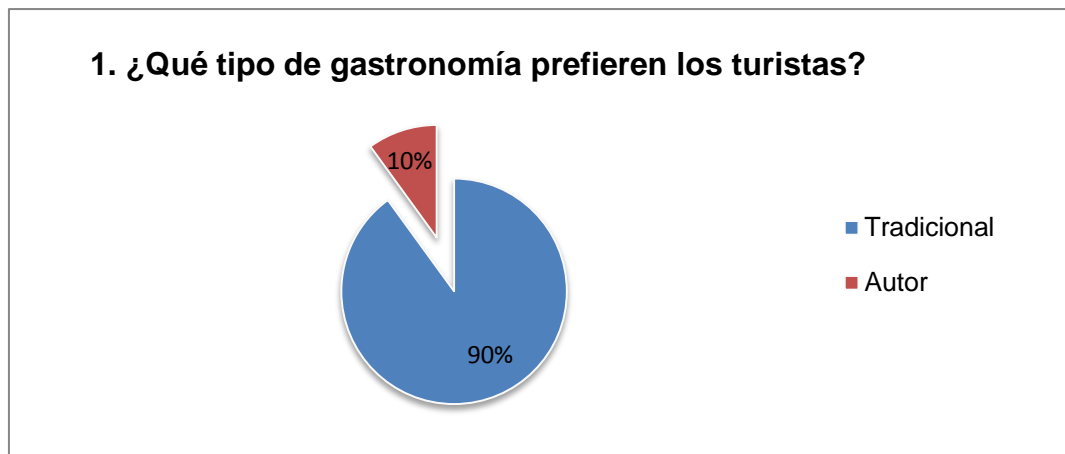
1. ¿Qué tipo de gastronomía prefieren los turistas?

Tabla N°01: Preferencia Gastronómica

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Tradicional	18	90%
Autor	2	10%
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N° 01: Preferencia Gastronómica



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

La gastronomía es la relación que mantiene el hombre con su alimentación y su entorno es por eso que los turistas hoy en día en un 90% optan por la comida tradicional debido a su sabor único del cual se puede disfrutar en muy pocos lugares, siendo las personas mayores las que preparan estas delicias; no obstante un 10% prefieren la gastronomía de autor ya que rompe los esquemas de la forma tradicional de las preparaciones y sus métodos con nuevas combinaciones.

2. ¿Cuáles son los platos que se expenden en su establecimiento?

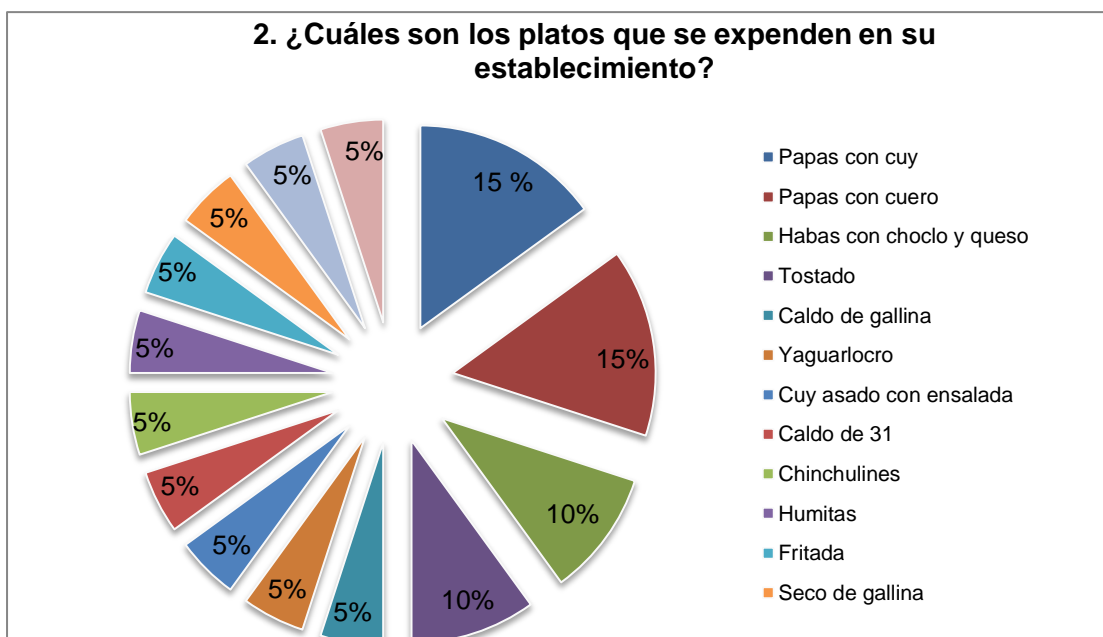
Tabla N°02: Platos expendidos

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Papas con cuy	3	15%
Papas con cuero	3	15%
Habas con choclo y queso	2	10%
Tostado	2	10%
Caldo de gallina	1	5%
Yaguarlocro	1	5%
Cuy asado con ensalada	1	5%
Caldo de 31	1	5%
Chinchulines	1	5%
Humitas	1	5%
Fritada	1	5%
Seco de gallina	1	5%
Ají tradicional	1	5%
Pasteles (empanadas de viento)	1	5%
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N°02: Platos expendidos



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

La variedad gastronómica engloba una serie de preparaciones que un establecimiento posee y las muestra mediante una carta donde el turista puede escoger las que más le agrade. Dentro de la variedad gastronómica con la que cuenta el cantón Mocha se encuentran encabezando la lista con un 30% las papas con cuero acompañadas de una rebanada de queso y las papas con cuy, su materia prima es obtenida en el mismo cantón, después están las deliciosas habas con choclo y queso, el incomparable tostado que alcanzan un 20% de popularidad debido a que se lo prepara con grasa de cerdo así como con su cuero; seguidamente encontramos en un 50% repartidos en un 5% al caldo de gallina de campo, la gallina es alimentada a base de maíz, el yaguarlocro, el cuy asado con ensalada que lleva tomate y lechuga, el caldo de 31, los chinchulines, las humitas de sal, la fritada, y el seco de gallina que con su mezcla de sabores armoniza un paladar exigente; todos estos exquisitos platos están acompañados del delicioso ají tradicional. Los pasteles (empanadas de viento) preparación tradicional que se la sirve rociándoles azúcar encima se degusta en las fiestas patronales y carnaval que son fechas de mayor concurrencia de la gente al cantón.

3. ¿Cuál es el plato de mayor consumo en su establecimiento?

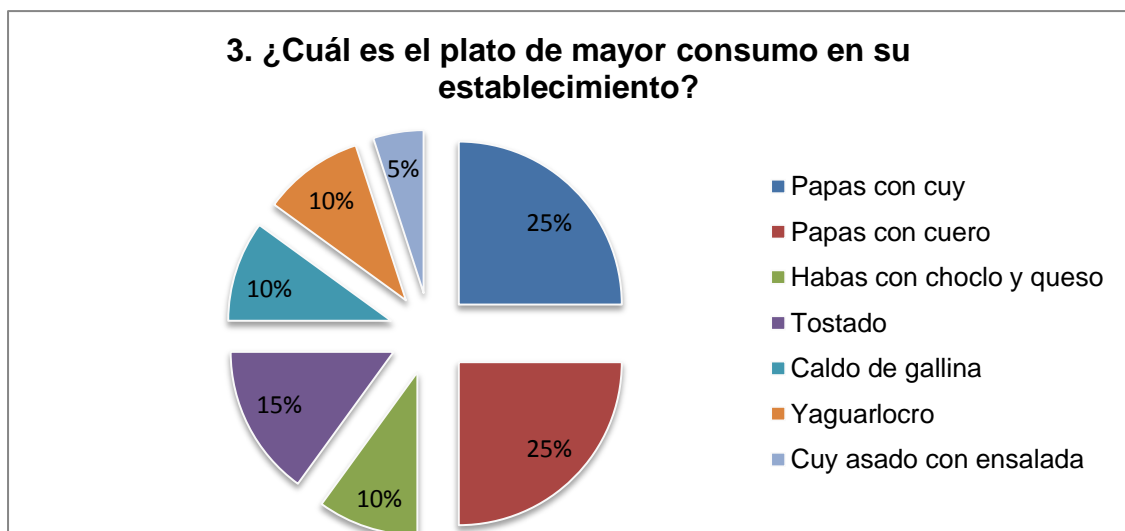
Tabla N° 03: Platos más consumidos

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Papas con cuy	5	25%
Papas con cuero	5	25%
Habas con choclo y queso	2	10%
Tostado	3	15%
Caldo de gallina	2	10%
Yaguarlocro	2	10%
Cuy asado con ensalada	1	5%
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N°03: platos más consumidos



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

Las preferencias y gustos gastronómicos están ligados al buen trato, calidad y sabor del producto que recibió la primera vez que lo consumió, es decir la satisfacción total del cliente con el plato escogido. Por su exquisito sabor las

papas con cuero y las papas con cuy ocupan el primer lugar de consumo en los establecimientos con un 50%. Las papas son cultivadas en la misma tierra cuidando cada detalle en su desarrollo para obtener una materia prima de calidad que pueda satisfacer los más exigentes paladares; sin embargo el tostado que es un aperitivo para el plato fuerte que los comensales no dejan pasar por alto su presencia; el 30% representa el consumo de las habas con choclo y queso, el yaguarlocro, el caldo de gallina (productos obtenidos en el mismo cantón) siendo otros deliciosos platos a degustar que alcanzan popularidad entre las personas que visitan este cantón; pero en un 5% de consumo está el plato cuy con ensalada de lechuga y tomate cierta combinación no alcanza mucha popularidad debido a que las personas prefieren una combinación tradicional.

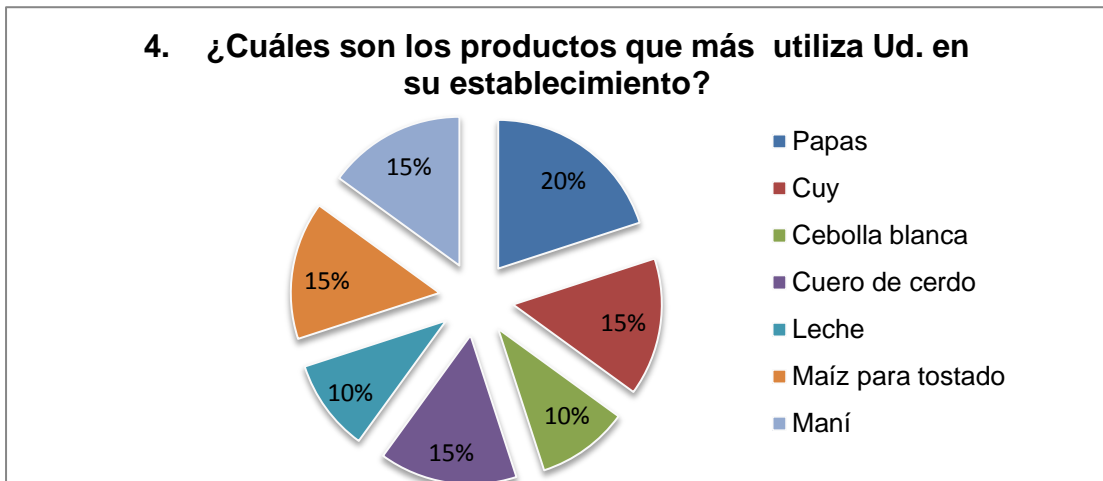
4. ¿Cuáles son los productos que más utiliza Ud. en su establecimiento?

Tabla N°04: Productos utilizados

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Papas	4	20%
Cuy	3	15%
Cebolla blanca	2	10%
Cuero de cerdo	3	15%
Leche	2	10%
Maíz	3	15%
Maní	3	15%
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N°04: Productos utilizados



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

La materia prima debe de ser de calidad y sobre todo que se produzca en el mismo sector siendo ésta una de las políticas de este gobierno que busca fomentar el consumo de lo propio. Las papas tienen un papel importante en los establecimientos gastronómicos del cantón ocupando un 20% debido a que es el producto de mayor cosecha en el sector por ser un tubérculo rico en

nutrientes, con distintos sabores debido a la variedad de pisos climáticos y del producto que posee este lugar, formando por años parte de la dieta de los mochanos, seguido representando el 60% están el cuy, animal característico de este lugar, el maíz, maní y cuero de cerdo; el cual se obtiene del cerdo, animal alimentado con desperdicios de comidas de los establecimientos acompañado de algún balaceado, cabe señalar que la leche y la cebolla blanca en la actualidad han alcanzado gran popularidad entre las preparaciones por ser productos sin muchos químicos llegando a estar presentes en un 20% ya que a Mocha también se le conoce como un sector ganadero y agrícola.

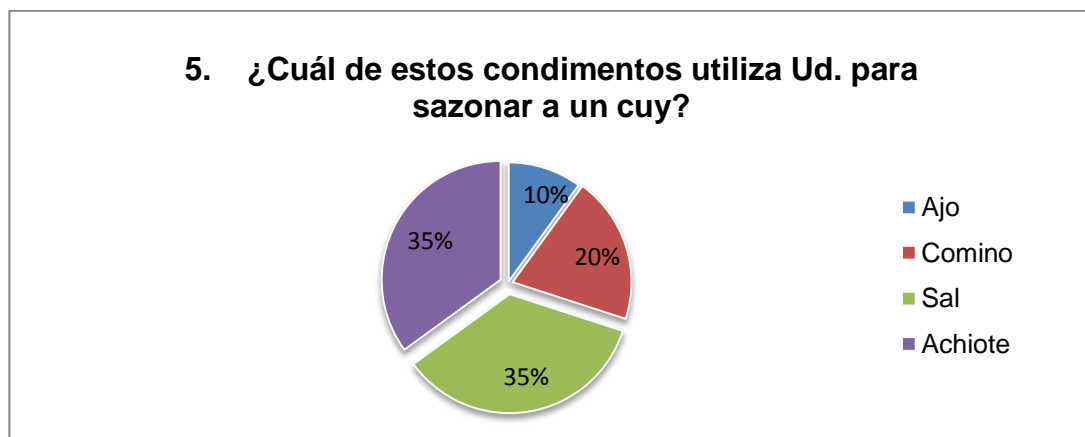
5. ¿Cuál de estos condimentos utiliza Ud. para sazonar a un cuy?

Tabla N°05: Condimentos utilizados

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Ajo	2	10%
Comino	4	20%
Sal	7	35%
Achiote	7	35%
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N°05: Condimentos utilizados



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

Los condimentos naturales son una especie de aromatizantes que ayudan a mejorar el sabor y la presentación de las comidas, haciéndolas más agradables al paladar y a la vista. En los establecimientos utilizan en un 70% el achiote y la sal, condimentos naturales para darle ese color característico, jugosidad y crocancia al cuy que llama mucho la atención, el achiote se unta con la ayuda de una cebolla blanca o una pequeña brocha cuando el cuy empieza a dorarse, igualmente en un 20% el comino que junto a la madera de los palos de azar hacen derretir la boca de niños y adultos por su exquisito sabor, sin embargo 2 personas que representan el 10% añaden ajo al adobo.

6. ¿Cuál es el método de cocción que utiliza Ud. para preparar un cuy?

Tabla N°06: Método de cocción utilizado

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Asado	20	100%
Frito	0	0
Al horno	0	0
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N°06: Método de cocción utilizado



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

Los métodos de cocción ayudan a mejorar sabores y retener aromas así como conservar las texturas deseadas para cierto tipo de alimento; por eso se debe tener cuidado al momento de elegir un método de cocción para no dañar el producto. En un 100% los establecimientos utilizan un asador electromecánico a carbón para asar a un cuy debido a ese sabor único que se consigue con este método, que ha dado fama a este lugar por sus famosos cuyes asados. El asado permite que su cocción sea lenta así se mantendrá su jugosidad en el interior y su crocancia por fuera. En la antigüedad para asar un cuy primero se

cocinaba los alimentos combustionando la leña hasta obtener el carbón y poder asar al cuy, esta tradición sólo se puede observar en las casas de las personas mayores puesto que los diferentes establecimientos compran el carbón para colocarlo en sus asadores.

7. ¿Cree Ud. que la gastronomía tradicional del cantón Mocha tiene identidad cultural propia?

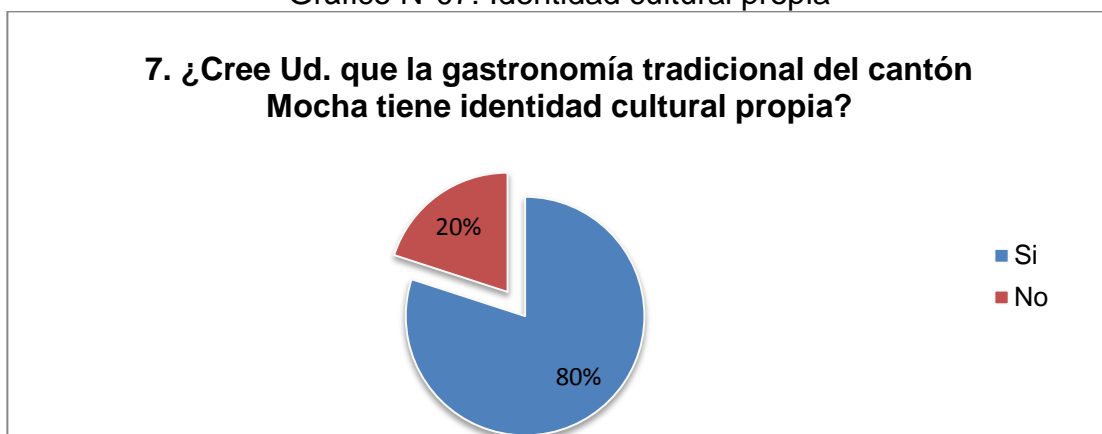
Tabla N°07: Identidad cultural propia

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Si	16	80%
No	4	20%
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N°07: Identidad cultural propia



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

La identidad cultural es la pertinencia que tiene un individuo o un grupo por su cultura, su participación en actos culturales propias de un lugar y la práctica de ritos, costumbres y tradiciones. 80% de los dueños de los establecimientos opinaron que existe identidad cultural propia debido a que nuestros abuelos empezaron con la tradición de estos platos que hoy se conocen con métodos y técnicas propias de la época pero más tecnológicas, un 20% opina que no es así debido a que existe la mezcla y adaptación de preparaciones extranjeras como es la comida rápida.

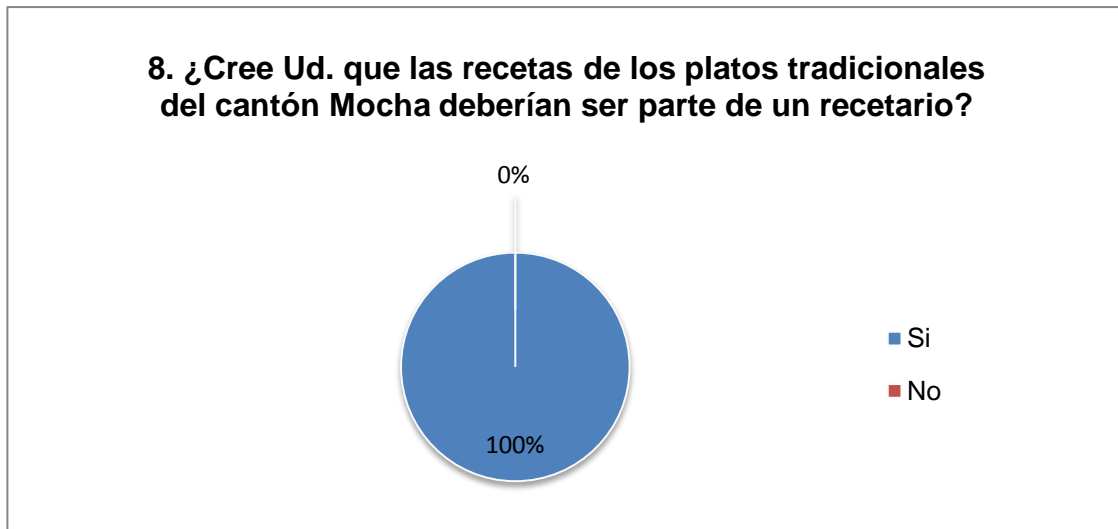
8. ¿Cree Ud. que las recetas de los platos tradicionales del cantón Mocha deberían ser parte de un recetario?

Tabla N°08: Necesidad de un recetario

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Si	20	100%
No	0	0
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N°08: Creación de un recetario



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

El recetario es una guía que detalla paso a paso la elaboración de una receta con sus ingredientes, métodos, técnicas y costos que ayudan a que una persona empírica o no pueda preparar un plato o un menú completo. El no contar con una guía adecuada de recetas estandarizadas hace que la gastronomía del cantón se desconozca a nivel nacional e internacional no permitiendo mostrar las diferentes preparaciones con que cuenta este bello

lugar, así como también su elaboración paso a paso para que los turistas que visitan este lugar puedan preparar los más exquisitos platos de esta cocina, ayudando así a que se mejore la economía de este sector potenciándola como sector gastronómico y turístico.

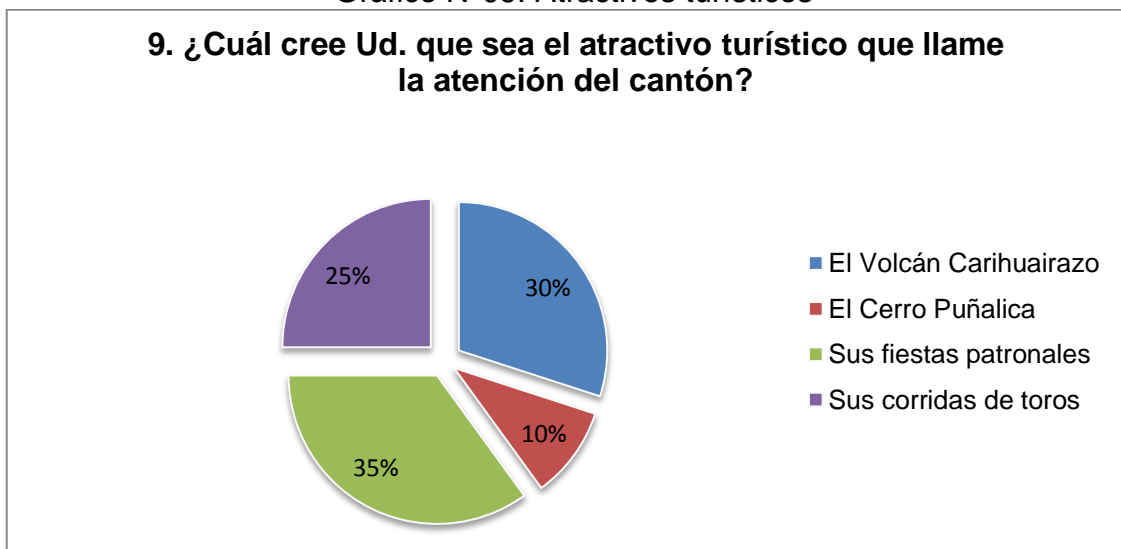
9. ¿Cuál cree Ud. que sea el atractivo turístico que llame la atención del cantón?

Tabla N°09: Atractivos turísticos

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
El Volcán Carihuairazo	6	30%
El Cerro Puñalica	2	10%
Sus fiestas patronales	7	35%
Sus corridas de toros	5	25%
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014-
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N°09: Atractivos turísticos



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

Los atractivos turísticos que posee un lugar ayudan a mejorar la economía del sector ya que los turistas que lo visitan necesitarán de transporte, alimentación y orientación para poder conocerlos. Sus fiestas patronales representan un 35 % de importancia entre los turistas, por la gran fe que tienen las personas por su patrono que cada año se esmeran en festejar con grandes eventos que

reúne a gente de otros lugares, seguidamente el volcán Carihuairazo al contar con una hermosa vista llama la atención de los turistas por su aire fresco, flora y fauna; complementando todo esto con sus corridas de toros que son un icono de la cultura mochana, además de contar con un cerro llamado Puñalica que permite al turista tener una vista panorámica y atractiva del cantón.

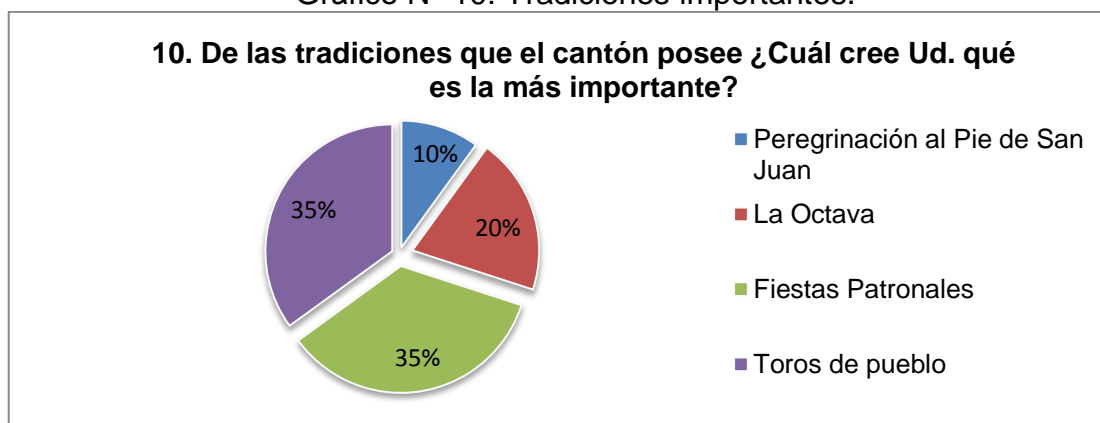
10. De las tradiciones que el cantón posee ¿Cuál cree Ud. qué es la más importante?

Tabla N°10: Tradiciones importantes.

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Peregrinación al Pie de San Juan	2	10%
La Octava	4	20%
Fiestas Patronales	7	35%
Toros de pueblo	7	35%
Total	20	100%

Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N° 10: Tradiciones importantes.



Fuente: encuesta aplicada a los dueños de Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 6 de diciembre del 2014
Elaborado por: (Balseca, E. 2014).

Análisis

La palabra tradición proviene de traditio que significa acción de transmitir algo como puede ser la enseñanza, ritos, etc. que una persona posee a sus descendientes para que la sigan conservando y no desaparezca. Las fiestas patronales en honor a San Juan Bautista que se realizan en los meses de junio y julio llaman mucho la atención debido al sin número de eventos que cautivan al turista desde los coloridos desfiles hasta sus corridas de toros donde personas de otros lugares muestran sus habilidades taurinas ocupando un 70% de importancia, respectivamente.

b. Ficha de observación:

“La ficha de observación que resulta de la búsqueda de los hechos sobresalientes proviene de un esfuerzo de racionalización en el mismo sentido: está compuesta de todos los rasgos que se han identificado, de tal modo que un observador, encargado de evaluar el comportamiento de un profesor, no se deje absorber por uno de ellos, a expensas de los otros”. (Postic, 1996, pág. 238). Determinar los platos tradicionales con sus métodos, técnicas, ingredientes y preparación.

Está estructurada por 8 aspectos importantes que se tuvieron en cuenta al momento de la observación de la preparación de los platos tradicionales para conocer los métodos, técnicas, ingredientes más utilizados con el fin de comparar los resultados obtenidos en las encuestas.

a. Platos tradicionales más consumidos

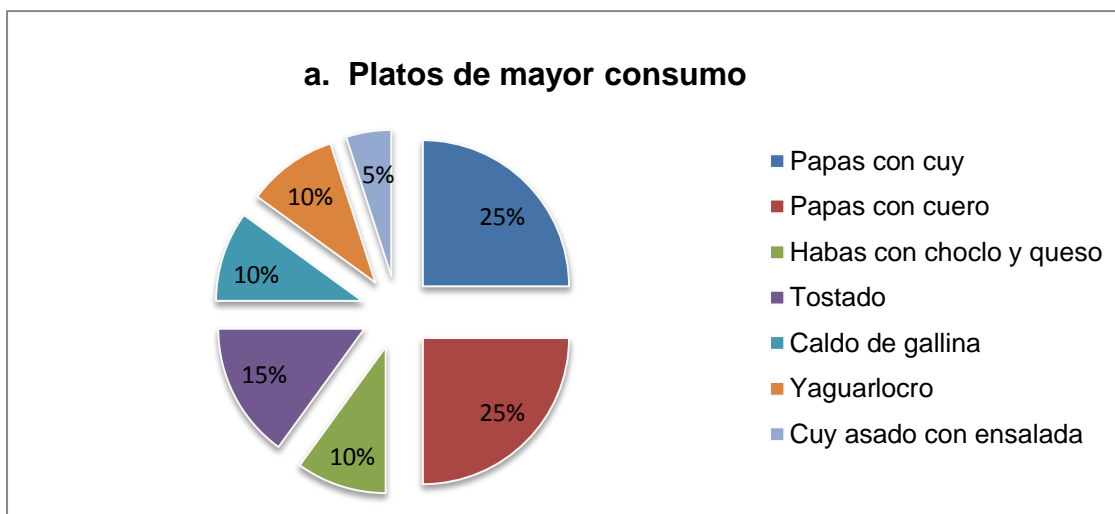
Tabla N° 11: Platos de mayor consumo

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Papas con cuy	5	25%
Papas con cuero	5	25%
Habas con choclo y queso	2	10%
Tostado	3	15%
Caldo de gallina	2	10%
Yaguarlocro	2	10%
Cuy asado con ensalada	1	5%
Total	20	100%

Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014

Elaborado por: (Balseca, E. 2014).

Gráfico N°11: Platos de mayor consumo



Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

Las personas consumen productos exquisitos en sabor, bajo en precio y que cuide su salud; especialmente dentro de su preferencia gastronómica se encuentran los productos sin químicos donde se pudo comprobar que en 50% se encuentran las papas con cuero y las papas con cuy, platos que son iconos representativos de este lugar dándole fama durante años, se las acompaña por

un exquisito tostado, después están las habas con choclo y queso, el caldo de gallina, el yaguarlocro; contado con un 5% el cuy asado con ensalada completando así la carta de los diferentes establecimientos.

b. Conocen sobre métodos y técnicas

Tabla N° 12: Tienen conocimientos

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Si	1	5%
No	19	95%
Total	20	100%

Fuente: ficha de observación aplicada a Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Grafico N° 12: Tienen conocimientos



Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

Los métodos y técnicas ayudan a mejorar el sabor de la preparación así como también la presentación del plato al momento de servir, para darle un adicional al plato y que el cliente a más de disfrutar de su comida se deleite con el montaje diferente. Se puede observar que en un 95% en los establecimientos gastronómicos las personas encargadas de la preparación de los platos tradicionales no tenían conocimiento sobre métodos de cocción y técnicas

culinarias por la falta de capacitación al personal, al ser cocineros empíricos; sin embargo una persona que representa el 5% conocía sobre algunos métodos y técnicas culinarias debido al nivel de estudio que poseía.

c. Métodos de cocción utilizados

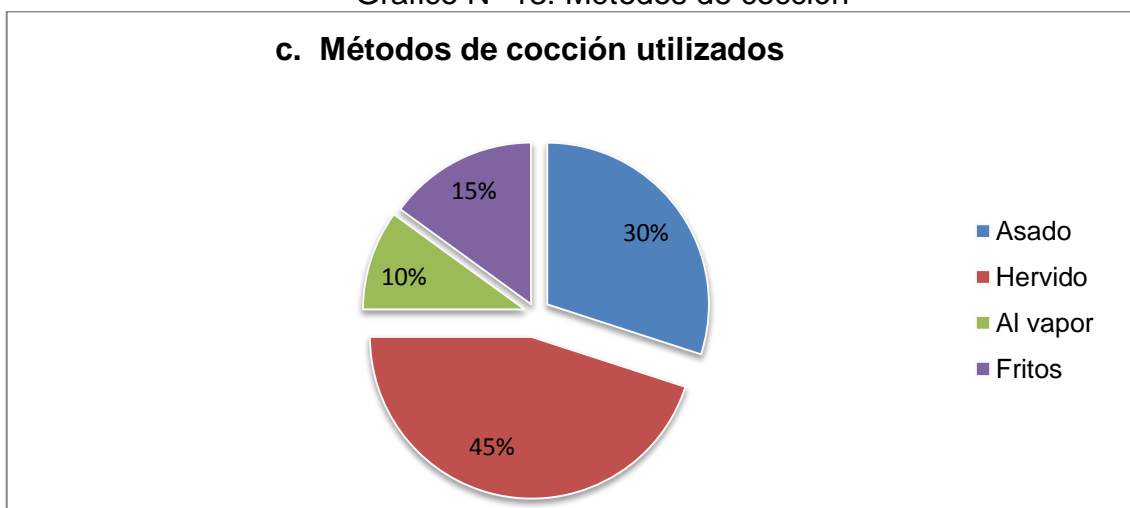
Tabla N° 13: Métodos de cocción

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Asado	6	30%
Hervido	9	45%
Al vapor	2	10%
Frito	3	15%
Total	20	100%

Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Grafico N° 13: Métodos de cocción



Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

Los métodos de cocción ayudan a que un alimento sea apto para su consumo.

La acción de cocer los alimentos en agua o en grasa sirve para eliminar los microorganismos que pueden estar presentes en los alimentos al momento que estos entran en contacto con el líquido se produce su ebullición asegurando así un alimento inocuo, siendo el método de cocción más importante en los establecimientos el hervido en un 45% que se utiliza para casi todas las

preparaciones, sin embargo se utiliza el método del asado siendo quien da la fama a este cantón por sus cuyes asados, seguidamente del método de fritura; no obstante dos establecimientos que representan el 10% también utilizan el método al vapor para las humitas que en su mayoría las preparan de sal.

d. Técnicas culinarias utilizadas

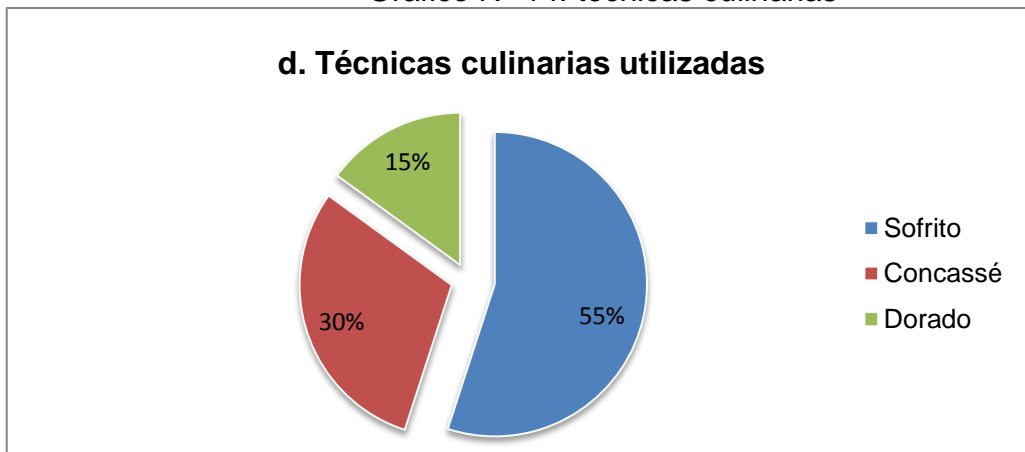
Tabla N° 14: Técnicas culinarias

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Sofrito	11	55%
Concassé	6	30%
Dorado	3	15%
Total	20	100%

Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N° 14: técnicas culinarias



Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

Las técnicas culinarias ayudan a mejorar la presentación del plato ya que el chef podrá jugar con su creatividad utilizando cortes, texturas y colores que armonizaran entre sí para que el cliente regrese. Como técnica principal en los establecimientos en un 55% tenemos al sofrito que permite al cocinero utilizar cualquier corte en los productos ya que después de sofrito se procede a licuarlo, además que utilizan la técnica concassé para determinadas preparaciones que llevan tomate: pero en tres establecimientos que representan el 15% realizan el dorado para ciertos alimentos para que conserven su color característico.

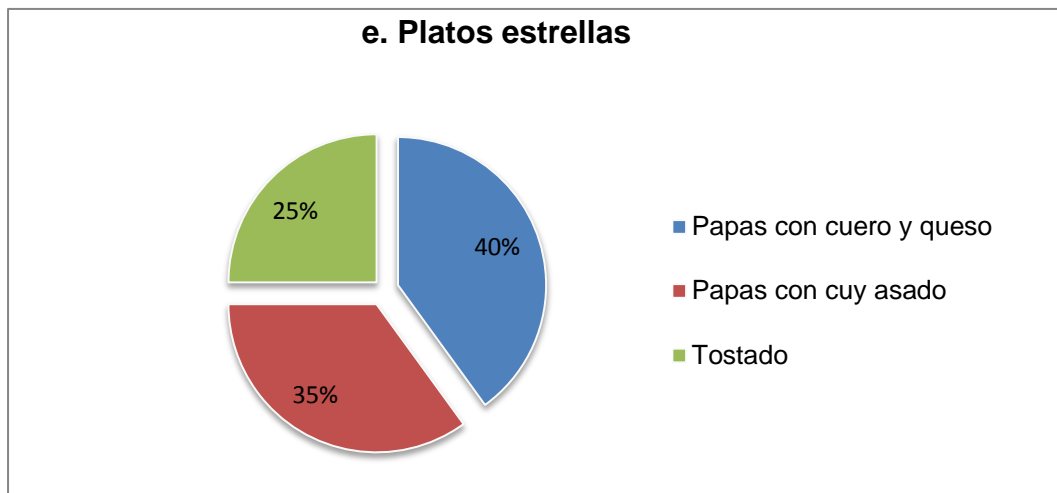
e. Platos estrellas

Tabla N° 15: Platos estrellas

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Papas con cuero	8	40%
Papas con cuy asado	7	35%
Tostado	5	25%
Total	20	100%

Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Grafico N° 15: Platos estrellas



Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.
Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

El plato estrella es quien da la fama a un establecimiento o lugar y de quien dependerá si las ganancias suben o bajan, como la afluencia de clientes. En todos los establecimientos observados se notó que en un 40% las personas prefieren saborear de unas deliciosas papas con cuero, debido a que durante su elaboración se utiliza solo condimentos naturales; como segunda opción que alcanza un 35% deciden probar las tradicionales papas con cuy, estas dos preparaciones son acompañadas de un delicioso tostado.

f. Se mantiene la tradición del plato.

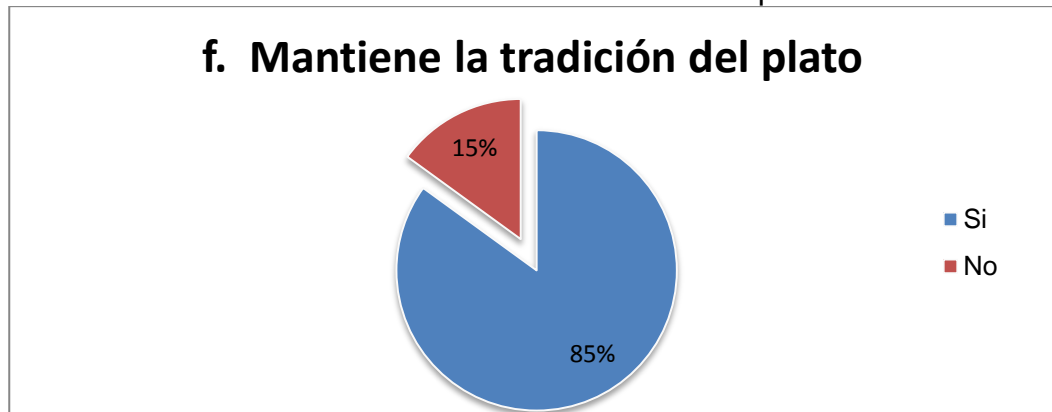
Tabla N° 16: Mantiene la tradición del plato

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Si	17	85%
No	3	15%
Total	20	100%

Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Grafico N° 16: Mantiene la tradición del plato



Fuente: ficha de observación aplicada a Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

La transmisión de los saberes y secretos existentes detrás de cada receta es conservar la tradición transmitiéndolos a los demás para que no se pierdan los trucos de cocina que las abuelas poseían y que hacían únicos sus platos. Los establecimientos en un 85% conservan la tradición del plato; siendo éste el principal objetivo de los empresarios gastronómicos en el cantón Mocha, ya que la alteración de la misma provocaría que se pierda popularidad entre los turistas que visitan este lugar debido al exquisito sabor que poseen sus preparaciones, sin embargo un 20% opina que existe variaciones en su forma de cocción, e ingredientes como es el caso de las papas con cuero que años atrás se servía con un zarza de vísceras.

g. Frecuencia de consumo

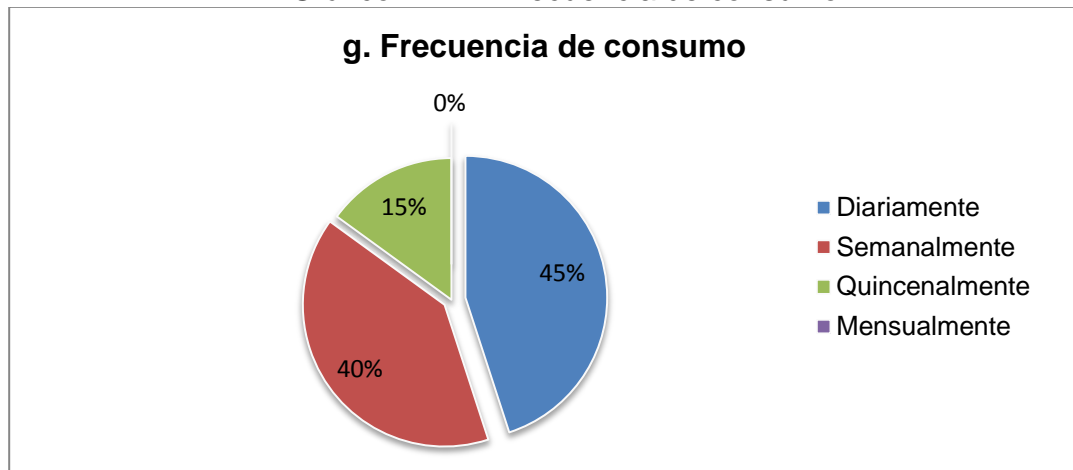
Tabla N° 17: Frecuencia de consumo

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Diariamente	9	45%
Semanalmente	8	40%
Quincenalmente	3	15
Total	20	100%

Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N° 17: Frecuencia de consumo



Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

El trato cordial, respetuoso y el delicioso sabor de las preparaciones hacen que un cliente regrese a consumir más. La afluencia de las personas a estos establecimientos es diaria especialmente a degustar de unas papas con cuero, tostado o habas con choclo y queso, sin importar la hora del día que sea se podrá deleitar de cualquiera de estas delicias, aumentando su concurrencia los fines de semana y feriados

h. Precio de los platos

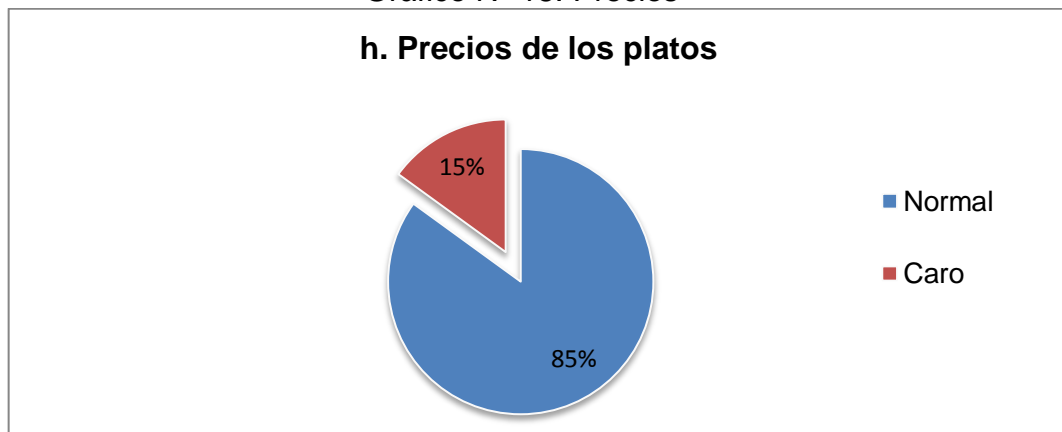
Tabla N° 18: Precios

Indicador	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Normal	17	85%
Caro	3	15%
Total	20	100%

Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Gráfico N° 18: Precios



Fuente: ficha de observación aplicada en los Paraderos turísticos, restaurantes, locales de comida del cantón Mocha el día sábado 20 de diciembre del 2014.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Análisis

La economía de una persona está sujeta al tipo de gastronomía que consumirá y que podrá pagar. Se observó que en un 85% los platos que se expenden en los establecimientos encuestados en su mayoría mantienen un precio normal o accesible que está entre los 2 y 6 dólares ya que se ha implementado un convenio entre los dueños de vender los platos estrellas a un precio fijo. Además un 15% de las preparaciones están en un nivel caro como el plato con ensalada de lechuga y tomate.

c. Análisis general

La gastronomía tradicional del cantón Mocha se ha transmitido de padres a hijos pero en algunos casos estos saberes han quedado en el olvido llegando a conocer sobre estos gracias a narraciones hechas por las personas mayores del lugar.

Dentro de los platos tradicionales encontrados están: tostado, habas con choclo y queso, pasteles (empanadas de viento), caldo de gallina, caldo de 31, yaguarlocro, fritada, papas con cuero, papas con cuy asado, papas con cuy y ensalada, seco de gallina, ají normal, ají tradicional, ají de piedra, humitas y chinchulines a la parrilla donde se pudo determinar que los platos que han sufrido alguna modificación desde sus inicios hace 60 años son las tradicionales papas con cuero que identifican al cantón Mocha, ya que anteriormente se preparaba con una salsa donde se utilizaba las vísceras del cuy con cebolla blanca, maní, leche a la que llamaban las papas con chaqueta para que degusten los viajeros del tren que venían desde Quito a Guayaquil haciendo parada obligatoria en este cantón por sus exquisitas papas y cuyes. Con el tiempo su elaboración quedó en el olvido debido a que no fue muy aceptado por los turistas que en su mayoría eran jóvenes. Anteriormente el carbón se obtenía de la combustión de la leña usada para cocinar y poder asar los cuyes hoy en día se ocupa un asador electromecánico con carbón que se lo puede conseguir en los mercados de la ciudad de Ambato.

El ají de piedra sólo se lo prepara en uno de los establecimientos observados ya que necesita de tiempo y de una piedra de moler para su preparación llegando a conseguir ese sabor único de este tipo de ají.

A. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

1. Antecedentes

La gastronomía tradicional del cantón Mocha se ha convertido en un icono representativo de este lugar, donde además se puede maravillarse con sus hermosos paisajes.

A Mocha se le conoce como la tierra de las papas con cuero o de las papas con cuero debido a que durante años se ha mantenido esta tradición de prepararlos.

La siguiente propuesta dará a conocer las diferentes preparaciones tradicionales con las que cuenta el cantón Mocha, presentadas en una receta estándar la cual ayudará a reducir costos de materia prima a los dueños de los establecimientos; así también facilitará a las personas empíricas su preparación, mostrando paso a paso su elaboración con los diferentes métodos de cocción y técnicas culinarias encontradas.

2. Objetivos

a. General

- Diseñar un recetario de la Gastronomía Tradicional del cantón Mocha.

b. Específicos

- Estandarizar las recetas de las preparaciones tradicionales.
- Dar a conocer las diferentes preparaciones tradicionales con las que cuenta el cantón Mocha.

3. Desarrollo de la propuesta

Para el mejor entendimiento de este recetario se utilizó el siguiente cuadro.

Cuadro N° 02: Nomenclatura utilizada

PREPARACIONES	CÓDIGO	ABREVIATURA	SIGNIFICADO
Aperitivos	AP001		
Entradas	ENT001	g.	Gramos
Sopas	SOP001	cc.	Centímetros cúbicos
Platos fuertes	PT001	u.	Unidades
Aderezos picantes	API001		
Extras	EX001		

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

a) Aperitivos

1. **Tostado:** (ver Anexo N°03) en los tiempos antiguos se consumía el maíz tostándolo en tiestos de barro; sirviendo de alimento para calmar el hambre en las personas que debían salir a trabajar muy lejos de casa, envolviéndolo en sus prendas o chalinas. Hoy en día se lo hace en pailas de bronce y se los guarda en bateas de madera.

b) Entradas

1. **Habas con choclo y queso:** (ver Anexo N°04) las habas aparecieron casi al mismo tiempo que la agricultura; al choclo lo consumían en tierno, cocido, utilizando el método de cocción hervido con sal.

2. Pasteles (empanadas de viento): (ver Anexo N°05) se los prepara en fechas especiales como son las fiestas patronales, los carnavales, y todo evento popular que tenga el cantón. Su masa es muy húmeda y muy poco amasada, se los consume acompañados de unos gramos de azúcar.

c) Sopas

1. Caldo de gallina: (ver Anexo N°06) es un caldo muy apetecido especialmente si es de gallina alimentada con maíz, debido a su sabor único. Utilizando productos que se cosechan en la misma zona.

2. Caldo de 31: (ver Anexo N°07) utilizando como ingrediente principal el menudo de borrego, se logra elaborar este delicioso platillo, agregando leche al final para darle ese color propio del caldo.

3. Yaguarlocro: (ver Anexo N°08) plato lleno de historia, la preferencia de la gente es debido a su mezcla de sabores que se consigue al unir la sangre y el aguacate con la sopa.

d) Platos fuertes

1. Fritada: (ver Anexo N°09) después de esperar un tiempo y de estar frecuentemente moviendo la preparación con una cuchara de palo se logra disfrutar de este delicioso platillo, que se lo sirve con mote y encurtido (cebolla paiteña con tomate y cilantro finamente picados).

- 2. Papas con cuero:** (ver Anexo N°10) antes no contenía cuero de cerdo, en su lugar, se preparaba una salsa especial de hígado de cuy, además las papas se las ofrecía con cascara, a ese tradicional plato se denominaba “Papas con chaqueta”, luego se reemplazó esta salsa por cuero de cerdo ya que a los jóvenes no les gustaba. Hoy en día este plato se ha vuelto uno de los más nombrados, adicionándole a su presentación una rebanada de queso, que es producido en el mismo cantón.

- 3. Papas con cuy asado:** (ver Anexo N°11) el cantón Mocha es conocido como la tierra de las papas con cuy en salsa de maní. Este platillo está presente en celebraciones especiales como bautizos, graduaciones, matrimonios, visitas de familiares, cierre de negocios, agradecimiento de favores, las siembras y cosechas, etc. Se usa el método de asado para su preparación; pintándole con achiote de vez en cuando.

- 4. Papas con cuy y ensalada:** (ver Anexo N°12) una variedad del plato papas con cuy y salsa de maní que llama mucho la atención de los turistas.

- 5. Seco de gallina:** (ver Anexo N°13) preparado con una gallina de campo y con productos cosechados en la zona se logra este delicioso plato que armoniza los colores.

e) Aderezos picantes

- 1. Ají de piedra:** (ver Anexo N°14) está presente en todas las preparaciones ecuatorianas.
- 2. Ají tradicional:** (ver Anexo N°15) acompañando las recetas tradicionales del cantón Mocha que junto a la cebolla blanca y el ají rocoto forman una deliciosa receta haciendo la combinación perfecta de los más exquisitos platillos.
- 3. Ají normal:** (ver Anexo N°16) combinando la cebolla paiteña cultivada en la misma tierra con los tomates de árbol y el ají rocoto complacen los diferentes paladares.

f) Extras

- 1. Chinchulines a la parrilla:** (ver Anexo N°17) utilizando las tripas de cerdo que azadas a la parrilla toman su sabor característico y único.
- 2. Humitas:** (ver Anexo N°18) usando el producto que más se producía en la época se crea las humitas en sus dos versiones de sal y de dulce, siendo la primera la de mayor popularidad en los hogares y en los establecimientos gastronómicos.

CAPITULO III

VII. CONCLUSIONES

- Al recopilar la información buscada sobre la gastronomía tradicional e identidad cultural, se puede determinar que en los 20 establecimientos encuestados las papas con cuero y las papas con cuy asado ocupan un 50% de popularidad debido a que la materia prima es obtenida en el mismo cantón cuidando cada detalle para llenar las exigencias de los finos paladares junto con las habas con choclo y queso se los considera como platos iconos de este lugar, las cuales se acompañan con una porción de tostado. Entre sus costumbres más llamativas están el carnaval, los finados que reúne a propios y extraños que gustan además disfrutar de sus tradicionales Fiestas Patronales que engloban una serie de eventos gastronómicos y turísticos que hace que los viajeros regresen especialmente por sus toros de lidia, toda esta información se obtuvo mediante encuestas y fichas de observación.
- Recolectada la información de los platos tradicionales con sus métodos y técnicas se determinó que entre los métodos más usados están el hervido en un 40% y el asado en un 35%; además de utilizar la técnica de sofrito en un 55%.
- Utilizando el modelo de receta estándar propuesto y la información de las preparaciones investigadas se procede a elaborar la receta estándar con cada una de ellas.

- Al conocer la extensa gastronomía que posee el cantón Mocha se instituye un recetario con las preparaciones tradicionales encontradas encabezando la lista: papas con cuero y papas con cuy; diseñando una guía de fácil entendimiento para las personas empíricas y turistas puedan elaborar estas delicias.

VIII. RECOMENDACIONES

- Investigar más aspectos del cantón que puedan contribuir a tener una fuente informativa actualizada.

- Utilizar más instrumentos que puedan ayudar a recolectar la información gastronómica del cantón que todavía se encuentra sin conocer, especialmente entrevistas donde se pueda obtener más detalles de cada uno de los aspectos estudiados.

- Utilizar un modelo de receta estándar sencillo para elaborar las preparaciones gastronómicas que pueda ayudar a personas empíricas.

- Promocionar el recetario elaborado a través del GAD Municipal del cantón Mocha mediante su página de internet, siendo hoy en día el medio de comunicación utilizado para dar a conocer más al cantón y la extensa variedad gastronómica, cultural y turística que posee.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, M., & Medina, X. (2008). *Identidades en el plato: el patrimonio cultural alimentario entre Europa y América*. Barcelona: Icaria.
- Barbazán, C., & Sendra, J. (2012). *APOYO DOMICILIARIO Y DE ALIMENTACIÓN FAMILIAR: El asistente como eje central en la gestión y mantenimiento del hogar del dependiente*. Vigo: Ideaspropias.
- Brilliant, J. (2010). *FISIOLOGIA DEL GUSTO ò MEDITACIONES TRANSCENDENTALES*. Madrid: MAXTOR.
- Camarero, J. (2006). *Manual Didáctico de Cocina*. España: INNOVACIÓN Y CUALIFICACIÓN S.L.
- Carrillo, M. (1996). *EL SABOR DE LA TRADICIÓN* (UPS ed.). Quito, Ecuador: ABYAYALA.
- Centro de Investigación y Producción de la Facultad de Salud Pública. (5 de Marzo de 2005). *NORMATIVO DE PRESENTACIÓN DE LA TESIS DE GRADO*. Riobamba, Chimborazo, Ecuador: Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.
- Chauca, L. (1997). *Producción de cuyes (Cavia porcellus)*. La Molina, Perú: Instituto Nacional de Investigación.
- Cooper, B., Floody, B., & McNeill, G. (2002). *COMO INICIAR Y ADMINISTRAR UN RESTAURANTE*. Bogotá, Colombia: Norma S.A.
- Diario La Hora. (7 de Junio de 2011). *Diario La Hora*. Recuperado el 5 de Noviembre de 2014, de http://www.lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101153462/-1/Mocha_celebra_fiestas_en_honor_a_San_Juan_Bautista.html#.VFvcNzSG_lc
- Espinosa, M. (2000). *Los mestizos ecuatorianos y las señas de identidad cultural* (Tercera ed.). QUITO, PICHINCHA, ECUADOR: TRAMASOCIAL.
- GAD Provincial de Tungurahua. (2014). *Ruta Gastronómica por Tungurahua*. Recuperado el 29 de 08 de 2014, de <http://www.guiagastronomicaecuador.com/index.php/cocina-ypersonajes-4/21-rutas-gastronomicas/36-tungurahua.html>
- Garrido, R. (2014). Carihuairazo, la montaña de viento helado. *Vida Activa. DEPORTES, NUTRICIÓN Y SALUD*.

- Gil, A. (2010). *TÉCNICAS CULINARIAS*. Madrid: Akal, S.A.
- Gispert, C. (2014). *Real Academia Española*. Recuperado el 31 de 09 de 2014, de <http://www.rae.es/>
- Guerrero, A. (1999). *CULTIVOS HERBÁCEOS EXTENSIVOS* (Sexta ed.). Bilbao, ESPAÑA: Grupo Mundi- Prensa.
- Guía Gastronómica de Tungurahua*. (s.f.). Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de <http://issuu.com/direcdigital/docs/guiagastronomicag/61>
- Heinemann, K. (2003). *INTRODUCCIÓN A LA METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN EMPÍROCA*. Barcelona: Paidotribo.
- Icart, M., Fuentelsaz, C., & Pulpón, A. (2006). *Elaboración de un proyecto de tesis y una tesina*. Barcelona: Universitat de Barcelona.
- James, M. (2006). *Creación Culinaria*. Zaragoza.
- Llopis, R. (2004). *GRUPOS DE DISCUSIÓN*. Madrid: ESIC.
- López, C. (1997-1998). *ESTUDIO HISTORICO, SOCIAL Y CULTURAL DEL CANTON MOCHA*. Mocha: GRAPHOS.
- López, C. (2008). *EFECTOS AGRONÓMICOS Y AMBIENTALES DE LA FERTILIZACIÓN EN EL CULTIVO DE PATATA EN A LIMIA (OURENSE)*. A Limia (Ourense): UNIVERSIDAD DE SANTIAGO DE COMPOSTELA.
- Lozano, R., & Martín, A. (2007). *TRATAMIENTO CULINARIO DE LAS MATERIAS PRIMAS*. Madrid: Visión Libros .
- Maldonado, M. (2009). *Literatura e identidad cultural*. Alemania: científica internacional.
- Martín, A., & Luna del Castillo, J. (2004). *Bioestadística para las ciencias de la salud*. Madrid: NORMA - CAPITEL.
- Martínez, G., Gonzalez, M., & Covadonga, M. (2004). *INICIACIÓN EN LAS TÉCNICAS CULINARIAS* (Segunda ed.). (GRUPO NORIEGA, Ed.) BALDERAS 95, MÉXICO, D.F.: LIMUSA, S.A. DE C.V.
- Mayorga, L. (2012). *Crónicas Mochanas*. Mocha: GRAPHOS.
- Medrano, G. (2001). *DANZA DE INDIOS DE MESILLAS*. México: El Colegio de Michoacán, A. C.

- Moya, M. (s.f.). *INVESTIGACION DE OPERACIONES*. Costa Rica: UNIVERSIDAD ESTATAL A DISTANCIA.
- Nieto, A. (2004). *Profesores de Enseñanza Secundaria. Administración de Empresas*. (S. Editorial Mad, Ed.) España.: Editorial Mad, S.L.
- Núñez, J. (7 de Octubre de 2012). *Ecuaworld*. Recuperado el 10 de Noviembre de 2014, de <http://www.ecuaworld.com.ec>
- Odello, M. (2012). *El derecho a la identidad cultural de los pueblos indígenas de América: Canadá y México*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- ORGANIZACION DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA AGRICULTURA Y LA ALIMENTACION. (s.f.). *Realización de encuestas nutricionales en pequeña escala: Manual de campo*.
- Ortez, S. (1 de Noviembre de 2010). *Tipos de Gastronomía*. Recuperado el 11 de Noviembre de 2014, de <http://tiposdegastronomia.blogspot.com/>
- Ortiz, F. (2004). *DICCIONARIO DE METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA*. (G. NORIEGA, Ed.) México: LIMUSA, S.A. DE C,V.
- Peralta, R. (2013). GUÍA RÁPIDA PARA ENTENDER QUÉ ES LA RECETA ESTÁNDAR. *Claustronomía Revista Gastronómica Digital*, 1-24.
- Pérez, M., & Bastos, A. (2006). *INTRODUCCION A LA GESTIÓN DE STOCKS: El Proceso de Control, Valoración y Gestión de Stocks*. (Segunda ed.). Vigo: Ideaspropias.
- Postic, M. (1996). *Observación y formación de los profesores*. Madrid: Publicaciones Digitales, S.A.
- Rojas, J., Zamperi, H., & Aguilar, G. (2005). *MIGRACIONES a PANDO y su contribución al desarrollo regionl*. La PAz: FUNDACIÓN PIEB.
- Sábado, J. (2010). *Funadamentos de bioestadística y análisis de datos para enfermería*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona.
- Salkind, N. (1999). *Métodos de Investigación*. México: PRENTICE HALL HISPANOAMERICANA, S.A.
- Secretaria General Técnica (Ed.). (s.f.). *UNIDAD Y GUÍA DIDÁCTICA. Recetario intercultural*. Madrid: Terán Elena.
- Silva, L. (15 de Junio de 2013). La provincia de Tungurahua que no conoce: El Puñalica y su vista hermosa. *El Herald*.

Siza, C. (Julio de 2009). *PROVINCIA DE TUNGURAHUA*. Recuperado el 6 de Noviembre de 2014, de <http://gschango.blogspot.com/2009/07/tunhurahua.html>

Torre, I., Esteban, A., Garmendia, G., Garmendia, J., López, A., Navarrete, L., y otros. (2002). *NUEVAS PROFESIONES PARA EL SERVICIO A LA SOCIEDAD*. (S. G. TECNICA, Ed.) España: GRAFO.S.A.

VÁSQUEZ, C., COS, A., & LÓPEZ, C. (2005). *ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN: MANUAL TEÓRICO-PRÁCTICO* (Segunda ed.). (C. VÁSQUEZ, A. COS, & C. LÓPEZ, Edits.) Madrid: Días de Santos.

Leyes

Constitución del Ecuador. Asamblea Constituyente. 2008.

Plan Nacional del Buen Vivir. 2013-2017

Linkografía

http://www.slideshare.net/llanerosolitrio_2005/turismo-en-mocha-tungurahua

<http://platostipicosambatomochatisaleo.blogspot.com/>

<http://comidatipicaecuador.blogspot.com/2012/11/cuy-asado.html>

X. ANEXOS

Anexo N° 01: ENCUESTA

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE SALUD PÚBLICA

ESCUELA DE GASTRONOMÍA

TEMA: INVESTIGACIÓN DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DEL CANTÓN MOCHA, EN LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA, 2014.

OBJETIVO: Conocer la tradición cultural, costumbres, de los platos tradicionales y saber cuál es el plato representativo del Cantón Mocha.

NOMBRE:..... ESTABLECIMIENTO:.....

Marque con una x su respuesta según crea conveniente.

1. ¿Los turistas prefieren la gastronomía?

Tradicional

Creativa

Autor

¿Porqué?.....

.....

2. ¿Cuáles son los platos que se expenden en su establecimiento?

Papas con cuy Caldo de 31

Papas con cuero y queso Chinchulines

Habas con choclo y queso Humitas

Tostado Fritada

Caldo de gallina Seco de gallina

Yaguarlocro Ají tradicional

Cuy asado con ensalada Pasteles (empanadas de viento)

Otros, ¿explique cuáles?.....

3. ¿Cuál es el plato de mayor consumo en su establecimiento?

- | | | | |
|-------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Papas con cuero y queso | <input type="checkbox"/> | Habas con queso | <input type="checkbox"/> |
| Papas con cuy | <input type="checkbox"/> | Yaguarlocro | <input type="checkbox"/> |
| Caldo de gallina | | Habas con choclo y queso | <input type="checkbox"/> |
| Tostado | <input type="checkbox"/> | Otros | <input type="checkbox"/> |

¿Porque?.....

.....

4. ¿Dónde obtiene Ud. la materia prima básica para elaborar las preparaciones que se expenden en su local?

- | | | | |
|---------------------------|--------------------------|-------------------|--------------------------|
| Mercado del cantón Mocha. | <input type="checkbox"/> | Producción propia | <input type="checkbox"/> |
| Mercado de otro cantón. | <input type="checkbox"/> | Otros | <input type="checkbox"/> |

¿Especifique de que mercado o sector?.....

.....

5. ¿Cuáles son los productos que más utiliza Ud. en su establecimiento?

- | | | | |
|----------------|--------------------------|-------------------|--------------------------|
| Papas | <input type="checkbox"/> | Leche | <input type="checkbox"/> |
| Cuy | <input type="checkbox"/> | Maíz para tostado | <input type="checkbox"/> |
| Cebolla blanca | <input type="checkbox"/> | Habas | <input type="checkbox"/> |
| Queso | <input type="checkbox"/> | Maní | <input type="checkbox"/> |
| Cuero de cerdo | <input type="checkbox"/> | | |

¿Explique cuales?.....

.....

6. ¿Cuál de estos condimentos utiliza Ud.? ¿Para sazonar a un cuy?

- | | | | |
|------------------|--------------------------|----------|--------------------------|
| Ajo | <input type="checkbox"/> | Cilantro | <input type="checkbox"/> |
| Cebolla colorada | <input type="checkbox"/> | Perejil | <input type="checkbox"/> |
| Comino | <input type="checkbox"/> | Achiote | <input type="checkbox"/> |
| Sal | <input type="checkbox"/> | Otros | <input type="checkbox"/> |

¿Explique cuales?.....

.....

7. ¿Cuál es el método de cocción para preparar un cuy?

Asado

Frito

Al horno

¿Porque?.....

.....

8. ¿Cuántos años lleva brindando el servicio de alimentación?

1 a 5 años

11 a 20 años

6 a 10 años

Más de 20 años

9. ¿Su restaurante ha pasado de generación en generación?

Si

No

10. ¿Cómo cataloga la gastronomía de su establecimiento?

Casera

Tradicional

Creativa

11. ¿Cree Ud. que la gastronomía tradicional del cantón Mocha tiene
identidad cultural propia?

Si

No

¿Porqué?.....

.....

12. ¿Cree Ud. que las recetas de los platos tradicionales del cantón Mocha
deberían ser parte de un recetario?

Si

No

¿Porqué?.....

.....

13. ¿Cuál cree Ud. que sea el atractivo turístico que llame la atención del cantón?

- El Volcán Carihuairazo
- El Cerro Puñalica
- Sus fiestas patronales
- Sus corridas de toros

¿Porque?.....
.....

14. ¿Cree Ud. que todavía se conservan las tradiciones propias del cantón Mocha?

- Si
- No

¿Porque?.....
.....

15. ¿Qué cree Ud. que llame más la atención a los turistas?

- La gastronomía tradicional Toros de pueblo y de lidia
- Atractivos turísticos que posee Los paisajes

¿Porque?.....
.....

16. De las tradiciones que el cantón posee ¿Cuál cree Ud. que es la más importante?

- Peregrinación al Pie de San Juan
- La Octava
- Fiestas Patronales
- Toros de pueblo

¿Porque?.....
.....

Gracias por su colaboración

Anexo N° 02: FICHA DE OBSERVACIÓN MÉTODOS Y TÉCNICAS

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE SALUD PÚBLICA

ESCUELA DE GASTRONOMÍA

Ficha de observación

Tema: INVESTIGACIÓN DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DEL CANTÓN MOCHA, EN LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA, 2014.

Objetivo: corroborar la información más importante obtenida en la encuesta y determinar los métodos y técnicas utilizadas.

Fecha: 20/12/2014

Gastronomía tradicional del cantón Mocha	Indicadores
a. Platos tradicionales más consumidos	Papas con cuy asado <input type="checkbox"/>
	Papas con cuero y queso <input type="checkbox"/>
	Habas con choclo y queso <input type="checkbox"/>
	Tostado <input type="checkbox"/>
	Caldo de gallina <input type="checkbox"/>
	Fritada <input type="checkbox"/>
	Seco de gallina <input type="checkbox"/>
	Yaguarlocro <input type="checkbox"/>
	Cuy asado con ensalada <input type="checkbox"/>
	papas con cuy y ensalada <input type="checkbox"/>
	Caldo de 31 <input type="checkbox"/>
	Chinchulines <input type="checkbox"/>
	Ají tradicional <input type="checkbox"/>
	Pasteles (empanadas de viento) <input type="checkbox"/>
b. Conocen sobre métodos y técnicas	Si <input type="checkbox"/>
	No <input type="checkbox"/>

c. Métodos de cocción utilizados	Asado	<input type="checkbox"/>
	Salteado	<input type="checkbox"/>
	Fritos	<input type="checkbox"/>
	Hervido	<input type="checkbox"/>
	Parrilla	<input type="checkbox"/>
	Blanqueado	<input type="checkbox"/>
	Estofado / Rehogado	<input type="checkbox"/>
	Braseado	<input type="checkbox"/>
	Glaseado	<input type="checkbox"/>
	Al vapor	<input type="checkbox"/>
	Escalfado o Pochado	<input type="checkbox"/>
	Baño María	<input type="checkbox"/>
d. Técnicas culinarias utilizadas	Dorado	<input type="checkbox"/>
	Enharinado	<input type="checkbox"/>
	Empanado	<input type="checkbox"/>
	Sofrito	<input type="checkbox"/>
	Concassé	<input type="checkbox"/>
	Caramelizar	<input type="checkbox"/>
e. Platos estrellas	Papas con cuero y queso	<input type="checkbox"/>
	Papas con cuy asado	<input type="checkbox"/>
	Tostado	<input type="checkbox"/>
f. Mantiene la tradición del plato	Si	<input type="checkbox"/>
	No	<input type="checkbox"/>
g. Frecuencia de consumo de los platos tradicionales	Diariamente	<input type="checkbox"/>
	Semanalmente	<input type="checkbox"/>
	Quincenalmente	<input type="checkbox"/>
	Mensualmente	<input type="checkbox"/>
h. Precio de los platos	Muy bajo	<input type="checkbox"/>
	Bajo	<input type="checkbox"/>
	Normal	<input type="checkbox"/>
	Caro	<input type="checkbox"/>
	Muy caro	<input type="checkbox"/>

Anexo N° 03: FICHA DE OBSERVACIÓN PRECIOS DE LOS PRODUCTOS

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE SALUD PÚBLICA

ESCUELA DE GASTRONOMÍA

Ficha de observación

Tema: INVESTIGACIÓN DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DEL CANTÓN MOCHA, EN LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA, 2014.

Objetivo: Obtener información que ayude a determinar los precios de los productos utilizados en la gastronomía tradicional del cantón Mocha.

Fecha: 22/12/2014

LISTA DE PRECIOS DE LOS PRODUCTOS				
Producto	Unidad	Precio	Cantidad /grs, cc	Precio
Frutas				
Hortalizas				
Leguminosas de grano				
Carnes				
Lácteos y derivados				
Productos no perecibles				


Aperitivos

Anexo N° 04: Tostado


HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTÁNDAR							
Producto: Tostado							
Código de la receta: AP 001							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	Costo
Maíz			454	0,60	g	500	0,66
Aceite			900	1,75	cc	30	0,06
Cebolla blanca	Sofrito		454	0,25	g	50	0,03
Cebolla paiteña	Sofrito		60	0,10	g	50	0,08
Ajo	Sofrito		50	0,50	g	10	0,10
Métodos: freír							
Costo Total							0,93
Costo Por Porción (50%)							0,19
Valor de venta (100%)							0,38
Precio De Venta Con IVA (12%)							0,42
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							0,45
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar el maíz y dejar secar. 2. Picar la cebolla paiteña en cuartos. 3. En una sartén colocar el aceite, el maíz, la cebolla paiteña, los dientes de ajo. 4. Revolver constantemente con una cuchara de palo. 5. Cuando ya esté casi listo agregar la cebolla blanca para que adquiere su sabor. 6. Retirar del fuego una vez la cebolla haya tomado color. 7. Agregar la sal 8. Servir 							

Entradas

Anexo N° 05: Habas con choclo y queso


HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Habas con choclo y queso							
Código de la receta: ENT 001							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total Costo
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	
Choclos			7	1,00	u	5	0,71
Habas			908	1,00	g	500	0,55
Queso			500	2,25	g	300	1,35
Sal			2000	0,75	g	20	0,00
Métodos: hervido							
Costo Total							2,61
Costo Por Porción (40%)							0,52
Valor de venta (100%)							0,73
Precio De Venta Con IVA (12%)							0,82
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							0,90
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar bien las habas, ponerlas a cocer con bastante agua y sal. 2. Cuando ya estén cocidas escurrir el agua y reservar. 3. Limpiar y lavar los choclos. Cocinarlos con bastante agua partiendo de agua caliente. 4. Escurrir el agua. 5. Servir las habas con el choclo y una rebanada de queso, acompañados de un recipiente con sal. 							

Anexo N° 06: Pasteles (empanadas de viento)


HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Pasteles (empanadas de viento)							
Código de la receta: ENT 002							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total Costo
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad x porción	
Harina	Tamizada		454	0,50	g	100	0,11
Huevos			1	0,13	u	1	0,13
Sal			1000	0,75	g	7	0,01
Mantequilla	Líquida		454	1,25	g	15	0,04
Queso	Desmenuzado		500	2,25	g	15	0,07
Polvo de hornear	Tamizado		100	1,15	g	5	0,06
Métodos: Fritura							
Costo Total							1,19
Costo Por Porción (40%)							0,24
Valor de venta (100%)							0,34
Precio De Venta Con IVA (12%)							0,38
Precio De Venta IVA +SRV (12+10)							0,41
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Tamizar la harina sobre el área a trabajar formando un volcán. 2. Calentar el agua. 3. Adicionar a la harina un poco de sal, polvo de hornear, la mantequilla y los huevos. 4. Mezclar todo con la mano, mientras se va adicionando poco a poco el agua. 5. Formar una masa suave y manejable. 6. Dividir en bolitas de 50 gr. 7. Con la ayuda de un bolillo estirar la masa hasta que se extienda un poco no demasiado porque se romperá. 8. Colocar el queso en el centro y doblarlas. 9. Freír en abundante aceite en una paila de bronce si se desea ese sabor único. 							

Sopas

Anexo N° 07: Caldo de 31

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Caldo de 31							
Código de la receta: SOP 001							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total Costo
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	
Tripa de res	Lavada, dados medios		454	1,25	g	300	0,83
Menudencia de res	Lavada, dados medios		454	1,50	g	500	1,65
Cebolla blanca	Brunoise	Sofrito	454	0,25	g	500	0,03
Cebolla paiteña	Brunoise	Sofrito	60	0,10	g	60	0,10
Ajo	Brunoise	Sofrito	15	0,25	u	4	0,07
Aceite			1000	2,00	cc	50	0,10
Cilantro	Repicado		50	0,05	g	50	0,05
Sal			2000	0,75	g	15	0,01
Leche			900	0,80	cc	100	0,09
Método: hervido							
Costo Total							2,92
Costo Por Porción (40%)							0,58
Valor de venta (100%)							0,81
Precio De Venta Con IVA (12%)							0,90
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							0,98
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> Realizar un refrito. Después añadir al refrito la menudencia de res previamente lavadas y cortadas. Agregar bastante agua y dejar cocer alrededor de una hora o más, hasta que la menudencia este suave. Rectificar sabores. Para servir colocar un poco de picadillo (cilantro y cebolla blanca finamente picados). 							

Anexo N° 08: Caldo de gallina

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Caldo de gallina							
Código de la receta: SOP 002							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	Total Costo
Gallina	Presas		5	4,75	u	5	4,75
Arvejas			454	0,50	g	75	0,08
Arrocillo	Limpio		454	0,30	g	100	0,07
Cebolla paiteña	Brunoise	Sofrito	120	0,20	g	100	0,17
Papanabo	Brunoise		50	0,10	g	50	0,10
Zanahoria	Juliana		50	0,05	g	50	0,05
Papas			454	0,20	g	454	0,20
Cebolla blanca	Brunoise		454	0,25	g	100	0,06
Cilantro	Repicado		50	0,05	g	50	0,05
Apio	Tallo		2	0,05	g	1	0,03
Aceite			1000	2,00	cc	10	0,02
Pimienta			30	0,50	g	5	0,08
Sal			2000	0,75	g	10	0,00
Métodos: hervido							
Costo Total							5,65
Costo Por Porción (40%)							1,13
Valor de venta (100%)							1,58
Precio De Venta Con IVA (12%)							1,76
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							1,92
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Cocer partiendo de agua fría la gallina en porciones individuales con zanahoria, tallo de apio y cebolla para obtener un caldo. 2. Retirar la gallina, cernir el fondo y reservar el líquido. 3. Realizar el refrito colocando el aceite, el achiote, las cebollas, luego agregar la arveja, el arrocillo previamente lavado, la zanahoria, y el papanabo 4. Añadir el fondo y un poquito de comino. 5. Rectificar sabores. 6. Dejar cocer hasta que todos los ingredientes estén suaves. 7. En otra olla cocer las papas. 8. Picar la cebolla blanca y el cilantro en brunoise para el picadillo 9. Servir la sopa acompañada del picadillo y de una papa. <p>Nota si el cliente desea la rabadilla de la gallina se le adicionara en su plato un huevo cocido.</p>							

Anexo N° 09: Yaguarlocro


HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Yaguarlocro							
Código de la receta: SOP 003							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	Costo
Menudo de borrego (tripa)	dados medios	Sofrito	454	1,75	g	500	1,93
Sangre de borrego		Sofrito	454	2,00	g	250	1,10
Papas	dados medios		454	0,20	g	1000	0,44
Pasta de maní			454	2,00	g	25	0,11
Cebolla paiteña	Brunoise	Sofrito	120	0,20	g	100	0,17
Cebolla blanca	Brunoise	Sofrito	454	0,25	g	100	0,06
Cilantro	Repicado		50	0,10		100	0,20
Pimiento verde	Brunoise	Sofrito	100	0,25	g	50	0,13
Hierba buena			5	0,05	g	5	0,05
Achiote			100	0,50	cc	25	0,13
Mantequilla			454	1,25	g	15	0,04
Sal			2000	0,75	g	24	0,01
Hojas de Orégano			50	0,25	g	5	0,03
Pimienta			30	0,50	g	5	0,08
Tomate riñón		Concassé	1	0,05	g	3	0,15
Aguacates			1	0,30	u	2	0,60
Aceite			900	1,75	cc	100	0,19
Leche			900	0,80	cc	200	0,18
Harina	Tamizada		454	0,50	g	300	0,33
Limón	Jugo		1	0,05	u	3	0,15
Métodos: hervido							
Costo Total							6,06
Costo Por Porción (40%)							1,21
Valor de venta (100%)							1,69
Precio De Venta Con IVA (12%)							1.89
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							2.06

PROCEDIMIENTO


1. Lavar la tripa de borrego con sal, jugo de limón y harina frotando bien hasta sacar el mal olor, enjuagar con abundante agua fría.
2. Cocer la tripa en una olla de presión con sal, hasta que del primer hervor para desechar esta agua; cambiar por una nueva igualmente con sal. Dejar cocinar por 40 min o hasta que estén suaves.
3. Hacer sofreír con la mitad de todos los ingredientes: la mantequilla, el aceite, el achiote, las cebollas, el pimiento, las papas, agregar el fondo.
4. Rectificar sabores.
5. Colocar las tripas picadas a la preparación anterior adicionándole una hoja de orégano y el maní. Dejar cocer hasta que estén suaves,
6. En una sartén cocinar la sangre hasta que seque cuidando que no se quemé.
7. En otro sartén realizar el refrito poner sobre esta la sangre una vez que haya secado. Rectificar sabores
8. Hacer un encurtido de cebolla paitaña en juliana fina con limón y sal.
9. Servir el yaguarlocro con cilantro fresco y en un plato a parte la sangre con una taja de aguacate, tomate, cilantro y el encurtido.

Platos fuertes


Anexo N° 10: Fritada

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Fritada							
Código de la receta: PF 001							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	Costo
Carne de cerdo	Dados grandes	Sofrito	454	3,00	g	500	3,85
Cebolla blanca	Brunoise	Sofrito	454	0,25	g	50	0,03
Ajo	Brunoise	Sofrito	30	0,25	g	10	0,08
Mote	Cocido		454	0,50	g	750	0,99
Sal			1000	0,75	g	5	0,00
Tomate riñón	Rodajas		50	0,05	g	20	0,05
Cebolla paiteña	Cuartos		60	0,10	g	75	0,13
Aceite			900	1,75	cc	50	0,10
Cilantro	Repicado		100	0,10	g	15	0,02
Lechuga	Troceada		500	0,50	g	100	0,10
Aguacate			1	0,30	u	1	0,30
Métodos: Estofado, hervido							
Costo Total							5,64
Costo Por Porción (40%)							1,13
Valor de venta (100%)							1,58
Precio De Venta Con IVA (12%)							1,77
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							1,93
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Cortar la carne en dados grandes. 2. Cortar las dos cebollas en cuartos. 3. En una paila de bronce agregar un poco de aceite, seguidamente de las cebollas, esperar un poco para añadir el ajo; y por último la carne. 4. Añadir un poco de agua, rectificar sabores. 5. Revolver constantemente hasta que la carne este lista. 6. Cortar el tomate en rodajas y trocear la lechuga. 7. Cocinar el mote a leña el día anterior, agregando agua caliente cuando sea necesario para que el agua fría no interrumpa su cocción. 8. Servir acompañado de mote, la ensalada de lechuga y tomate junto con el cilantro. 							


Anexo N° 11: Papas con cuero

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Papas con cuero							
Código de la receta: PF 002							
Porciones: 5 PAX							
Fecha 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	Costo
Cuero de cerdo			454	3,00	g	500	3,30
Papas			454	0,20	g	1000	0,44
Cebolla paiteña	Brunoise	Sofrito	120	0,20	g	100	0,17
Cebolla blanca	Brunoise	Sofrito	454	0,25	g	300	0,17
Pasta de maní			454	2,00	g	50	0,22
Leche			900	0,80	cc	500	0,44
Achiote			100	0,50	g	60	0,30
Hierba luisa			5	0,05	u	1	0,01
Cilantro			50	0,05	g	5	0,01
Ajo		Sofrito	15	0,25	u	1	0,02
Sal			1000	0,75	g	60	0,27
Queso			500	2,25	g	500	3,30
Método: hervido							
Costo Total							5,34
Costo Por Porción (29.09%)							1,07
Valor de venta (100%)							1,49
Precio De Venta Con IVA (12%)							1,67
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							1,82
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> En una olla de presión cocinar el cuero con una rama de cebolla, ajo, rama de hierba luisa, dejar que de un hervor y desechar el agua. Colocar de nuevo el cuero a cocción alrededor de 40 a 50 min aproximadamente dependiendo del grado de madurez del cuero. Realizar un refrito con achiote, aceite, cebolla blanca y paiteña, licuar con un poco de caldo de cuero, leche y pasta de maní. Regresar la mezcla al fuego y añadir las papas. Rectificar su sabor Cortar el cuero en porciones de 5 cm x 7cm, agregarlo a la mezcla. Esperar a que las papas estén cocidas. Servir caliente acompañado de una rodaja de queso. 							


Anexo N° 12: Papas con cuy asado

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Papas con cuy asado							
Código de la receta: PF 003							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total Costo
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	
Papas	Sin piel	Sofrita	454	0,20	g	750	0,33
Cebolla paiteña	Brunoise	Sofrita	120	0,20	g	100	0,17
Cebolla blanca	Brunoise	Sofrita	454	0,25	g	300	0,17
Pasta de maní			454	2,00	g	50	0,22
Leche			900	0,80	cc	500	0,44
Achiote			100	0,50	g	200	1,00
Cuy	Pelado, desviserado		1	7,00	u	5	35,00
Apanadura			500	1,10	g	20	0,04
Sal			1000	0,75	g	10	0,01
Carbón			1000	0,50	g	1500	0,75
Comino			50	0,25	g	25	0,13
Métodos: Hervido, asado							
Costo Total							38,25
Costo Por Porción (40%)							7,65
Valor de venta (100%)							10,71
Precio De Venta Con IVA (12%)							12,00
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							13,07
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Retirar el pelaje del cuy con agua caliente. 2. Cortar su barriga en forma vertical para extraer sus vísceras. 3. Adobar el cuy con sal y comino. 4. Poner en el asador esperar hasta que este sancochado para pintarle con achiote. Dejar en el asador unos 40 min para que termine su asado. 5. Cocer las papas con sal y un pequeño trozo de cebolla paiteña. Escurrir y reservar. 6. Realizar un refrito con la cebolla blanca y achiote. 7. Licuar con la leche y la pasta de maní, adicionarle a las papas. 8. Rectificar sabores. Si la consistencia es muy líquida adicionarle un poco de apanadura. 9. Servir con el cuy y las papas. 							

Anexo N° 13: Papas con cuy y ensalada

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Papas con cuy y ensalada							
Código de la receta: PF 004							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total Costo
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	
Cuy	Sin piel, desviserado		1	7,00	u	5	35,00
Sal			1000	0,75	g	10	0,01
Tomate riñón	Dados medios		50	0,05	g	150	0,15
Lechuga	Troceada		500	0,50	g	200	0,20
Carbón			1000	0,50	g	1500	0,75
Comino			50	0,25	g	25	0,13
Achiote			100	0,50		200	1,00
Métodos: Asado							
Costo Total							37,23
Costo Por Porción (40%)							7,45
Valor de venta (100%)							10,43
Precio De Venta Con IVA (12%)							11,68
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							12,72
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Retirar el pelaje del cuy con agua caliente. 2. Cortar su barriga en forma vertical para extraer sus vísceras. 3. Adobar el cuy con sal y comino. 4. Poner en el asador esperar hasta que este sancochado para pintarle con achiote. Dejar en el asador unos 40 min para que termine su asado. 5. Lavar la lechuga y trocearla. 6. Cortar el tomate en dados medios. 7. Preparar la vinagreta con sal, limón y aceite. 8. En un pocillo unir la lechuga con el tomate y la vinagreta. 							

Anexo N° 14: Seco de gallina


HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Seco de gallina							
Código de la receta: PF 005							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total Costo
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	
Gallina	Presas		5	4,75	u	5	4,75
Ají			1	0,10	u	1	0,10
Cilantro	Repicado		50	0,10	g	50	0,10
Cebolla paiteña	Brunoise		60	0,10	g	60	0,10
Tomate riñón	Concassé		1	0,05	g	3	0,15
Sal			2000	0,75	g	15	0,01
Pimienta			30	0,50	g	5	0,08
Arroz	Cocido		454	0,50	g	400	0,44
Lechuga	Troceada		454	0,30	g	120	0,08
Métodos							
Costo Total							5,81
Costo Por Porción (29.09%)							1,16
Valor de venta (100%)							1,62
Precio De Venta Con IVA (12%)							1,81
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							1,97
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar los tomates concassé (cocer el tomate pocos segundos para retirar fácilmente su piel). 2. Cristalizar la cebolla, adicionar el tomate concassé y cocinar por 2 a 5 minutos a fuego bajo. 3. Licuar la mezcla con agua. 4. Dorar en un sartén el pollo condimentado sal y pimienta. 5. Añadir la mezcla anterior para obtener un demiglase. 6. Agregar el cilantro, rectificamos sabores. 7. Dejar cocer hasta que por 20 a 30 min verificando que el líquido espese 8. Cocer el arroz 9. Preparar la ensalada de lechuga y tomate con una vinagreta base de limón, aceite y sal. Reservar 10. Servir con arroz blanco y ensalada. 							

Aderezos picantes


Anexo N° 15: Ají normal

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Ají normal							
Código de la receta: API001							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad x porción	Costo
Ají rocoto			1	0,1		2	0,20
Cebolla paitaña	Pluma		60	0,15		100	0,25
Sal			2000	0,75		10	0,00
Tomate de árbol	Brunoise		1	0,1		4	0,40
Limón	Jugo		1	0,05		1	0,05
Costo Total							0,90
Costo Por Porción (40%)							0,18
Valor de venta (100%)							0,25
Precio De Venta Con IVA (12%)							0,28
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							0,30
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar bien el ají, si desea más picante se deja con las semillas. 2. Pelar los tomates. 3. Picar la cebolla en corte pluma 4. Licuar el ají, los tomates, con agua y un poco de sal. Cernir 5. Colocar en un recipiente el jugo obtenido, la cebolla y exprimir el limón. 6. Agregar el cilantro repicado. 7. Rectificar sabores. 8. Servir 							

Anexo N° 16: Ají tradicional


HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Ají tradicional							
Código de la receta: API002							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total Costo
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad x porción	
Ají rocoto			1	0,10	u	3	0,30
Sal			2000	0,75	g	10	0,00
Limón	Jugo		1	0,05	u	1	0,05
Cebolla blanca	Brunoise		60	0,10	g	50	0,03
Costo Total							0,38
Costo Por Porción (40%)							0,08
Valor de venta (100%)							0,12
Precio De Venta Con IVA (12%)							0,14
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							0,16
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar bien el ají, retirar sus semillas. 2. Licuar el ají con un poco de agua y sal. Cernir 3. Picar la cebolla blanca en brunoise. 4. En un recipiente añadir la cebolla, el jugo obtenido. 5. Rectificar sabores 6. Servir 							

Anexo N° 17: Ají de piedra


HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Ají de piedra							
Código de la receta: API003							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total Costo
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad x porción	
Ají rocoto			1	0,10	g	3	0,30
Pepas de zambo	Tostadas		30	0,25	g	20	0,17
Sal			2000	0,75	g	10	0,00
Limón	Jugo		1	0,05	u	1	0,05
Costo Total							0,52
Costo Por Porción (40%)							0,10
Valor de venta (100%)							0,14
Precio De Venta Con IVA (12%)							0,16
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							0,18
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar bien el ají, retirar sus semillas. 2. Moler el ají en una piedra de moler. 3. Tostar las pepas de zambo en un tiesto de barro. Molerlas 4. Colocar las pepas con el ají molidos con agua y sal en un recipiente de barro. 5. Rectificar sabores. 6. Servir. 							

Extras

Anexo N° 18: Chinchulines a la parrilla

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Chinchulines a la parrilla							
Código de la receta: EX001							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total Costo
Ingredientes	Mise en place	Técnicas	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	
Tripas de cerdo	Lavadas		454	1,00	g	200	0,44
Sal			2000	0,75	g	5	0,00
Pimienta			30	0,50	g	5	0,08
Aceite			900	1,75	cc	25	0,05
Mote	Cocido		454	0,60	g	150	0,20
Tomate riñón		Concassé	50	0,05	g	50	0,05
Cebolla paiteña	Pluma		60	0,10	g	60	0,10
Limón	Jugo		2	0,05	u	1	0,10
Carbón			1000	0,50	g	500	0,25
Métodos: a la parrilla, hervido							
Costo Total							1,30
Costo Por Porción (40%)							0,26
Valor de venta (100%)							0,36
Precio De Venta Con IVA (12%)							0,40
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							0,44
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar bien las tripas de cerdo. 2. Cocer las tripas con sal sobre las parrillas colocando un poco de aceite para que no se sequen. 3. Cocer el mote sin sal, con abundante agua y con leña para dale ese sabor único. 4. Retirar las semillas del tomate, cortar en dados medios. 5. Picar la cebolla en corte pluma. Dejar en agua con sal por unas dos horas para que se vaya el amargo. Escurrir y reservar. 6. Preparar el encurtido mezclando el tomate con la cebolla, adicionarles sal y limón. 7. Servir los chinchulines acompañados de mote y encurtido. 							

Anexo N° 19: Humita

HOJA DE COSTEO DE RECETA ESTANDAR							
Producto: Humita de sal							
Código de la receta: EX002							
Porciones: 5 PAX							
Fecha: 03/01/2015							
			A	B		C	(B*C)/A
			Referenciales		Consumo en la receta		Total
Ingredientes	Mise en place	Técnica	Cantidad referencial	Costo referencial	Unidad	Cantidad utilizada	Costo
Choclos tiernos con hojas	Limpios, hojas		7	1,00	u	7	1,00
Queso	Rallado		500	2,25	g	50	0,23
Cebolla blanca	Brunoise	Sofrito	454	0,25	g	25	0,01
Cilantro	Brunoise	Sofrito	50	0,05	g	25	0,03
Ajo	Repicado	Sofrito	50	0,50	g	5	0,05
Mantequilla	Liquida		454	1,25	g	30	0,08
Huevos			1	0,12	u	3	0,36
Sal			2000	0,75	g	10	0,00
Achiote			100	0,50	cc	15	0,08
métodos: al vapor							
Costo Total							1,84
Costo Por Porción (40%)							0,37
Valor de venta (100%)							0,52
Precio De Venta Con IVA (12%)							0,58
Precio De Venta IVA +SRV (12%+10%)							0,63
PROCEDIMIENTO							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Cortar alrededor de la base del choclo para poder retirar con cuidado sus hojas que se utilizaran para envolver las humitas. 2. Poner a ebullición las hojas de choclo un par de minutos. Escurrirlas y reservar para luego usarlas. 3. Desgranar los choclos y retirar las impurezas presentes como los pelos de choclo. 4. Moler o procesar los choclos, una taza de queso, las cebollas picadas, los ajos machacados, los huevos, y la sal hasta obtener un puré. Rectificar sabores 5. En una olla tamalera ponga aproximadamente 2 ½ tazas de agua y la vaporera, el nivel de agua debe estar justo por debajo de la vaporera. 							

6. Realizar un refrito con cebolla blanca, ajo, achiote, queso para colocar en el centro de la humita
7. Con la ayuda de una cuchara coloque la masa de las humitas en la hoja de choclo y el refrito en el centro de la misma; envolver como si fuera un bolsillito a fin de que no se abra durante su cocción.
8. Colocar las humitas en el interior de la olla tamalera con la abertura hacia arriba de modo que el agua ingrese por ahí, una vez que se haya terminado de elaborar cubrir las con las hojas de choclo sobrantes y tapar la olla para su cocción.
9. Cocinar a fuego alto hasta que el agua empiece a hervir, baje la temperatura y cocine a vapor durante 35 a 40 min.
10. Servir las humitas calientes acompañadas de una taza de café negro.

Anexo N° 20: EVENTOS DE LAS FIESTAS PATRONALES



Pregón de fiestas



Pregón de fiestas Unidad Educativa
Vicente Anda Aguirre



Desfile



Rodeo Criollo

Anexo N° 21: LISTA DE PERSONAS ENCUESTADAS

Establecimiento	Nombre propietario
Locales de comida	
Las Delicias de don Pepín	María Malqui
Mochanito's Xpress 1	Ana Valdez
Mochanito's Xpress 2	Omar Moposita
Exquisito pollo brosterizado	Beatriz Palacios
Comida rápida y más	Fanny Ponce
María Diocelina	María Diocelina
Doña Rosy 1	Norma Guerra
Doña Rosy 2	Wilson Culqui
Divino Niño	Germania Malqui
Las Delicias de Lucila Benavides	Lucila Benavides
El Sabor Lojano	Sandra Paredes
Deli Mochanitos	Olinda Armendáriz
S/N	Patricia Apo
Restaurantes	
El Recuerdo	Lourdes Palacios
Sabor Mochano	Sebastián Ocaña
Paraderos turísticos	
Centro Turístico y Gastronómico María Diocelina	María Diocelina
Túpac Tambú	Jacobo Ortiz
Las Delicias de María Elena	Beatriz Palacios
Tentadero el Carmen	
Mochanito's Xpress	Flia Moposita Valdez

Fuente: dueños de establecimientos del cantón Mocha.

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)

Anexo N° 22: LISTA DE PRECIOS DE LOS PRODUCTOS

LISTA DE PRECIOS				
Producto	Unidad	Precio	Cantidad /grs, cc	Precio
Frutas				
Mandarina costeña	25	1,00		
Aguacate Guatemalteco	1	0,30		
Babaco grande	1	1,00		
Frutilla			454	1,00
Granadilla			454	1,00
Guayaba			454	5,00
Limón Sutil	1	0,05		
Manzana importada	5	1,00		
Maracuyá			454	1,00
Melón grande	1	0,50		
Mora de castilla			454	1,00
Naranjilla			454	0,50
Pepino	5	1,00		
Tomate de árbol			1000	1,00
Uva negra			454	1,00
Uva verde			454	1,50
Hortalizas				
Acelga/atado	1	0,25		
Ají	1	0,10		
Ajo			15	0,25
Apio	2	0,05		
Brócoli pequeño	1	0,30		
Cebolla blanca			454	0,25
Cebolla colorada			120	0,20
Cebolla perla			120	0,40
Col grande	1	0,50		
Cilantro			50	0,05
Coliflor	1	0,50		
Lechuga	1	0,25		
Nabo	1	0,25		
Perejil				
Pepinillo	2	0,25		
Pimiento			100	0,25
Tomate riñón	1	0,05		
Choclo	7	1,00		
Leguminosas de grano				
Arveja			454	0,50
Frejol			454	0,50

Haba			454	1,00
Tubérculos, raíces				
Mel loco blanco			454	0,5
Mel loco rojo				
Papa Gabriela			454	0,20
Papa fruit				
Papa chola				
Rábano/atado	1	0,25		
Remolacha			454	0,25
Yuca			900	0,50
Zanahoria amarilla			454	0,45
Papanabo			50	0,10
Carnes				
Borrego			454	2,50
Sangre de borrego			454	2,00
Tripas de borrego			454	1,75
Cerdo				
Cuero de cerdo			454	3,00
Cuy	1	7,00		
Pollo entero	1	9,00		
Pollo lb			454	1,25
Pollo pechuga			454	1,50
Gallina presas	5	4,75		
Res			454	1,50
Lácteos y derivados				
Leche			900	0,80
Queso			500	2,25
Mantequilla			454	1,25
Condimentos				
Achiote			100	0,50
Comino			50	0,25
Sal			2000	0,75
Pasta de maní			454	2,00
Pimienta			30	0,50
Productos no perecibles				
Arroz			454	0,50
Azúcar			2000	2,00
Aceite			1000	2,00
Arrocillo			454	0,30
Mote			454	0,50
Apanadura			454	1,10
Carbón			1000	0,50
Aceite			1000	2,00

Fuente: Mercado Mayorista Ambato, Mercado del cantón Mocha

Elaborado por: (Balseca, E. 2014)