



**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO**  
**FACULTAD DE SALUD PÚBLICA**  
**CARRERA LICENCIATURA EN GESTIÓN GASTRONÓMICA**

**COSTUMBRES Y TRADICIONES CULINARIAS DE LA**  
**PARROQUIA HONORATO VÁSQUEZ, PROVINCIA DE MANABÍ**  
**COMO PARTE DE SU PATRIMONIO CULTURAL.**

**TRABAJO TITULACIÓN**  
**TIPO: ETNOGRÁFICAS**

Presentado para optar al grado académico de:  
**LICENCIADO EN GESTIÓN GASTRONÓMICA**

**AUTOR: JONATHAN DAVID FLORES MOREIRA**  
**TUTORA: LCDA. JESSICA ROBALINO**

Riobamba – Ecuador  
2019

## **CERTIFICADO DEL TUTOR**

Certifico que el presente trabajo de titulación tipo etnografías “**COSTUMBRES Y TRADICIONES CULINARIAS DE LA PARROQUIA HONORATO VÁSQUEZ, PROVINCIA DE MANABÍ COMO PARTE DE SU PATRIMONIO CULTURAL.**” de la Sr., Jonathan David Flores Moreira ha sido revisado y autorizado para su publicación.

Lcda. Jessica Robalino V. Mba

**DIRECTORA**

Lcdo. Juan Carlos Salazar. Mgs

**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**

## AUTORÍA

Yo, Jonathan David Flores Moreira Autor, declaro que al concluir el presente trabajo etnográfico como uno de los requisitos previos para la obtención **DEL TÍTULO DE: LICENCIADO EN GESTIÓN GASTRONÓMICA**, autorizo a la “Escuela Superior Politécnica de Chimborazo”, para que hago uso de este trabajo para su lectura y consulta según normas de la Institución y los derechos de publicación, cumpliendo las normas de Probidad Académica de acuerdo al Reglamento Vigente.

Jonathan David Flores Moreira

CI: 130852984-9

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

El Tribunal de Trabajo de Titulación tipo Etnografías certifica que el: **“COSTUMBRES Y TRADICIONES CULINARIAS DE LA PARROQUIA HONORATO VÁSQUEZ, PROVINCIA DE MANABÍ COMO PARTE DE SU PATRIMONIO CULTURAL.”** de responsabilidad de la Sr., Jonathan David Flores Moreira ha sido minuciosamente revisado, quedando autorizada su presentación.

**DIRECTORA DE TRABAJO**    Lcda. Jessica Robalino V. MBA \_\_\_\_\_  
**DE TITULACIÓN**

**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**    Lcdo. Juan Carlos Salazar. MGS \_\_\_\_\_

**ANALISTA DE BIBLIOTECA 1** Ing. Rafael Inty Salto Hidalgo \_\_\_\_\_

## **AGRADECIMIENTO**

Por grandes razones, agradezco primero a Dios, quien me dio la oportunidad de la vida y por ende de mi actual éxito.

A mis padres, quienes me apoyaron en todo lo indispensable, a mis hermanas que me apoyan en lo que otras personas jamás me ayudarían, mis sobrinos; quienes me brindaron apoyo moral y afectivo cuando me sentía caer y a mis amigos que me apoyaron con su tiempo y comprensión en mis estudios.

Agradezco a la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, que, con sus docentes, lograron pulir mis conocimientos y lograr mi titulación en la carrera de Licenciatura en Gestión Gastronómica.

***Jonathan David Flores M.***

## **DEDICATORIA**

Agradezco a mis padres, por estar conmigo, por enseñarme a crecer y a que si caigo debo levantarme, por apoyarme y guiarme, por ser las bases que me ayudaron a llegar hasta aquí.

El presente trabajo es dedicado a mi familia, que fueron un pilar fundamental en mi vida quienes hicieron de mi un hombre de bien y responsable, a mis tutores Lcda. Jessica Robalino V. MBA y al Lcdo. Juan Carlos Salazar. MGS, quienes impartieron todo su conocimiento para que este trabajo se pudiera culminar con el mejor éxito además que ellos son quienes me dieron grandes enseñanzas y los principales protagonistas de este “sueño alcanzado”.

*Jonathan David Flores M.*

## RESUMEN

La presente etnografía de titulación tuvo como objetivo investigar las costumbres y tradiciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez, provincia de Manabí como parte de su patrimonio cultural. La investigación empleada es de tipo aplicada, ya que la cultura y tradición culinaria está desapareciendo en la provincia, bibliográfica debido a que la información obtenida es de libros, sitios web, documentos, proyectos, revistas parroquiales los cuales facilitaron el levantamiento de datos. Además, se recurrió al método teórico el cual permitió la ayuda a sustentar la información recopilada; el método empírico, uno de los más importantes pues es en donde la mayoría de las personas de la parroquia cuenta con conocimientos basados en la memoria ancestral, “tradición oral”. Se aplicaron 71 encuestas a personas, mientras que las entrevistas se realizaron a 66 pobladores obteniendo resultados fiables y favorecedores para la estandarización de las recetas. Según los resultados obtenidos la cultura y tradición culinaria de esta zona está desapareciendo como es el caso *del claustro en semana santa*. Se logró obtener 13 preparaciones tradicionales que representan a la parroquia Honorato Vásquez entre estas tenemos: Viche de camarón de río, Caldo y estofado de gallina criolla, Cortadito de yuca, Sopa de pescado asoleado, Caldo de quilla de puerco con habas, Hornado de mondongo y patas, Hornado de cabeza de cerdo, Majada, Tonga de gallina criolla, Tambores de yuca, Greñoso, Menestra de sangre de gallina con menudencia. Una vez obtenidas las recetas se identificaron los diferentes métodos de cocción, tiempos de cocción, ingredientes, preparación, porciones. Después de realizar la presente investigación se concluyó que la parroquia Honorato Vásquez es un poblado lleno de cultura y tradición culinaria en la cual se utilizan productos propios de la zona además de animales criados por la misma gente. Finalmente se diseñó una revista digital que se difundirá en la misma parroquia para que los pobladores puedan acceder con mayor facilidad a la información plasmada en la misma.

**Palabras clave:** <TECNOLOGÍAS Y CIENCIAS MÉDICAS>, <CULINARIAS>, <ETNOGRAFÍA>, <CULTURA>, <TRADICIÓN>, <MÉTODOS DE COCCIÓN>, <ESTANDARIZACIÓN>, <HONORATO VÁSQUEZ (PARROQUIA)>.

## SUMMARY

The objective of this ethnographic work was to investigate the customs and cooking traditions of Honorato Vázquez parish, Manabí Province, as part of its cultural heritage. An applied research method was used since the culinary culture and tradition is disappearing in the province. A bibliographic approach was also employed, collecting information from books, web sites projects local magazines. Additionally, a theoretical method allowed to support the compiled information. The empirical method is one of the most important because most people in the parish possess ancestral knowledge. Seventy-one survey-questionnaires and sixty-six interviews were applied obtaining reliable results favoring the standardization of recipes. According to the results, this zone's culture and tradition culinary are disappearing such is the case of the "claustró" (cloister) during Easter; inhabitants thought that the Devil would abduct the people that remained outdoors. Fifteen traditional recipes from Honorato Vasquez parish were obtained: Viche de camaron de rio (sweet water crawfish soup), caldo and estofado de gallina criolla (out-farm chicken soup and casserole), cortadito de yuca, sopa de pescado asoleado (sundried-fish soup), caldo de quilla de puerco con habas, Hornado de mondongo y patas, hornado de cabeza de cerdo (roasted pig head), majada, tonga de gallina criolla, tambores de yuca, greñoso, natilla y menestra de sangre de gallina. Once the recipes were obtained, the different cooking methods, cooking times, ingredients, preparation, portion sizes and price were determined. After the completion of this research work, it was concluded that the Honorato Vázquez is a village full of culture and culinary tradition where local produce is used, and animals are raised by the town's inhabitants. Finally, a digital magazine, which will be distributed within the parish for the use of its inhabitants, was designed.

**Key words:** <TECHNOLOGY AND MEDICAL SCIENCES>, <CULINARY TECHNIQUES>, <ETHNOGRAPHY>, <TRADITION>, <COOKING METHODS>, <STANDARDIZATION>, <HONORATO VÁSQUEZ>.



## TABLA DE CONTENIDO

.....	i
<b>CERTIFICADO DEL TUTOR.....</b>	<b>ii</b>
<b>AUTORÍA.....</b>	<b>iii</b>
<b>AGRADECIMIENTO .....</b>	<b>v</b>
<b>DEDICATORIA.....</b>	<b>vi</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>vii</b>
<b>SUMMARY .....</b>	<b>viii</b>
<b>TABLA DE CONTENIDO.....</b>	<b>ix</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS.....</b>	<b>xiv</b>
<b>ÍNDICE DE GRÁFICOS.....</b>	<b>xv</b>
<b>ÍNDICE DE ANEXOS .....</b>	<b>xvi</b>
<b>CAPÍTULO I.....</b>	<b>1</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>1</b>
<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>2</b>
<b>Objetivo general. ....</b>	<b>2</b>
<b>Objetivos específicos .....</b>	<b>2</b>
<b>1. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>3</b>
<b>1.1 ¿Qué son costumbres?.....</b>	<b>3</b>
<i>1.1.2 Costumbres manabitas.....</i>	<i>3</i>
<b>1.2 ¿Qué es cultura? .....</b>	<b>4</b>
<i>1.2.1 Cultura manabita.....</i>	<i>5</i>
<b>1.3 ¿Qué es Tradición?.....</b>	<b>5</b>
<b>1.4 Métodos culinarios. ....</b>	<b>6</b>
<i>1.4.1 Cocción en medio líquido. ....</i>	<i>6</i>
<i>1.4.2 Cocción en medio graso.....</i>	<i>7</i>
<i>1.4.3 Cocción en medio aéreo.....</i>	<i>8</i>
<b>1.5 Técnicas culinarias.....</b>	<b>8</b>

<b>1.6 Métodos de cocción y técnicas de cocción.</b>	<b>9</b>
<b>1.7 Provincia de Manabí</b>	<b>10</b>
<i>1.7.1. Historia de Manabí</i>	<i>10</i>
<b>1.8 Cantón Santa Ana</b>	<b>11</b>
<i>1.8.1 Clima</i>	<i>11</i>
<i>1.8.2 Densidad poblacional</i>	<i>11</i>
<i>1.8.3 Pobreza por necesidades básicas insatisfechas (NBI)</i>	<i>11</i>
<i>1.8.4 Extrema pobreza por NBI</i>	<i>12</i>
<b>1.9 Parroquia Honorato Vásquez</b>	<b>12</b>
<i>1.9.1 Creación.</i>	<i>12</i>
<i>1.9.2 Historia</i>	<i>12</i>
<i>1.9.3 Aptitud agrícola</i>	<i>13</i>
<i>1.9.4 Patrimonio cultural</i>	<i>13</i>
<i>1.9.5 Patrimonio tangible</i>	<i>14</i>
<i>1.9.6 Patrimonio intangible</i>	<i>15</i>
<b>1.10 Artesanías Manabitas</b>	<b>15</b>
<b>1.11 Turismo</b>	<b>16</b>
<b>1.12 Gastronomía tradicional</b>	<b>17</b>
<b>1.13 Alimentación</b>	<b>18</b>
<b>CAPÍTULO II</b>	<b>19</b>
<b>2. METODOLOGÍA</b>	<b>19</b>
<b>2.1 Localización</b>	<b>19</b>
<b>2.2 Temporalización</b>	<b>19</b>
<b>2.3 Variables.</b>	<b>20</b>
<i>2.3.1. Identificación</i>	<i>20</i>
<i>2.3.2. Descripción de las variables.</i>	<i>20</i>
<i>2.3.3. Operacionalización</i>	<i>21</i>
<b>2.4 Tipos de investigación.</b>	<b>21</b>
<i>2.4.1 Investigación aplicada.</i>	<i>21</i>

2.4.2 Investigación bibliográfica .....	22
2.5 Métodos de investigación.....	22
2.5.1. Método teórico.....	22
2.5.2. Método empírico.....	22
2.6 Instrumentos.....	22
2.6.1 La entrevista .....	22
2.6.2 La encuesta. ....	23
2.7 Grupos de estudio.....	23
2.7.1. Población.....	23
2.7.2. Muestra.....	23
2.7.3. Grupos de estudio.....	24
2.7.4. Fórmula estadística.....	24
2.7.5. Grupo de la muestra.....	25
2.8 Diagrama de procesos .....	25
2.8.1. Descripción de procesos.....	26
<b>CAPÍTULO III.....</b>	<b>27</b>
<b>3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....</b>	<b>27</b>
3.1 Recopilación de información acerca de cultura y tradiciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez.....	27
3.2 Identificación de las preparaciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez....	29
3.3 Estandarización de platos tradicionales de la parroquia Honorato Vásquez.....	30
3.4 Difusión de revista digital.....	56
3.5 Instrumentos aplicados para la recopilación de la información. ....	56
3.5.1. Análisis de resultados aplicados en la encuesta al grupo poblacional de la parroquia Honorato Vásquez.....	56
3.5.2. Análisis de las entrevistas. ....	69
<b>CAPÍTULO IV .....</b>	<b>75</b>
<b>4. Propuesta .....</b>	<b>75</b>
4.1 Revista .....	75
4.2A quién va dirigida.....	75

<b>4.3 Contenido.....</b>	<b>76</b>
<b>Conclusiones .....</b>	<b>104</b>
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>105</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	
<b>ANEXOS</b>	

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1- 1</b> Operacionalización de las variables.....	21
<b>Tabla 1- 2</b> Distribución de la encuesta .....	25
<b>Tabla 1- 3</b> información de autores.....	27
<b>Tabla 1- 4</b> Preparaciones gastronómicas .....	29
<b>Tabla 1- 6</b> ¿Cree que es importante conservar la cultura y tradición culinaria? .....	56
<b>Tabla 1- 7</b> ¿Conoce acerca de las preparaciones gastronomicas de la parroquia Honorato Vásquez?.....	58
<b>Tabla 1- 8</b> ¿De la siguiente lista de platos cuál es el más consumido por su familia? .....	59
<b>Tabla 1- 9</b> ¿Qué métodos utiliza para preparar sus platos tradicionales?.....	62
<b>Tabla 1- 10</b> ¿Qué utensilios utiliza para la preparación de sus platos gastronomicos?.....	64
<b>Tabla 1- 11</b> ¿Con qué frecuencia consume los diferentes platos gastronomicos de la parroquia? .....	66
<b>Tabla 1- 12</b> ¿Cree usted que es importante conservar los diferentes platos tradicionales de la parroquia? .....	68

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1-1:</b> Casa de los abuelos. ....	14
<b>Figura 2-2:</b> Provincia de Manabí y sus cantones. ....	19

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 2-1 Diagrama de Procesos .....	26
Gráfico 3-1 ¿Cree que es importante conservar la cultura y tradición culinaria? .....	57
Gráfico 3-2 ¿Conoce usted preparaciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez? .....	58
Gráfico 3-3 Pregunta número 4.....	60
Gráfico 3-4 Pregunta número 4.....	60
Gráfico 3-5 Pregunta número 4.....	61
Gráfico 3-6 Pregunta número 4.....	61
Gráfico 3-7 Pregunta número 4.....	61
Gráfico 3-8 ¿Qué métodos utiliza para preparar sus platos gastronomicos? .....	63
Gráfico 3-9 ¿Qué tipo de equipos y utensilios utiliza para la preparación de sus platos culinarios? .....	64
Gráfico 3-10 ¿Con qué frecuencia consume los diferentes platos tradicionales de la parroquia? .....	66
Gráfico 3-11 ¿Cree usted que es importante conservar los diferentes platos gastronómicos de la parroquia?.....	68

## ÍNDICE DE ANEXOS

**Anexo A:** Modelo de encuesta.

**Anexo B:** Modelo de entrevista.

**Anexo C:** Certificado Gad parroquial

**Anexo D:** Certificado Gad parroquial publicación sitio web



# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

La cultura culinaria de la parroquia Honorato Vásquez es rica por su diversidad de sabores y texturas ya que unidas resaltan la cocina de este pueblo. Esta cultura y tradición culinaria es una mezcla de conocimientos de los antiguos poblados que la juventud actual intenta recrear, aunque se han tenido leves modificaciones.

La alimentación de los moradores de la parroquia Honorato Vásquez parte de la agricultura y cultivo de la yuca, verde, arroz, maní, café. Además, se utiliza animales que se crían en la zona entre estos están: la gallina criolla, la vaca y el cerdo. los ingredientes antes mencionados son los que intervienen en la elaboración de los platos tradicionales: Viche de cangrejo de río, Caldo y estofado de gallina criolla, Cortadito de yuca, Sopa de pescado asoleado, Moro de habas verdes, Caldo de quilla de puerco con habas, Hornado de mondongo y patas, Hornado de cabeza de cerdo, Majada, Tonga de gallina criolla, Tambores de yuca, Greñoso, Natilla y Menestra de sangre de gallina con menudencia.

La presente etnografía puntualiza las preparaciones culinarias de esta provincia, en la que constan los ingredientes, elaboración, métodos y tiempo de cocción. También cada platillo cuenta con una fecha especial en la que se consume ya que la mayoría de ellos requieren de mucho tiempo de cocción y se realiza para agasajar una fecha importante o representativa.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo general.**

Investigar las costumbres y tradiciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez provincia de Manabí como parte de su patrimonio cultural.

### **Objetivos específicos**

- Recopilar información acerca de la cultura y las tradiciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez.
- Identificar las preparaciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez.
- Estandarizar recetas de preparaciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez.
- Difundir por medio de una revista digital sobre la cultura gastronómica de la parroquia Honorato Vásquez.

## CAPITULO I

### 1. MARCO TEÓRICO

#### 1.1 ¿Qué son costumbres?

Costumbre es un conjunto de acciones, hábitos de nuestra forma de pensar, de sentir y de actuar, que se hace de forma frecuente. Todos los seres humanos creamos costumbres, por lo tanto, son distintas en cada grupo social, teniendo identidad propia, conocimiento, valores e intereses. Muchos de estos grupos se definen localmente con un determinado carácter nacional, regional o comercial. Las costumbres son formas de comportamiento particular que asume toda una comunidad y que la distinguen de otras comunidades; como sus danzas, fiestas, comidas, idioma o artesanía (Aure, 2018).

Todos estos saberes y experiencias se van pasando de una generación a otra por diferentes medios, ya sea en forma de tradición oral o en la frecuencia que los pobladores la practiquen. Con el tiempo, estas costumbres se convierten en tradiciones. Generalmente se distingue entre las que cuentan con aprobación social, y las consideradas "malas costumbres", que son relativamente comunes pero que no cuentan con la aprobación social, y suelen promulgarse leyes para tratar de modificar las costumbres (Aure, 2018).

##### *1.1.2 Costumbres manabitas*

Un pueblo se identifica por muchos aspectos que brotan del sentimiento o comportamiento humano y que se asumen en tales o cuales momentos o circunstancias, así, sus costumbres le dan identidad y lo llevan a que otros lo califiquen o cataloguen (Alva, 2000, p. 63).

Hablar de las costumbres de un pueblo es trasladar el ancestral pasado cultural del comportamiento de un pueblo o los momentos actuales, son una herencia, algo así como genético que lo viene trayendo un pueblo desde sus antepasados, que lo conserva y preserva, que lo mantiene vigente y que no lo deja desaparecer o morir, así es el manabita, las trae las lleva a donde le toque ir, son parte de su vida misma, son sus vivencias cotidianas, sus pensares, sentires y decires, es su oficio, comida, sus versos, arte comportamiento, usos, música y todo aquello cuanto

le es consustancial y necesario para su vida. Sin lugar a duda hay que admitir que existen costumbres ancestrales (Alva, 2000, p. 63).

## 1.2 ¿Qué es cultura?

La cultura está constituida por múltiples prácticas sociales que se convierten en costumbres, hábitos, comportamientos y tradiciones, las cuales son transmitidas de una generación a otra, presentando características y significados de acuerdo a la sociedad donde se generan (Ochoa, Karina; Santamaría, Arturo, 2018, p. 151).

Según (Giménez, 2007) la cultura es la organización social del sentido, interiorizado de modo relativamente estable por los sujetos en forma de esquemas o de representaciones compartidas, y objetivado en forma simbólica, todo ello en contexto históricamente específicos y socialmente estructurados (Ochoa, Karina; Santamaría, Arturo, 2018, p. 151).

Un elemento clave en esta aportación, es la interiorización de la cultura, la cual se puede entender como la manera en que el ser humano adopta las distintas formas culturales para realizar cualquier acción. Esta acción puede ser un comportamiento, la preparación de un alimento, la danza, la forma de vestir, la lengua, entre otras más (Ochoa, Karina; Santamaría, Arturo, 2018, p. 151).

Todo esto bajo distintos significados otorgados por los individuos de acuerdo a su contexto social. Por lo tanto, la cultura envuelve a los comportamientos y formas de vida que el ser humano adopta y transmite a la sociedad, considerando que estas formas de vida cuentan con significados que representan el esfuerzo, la ideología, las emociones, las múltiples maneras de organizarse, los roles o posturas que asume el individuo, las festividades, entre otras (Ochoa, Karina; Santamaría, Arturo, 2018, p. 151).

Según (Montecino, 2009) cocina y cultura bien pueden ser sinónimas ya que la cocina juega un lugar esencial en la cultura, ya que a través de esta se representan los sabores, gustos, costumbres, tradiciones, valores, etc., los cuales se ven inmiscuidos al momento de preparar un alimento, en los utensilios de cocina con sus significados y funciones de acuerdo al entorno, en la organización y motivo para su elaboración, y en las distintas costumbres y tradiciones que lo acompañan (Ochoa, Karina; Santamaría, Arturo, 2018, pp. 151-152).

### **1.2.1 *Cultura manabita***

El manabita tiene particularidades únicas, que se reflejan en sus festividades donde se mezclan lo religioso con lo pagano, herencia de pueblos europeos que se entrelazan con las costumbres de los aborígenes que habitaron esta fértil tierra. Fiestas como San Pedro y San Pablo, y los famosos rodeos montubios, que tienen su origen en el herraje y doma de reses y potros en las haciendas, son muestras de la cultura típica manabita (Accesible, 2018).

Manabí es una zona privilegiada para la arqueología, aquí se han efectuado importantes descubrimientos que han determinado la existencia de las primeras culturas del Ecuador. Es una cultura fraguada en el tiempo y en el espacio de este territorio, identidad que genera pertenencia y orgullo de los auténticos manabitas. La laboriosidad de las manos manabitas no tiene fin, que siguiendo el influjo de la tradición elaboran obras de arte reconocidas dentro y fuera del territorio nacional (Accesible, 2018).

El sombrero de paja toquilla y artículos de otras fibras, cestas y canastos de mimbre, hamacas de algodón, las artesanías de taguas, el uso del barro que lo transforman en ollas o en réplicas de objetos arqueológicos de culturas ancestrales, son solo un pequeño ejemplo de las habilidades artesanales manabitas. En cada fiesta típica manabita se manifiestan sus músicos, quienes con improvisados instrumentos cuentan sus historias, a través de la picardía de los “amorfinos, Chigualos” (Accesible, 2018).

### **1.3 ¿Qué es Tradición?**

Tradición es cada una de aquellas pautas de convivencia que una comunidad considera dignas de constituirse después de esto sigue como una parte integral de sus usos y costumbres. Mantiene para que sean aprendidas por las nuevas generaciones, como parte indispensable del legado cultural (Technopat, 2018).

La tradición suele versar genéricamente sobre el conocimiento y también sobre principios o fundamentos socioculturales selectos, que por considerarlos especialmente valiosos o acertados se pretende se extiendan al común, así unas generaciones los transmitirán a las siguientes a fin de que se conserven, se consoliden, se adecuen a nuevas circunstancias. También se llama 'tradición' a los patrones que pueden formar idiosincrasias, como las tradiciones: egipcia, griega, romana, etc. El cambio social altera el conjunto de elementos que forman parte de la tradición (Technopat, 2018).

También se emplea la locución 'tradición popular' para aludir a los valores, creencias, costumbres y formas de expresión artística característicos de una comunidad, en especial a aquellos que se transmiten por vía oral. Lo tradicional coincide así, en gran medida, con la cultura y el folclore o la sabiduría popular, como en los refraneros (Technopat, 2018).

Por ejemplo, comer un huevo de chocolate en Pascua o un turrón en Navidad, almorzar pasta los domingos o vestir de negro en señal de luto son algunas tradiciones extendidas en varios países. La tradición, por lo tanto, es algo que se hereda y que forma parte de la identidad. El arte característico de un grupo social, con su música, sus danzas y sus cuentos, forma parte de lo tradicional, al igual que la gastronomía y otras cuestiones (Technopat, 2018).

Es importante destacar que, muchas veces, la tradición se asocia a una visión conservadora, ya que implica mantener intactos ciertos valores a lo largo del tiempo. En este sentido, las creencias de quienes no se interesan por las tradiciones de su tierra o que intentan cambiarlas suelen ser vistas como 'rupturistas'. Los sociólogos advierten, sin embargo, que la tradición debe ser capaz de renovarse y actualizarse para mantener su valor y utilidad. Esto quiere decir que una tradición puede adquirir nuevas expresiones sin perder su esencia (Technopat, 2018).

#### **1.4 Métodos culinarios.**

Los métodos culinarios son procesos que engloban tanto en crudo y en frío, como aquellas técnicas que se emplean el calor para transformar los alimentos con el objetivo de hacerlos digeribles, atractivos o apetecibles a la hora de presentarlos en un plato ante el comensal. (Salas, 2015, p. 39)

##### ***1.4.1 Cocción en medio líquido.***

###### **a) Hervido**

Consiste en la sumergir alimentos en un medio líquido en ebullición, provocando la coagulación inmediata de proteínas, de manera que la pérdida de vitaminas sea mínima. (Salas, 2015, p. 44)

###### **b) Baño María o vapor**

Consiste en aprovechar el gas o vapor que se obtiene a través de un líquido en ebullición, al cambiar su estado físico, el alimento se encuentra expuesto a una temperatura alta, colocado en

una rejilla sin entrar en contacto con líquido, siendo el vapor, que se expide este es el que modifica las propiedades del alimento. (Salas, 2015, p. 45)

**c) Cocción a fuego lento**

Procedimiento que implica una cocción de los alimentos en agua caliente por debajo de la temperatura de ebullición. La cocción a fuego lento origina una pérdida considerable de materia soluble, sales minerales, vitaminas hidrosolubles, es decir pérdida de nutrientes. (Segrado, 2007, p. 50)

**d) Estofar**

Es una técnica que consiste en someter los alimentos a fuego lento en un recipiente con la finalidad de que los alimentos duros o fibrosos se tornen suaves.

**1.4.2 Cocción en medio graso**

Esta técnica se realiza en base a la sumersión de un alimento por alguna grasa o aceite utilizando temperaturas mayores a los 100 grados centígrado, esta técnica puede variar la temperatura dependiendo de la técnica que se vaya a utilizar.

**a) Fritura profunda**

Se cocina en recipientes profundos, cubriendo el alimento completamente con grasa o aceite, su cocción óptima varia ente los 148 y 182 grados centígrados. Si las temperaturas son muy altas se producen quemaduras en el alimento, si son muy bajas pueden absorber cantidades excesivas de grasa. (Segrado, 2007, p. 51)

**b) Fritura por superficie**

Se realiza en un recipiente poco profundo, cuyo fondo está cubierto de grasa o aceite. La función principal de la grasa es impedir que los alimentos se adhieran al sartén. Con este método se fríe solamente una superficie del alimento, por lo que es necesario voltearlo para tener una cocción uniforme. (Segrado, 2007, p. 52)

### **1.4.3 Cocción en medio aéreo**

Se basa cuando los alimentos se cuecen por medio de horno, parrilla, al carbón, estos métodos se han caracterizado por el uso de temperaturas altas y por el uso de aire como medio para llevar calor a la superficie del alimento. (Segrado, 2007, p. 51)

#### **a) Asar a la parrilla**

Esta técnica consiste en emplear calor seco directamente en el alimento como medio de la transformación de los mismos, utilizando la parrilla a una elevada temperatura, para que se coagule las proteínas contenidas en los alimentos, caramelizándoles, formando una costra que impide la salida de los jugos al exterior. (Salas, 2015, p. 48)

#### **b) Asar al horno**

Según (Salas, 2015) Utilizamos esta técnica al someter al alimento en un compartimiento cerrado donde el aire caliente penetra en la estructura del alimento transformando sus propiedades y características organolépticas. (Salas, 2015, p. 49)

## **1.5 Técnicas culinarias**

Técnicas culinarias es un instrumento básico de aprendizaje para quienes comienzan sus estudios en cocina y también para aquellas personas que sin estudiar en una escuela de hostelería quieren fundamentar técnica y científicamente las bases culinarias (Valverde, s.f.).

#### **a) Asar en las cenizas**

El asar al rescoldo corresponde a arrimar alimentos al fogón o barbacoa, para que se cocinen con la brasa menuda resguardada por la ceniza (González, 1991, p. 419).

Esta técnica es utilizada en la parroquia Honorato Vásquez para la cocción de tubérculos, choclos enteros envueltos en sus hojas, algunos arqueólogos sostienen que fue la manera primitiva de elaborar el pock corn o palomitas de maíz en épocas muy tempranas (Pazos, 2010, p. 24).



## **b) Fermentado**

Es un proceso bioquímico que involucra la presencia de microorganismos que transforman sustancias orgánicas en energía. Los alimentos y bebidas se fermentan con la finalidad de conservarlos o modificar propiedades como el sabor, todo es el resultado de la transformación de los azúcares en alcohol o etanol y dióxido de carbono. (cocina, 2013)

## **c) Tostado**

Según (Antúnez, 1985, p. 123) menciona que En épocas antiguas el tostado se lo realizaba enterrando los granos en el rescoldo o ceniza caliente. En Honorato Vásquez esta técnica es utilizada para tostar: cacao, café, maní, frejol, alverja. Además, una de las técnicas de conservación del maíz y la cañihua consiste en tostarlas en las callanas y luego molerlas en un batán (Pazos, 2010).

## **d) Alimentos envueltos dentro de hojas**

Termino que se les realiza a varios alimentos que se envuelven comúnmente en algunas variedades de hojas cuya finalidad es ayudar en la transportación de estos alimentos, se basa en diferentes rellenos se encuentran harinas, guisos, estos envueltos por lo general son sometidos a calor directo con el fin de cocinar el relleno.

## **1.6 Métodos de cocción y técnicas de cocción.**

Se define como técnicas de cocción a lo que nos permite se modificar los alimentos crudos mediante la aplicación de calor para su consumo. Muchos de estos alimentos que necesitan modificación química para poderse digerir y algunos que no es necesario someterlo a calor, pero mediante la cocción podemos cambiar características organolépticas, gracias a este proceso podemos hacerlos más sabrosos y apetitosos. (Pazos, 2010, p. 15)

En la investigación se obtuvo como resultado que algunos métodos que no se utilizan.

<b>Se usan</b>	<b>No se usan</b>
Asado directo e indirecto	Asar a las brasas directo
Leña	Salazón
Inducción	
Fritura	
Fermentación	

## **1.7 Provincia de Manabí**

Desde playas de bosque seco hasta verdes orillas de arena y sol, Manabí es la provincia con la mayor extensión de costas del Ecuador continental. Portoviejo, su capital, es una ciudad de 226 a 477 habitantes ubicada a 30 km del mar de Ecuador y a 35 km, en moderna y segura autovía, de la ciudad de Manta (Raymi, s.f.).

### **1.7.1. Historia de Manabí**

La parte sur de Manabí fue sede del señorío de Cancebí, mientras que la parte central y norte fue primero un reino indígena compuesto por confederaciones de tribus y estas a la vez por caseríos, aunque realmente existieron los caseríos de Pechance además del señorío principal, que según el historiador quiteño Juan de Velasco era el centro motor de la parte oriental (es decir Chone, Flavio Alfaro y El Carmen) de lo que se conocía con el nombre de Reino de Los Caras, entidad jurídica que tenía su sede y capital en el actual Bahía de Caráquez. La cultura Manteña (Capital: Jocay), se extendió desde el centro, al sur del territorio, formado por las siguientes tribus: Los Concebías, Apechiniques, Pichotas, Japotoes, Picozaes, Jarahuas, Machalilla, Pichuncis y Xipaxapas (Raymi, s.f.).

Durante el coloniaje español, en la primera mitad del siglo XVIII, la zona del antiguo Gobierno de Caráquez, y que hoy ocupan los cantones El Carmen, Chone, Sucre, Pedernales, Jama, San Vicente, Bolívar, Tosagua, Junín y Pichincha, pasó a ser jurisdicción de la Gobernación de Esmeraldas, regida por Pedro Vicente Maldonado. Y la zona del también antiguo reino de los Manta, que en la Colonia se llamaba "Partido o Tenencia de Portoviejo", y que hoy ocupan los cantones Portoviejo, Rocafuerte, Montecristi, Jaramijó, Manta, Santa Ana, Veinticuatro de Mayo, Olmedo, Jipijapa, Paján y Puerto López paso a formar parte de la Gobernación de Guayaquil. Por Manabí llegaron al país los sabios de la Misión Geodésica Francesa, presidida por Carlos de la Condamine, cuando el actual Ecuador se llamaba Real Audiencia de Quito, que el primero de marzo de 1736, desembarcaron en Manta (Raymi, s.f.).

Luego de sellada la Independencia del País del dominio español, el 24 de mayo de 1822, lo que hoy es Ecuador, con el nombre de Departamento del Sur, entró a formar parte de la Gran Colombia, fundada por el Libertador Simón Bolívar. En virtud de ello, al crearse las principales provincias de nuestra Nación, Bolívar hace la creación de lo que se llamó "Provincia de Portoviejo", el 2 de agosto de 1822, pero con esta creación no obtuvo personería Jurídica la

Provincia, ya que estaba regida por un Juez Político, que obedecía órdenes del Gobernador de Guayaquil. Poseía 2 cantones: Portoviejo y Montecristi (Raymi, s.f.).

La verdadera creación político-administrativa de la Provincia se operó dos años después, cuando el Congreso de Bogotá, presidido por el General Francisco de Paula Santander, promulgó la Primera Ley de División Territorial el 25 de junio de 1824, que lo otorgó la anhelada personería Jurídica a la Provincia, que pasó a denominarse Manabí. Esta Ley, desmembrando territorio de Portoviejo, aumenta un tercer cantón, Jipijapa, y al designar un Gobernador frente a la administración pública, colocó a Manabí en plano de igualdad con Provincia del Guayas. Se asentó la capital en la ciudad de San Gregorio de Portoviejo (Raymi, s.f.).

## **1.8 Cantón Santa Ana**

El cantón Santa Ana, se encuentra ubicado en el centro sur de la provincia de Manabí, se encuentra rodeado de un hermoso valle, ubicado al norte de cantón Portoviejo, al sur por los cantones Olmedo y 24 de mayo, al este con el cantón Pichincha, 24 de mayo, Jipijapa y Portoviejo. (Parroquial, 2018, p. 24 )

### **1.8.1 Clima**

El clima de Santa Ana es tropical seco con las estaciones de invierno y verano bien diferenciadas, su temperatura oscila entre 26 hasta 37 grados centígrados, sin embargo, su temperatura diaria alcanza unos 10 grados centígrados. (Ana, 2018)

### **1.8.2 Densidad poblacional**

La densidad poblacional del cantón es de 43,67 habitantes por km<sup>2</sup>, siendo la cabecera cantonal la de mayor densidad, 67,38 habitantes/km<sup>2</sup> y, la parroquia San Pablo de Pueblo Nuevo la de menor densidad poblacional, 23,93 habitantes/km<sup>2</sup> (Parroquial, 2018, p. 25).

### **1.8.3 Pobreza por necesidades básicas insatisfechas (NBI)**

Las necesidades básicas insatisfechas del cantón o pobreza por NBI, es de 92,62% del promedio cantonal, siendo la parroquia La Unión la de mayor pobreza, 98,7%; y, Santa Ana la de menor, 79,5% (Parroquial, 2018, p. 25).

#### **1.8.4 Extrema pobreza por NBI**

La extrema pobreza por necesidades básicas en el cantón tiene un promedio de 68,66%, la parroquia La Unión es la que mayor extrema pobreza demuestra, 86,4%; y, 54,8% la parroquia urbana Santa Ana (Parroquial, 2018, p. 25).

#### **1.9 Parroquia Honorato Vásquez**

La parroquia Honorato Vásquez se encuentra ubicada al centro sur de la provincia de Manabí, en el cantón Santa Ana, a 27 kilómetros de su cabecera cantonal. ¡Geográficamente a 80° 19' 17 de longitud Oeste ya 01° 12' De Latitud Sur y a 110 metros sobre el nivel del mar (Parroquial, 2018, p. 25).

- Norte: Parroquia San Plácido
- Sur: Parroquias Ayacucho, La Unión y San Pablo
- Este: Parroquia San Sebastián
- Oeste: Parroquia Ayacucho (Parroquial, 2018, p. 25).

##### **1.9.1 Creación.**

El ilustre consejo Municipal del Cantón Santa Ana en 1928 en uso de sus atribuciones legales basadas en la legislación de ese entonces decreta la creación de la parroquia Honorato Vásquez con los caseríos: Vásquez que se convertirá en la cabecera parroquial, el tigre, Canoa Vieja, Guayabamba, Guarumo, Guarumito, La Poza Honda, Los Platanales, Guayabe, Las Chacras, Tiberio, os Bocas, Losa Cuyeyes, Tabladas de las Pulgas, la Chontilla, Del Chuzo, La Saiba (Parroquial, 2018, p. 26).

##### **1.9.2 Historia**

La parroquia rural de Honorato Vásquez es importante mencionar algunos hechos históricos: En esa época de las comunidades solían comercializar en las ciudades de Portoviejo o Manta, productos como el café, caña, palma y tejían sombreros, estos eran transportados en balsas al cantón de Santa Ana (Parroquial, 2018, p. 26).

En 1935 se iniciaron las gestiones primeras para conseguir la parroquialización de Honorato Vásquez destacándose en las gestiones los señores Juan Ramón Pico, Máximo García Cedeño,

Eulises Pico y el presidente del Concejo de Santa Ana, Dr. José Vicente Almeida (Parroquial, 2018, p. 26).

Posteriormente el señor Horacio Sierra jefe político solicita al señor Luis Monge Notario Público para que elabore un informe con la demarcación de los linderos para enviar al Ministerio de Gobierno para su aprobación acompañada de una solicitud de los moradores de Vásquez pidiendo la reelección parroquial, entre las personas que se destacan constan: Alberto Elías Vélez, Honorato Mendoza (Parroquial, 2018, p. 26).

Con fecha 10 de Octubre de 1938 el entonces Presidente del Concejo señor Pedro Sierra eleva la siguiente comunicación: “El Concejo Cantonal que presido en sesión del día 6 de los corrientes, tomó en consideración la patriótica solicitud de ustedes relativa a conseguir se eleve a la categoría de parroquia ese importante caserío que desde algún tiempo viene reclamando un puesto en la vida de pueblo libre, desde el cual pueda manifestar las grandes aspiraciones de progreso y cultura a que están llamados los pueblos civilizados (Parroquial, 2018, p. 26).

### ***1.9.3 Aptitud agrícola***

Gran parte del territorio de la parroquia rural de Honorato Vásquez presenta laderas con fuertes pendientes, relieve irregular, suelos poco profundos en las partes altas y algo profundos en las secciones bajas. Los riesgos de erosión de los suelos en la zona presentan índices moderados y altos, esto refleja el grado potencial de susceptibilidad a la erosión. Casi en su totalidad la parroquia se halla intervenida, especialmente en los sectores de la rivera de los ríos que presentan los relieves más bajos y menores pendientes. Las precipitaciones características de la zona han favorecido el desarrollo de actividades agrícolas (Parroquial, 2018, p. 29).

De acuerdo a las aptitudes agrícolas de la parroquia rural de Honorato Vásquez, se puede identificar que un gran superficie de bosques que representan 82,92%, los mismos que se encuentran en las partes altas de la parroquia, también se evidencia los cultivos sin limitaciones con el 8,66% y los cultivos con limitaciones muy importantes con el 7,33%, como se observa en la tabla y mapa (Parroquial, 2018, pp. 29-30).

### ***1.9.4 Patrimonio cultural***

El Patrimonio Cultural está formado por los bienes culturales que la historia le ha dejado a un país y por aquellos ciudadanos en el presente le otorgan una especial y relevante importancia histórica, científica, simbólica o estética. Esta herencia dejada por nuestros antepasados y recibida

actualmente, viene a ser el claro testimonio de su existencia y visión del mundo (Parroquial, 2018, p. 65).

El Patrimonio Cultural se divide en 2 tipos de Patrimonios, los cuales son: Patrimonio Tangible se encuentran los Patrimonios Muebles e Inmuebles; Patrimonio Intangible es el Patrimonio Inmaterial (Parroquial, 2018, p. 65).

### 1.9.5 Patrimonio tangible

El Patrimonio Cultural Tangible Mueble está compuesto por todos los objetos que constituyen colecciones importantes. Existen muchos tipos de colecciones culturales, como, por ejemplo: Religiosos, Etnográficos, Tecnológicos, Históricos, Artísticos, Arqueológicos y todos aquellos que forman parte del origen artesanal o folclórico (Parroquial, 2018, p. 66).

De acuerdo a la información proporcionada por el instituto de patrimonio Cultural del Ecuador, tenemos un patrimonio Inmueble que es la Casa de Los Abuelos, vivienda vernácula, época de construcción Siglo XIX (1800 - 1899). El inmueble mantiene valores de interés simbólico y testimonial por su buena conservación a través de los años, convirtiéndose en un referente dentro del contexto histórico de la población de Santa Ana, lugar no solo de extracción del aguardiente, sino que en su derredor comenzaron las pequeñas tradiciones del cuento montubio (Parroquial, 2018, p. 66).

PATRIMONIO TANGIBLE	AMBITO
<p><b>CASA DE LOS ABUELOS.-</b> Patrimonio INMUEBLE, MANABÍ, SANTA ANA, HONORATO VASQUEZ (CAB. EN VASQUEZ), CALLES: VÍA AY ACUCHO - POZA HONDA / VÍA AY ACUCHO - POZA HONDA, ARQUITECTURA CIVIL, VIVIENDA, VERNÁCULA, SIGLO XIX (1800 - 1899), USO ACTUAL: RECREATIVO, ESTILO DOMINANTE: Republicano - Vernácula, 2 Pisos</p>	

**Figura 1-1:** Casa de los abuelos.

**Fuente:** INSTITUTO DE PATRIMONIO CULTURAL sistema de Información de Bienes Culturales del Ecuador SIBCE.

**Elaborado por:** Equipo Técnico Consultor.

Es conveniente que este tipo de infraestructura se le la debida conservación y mantenimiento ya que esto es parte de nuestras raíces culturales y que sea el gobierno que forma parte de su conservación (Parroquial, 2018, p. 66)

### **1.9.6 Patrimonio intangible**

El Patrimonio Intangible está constituido por esa parte invisible que está alojado en el espíritu de las culturas. Este tipo de patrimonios no se caracteriza por ser del tipo material, sino que por pertenecer a un tipo de enseñanza abstracta. La religiosidad popular, la medicina tradicional, los modos de vida, la poesía, los ritos y todas aquellas tecnologías tradicionales de nuestra tierra, forman parte de la cultura intangible (Parroquial, 2018, pp. 66-67).

Dentro del inventario cultural inmaterial del cantón Santa Ana están sus fiestas y celebraciones tradicionales y una de ellas es la Bajada de Los Reyes Magos que se realiza el 6 de enero de cada año (Parroquial, 2018, p. 67).

Las fiestas patronales se celebran en homenaje a la, Patrona Nuestra Señora Santa Ana. El cronograma de actividades religiosas tiene un recogimiento espiritual; iniciando con un quincenario en donde participan los feligreses del Cantón, instituciones como escuelas, colegios, universidades, clubes, gremios y el Gobierno Municipal quien aporta y participa de manera especial. En la parroquia rural de Honorato Vásquez, las mujeres se dedicaban a la elaboración de sombreros, ollas de barro, cucharas de mate, y petates, que con el pasar de los años esta tradición ha perdido espacio (Parroquial, 2018, p. 67).

### **1.10 Artesanías Manabitas**

Al igual que otras expresiones del arte popular como la música, comida, usos, versos, leyendas, etc., las artesanías son parte misma de la expresión artística de un pueblo, siendo ellas producto de la creatividad e inventiva del cerebro y las manos del hombre que le dan el toque de acabado y belleza, llevan también impreso la inspiración, espiritualidad y sentimientos de un pueblo, ellas hablan de cuanto es capaz y cuando se puede transformar en una bella obra de arte con los recursos naturales que el medio nos da y que muchas veces por desidia o falta de iniciativa y creatividad los desperdiciamos y no le damos el mínimo reciclaje (Alva, 2000, p. 148).

En una obra de arte se plasma la inteligencia e ingenio de las personas las manos del maestro artesano o artesana están presentes en todo el momento y lugar, en el rico o en el pobre, en el de tez blanca o negra, en la cocina en todo, es por eso que en las artesanías se retratan o se refleja en la explosión sensitiva y sutil de un pueblo que ama, que vive y que aspira sus cambios y su progreso integral; el mismo que muchos tienen que ver y descansa en el desarrollo artesanal, ya que por más que las máquinas y la cibernética pretenden sustituir la mano del hombre, no la

podrán en su totalidad, porque la maquina no imprime sentimientos y afectos, de allí que no se puede mirar con desdén o menosprecio una obra de arte (Alva, 2000, p. 148).

En la parroquia rural de Honorato Vásquez, las mujeres se dedicaban a la elaboración de sombreros, ollas de barro, cucharas de mate, y petates, que con el pasar de los años esta tradición ha perdido espacio (Parroquial, 2018, p. 76).

En 1989 la cooperativa de Producción Artesanal Solidaridad bajo la iniciativa del Padre Italiano Alberto Ferri, procedió a la capacitación de jóvenes en ebanistería y además donó maquinarias que trajeron desde Italia (Parroquial, 2018, p. 76).

Durante algunos años la cooperativa mantuvo un taller ubicado en la cabecera parroquial de Honorato Vásquez e inclusive abrieron un almacén en la ciudad de Portoviejo, para la venta de muebles y que posteriormente se cerró por falta de ventas la actividad artesanal no es una actividad económica substancial, sin embargo, es una actividad que tiene un gran potencial (Parroquial, 2018, p. 76).

Entre estas obras de arte tenemos:

Sombreros de paja toquilla	Cerámica de “la pila”
Sombreros, trenzas y petates de mocara	Artesanías en cabuya
Talabartería u objetos de cuero de vaca	Arte en bejuco piguigua o “mimbre”
Vasija de barro	Arte en zapan de plátano

(Alva, 2000, pp. 148-149-150-151).

### **1.11 Turismo**

En la parroquia se caracteriza por disponer de una potencial riqueza natural como son los balnearios, senderos, bosques entre otros, que permiten realizar el turismo rural. La represa de Poza Honda es uno de los puntos turísticos más importantes de la Parroquia y de la provincia de Manabí, es un atractivo que provoca la configuración de un microclima y el desarrollo de fauna de características especiales (Parroquial, 2018, p. 75).

Para el turismo Poza Honda es una gran laguna artificial de 12.5 kilómetros de largo y 1.200 metros promedio de ancho, rodeado de parajes solitarios y hermosos y lugares de especial atractivo como la isla de los pájaros y se encuentran gaviotas de origen marino que alternativamente emigran en los períodos de invierno o verano. En la estación invernal sobre todo en febrero por motivo del carnaval, la población local y nacional visitan los ríos, cascadas (Parroquial, 2018, p. 75).



## 1.12 Gastronomía tradicional

Todos los pueblos tienen cosas o asuntos que los distinguen o identifican, uno de ellos es su gastronomía tradicional o dichos de otra forma la comida tradicional, otros dicen criolla. Manabí, provincia costanera del Pacífico del Ecuador es una de aquellas que sobresale, no solo en el concierto nacional sino internacional por exquisitez y variedad de comida, considerada como una de las más ricas y apetecidas, capaz de poder competir con las mejores del mundo (Alva, 2000, p. 146).

Unido a la variedad y sabrosura, se le atribuye su calidad nutricional, pues es muy abundante en calorías; tiene como componente básico la materia prima que producen sus lindas campiñas, así entre otros de esos ingredientes está el maní que es un grano mantecoso u oleaginoso, al cual se le concede poderes afrodisiacos, es decir que estimula la potencia viril, es por eso que al manabita se lo conoce como un hombre exuberantemente dispuesto a la lívido y alta virilidad, bueno esto es lo que aquello es psicológico ya que estiman que no hay alimentos que puedan dominar o condicionar la lívido de la persona, entre los ingredientes más utilizados por el manaba está el plátano, producido en gran cantidad, y hasta lo exportan, como es el dominico y barraganete siendo este producto uno de los componentes básicos de esta comida criolla, debido a él gran consumo el manabita es considerado como “manaba come plátano”, otro ingrediente muy utilizado es la yuca con la que se preparan diversos platos y postres, de igual forma tenemos el maíz, con el cual se elaboran ricos platos y postres, tales como el Greñoso, un plato que se prepara en el sur, además lleva maní, pato o gallina criolla, se preparan las deliciosas tortillas de maíz, tamales y hayacas, y la sabrosa “chicha” de la santa que es una bebida o refrigerio (Alva, 2000, p. 146).

También en cuanto a las proteínas se consume en los platos común el pescado, camarón, guariches, res, chanco y lo más tradicional la “gallina criolla pata amarilla” que es el mejor menú de la mesa manabita. Pero uno de los platos más conocidos y por lo cual se lo identifica a los manabitas es al viche y la Salprietá, por lo cual se le dice la “tierra del viche y la Salprietá” (Alva, 2000, p. 146).

Platos tradicionales de Honorato Vázquez:

Viche de cangrejo de río	Sopa de pescado asoleado	Tonga de gallina criolla
Caldo y estofado de gallina criolla	Caldo de quilla de puerco con habas	Tambores de yuca

Cortadito de yuca	Hornado de mondongo y patas	Greñoso
Sopa y seco de gallina criolla	Hornado de cabeza de cerdo	Menestra de sangre de gallina
Cortadito de yuca	Majada	

Fuente: (Alva, 2000, p. 147).

### 1.13 Alimentación

Para (Alonso, 1995) menciona que la alimentación es un acto involuntario, en cual lleva acabo de manera consciente, es una de las decisiones libres del ser humano, pero se encuentra condicionado por muchos factores, sociales, culturales, biológicos, genéticos. Cada sociedad y cada persona tiene su tipología alimentación. (Alonso, 1995)

#### a). Agricultura

La agricultura es un tema clave para el desarrollo económico, gastronómico, debido al tamaño de la provincia, sobre todo su estabilidad climática, gracias a estos factores se registra una alta especialización en los productos agrícolas entre lo que podemos destacar son: (investManabí, 2015)

Café	Yuca	Choclo
Cacao	Cebolla blanca	Camote
Maracuyá	Habas	Zapallo
Caña de azúcar	Verde	Maní
Cebolla	Guineo	

Fuente: (investManabí, 2015)

## CAPÍTULO II

### 2. METODOLOGÍA

#### 2.1 Localización

La presente etnografía se realizó en la parroquia rural Honorato Vásquez del cantón Santa Ana, ubicada al centro sur de la provincia de Manabí.

#### 2.2 Temporalización.

Este trabajo de investigación tuvo la duración de 6 meses, tiempo que se levantó información sobre los aspectos culturales y las costumbres gastronómicas de la parroquia Honorato Vásquez.



**Figura 2-2:** Provincia de Manabí y sus cantones.

**Elaborado por:** Jonathan David Flores Moreira.

**Fuente:** GAD Parroquial Rural Honorato.

## **2.3 Variables.**

### **2.3.1. Identificación**

#### **a. Variable Dependiente.**

Gastronomía Tradicional

#### **b. Variable Independiente.**

Patrimonio cultural de la parroquia Honorato Vásquez

### **2.3.2. Descripción de las variables.**

#### **Gastronomía tradicional.**

Es la manifestación entre la cultura y tradiciones vivas con una continuidad histórica, originalidad de productos, técnicas y procedimientos, que se basa en la dieta de los habitantes de una zona especial. (Juárez, 2017)

#### **Patrimonio cultural de la parroquia Honorato Vásquez.**

El patrimonio cultural es el que se encuentra conformado por los bienes culturales que la historia le ha dejado aun país región, por ello habitantes le otorgan una especial y relevancia e importancia histórica. El patrimonio se divide en dos: (Vásquez, 2015, p. 65)

#### **Patrimonio tangible.**

Se encuentra compuesto por todos los bienes u objetos materiales en los que se constituyen colecciones importantes. Según el instituto de patrimonio cultural del Ecuador hace referencia a un patrimonio inmueble que puede ser la casa de los abuelos, el inmueble mantiene valores de interés simbólico y testimonial por encontrarse en buena conservación con el paso de los años lleno de historias y costumbres del dicho inmueble.

### **Patrimonio intangible.**

El patrimonio intangible hace referencia por la parte invisible del patrimonio, es el espíritu de la cultura, este patrimonio no se caracteriza por ser del tipo material, sino por pertenecer a un tipo de enseñanza abstracta, religiosa, popular, los modos de vida del individuo, ritos poesía, todo tipo de tecnologías tradiciones de nuestra tierra formando parte de una cultura intangible.

### **2.3.3. Operacionalización.**

**Tabla 1- 1 Operacionalización de las variables**

<b>VARIABLE</b>	<b>CATEGORÍA</b>	<b>INDICADOR</b>
Gastronomía Tradicional	Técnica culinaria	Hervido
		Asado
		Horneado
		Fritura
		Brasear
		Estofar
		Parrilla
		Baño maría
Patrimonio cultural de la parroquia Honorato Vásquez	Patrimonio intangible	Historia
		Festividades
		Vestimenta
		Gastronomía
		Costumbres
		Tradiciones

Elaborado por: Jonathan Flores

### **2.4 Tipos de investigación.**

En este trabajo investigativo se utilizó los siguientes tipos de investigación.

#### **2.4.1 Investigación aplicada.**

En la parroquia rural Honorato Vásquez se evidencia la pérdida de su cultura y tradiciones culinarias que existen en la parroquia, una de las principales causas es la emigración de los habitantes para mejorar su calidad de vida.

Los datos obtenidos en la investigación son de mucha importancia, ya permite conocer la importancia que se tiene en la alimentación y gastronomía, con el fin de impulsarla y mantenerla como patrimonio gastronómico de la parroquia.

#### **2.4.2 Investigación bibliográfica.**

Se ha recopilado información en diversas fuentes encontradas como en: libros, sitios web, documentos, proyectos, revistas parroquiales, lo cual permite complementar la investigación con temas sobre la población, su cultura, gastronomía, entre otros.

### **2.5 Métodos de investigación.**

#### **2.5.1. Método teórico.**

Según (Martinez, Raúl, Rodriguez, Eddy, 2008) el método teórico es el que permite descubrir en el objeto de investigación las relaciones esenciales y las cualidades fundamentales, no detectables de manera que pueda percibirse con los sentidos, para ello se apoya en los procesos de análisis, síntesis, inducción y deducción. (Martinez, Raúl, Rodriguez, Eddy, 2008)

#### **2.5.2. Método empírico.**

Según (Martinez, Raúl, Rodriguez, Eddy, 2008) este método ayuda en el proceso de la investigación con la experiencia. Estos métodos posibilitan revelar las relaciones esenciales y las características fundamentales del objetivo de estudio, de procedimientos prácticos con el objeto y diversos medios de estudios. (Martinez, Raúl, Rodriguez, Eddy, 2008)

### **2.6 Instrumentos.**

#### **2.6.1 La entrevista**

Según (Ruíz, 2010) es una técnica para obtener datos que consisten en un dialogo entre dos personas, se realiza con el fin de obtener información de parte de este, que es, por lo general, una persona entendida en la materia de la investigación.

Para que una entrevista obtenga éxito es preciso prestar atención a una serie de factores aparentemente menores, pero que en la práctica son decisiones para un correcto desarrollo del trabajo. Así, es importante que la apariencia exterior del entrevistador resulte adecuada al medio

social donde habrá de formular sus preguntas, evitando innecesarias reacciones de temor, agresividad o desconfianza (Behar, 2008, p. 56).

### **2.6.2 *La encuesta.***

Según (Behar, 2008, p. 62) menciona que la encuesta se refiere a la recolección de información de una proporción de la población de interés, dependiendo el tamaño de la muestra en el propósito del estudio.

La información es recogida usando procedimientos estandarizados de manera que a cada individuo se le hacen las mismas preguntas en más o menos la misma manera. La intención de la encuesta no es describir los individuos particulares quienes, por azar, son parte de la muestra, sino obtener un perfil compuesto de la población. El tamaño de muestra requerido en una encuesta depende en parte de la calidad estadística necesaria para establecer los hallazgos; esto a su vez está relacionado en como esos hallazgos serán usados (Behar, 2008, p. 62).

## **2.7 Grupos de estudio.**

### **2.7.1. *Población.***

Según (tamayo, 1997, p. 24) la población se define a la totalidad de personas a estudiar, donde dichos sujetos poseen características comunes o similares, con lo que nos permite dar un inicio a los antecedentes de la investigación. (tamayo, 1997, p. 24)

### **2.7.2. *Muestra.***

Según (tamayo, 1997, p. 38) la muestra se define como la que puede determinar la problemática ya que es capaz de generar datos con los que nos permiten identificar las fallas dentro de los procesos. (tamayo, 1997, p. 38)

### **2.7.3. Grupos de estudio.**

La parroquia rural Honorato Vásquez tiene 5.886 habitantes según los datos del último censo poblacional del 2010 para obtener datos reales que ayuden en la presente etnografía se consideró un rango poblacional entre 15 a 49 años debido a que este grupo de personas son aquellas que se consideran idóneas para la realización de este trabajo ya que se puede contar con los dos grupos de personas: las jóvenes que van desde los 15 a 21 años y los adultos que son de 22 a 49 años los cuales ayudaron a realizar una comparación entre tradiciones culinarias antiguas y actuales, diferentes recetas tradicionales, su preparación ancestral y las modificaciones que han tenido estos platillos.

### **2.7.4. Fórmula estadística**

Se utilizó la siguiente fórmula.

Dónde:

- N = Total de la población
- $Z_{\alpha} = 1.96$  al cuadrado (si la seguridad es del 95%)
- p = proporción esperada (en este caso 5% = 0.05)
- q = 1 – p (en este caso 1-0.05 = 0.95)
- d = precisión (en su investigación 5%).



### 2.7.5. Grupo de la muestra

Tabla 1- 2 Distribución de la encuesta

#### a). Muestra de encuestas

Para la muestra de estudio se tomó en cuenta la población entre 15 a 49 años siendo un total de 2640 personas.

Una vez aplicada la fórmula se determina realizar 71 encuesta.

$$n = \frac{N * Z^2 p * q}{d^2 * (N - 1) + Z^2 * p * q}$$

$$n = \frac{2640 * 1.96^2 * 0.05 * 0.95}{0.05^2 * (2640 - 1) + 1.96^2 * 0.05 * 0.95}$$

$$n = \frac{2640 * 3.84 * 0.05 * 0.95}{0.0025 * 2639 + 3.84 * 0.05 * 0.95}$$

$$n = \frac{481.54}{6.60 + 0.18}$$

$$n = \frac{481.54}{6.78}$$

$$n = 71 \text{ Encuestas}$$

**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.

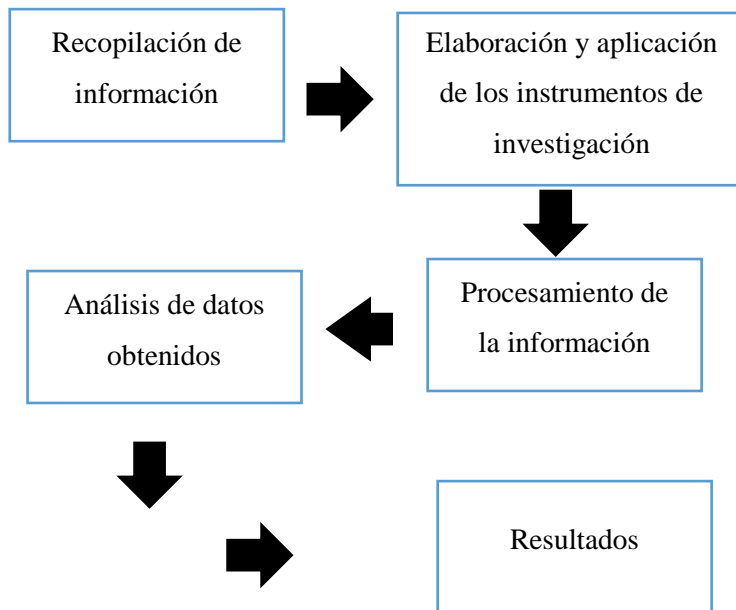
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.

#### b). Grupo muestra entrevista

Se realizó las entrevistas a un grupo focal de 10 personas portadoras del conocimiento necesario para complementar la investigación y reconocidas por los moradores de la parroquia.

## 2.8 Diagrama de procesos

Para el desarrollo de este trabajo de investigación etnográfica, se aplicó el siguiente proceso:



**Gráfico 2-1 Diagrama de Procesos**  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.

### ***2.8.1. Descripción de procesos.***

Para esta investigación se describe los recursos que se utilizaron con el fin de recolectar información para el procesamiento, la tabulación y los respectivos análisis de los resultados.

## CAPÍTULO III

### 3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 3.1 Recopilación de información acerca de cultura y tradiciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez.

Tabla 1- 3 información de autores

Autor	Detalle
Alva Eumeny libro Vivo folklore Manabita un compendio de cultura popular "Calceta"	costumbres Manabitas Hablar de las costumbres de un pueblo es trasladar el ancestral pasado cultural del comportamiento de un pueblo o los momentos actuales, son una herencia, algo así como genético que lo viene trayendo un pueblo desde sus antepasados, que lo conserva y preserva, que lo mantiene vigente y que no lo deja desaparecer o morir, así es el manabita, las trae las lleva a donde le toque ir, son parte de su vida misma, son sus vivencias cotidianas, sus pensares, sentires y decires, es su oficio, comida, sus versos, arte comportamiento, usos, música y todo aquello cuanto le es consustancial y necesario para su vida. Sin lugar a duda hay que admitir que existen costumbres ancestrales
Ochoa, Karina; Santamaría, Arturo Sitio web Cultura gastronómica <a href="http://web.uaemex.mx/Culinaria/tres_ne/articulo_08.pdf">http://web.uaemex.mx/Culinaria/tres_ne/articulo_08.pdf</a>	Cultura Gastronómica La cultura está constituida por múltiples prácticas sociales que se convierten en costumbres, hábitos, comportamientos y tradiciones, las cuales son transmitidas de una generación a otra, presentando características y significados de acuerdo a la sociedad donde se generan.
Montecino Sonia Libro Fuegos, hornos y donaciones, alimentación	Cocina y cultura cocina y cultura bien pueden ser sinónimas ya que la cocina juega un lugar esencial en la cultura, ya que a través de esta se representan los sabores, gustos, costumbres, tradiciones, valores, etc., los cuales

	<p>se ven inmiscuidos al momento de preparar un alimento, en los utensilios de cocina con sus significados y funciones de acuerdo al entorno, en la organización y motivo para su elaboración, y en las distintas costumbres y tradiciones que lo acompañan</p>
<p>Guía virtual turismo accesible Sitio web <a href="http://turismoaccesible.ec/site/information/region-costa/manabi/cultura-y-tradiciones/">http://turismoaccesible.ec/site/information/region-costa/manabi/cultura-y-tradiciones/</a></p>	<p>Cultura manabita El manabita tiene particularidades únicas, que se reflejan en sus festividades donde se mezclan lo religioso con lo pagano, herencia de pueblos europeos que se entrelazan con las costumbres de los aborígenes que habitaron esta fértil tierra. Fiestas como San Pedro y San Pablo, y los famosos rodeos montubios, que tienen su origen en el herraje y doma de reses y potros en las haciendas, son muestras de la cultura típica manabita</p>
<p>Salas Francisco libro Técnicas en cocina “Madrid”</p>	<p>Métodos culinarios Son procesos que engloban tanto en crudo y en frío, como aquellas técnicas que se emplean el calor para transformar los alimentos con el objetivo de hacerlos digeribles, atractivos o apetecibles a la hora de presentarlos en un plato ante el comensal.</p>
<p>Valverde fina Libro Técnicas culinarias</p>	<p>Técnicas Culinarias Es un instrumento básico de aprendizaje para quienes comienzan sus estudios en cocina y también para aquellas personas que sin estudiar en una escuela de hostelería quieren fundamentar técnica y científicamente las bases culinarias</p>
<p>Gap parroquial proyecto plan de desarrollo y ordenamiento territorial de la parroquia Honorato Vásquez del cantón Santa Ana provincia de Manabí</p>	<p>La parroquia rural de Honorato Vásquez Es importante mencionar algunos hechos históricos: En esa época de las comunidades solían comercializar en las ciudades de Portoviejo o Manta, productos como el café, caña, palma y tejían sombreros, estos eran transportados en balsas al cantón de Santa Ana.</p>

**Fuente:** Información obtenida por fuentes bibliográficas

**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.

### 3.2 Identificación de las preparaciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez

Tabla 1- 4 Preparaciones gastronómicas




Platos	Vigentes	En peligro	Tradicional / típica	Cotidiano o festivo	Tipo Preparación	Ingredientes	
						Nativo	insertado
Viche de camarón	X		Típica	Semana santa	Ancestral	X	X
Caldo de gallina	X		Típica	Sábados, domingos	Ancestral	X	X
Cortadito de yuca		X	Tradicional	Cosechas	Ancestral	X	
Sopa de pescado asoleado	X		Tradicional	Semana santa	Ancestral	X	
Caldo de quilla de puerco con habas	X		Típica	Entre semanas	Moderna	X	X
Seco de gallina criolla	X		Típica	Sábados, domingos	Moderna	X	
Hornado de cabeza de cerdo	X		Tradicional	Fiestas patronales	Ancestral	X	
Majada	X		Típica	Domingos	Ancestral	X	
Tonga de gallina criolla	X		Típica	Domingos	Moderna	X	
Tambores de yuca		X	Tradicional	Cuando se reunía la familia	Ancestral	X	
Menestra de sangre de gallina con menudencia		X	Típica	Se realizaba para evitar anemias, como remedio natural	Moderna	X	
Greñoso		X	Típica	Se realizaban entre semanas	Moderna	X	X
Hornado de mondongo y patas de res		X	tradicional	Fiestas patronales	Ancestral	X	X

Fuente: Información obtenida por Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vásquez.

Elaborado por: Jonathan Flores, 2019.

### 3.3 Estandarización de platos tradicionales de la parroquia Honorato Vásquez

#### CORTADITO DE YUCA

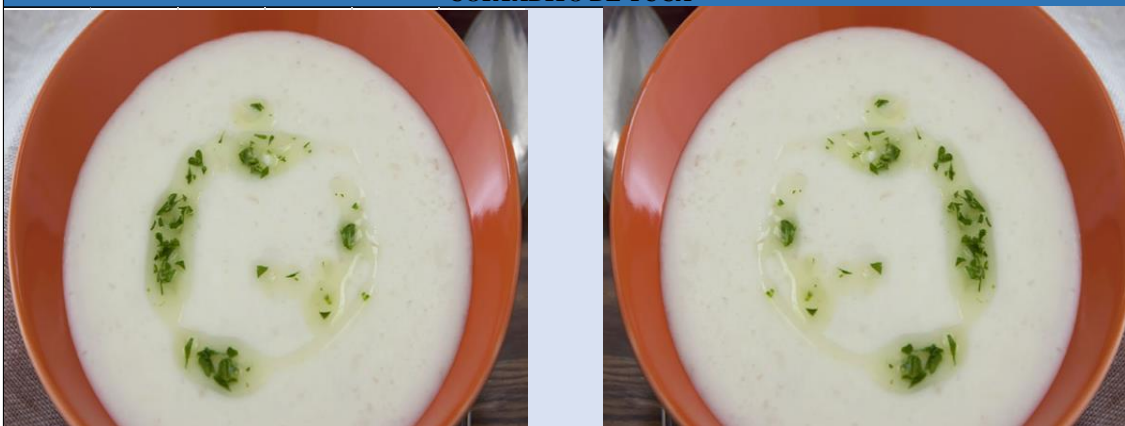
	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
<b>RECETA</b>				
<b>CORTADITO DE YUCA</b>				
				
<b>RECETA ESTÁNDAR</b>				
<b>PORCIONES</b>	4	<b>CORTADITO DE YUCA</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	ENTRADA			LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	40 min			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICAS EMPÍRICAS</b>
yuca	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	TROCEADA
leche pura	1000	ml	LAVADO, DESINFECTADO	CUATRO TAZAS
limón	5	ml	LAVADO, DESINFECTADO	TRES LIMONES
cebolla de hoja	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADO
achiote	0,5	ml	LAVADO, DESINFECTADO	
sal	c/n			
pimienta	c/n			
<b>PROCEDIMIENTO</b>				
Se corta la yuca en trozos, se lleva a ebullicion hasta que se cocine, se le añade leche, se realiza un sofrito con el queso se le añade a la sopa, utilizamos sal para darle sabor.				

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019



**RECETA**  
**CORTADITO DE YUCA**



**RECETA ESTÁNDAR**

<b>PORCIONES</b>	4	<b>CORTADITO DE YUCA</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	COCCIÓN MEDIO
<b>TIPO</b>	ENTRADA			LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	40 min			




INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	TÉCNICA CULINARIA
yuca	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	DADOS LARGOS
leche pura	1000	ml	LAVADO, DESINFECTADO	PAUSTERIZADA
limón	5	ml	LAVADO, DESINFECTADO	ZUMO
cebolla de hoja	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADA
achiote	0,5	ml	LAVADO, DESINFECTADO	
sal	c/n			
pimienta	c/n			

**PROCEDIMIENTO**

Cortamos en dados grandes y cocinamos la yuca, procedemos a hervir la leche pura una vez que haya hervido incorporamos el limón en la leche y esperamos hasta que se corte , en un sartén procedemos a realizar un refrito de la cebolla de hoja le incorporamos en la preparación, se rectifican sabores, servimos caliente

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.

## VICHE DE CAMARÓN DE RIO

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
<b>RECETA</b> <b>VICHE DE CAMARÓN DE RIO</b>				
				
<b>RECETA ESTÁNDAR</b>				
<b>PORCIONES</b>	1	<b>VICHE DE CAMARÓN DE RIO</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	ENTRADA			LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	40 min			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TECNICA EMPIRICA</b>
camarón	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	UN CAMARON GRANDE
maní	10	g	LAVADO, DESINFECTADO	PASTA
yuca	40	g	LAVADO, DESINFECTADO	TROCEADA
choclo	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	SANCOCHADO
maduro	10	g	LAVADO, DESINFECTADO	CORTADO
cebolla	5	g	LAVADO, DESINFECTADO	PICADO PARA SOFRITO
pimiento	5	g	LAVADO, DESINFECTADO	PICADO PARA SOFRITO
achiote	0,5	ml	LAVADO, DESINFECTADO	
ajo	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	UN DIENTE PELADO
sal	c/n			
pimienta	c/n			
agua	c/n			
<b>PROCEDIMIENTO</b>				
Se realiza un sofrito con achiote, cebolla, ajo, pimiento, se le adiciona agua, maní, se cocina la yuca, se adicono el maduro, el camarón se da sabor con sal se sirve con arroz				

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores Moreira 2018.





**RECETA  
VICHE DE CAMARÓN DE RIO**



**RECETA ESTÁNDAR**

<b>PORCIONES</b>	1	<b>VICHE DE CAMARÓN DE RIO</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	ENTRADA			LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	40 min			




INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	TECNICA CULINARIA
camarón	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	UNA PORCION
maní	10	g	LAVADO, DESINFECTADO	EN PASTA CON ACHIOTE
yuca	40	g	LAVADO, DESINFECTADO	DADOS GRANDES
choclo	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	medias luna
maduro	10	g	LAVADO, DESINFECTADO	DADOS GRANDES
cebolla	5	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISSE FINO
pimiento	5	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISSE FINO
achiote	0,5	ml	LAVADO, DESINFECTADO	
ajo	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	
sal	c/n			
pimienta	c/n			
agua	c/n			

**PROCEDIMIENTO**

realizamos un refrito con achiote, cebolla, ajo, pimiento en brunoise, incorporamos agua, maní, yuca hasta que se cocine, procedemos a cocinar el camarón en el viche con el maduro, realizamos una rectificación de sabores servimos con arroz y verde asado.

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.

## AGUADO DE PESCADO ASOLEADO

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
<b>RECETA</b>				
<b>AGUADO DE PESCADO ASOLEADO</b>				
				
<b>RECETA ESTÁNDAR</b>				
<b>PORCIONES</b>	1	<b>AGUADO DE PESCADO ASOLEADO</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	ENTRADA			LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	30			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TECNICA EMPIRICA</b>
albacora	30	g	LAVADO, DESINFECTADO	SALADO
arroz	15	g	LAVADO, DESINFECTADO	COCINADO
maní	5	g	LAVADO, DESINFECTADO	PASTA
cebolla	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADA
pimiento	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADA
cilantro	0.5	g	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADA
ajo	0.5	g		REPICADA
sal	c/n			
pimienta	c/n			
<b>PROCEDIMIENTO</b>				
Se deja secar la albacora en el sol como mínimo 3 días, se deja desahuar el pescado hasta que pierda parcial la sal una vez realizado ese procedimiento comensamos, se realiza un refrito, se le adiciona el agua, maní, arroz hasta que se cocine cuando el grano de arroz se abra, se incorpora el pescado, se espera hasta que se cocine todos los ingredientes se sirve con plátano asado.				

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flore 2019.



**RECETA**  
**AGUADO DE PESCADO ASOLEADO**



**RECETA ESTÁNDAR**

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	TECNICA CULINARIA
albacora	30	g	LAVADO, DESINFECTADO	SALAZÓN DESIDRATAACION
arroz	15	g	LAVADO, DESINFECTADO	BLANQUEADO
maní	5	g	LAVADO, DESINFECTADO	PASTA
cebolla	1	ug	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO
pimiento	1	ug	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO
cilantro	0.5	ug	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO
ajo	0.5	ug		BRUNOISE FINO
sal	c/n			
pimienta	c/n			

**PROCEDIMIENTO**

comenzamos cubriendo el pescado de sal, una vez todo cubierto ponemos a secar en el sol de dos a 3 días a los 3 días lo dejamos en agua por un día cambiándole constantemente el agua, al día siguiente se realiza el mismo procedimiento pero con leche, realizamos un refrito con achiote, cebolla, ajo, pimiento en brunoise, esperamos hasta que cristalice incorporamos agua, maní, el arroz hasta que se cocine, a medida de que se vaya espesando, cocinamos el pescado en el aguado rectificamos sabores servimos con plátano asado.

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
**Elaborado por:** Jonathan Flore 2019.

## CALDO DE GALLINA CRIOLLA

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
<b>RECETA</b>				
<b>CALDO DE GALLINA CRIOLLA</b>				
				
<b>RECETA ESTÁNDAR</b>				
<b>PORCIONES</b>	1	<b>CALDO DE GALLINA CRIOLLA</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	ENTRADA			LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	1:30			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TECNICA EMPIRICA</b>
gallina criolla	200	G	LAVADO, DESINFECTADO	UNA PRESA
yuca	50	G	LAVADO, DESINFECTADO	TROCEADA
cebolla blanca	1	G	LAVADO, DESINFECTADO	PICADA
cilantro	1	G	LAVADO, DESINFECTADO	PICADO
sal	c/n		LAVADO, DESINFECTADO	
pimienta	c/n		LAVADO, DESINFECTADO	
<b>PROCEDIMIENTO</b>				
Se cocina la gallina con bastante agua, troceamos la yuca, una vez cocinadole picamos cebolla y cilantro, incorporamos sal y pimienta				

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.



**RECETA**  
**CALDO DE GALLINA CRIOLLA**



**RECETA ESTÁNDAR**

<b>PORCIONES</b>	1			<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	ENTRADA				LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	1:30	<b>CALDO DE GALLINA CRIOLLA</b>			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TECNICA CULINARIA</b>	
gallina criolla	200	g	LAVADO, DESINFECTADO		
yuca	50	g	LAVADO, DESINFECTADO	BASTONES	
cebolla blanca	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADA	
cilantro	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADA	
sal	c/n		LAVADO, DESINFECTADO		
pimienta	c/n		LAVADO, DESINFECTADO		

**PROCEDIMIENTO**

Ponemos a hervir las presas de gallina en una olla con bastante agua en horno de leña, llevar a ebullición por aproximadamente una hora, incorporamos la yuca hasta que se cocine, una vez que haya ablandado las presas y la yuca adicionamos cilantro, cebolla de hoja, rectificamos sabores servimos con verde asado, arroz.

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.

## CALDO DE QUILLA

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
<b>RECETA</b> <b>CALDO DE QUILLA DE CERDO</b>				
				
<b>RECETA ESTÁNDAR</b>				
<b>PORCIONES</b>	2	<b>CALDO DE QUILLA DE CERDO</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	ENTRADA			LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	30			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA EMPÍRICA</b>
cadera de cerdo	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	TROCEADA
yuca	50	g	LAVADO, DESINFECTADO, PELADO	TROCEADA
zanahoria	30	g		
habas costeñas	40	g		TROZOS
pmiento	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	
ajo	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	PICADA
achote	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	PICADA
cebolla	20	g	LAVADO, DESINFECTADO	PICADA
sal	c/n	g		
pimienta	c/n	g		MOLIDA
<b>PROCEDIMIENTO</b>				
En una olla con agua caliente se proce a cocinar la cadera de cerdo por aproximadamente 20 minutos se incorpora la yuca, zanahoria, habas, se reliza un refrito, serectifica sabores se sirve con arroz y platanó asado				

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.



**RECETA**  
**CALDO DE QUILLA DE CERDO**



**RECETA ESTÁNDAR**



<b>PORCIONES</b>	2			<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	ENTRADA				LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	30	<b>CALDO DE QUILLA DE CERDO</b>			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA CULINARIA</b>	
Cadera de Cerdo	200	G	LAVADO, DESINFECTADO	OCTAVOS	
Yuca	50	G	LAVADO, DESINFECTADO, PELADO	BASTONES	
Zanahoria	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	RÓNDELAS	
Habas Costeñas	40	G	LAVADO, DESINFECTADO		
Pimiento	1	G	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
Ajo	1	G	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
Achiote	1	G	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
Cebolla	20	G	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
Sal	c/n	G			
Pimienta	c/n	G		MOLIDA	
<b>GUARNICIÓN</b>					
Verde	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	ASADO	
Arroz	80	G	LAVADO, DESINFECTADO	PILAF	

**PROCEDIMIENTO**

En una olla con agua caliente se proce a cocinar la cadera de cerdo por aproximadamente 20 minutos se incorpora la yuca, zanahoria, habas, se reliaza un refrito, serectifica sabores se sirve con arroz y platano asado

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.

## GREÑOSO

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>	
---	--	---

### RECETA GREÑOSO



#### RECETA ESTÁNDAR

PORCIONES	3	<b>GREÑOSO</b>		MÉTODO CULINARIO	COCCIÓN MEDIO
TIPO	FUERTE				LIQUIDO
TIEMPO	1:30				
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA EMPÍRICA</b>	
carne de res	50	G	LAVADO, DESINFECTADO	TROCEADO	
cerdo	50	G	LAVADO, DESINFECTADO	TROCEADO	
pollo	50	G	LAVADO, DESINFECTADO	TROCEADO	
maíz	200	G	LAVADO, DESINFECTADO	HARINA	
maní	75	G	LAVADO, DESINFECTADO	PASTA	
pimiento	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	TROZOS	
cebolla	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	TROZOS	
cebolla blanca	20	G	LAVADO, DESINFECTADO	TROZOS	
sal	c/n	G			
pimienta	c/n	G		MOLIDO	

#### PROCEDIMIENTO

Poner a hervir en agua suficiente las carnes y el pollo, condimentar con los aliños y parte de las cebollas hasta obtener un caldo: cuando ya esten las carnes, sacarlas y desmenuzarlas. Luego de esto la hraina de maiz hay que desaguarla para poder cocinarla en el caldo que quedo de las carnes: junto con se desagua el mani y hay que revolverlo continuamente para que nose pegue. Picar las cebollas, el pimiento y hacer un refrito para que luego se agregue la mezcla junto con las carnes desmenuzadas: todo esto se deja hervir hasta que este listo. Luego se extiende en bandeja larga para cuando enfrie poder partirlo en cuadritos: pero antes de esto se ponen las pasas y los huevos duros en rodajas.

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.





**RECETA  
GREÑOSO**



**RECETA ESTÁNDAR**

<b>PORCIONES</b>	3			<b>MÉTODO CULINARIO</b>	COCCIÓN MEDIO
<b>TIPO</b>	FUERTE				LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	1:30	<b>GREÑOSO</b>			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA CULINARIA</b>	
Carne de Res	50	G	LAVADO, DESINFECTADO	DADOS MEDIANOS	
Cerdo	50	G	LAVADO, DESINFECTADO	DADOS MEDIANOS	
Pollo	50	G	LAVADO, DESINFECTADO	DESMECHADO	
Maíz	200	G	LAVADO, DESINFECTADO	HARINA	
Maní	75	G	LAVADO, DESINFECTADO	PASTA	
Pimiento	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
Cebolla	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
Cebolla Blanca	20	G	LAVADO, DESINFECTADO		
Sal	c/n	G			
Pimienta	c/n	G		MOLIDO	
<b>GUARNICION</b>					
PASAS	60	G	LAVADO, DESINFECTADO		
HUEVO	3	U	LAVADO, DESINFECTADO	COCIDO 10 MINUTOS	



**PROCEDIMIENTO**

hervirnos en suficiente agua las carnes y el pollo, condimentamos con los aliños y parte de las cebollas hasta obtener un caldo: cuando ya estén las carnes, sacarlas y desmenuzarlas. Luego de esto la harina de maíz hay que desaguarla para poder cocinarla en el caldo que quedo de las carnes: junto con se desagua el maní y hay que revolverlo continuamente para que no se pegue. Picar las cebollas, el pimiento y hacer un refrito para que luego se agregue la mezcla junto con las carnes desmenuzadas: todo esto se deja hervir hasta que este listo. Luego se extiende en bandeja larga para cuando enfrí poder partirlo en cuadritos, guarnecemos con pasas y los huevos duros en rodajas.

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.

## SECO DE GALLINA CRIOLLA

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
<b>RECETA</b>				
<b>SECO DE GALLINA CRIOLLA</b>				
				
<b>RECETA ESTÁNDAR</b>				
<b>PORCIONES</b>	1	<b>SECO DE GALLINA CRIOLLA</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	FUERTE			LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	1:30			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA EMPÍRICA</b>
gallina criolla	200	G	LAVADO, DESINFECTADO	UNA PRESA
yuca	50	G	LAVADO, DESINFECTADO, PELADO	TROCEADA
cebolla colorada	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	MACHACADA
tomate	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	MACHACADA
pimiento	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	MACHACADA
ajo	1	G	LAVADO, DESINFECTADO	MACHACADO
achiote	1	G	LAVADO, DESINFECTADO	MACHACADO
naranja	20	G	LAVADO, DESINFECTADO	MACHACADO
raspadura	10	G		DILUIDA
sal	c/n	G		
pimienta	c/n	G		MOLIDA
<b>PROCEDIMIENTO</b>				
<p>En una licuadora se extrae el zumo de la naranja, en una olla se realiza un almibar con la raspadura, se le adiciona el zumo de la naranja, se licua cebolla, tomate, pimiento, se dora las presas previamente adobadas, se incorpora el licuado, el almibar de naranja con raspadura, la yuca se deja hervir hasta que la yuca se incorpora cilantro servimos con arroz amarillo.</p>				

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.



**RECETA**  
**SECO DE GALLINA CRIOLLA**



**RECETA ESTÁNDAR**

PORCIONES	1			MÉTODO CULINARIO	COCCIÓN MEDIO
TIPO	FUERTE				LIQUIDO
TIEMPO	1:30	SECO DE GALLINA CRIOLLA			
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	TÉCNICA CULINARIA	
Gallina Criolla	200	G	LAVADO, DESINFECTADO,	1/8 DE GALLINA	
Yuca	50	G	LAVADO, DESINFECTADO, PELADO	BASTONES	
Cebolla Colorada	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	LICUADO	
Tomate	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	LICUADO	
Pimiento	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	LICUADO	
Ajo	1	G	LAVADO, DESINFECTADO	LICUADO	
Achiote	1	G	LAVADO, DESINFECTADO	LICUADO	
Naranja	20	G		LICUADO	
Raspadura	10	G		ALMÍBAR	
Sal	c/n	G			
Pimienta	c/n	G			
GUARNICIÓN					
Arroz	80	G	LAVADO, DESINFECTADO	PILAF	

**PROCEDIMIENTO**

En una licuadora se extrae el zumo de la naranja, en una olla se realiza un almibar con la raspadura, se le adiciona el zumo de la naranja, se licua cebolla, tomate, pimiento, se dora las presas previamente adobadas, se incorpora el licuado, el almibar de naranja con raspadura, la yuca se deja hervir hasta que la yuca, se incorpora cilantro servimos con arroz amarillo.

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.

## MENESTRA DE SANGRE DE GALLINA CRIOLLA

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
<b>RECETA</b>				
<b>MENESTRA DE SANGRE DE GALLINA CRIOLLA</b>				
<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>				
<b>RECETA ESTÁNDAR</b>				
<b>PORCIONES</b>	6	<b>MENESTRA DE SANGRE DE GALLINA CRIOLLA</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>COCCIÓN MEDIO</b>
<b>TIPO</b>	FUERTE			LIQUIDO
<b>TIEMPO</b>	30			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA EMPÍRICA</b>
sangre de gallina	300	ml	LAVADO, DESINFECTADO	REFRITAR SANGRE
menudencia	440	g	LAVADO, DESINFECTADO	PICAR
pechuga	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	DESMECHAR
plátano	250	g	LAVADO, DESINFECTADO	SANCOCHAR
pimiento	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	SOFREÍR
cebolla	0.5	g	LAVADO, DESINFECTADO	SOFREÍR
ajo	0.5	g		
sal	c/n			
pimienta	c/n			MACHACADA
<b>PROCEDIMIENTO</b>				
En una olla sofreímos cebolla, pimiento, ajo, incorporamos el verde con agua, las menudencias, el pollo, una vez que se cocine el verde				

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.



**RECETA**

**MENESTRA DE SANGRE DE GALLINA CRIOLLA**



**RECETA ESTÁNDAR**

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	TÉCNICA CULINARIA
sangre de gallina	300	ml	LAVADO, DESINFECTADO	SOFREÍR CON REFrito
menudencia	440	g	LAVADO, DESINFECTADO	CORTE DADOS MEDIOS
pechuga	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	DESMECHADA
plátano	250	g	LAVADO, DESINFECTADO	COCINADO
pimiento	1	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE MEDIO
cebolla	0.5	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE MEDIO
ajo	0.5	g		
sal	c/n			
pimienta	c/n			
<b>GUARNICIÓN</b>				
Arroz	400	G	LAVADO, DESINFECTADO	PILAF
Tomate	150	G	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE MEDIO
Limón	1	ML	LAVADO, DESINFECTADO	ZUMO

**PROCEDIMIENTO**

En una olla se realiza un refrito con la cebolla, el pimiento y el ajo, una vez se cristalice, se incorpora la menudencia del pollo con la pechuga, se incorpora agua hasta q cocine, una vez cocinado se le adiciona el plátano licuado, una vez cocinada la pechuga se le desmecha, la menudencia se le replica y se le añade la sangre de la gallina hasta que se cocine se rectifican sabores se sirve con arroz, encurtido.

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.



## HORNADO DE CABEZA DE CERDO

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



### RECETA

#### HORNADO DE CABEZA DE CERDO



#### RECETA ESTÁNDAR

<b>PORCIONES</b>	12	<b>HORNADO DE CABEZA DE CERDO</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	COCCIÓN LENTA
<b>TIPO</b>	fuerte			
<b>TIEMPO</b>	8 horas			
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	TÉCNICA EMPERICA
cabeca de cerdo	6000	g	LAVADO, DESINFECTADO	LIMPIA DESPEDAZADA
maduro	2500	g	LAVADO, DESINFECTADO	PELADOS
yuca	2600	g	LAVADO, DESINFECTADO	PELADA
pimiento	300	g	LAVADO, DESINFECTADO	TROZOS
cebolla	454	g	LAVADO, DESINFECTADO	TROZOS
ajo	250	g	LAVADO, DESINFECTADO	TROZOS
cebolla blanca	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	TROZOS
sal	c/n		LAVADO, DESINFECTADO	

#### PROCEDIMIENTO

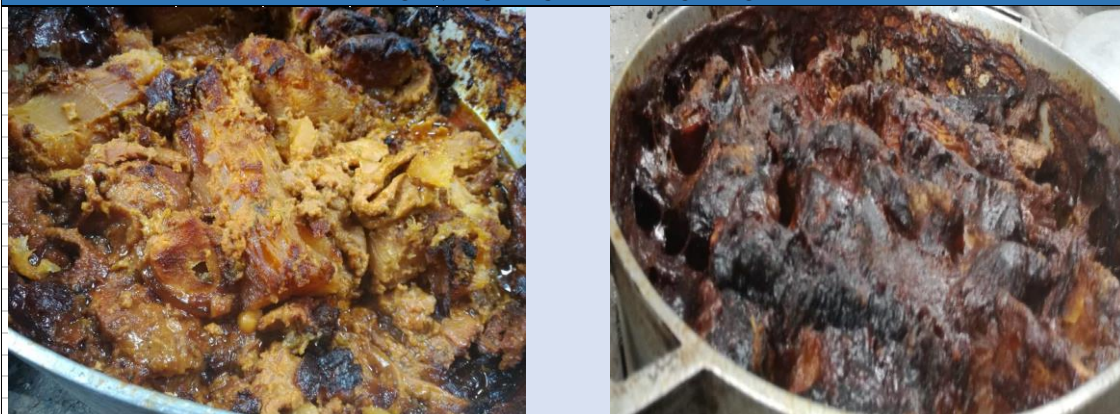
Cocinamos todos los ingredientes por mas de 8 horas una vez ya tengamos todos los ingredientes cocidos, incorporamos sal

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.



**RECETA**

**HORNADO DE CABEZA DE CERDO**



**RECETA ESTÁNDAR**

PORCIONES	12	HORNADO DE CABEZA DE CERDO		MÉTODO CULINARIO	COCCIÓN LENTA
TIPO	fuerte				
TIEMPO	8 horas				
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	TÉCNICA CULINARIA	
cabeza de cerdo	6000	g	LAVADO, DESINFECTADO	CORTAR EN 1/4	
maduro	2500	g	LAVADO, DESINFECTADO	ENTEROS	
yuca	2600	g	LAVADO, DESINFECTADO	BATONNET	
pimiento	300	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE MEDIO	
cebolla	454	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE MEDIO	
ajo	250	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
cebolla blanca	200	g	LAVADO, DESINFECTADO		
sal	c/n		LAVADO, DESINFECTADO		
GUARNICIÓN					
Arroz	1000	G	LAVADO, DESINFECTADO	COCIDO	
Plátano	1000	G	LAVADO, DESINFECTADO	ASADO	



**PROCEDIMIENTO**

Se comienza cortando la cabeza de cerdo en 4 partes, se le adiciona todos los ingredientes en una olla, agua, en el horno bien caliente de leña, se le adiciona nuestra preparació, dejamos que se cocine por unas 8 horas aproximadamente una vez cocinado, se le retira los huesos de la cabeza y se rectifican sabores se sirve con encurtido, arroz, y plátano asado.

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.

## MAJADA

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
RECETA				
MAJADA DE CERDO				
				
RECETA ESTÁNDAR				
<b>PORCIONES</b>	15	<b>MAJADA DE CERDO</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	CALOR DIRECTO
<b>TIPO</b>	fuerte			
<b>TIEMPO</b>	8 horas			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA EMPÍRICA</b>
carne de cerdo	4300	gr	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADA
cuero de cerdo	1300	gr	LAVADO, DESINFECTADO	CORTADO
maní	500	gr	LAVADO, DESINFECTADO	PASTA
plátano	2000	gr	LAVADO, DESINFECTADO	RAYADO
pimiento	300	gr	LAVADO, DESINFECTADO	CORTADO
cebolla	454	gr	LAVADO, DESINFECTADO	CORTADO
ajo	250	gr	LAVADO, DESINFECTADO	CORTADO
cebolla blanca	200	gr	LAVADO, DESINFECTADO	CORTADO
pimienta	c/n			
sal	c/n			
PROCEDIMIENTO				
Se raya los verdes con un refrito, procedemos a cocinarlo con agua e incorporamos la carne de cerdo, le llevamos al horno, dejamos que se cocine toda la noche, se rectifican sabores se sirve con una ensalada y chifles.				

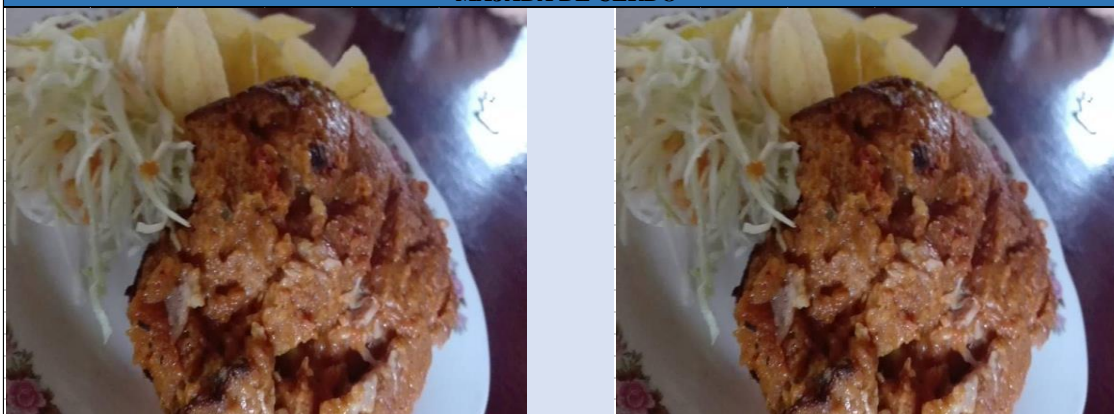
**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.





**RECETA**  
**MAJADA DE CERDO**



**RECETA ESTÁNDAR**

<b>PORCIONES</b>	15	<b>MAJADA DE CERDO</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>CALOR DIRECTO</b>
<b>TIPO</b>	fuerte			
<b>TIEMPO</b>	8 horas			

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	TÉCNICA CULINARIA
carne de cerdo	4300	g	LAVADO, DESINFECTADO	DADOS GRANDES
cuero de cerdo	1300	g	LAVADO, DESINFECTADO	COCINAR
maní	500	g	LAVADO, DESINFECTADO	PASTA
plátano	2000	g	LAVADO, DESINFECTADO	RAYADO Y COCINADO
pimiento	300	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO
cebolla	454	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO
ajo	250	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO
cebolla blanca	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	molida
pimienta	c/n			
sal	c/n			
<b>GUARNICION</b>				
Verde	1000	G		sílce fino
Col	1000	G		sílce fino
Zanahoria	1000	G		sílce fino

**PROCEDIMIENTO**

Rayamos los verdes, cocinamos el cuero del cerdo hasta que ese blandos, realizamos un refrito e incorporamos refrito, el agua del cuero, rectificamos sabores, en una olla de barro se incorpora todo los ingredientes, dejamos cocinando en un horno de leña, aproximadamente por 8 horas, retiramos del fuego, le adicionamos cilantro Guarnecemos con ensalada y chifles

**Fuente:** Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez

**Elaborado por:** Jonathan Flores 2019.

## HORNADO DE MONDONGO Y PATAS

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
RECETA				
HORNADO DE MONDONGO Y PATAS				
				
RECETA ESTÁNDAR				
<b>PORCIONES</b>	15	HORNADO DE MONDONGO Y PATAS	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	CALOR
<b>TIPO</b>	FUERTE			DIRECTO
<b>TIEMPO</b>	8 HORAS			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA EMPÍRICA</b>
pata de res	2000	kg	LAVADO, DESINFECTADO	COCINADAS
mondongo	1860	kg	LAVADO, DESINFECTADO	COCINADA Y PICADO
maní	900	kg	LAVADO, DESINFECTADO	PASTA
cebolla	100	kg	LAVADO, DESINFECTADO	PICADA
ajo	70	kg	LAVADO, DESINFECTADO	PICADA
cilantro	0.5	kg	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADO
pimiento	100	kg	LAVADO, DESINFECTADO	
cebolla blanca	50	kg	LAVADO, DESINFECTADO	
PROCEDIMIENTO				
En una olla adicionamos todos los ingredientes, colocamos en el horno y dejamos cocinar hasta el siguiente día adicionamos sal y pimienta				

Fuente: Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
 Elaborado por: Jonathan Flores 2019.



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



**RECETA**

**HORNADO DE MONDONGO Y PATAS**



**RECETA ESTÁNDAR**



<b>PORCIONES</b>	15	<b>HORNADO DE MONDONGO Y PATAS</b>		<b>MÉTODO CULINARIO</b>	CALOR
<b>TIPO</b>	FUERTE				DIRECTO
<b>TIEMPO</b>	8 HORAS				
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA CULINARIA</b>	
pata de res	2000	g	LAVADO, DESINFECTADO	BLANQUEADAS	
mondongo	1860	g	LAVADO, DESINFECTADO	DADOS GRANDES	
maní	900	g	LAVADO, DESINFECTADO	PASTA	
cebolla	100	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
ajo	70	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
cilantro	0.5	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
pimiento	100	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
cebolla blanca	50	g	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO	
<b>GUARNICIÓN</b>					
Arroz	400	G	LAVADO, DESINFECTADO	PILAF	
Tomate	150	G	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE MEDIO	
Limón	1	ML	LAVADO, DESINFECTADO	ZUMO	

**PROCEDIMIENTO**

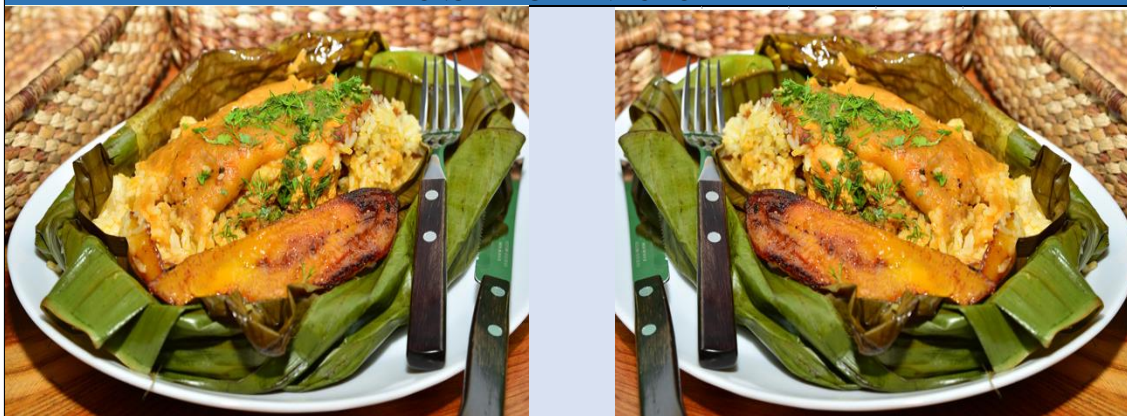
En una olla incorporamos el maní las patas de res, el mondongo, la cebolla, el ajo, suficiente agua, ponemos a cocinar en un horno de leña por aproximadamente ocho horas, una vez pasado ese tiempo revisamos, retiramos huesos, rectificamos sabores e adicionamos cilantro, cebolla de hoja servimos con arroz encurtido y aguacate

Fuente: Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
Elaborado por: Jonathan Flores 2019.

## TONGA DE GALLINA CRIOLLA

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>	
---	--	---

### RECETA TONGA DE GALLINA CRIOLLA



#### RECETA ESTÁNDAR

<b>PORCIONES</b>	2	<b>TONGA DE GALLINA CRIOLLA</b>		<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>CALOR DIRECTO</b>
<b>TIPO</b>	fuerte				
<b>TIEMPO</b>	4 horas				
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA EMPÍRICA</b>	
gallina criolla	300	g	LAVADO, DESINFECTADO	SECO	
arroz	900	g	LAVADO, DESINFECTADO	COCINADO	
pasta de maní	200	g	LAVADO, DESINFECTADO	SALSA	
cebolla	100	g	LAVADO, DESINFECTADO	PICADA	
pimiento	100	g	LAVADO, DESINFECTADO	PICADA	
tomate	100	g	LAVADO, DESINFECTADO	PICADA	
maduro	250	g	LAVADO, DESINFECTADO	TAJADA	
cebolla blanca	5	g	LAVADO, DESINFECTADO	REPICADA	
cilantro	5	g		REPICADO	
pimienta	c/n	g			
achiote	5	g			
hojas de verde	c/n	g			
sal	c/n	g			

#### PROCEDIMIENTO

Se adoban las presas, licuamos cebolla, tomate, pimiento, ajo adicionamos las presas de pollo para realizar un estofado, se cocina arroz, agua, aceite achotado, sal. En una olla se cristaliza las cebolla en brunoise, ajo, se adiciona pasta de maní, se le da sabor, se reserva para armar la tonga, se fríe maduros en tajadas. para el armado de la tonga, se utiliza una hoja encima de otra como hacer una cruz, comenzamos colocando el arroz, el estofado, maduro, y le bañamos de salsa de maní, espolvoreamos cebolla blanca, cilantro, cerramos la envoltura, se le lleva al horno por aproximadamente 30 minutos.

Fuente: Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
Elaborado por: Jonathan Flores 2019.



RECETA

TONGA DE GALLINA CRIOLLA



RECETA ESTÁNDAR

<b>PORCIONES</b>	3	<b>TONGA DE GALLINA CRIOLLA</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>CALOR DIRECTO</b>
<b>TIPO</b>	fuerte			
<b>TIEMPO</b>	4 horas			

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	MÉTODO CULINARIO
gallina criolla	300	gr	LAVADO, DESINFECTADO	1/2 POLLO EN SECO
arroz	900	gr	LAVADO, DESINFECTADO	COCIDO
pasta de maní	200	gr	LAVADO, DESINFECTADO	SALSA DE MANÍ
cebolla	100	gr	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO
pimiento	100	gr	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO
tomate	100	gr	LAVADO, DESINFECTADO	LICUADO
maduro	250	gr	LAVADO, DESINFECTADO	EN SÍLICE FINO
cebolla blanca	5	gr	LAVADO, DESINFECTADO	BRUNOISE FINO
cilantro	5	gr		BRUNOISE FINO
pimienta	c/n	gr		MACHACADA
achiote	5	gr		
hojas de verde	c/n	gr		
sal	c/n	gr		

PROCEDIMIENTO

**Seco de gallina.** Hacemos un refrito de gallina con tomate, cebolla, ajo, aceite de achiote, perejil, añada 4 tazas de agua y deje cocinar por 40 minutos a temperatura baja. Cuando la gallina este cocinada, enfrié y reservé. **Arroz.** En cada hoja ponga una taza de arroz amarillo cocinado y aplaste, luego ponga un pedazo de gallina con media taza de caldo donde se pasta de maní, maduro frito y culantro. **Envoltura.** Una vez listo cierre la hoja y ponga a baño maría para conservar la tonga caliente. Debe servirla bien caliente acompañada de ají de la casa.

## TAMBORES DE YUCA

	<b>ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</b> <b>FACULTAD DE SALUD PÚBLICA</b> <b>ESCUELA DE GASTRONOMÍA</b>			
<b>RECETA</b>				
<b>TAMBORES DE YUCA</b>				
				
<b>RECETA ESTÁNDAR</b>				
<b>PORCIONES</b>	15	<b>TAMBORES DE YUCA</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	CALOR DIRECTO
<b>TIPO</b>	BOCADITO			
<b>TIEMPO</b>	4 horas			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA EMPÍRICA</b>
Yuca	3000	G	LAVADO, DESINFECTADO, PELADO	MAJADO
Raspadura	2000	G	LAVADO, DESINFECTADO	LIQUIDA
Queso	454	G	LAVADO, DESINFECTADO	MAJADO
Clavo dulce	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	AGUA
Canela	100	G	LAVADO, DESINFECTADO	AGUA
Pimienta dulce	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	AGUA
<b>PROCEDIMIENTO</b>				
Se cocina la yuca y se maja, en una olla se prepara una agua a base de raspadura, canela, pimienta dulce, canela, se mezcla con la yuca, se le adiciona queso, envolvemos en hoja de vere cocinamos en horno de leña.				

Fuente: Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
 Elaborado por: Jonathan Flores 2019.



**RECETA**  
**TAMBORES DE YUCA**



**RECETA ESTÁNDAR**

<b>PORCIONES</b>	15	<b>TAMBORES DE YUCA</b>	<b>MÉTODO CULINARIO</b>	<b>CALOR DIRECTO</b>
<b>TIPO</b>	BOCADITO			
<b>TIEMPO</b>	4 horas			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>TÉCNICA CULINARIA</b>
Yuca	3000	G	LAVADO, DESINFECTADO	RAYADO
Raspadura	2000	G	LAVADO, DESINFECTADO	ALMÍBAR
Queso	454	G	LAVADO, DESINFECTADO	RAYADO
Clavo dulce	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	ALMÍBAR
Canela	100	G	LAVADO, DESINFECTADO	ALMÍBAR
Pimienta dulce	30	G	LAVADO, DESINFECTADO	ALMÍBAR

**PROCEDIMIENTO**

Pelamos la yuca, procedemos a rayar la yuca en un bolw con el cernidor aplastamos la yuca hasta sacar el agua de la yuca , derretimos la raspadura, damos aroma con la canela, clavo dulce, pimienta dulce, mezclamos con la yuca hasta obtener una masa maleable, adicionamos queso rayado, envolvemos en hoja de plátano, colocamos en el horno bien caliente de leña, dejamos cocer por aproximadamente unas 4 horas.

Fuente: Entrevista aplicada a los habitantes de la parroquia rural Honorato Vásquez  
Elaborado por: Jonathan Flores 2019.

### 3.4 Difusión de revista digital.

La revista tiene el apoyo del Gobierno Autónomo Descentralizado parroquial rural Honorato Vásquez. Nace con el fin de difundir, mediante la página web de la parroquia, “[http://gadhonoratovasquez.gob.ec/manabi/?page\\_id=1596](http://gadhonoratovasquez.gob.ec/manabi/?page_id=1596)”, las costumbres, tradiciones, atractivos turísticos de la zona. Dicho medio informativo se recopila la historia, elaboración de diferentes platillos emblemáticos los cuales emplean productos tradicionales y técnicas culinarias que han perdurado en el paso del tiempo, además con esta revista se pretende incentivar a la población a la preservación y al consumo de los diferentes servicios locales.

La revista se denomina los sabores de Honorato Vásquez y contiene la siguiente estructura

Portada

Contenido

Introducción

Reseña histórica

Ubicación

Turismo

Celebraciones parroquiales

Recetario

### 3.5 Instrumentos aplicados para la recopilación de la información.

#### 3.5.1. *Análisis de resultados aplicados en la encuesta al grupo poblacional de la parroquia Honorato Vásquez*

#### PREGUNTA 1

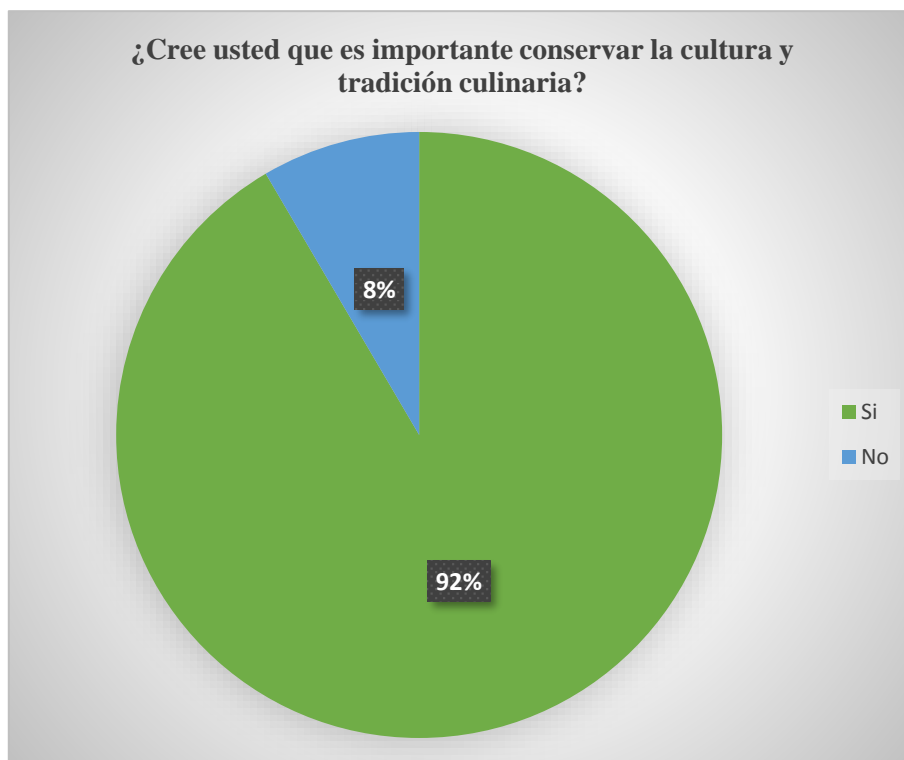
¿Cree que es importante conservar la cultura y tradición culinaria?

Tabla 1- 5 ¿Cree que es importante conservar la cultura y tradición culinaria?

RESPUESTA	F	%
Si	65	92
No	6	8
<b>TOTAL</b>	71	100

**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vásquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.





**Gráfico 3-1 ¿Cree que es importante conservar la cultura y tradición culinaria?**  
**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.

## ANÁLISIS

“No desprecies las tradiciones que nos llegan de antaño; ocurre a menudo que las viejas guardan en la memoria cosas que los sabios de otro tiempo necesitaban saber.” **J.R.R. Tolkien.**

Como se visualiza en el gráfico N<sup>o</sup> 3-11, de las 71 encuesta aplicadas 65 personas que representa el 92% de las encuestas afirman que, sí es importante mantener la cultura y tradición culinaria de la parroquia, de esta manera se transmitirá los conocimientos, así como sus memorias, costumbres, secretos culinarios.

Al conservar la cultura de un pueblo se logrará mantener el conocimiento por generaciones. Las mejores memorias son la de los antepasados ya que en ellos se encuentran diferentes historias que marcan el presente de las generaciones actuales.

## PREGUNTA 2

¿Conoce acerca de las preparaciones culinarias de la parroquia Honorato Vázquez?

Tabla 1- 6 ¿Conoce acerca de las preparaciones culinarias de la parroquia Honorato Vázquez?

RESPUESTA	F	%
SI	50	70
NO	21	30
<b>TOTAL</b>	<b>71</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.

Elaborado por: Jonathan Flores, 2019.

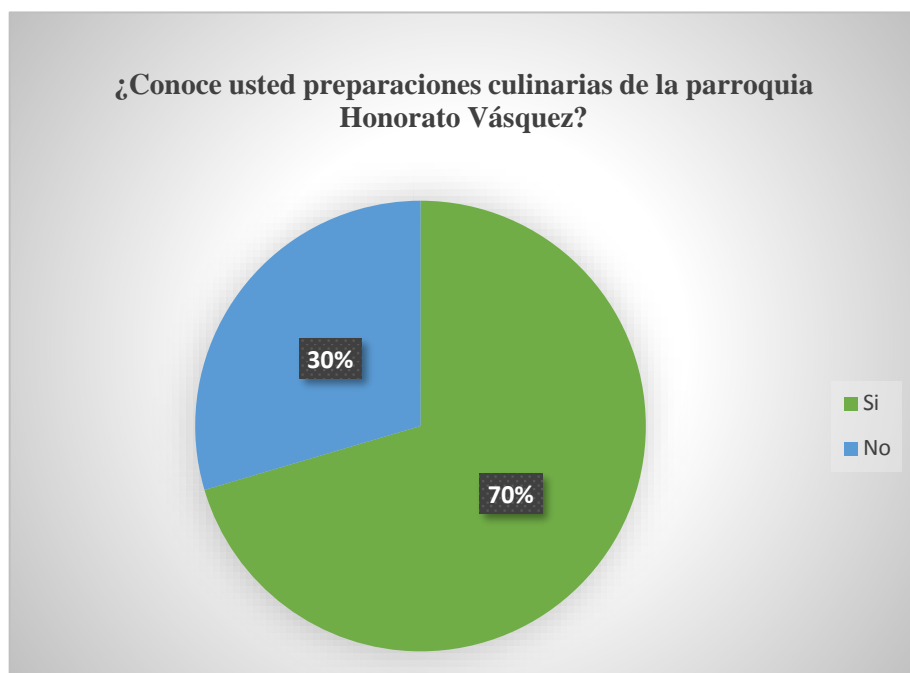


Gráfico 3-2 ¿Conoce usted preparaciones culinarias de la parroquia Honorato Vázquez?

Fuente: Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.

Elaborado por: Jonathan Flores, 2019.

## ANÁLISIS

“Una de las mejores cosas de la vida es que debemos interrumpir regularmente cualquier labor y concentrar nuestra atención en la comida.” **Luciano Pavarotti.**

Una vez aplicada la encuesta se obtuvo como resultado, en el grafico N° 3-3 de las 71 encuestas aplicadas 50 personas que representan el 70% de las personas encuestadas, aseguran conocer los diferentes platos tradicionales de la parroquia Honorato Vásquez. Su cultura y tradición culinaria está presente en la mesa de sus pobladores, en su mayoría son elaborados en casa, degustados por toda la familia manteniendo así viva las memorias de los antepasados que decidieron compartir conocimientos con las nuevas generaciones, aunque las nuevas generaciones han modificado los procesos, pero en si la esencia de estos platos tradicionales sigue latente. Sin embargo, el 30% restante lamentablemente no conocen las preparaciones de la parroquia. Al no conocer estos platillos, resultan vulnerables ya que eso significa que están en peligro de extinción. La presente investigación etnográfica tiene como fin salvaguardar estas preparaciones mediante recetas estandarizadas que serán publicadas en una revista digital donde se difundirá por la página web parroquial para que cualquier habitante pueda recurrir a ellas y las puedan preparar en sus hogares.

La cocina está íntimamente ligada a las personas ya que de ella depende la supervivencia del ser humano y una manera de conservar sus tradiciones es a través de la gastronomía propia del lugar de origen.

### PREGUNTA 4

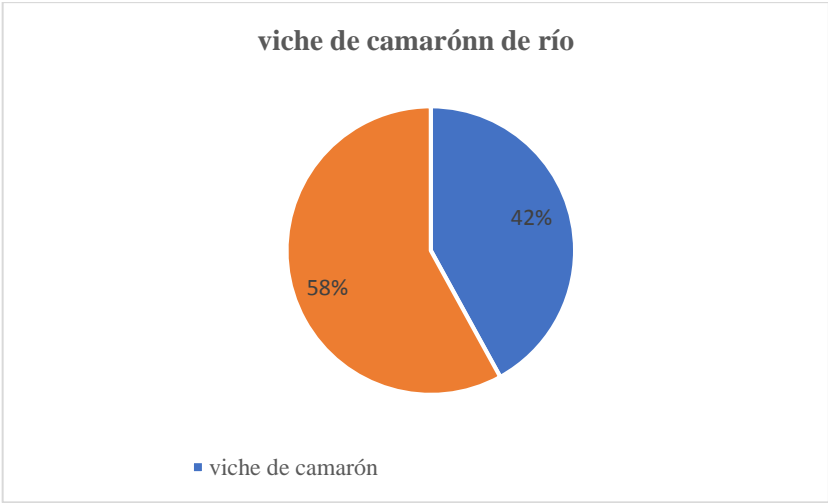
¿De la siguiente lista de platos culinarios cual es el más consumido por su familia?

Tabla 1- 7 ¿De la siguiente lista de platos culinarios cuál es el más consumido por su familia?

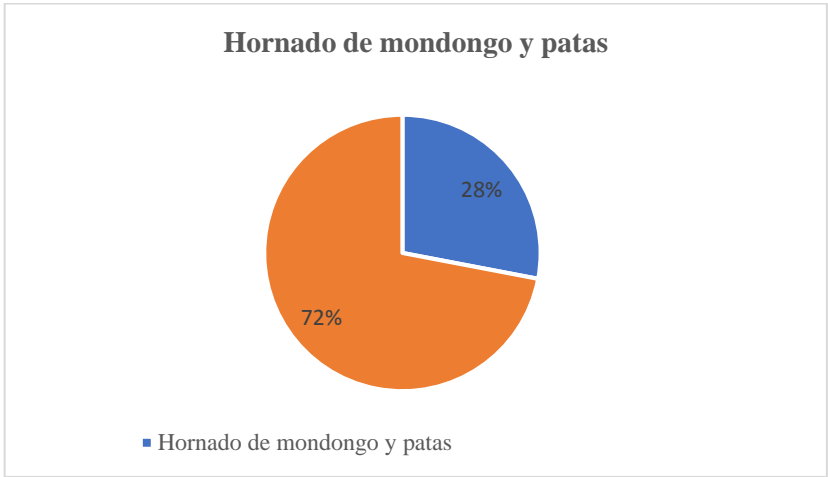
RESPUESTA
Viche de camarón de río
Caldo de gallina criolla
Seco de gallina criolla
Cortadito de yuca
Sopa de pescado asoleado
Moro de habas verdes
Caldo de quilla de puerco con habas
Hornado de librilla y patas

<b>Hornado de cabeza de cerdo</b>
<b>Majada</b>
<b>Tonga de gallina criolla</b>
<b>Tambores de yuca</b>
<b>Greñoso</b>
<b>Natilla</b>
<b>Menestra de sangre de gallina con menudencia</b>

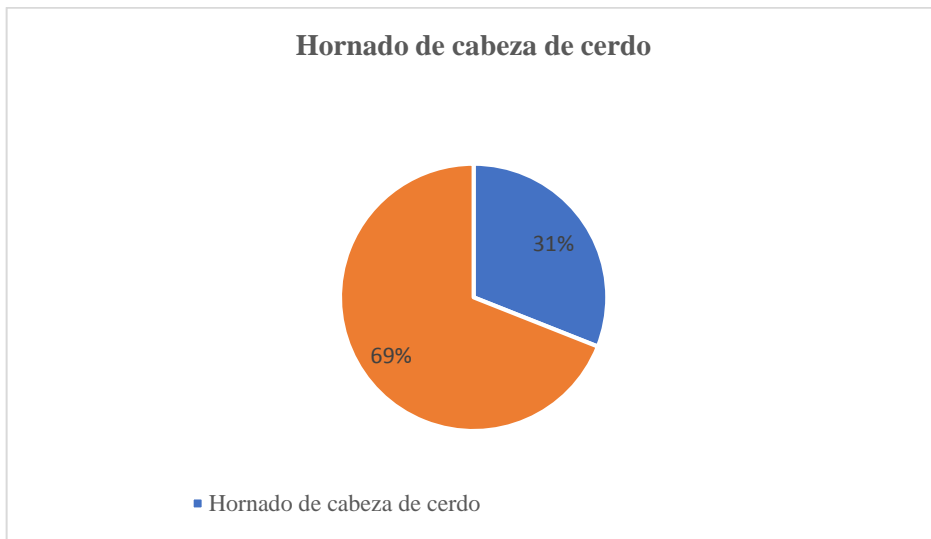
**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.



**Gráfico 3-3 Pregunta número 4**  
**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.

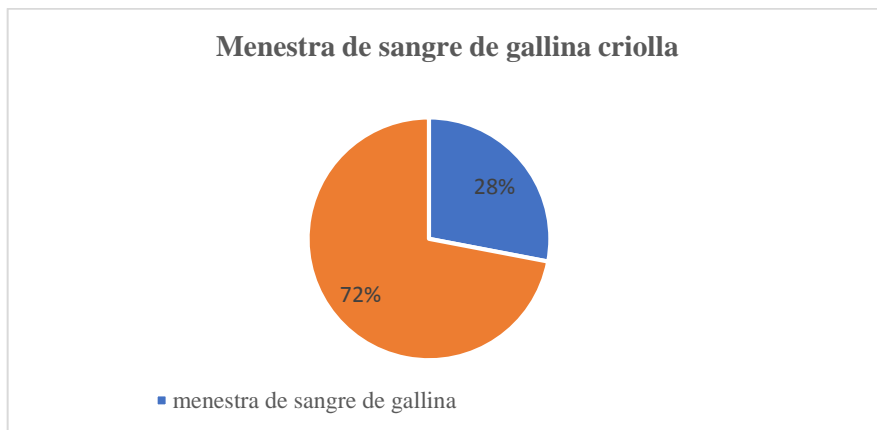


**Gráfico 3-4 Pregunta número 4**  
**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.



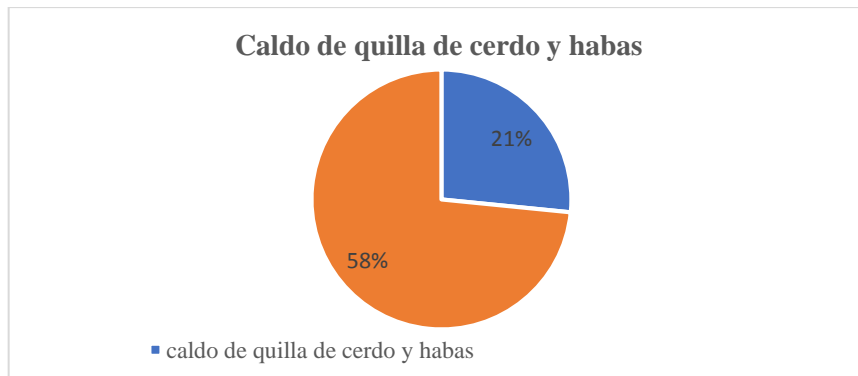
**Gráfico 3-5 Pregunta número 4**

**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.



**Gráfico 3-6 Pregunta número 4**

**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.



**Gráfico 3-7 Pregunta número 4**

**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.

## ANÁLISIS

“No puedes tener una influencia de la cocina de un país si no la entiendes. Y para entenderla, tienes que estudiarla.” **Ferran Adrià.**

El resultado obtenido en la encuesta se refleja en el gráfico N° 3-3 de la lista de platos gastronómicos, se evidencia que la preparación más consumida es el viche de camarón de río, puesto que se consigue en los ríos de la parroquia y es de un sabor único. Seguido por el Hornado de mondongo y patas según el gráfico 3-4. Este plato tiene un delicioso sabor y es muy popular entre sus comensales. En el gráfico 3-5, el 31 % de los encuestados menciona el Hornado de cabeza de cerdo, que es muy popular entre las familias ya que es una alternativa económica en este lugar. Según el gráfico 3-6 hace referencia a la preparación de la menestra de sangre de gallina con un 28%, esta preparación se la realizaba como remedio natural por su alto contenido en hierro, en el grafico 3-7 con un 21 % de las encuestas nos indica que el caldo de quilla de cerdo y habas es un plato que se lo consume mensualmente en reuniones familiares. Estas preparaciones son conocidas por las personas, según los datos de la encuesta planteada estos son los platos mayormente consumidos por los pobladores de la parroquia, cuenta con diversos ingredientes que juntos son una mezcla de sabores singulares propios de la zona.

### PREGUNTA 4

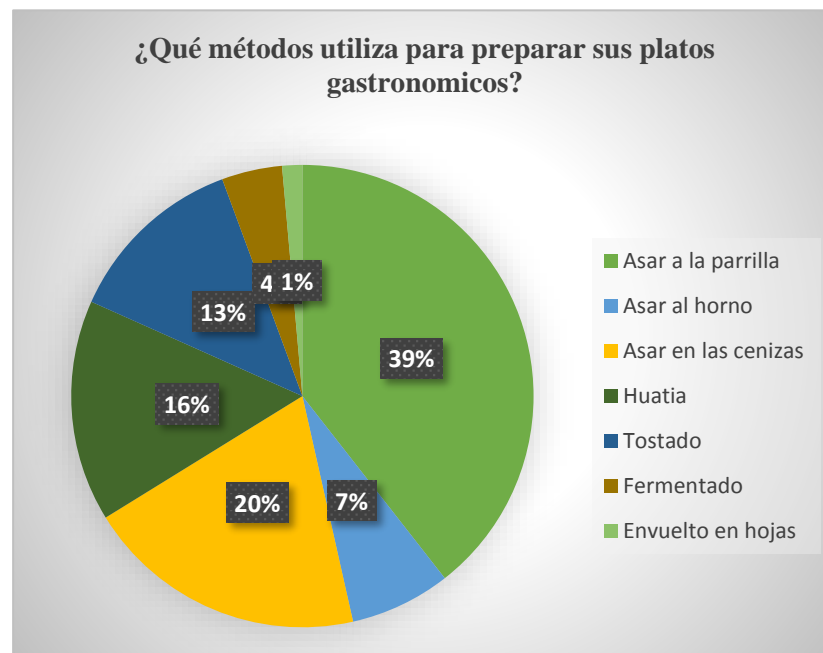
¿Qué métodos utiliza para preparar sus platos gastronómicos?

**Tabla 1- 8 ¿Qué métodos utiliza para preparar sus platos gastronómicos?**

<b>RESPUESTA</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Asar a la parrilla</b>	28	39
<b>Asar al horno</b>	5	7
<b>Asar en las cenizas</b>	14	20
<b>Huatia</b>	11	15
<b>Tostado</b>	9	13
<b>Fermentado</b>	3	4
<b>Envuelto en hojas</b>	1	1
<b>TOTAL</b>	71	100

**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.

**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.



**Gráfico 3-8 ¿Qué métodos utiliza para preparar sus platos gastronómicos?**  
**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.

## ANÁLISIS

La comida debe ser elaborada con delicadeza para poder resaltar los sabores propios de cada ingrediente para que estos queden guardados en la memoria de cada poblador. Como se visualiza en el gráfico N° 3-5 el asado a la parrilla es uno de los métodos de cocción más utilizados en la elaboración de los diversos platillos de la zona por lo que cuenta con el 39% que representa que en sus hogares utilizan la parrilla para realizar la mayoría de sus preparaciones culinarias además que esta ayuda a darle un sabor de ahumado ya que se utiliza el carbón y su humo le da un toque especial además que ayuda a concentrar los sabores del alimento y la hoja de verde.

El asado en cenizas cuenta con el 20% quienes manifestaron que este método de cocción es utilizado en la parroquia Honorato Vázquez para la cocción de tubérculos, choclos enteros envueltos en sus hojas. Algunos arqueólogos sostienen que fue la manera primitiva de elaborar el pop corn o palomitas de maíz en épocas muy tempranas. (Montecino, 2009). Con el 15% los cuales manifestaron que es una de las técnicas culinarias pre hispanas populares en los andes centrales la consiste en colocar alimentos intercalados terrones o adobes calientes y luego se cubre con tierra para conservar el calor hay ciertos lugares de la provincia de Manabí que se emplean hornos de gran tamaño colocados en la superficie del suelo para realizar diferentes tipos de cocción en alimentos que consumen.

El tostado se lo realizaba enterrando los granos en el rescoldo o ceniza caliente. En Honorato Vásquez esta técnica es utilizada para tostar: cacao, café, maní, frejol, alverja. Además, una de las técnicas de conservación del maíz, consiste en tostarlas en el comal y luego molerlas en un batán, este método de cocción con el 13% dijeron utilizar esta técnica para los diferentes ingredientes. El asar al horno manaba es una técnica en la que se colocan piezas en el horno para que se cocinen, utilizando carbón dentro del horno y recubriendo la parte de arriba con una lata y adicionando más carbón para que la cocción sea pareja tanto de arriba como abajo, este método de cocción cuenta con el 7% utilizan este método para la elaboración de sus platillos.

La fermentación intervenía en la preparación de las bebidas conocidas bajo el término latino de chicha. Y en último lugar tenemos el envuelto en hojas que cuenta con el 1% que utiliza esta técnica para cocer sus alimentos.

## PREGUNTA 5

¿Qué tipo de equipos y utensilios utiliza para la preparación de sus platos culinarios?

Tabla 1- 9 ¿Qué tipo de equipos y utensilios utiliza para la preparación de sus platos culinarios?

RESPUESTA	F	%
Parrilla	10	14
Horno de leña	50	70
Ollas de barro	3	5
Paila de barro	8	11
<b>TOTAL</b>	<b>71</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vásquez.

Elaborado por: Jonathan Flores, 2019.

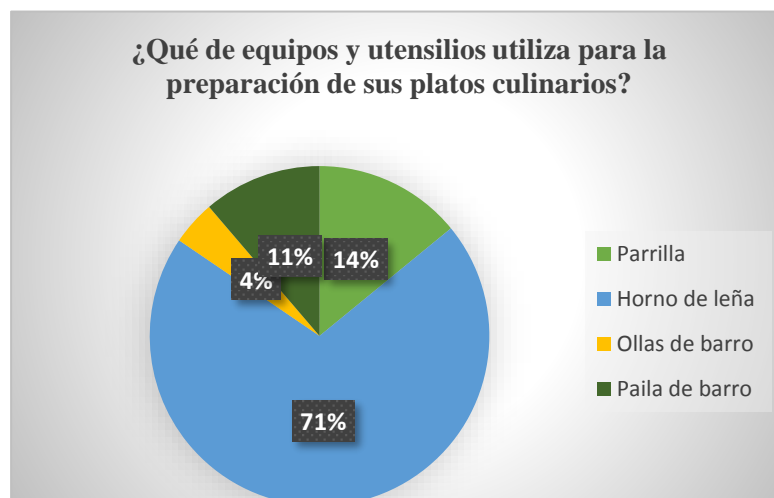


Gráfico 3-9 ¿Qué tipo de equipos y utensilios utiliza para la preparación de sus platos culinarios?

Fuente: Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vásquez.

Elaborado por: Jonathan Flores, 2019.



## ANÁLISIS

“Cada vez creo menos en los abusos de la tecnología y en los efectos especiales en la cocina”

### **Charlie Trotter.**

Si bien es cierto la tecnología ha facilitado las actividades diarias del ser humano. Como se puede observar en el gráfico N° 3-6 el horno de leña manaba cuenta con el 71% los platos que se elaboran en un horno a leña, permiten obtener una preparación con características singulares, es decir se concentra mayor sabor y las proteínas que sean más jugosas, por la cocción lenta que permite realizar este tipo de hornos.

La parrilla es utilizada por los pobladores de la parroquia (14 %) para la elaboración de diversos platos gastronómicos, ya que este método ayuda a mejorar el sabor de los alimentos y concentrar sabores, se realizan envueltos y el alimento se cocina en las brasas lo que ocasionaba que obtuviera una característica de ahumado. La paila de barro (11%) es uno de los elementos que se utilizan en la cocina manaba, este utensilio se tuesta el café maní y maíz, productos que sirven para la elaboración de los platos de la zona y resaltar el sabor de los productos para su elaboración.

Por último, las ollas de barro con el (4%) estas son utilizadas para la preparación de diversas sopas y guisos en la parroquia Honorato Vásquez ya que en estos utensilios se preparan la mayoría de los platillos, además que soportan largos tiempos de cocción, ayudan a concentrar el calor y el sabor de los productos que están en su interior.

## PREGUNTA 7

¿Con qué frecuencia consume los diferentes platos culinarios de la parroquia?

Tabla 1- 10 ¿Con qué frecuencia consume los diferentes platos tradicionales de la parroquia?

RESPUESTA	F	%
Al año	5	7
Una vez por mes	55	77
Diariamente	11	15
<b>TOTAL</b>	<b>71</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
Elaborado por: Jonathan Flores, 2019.

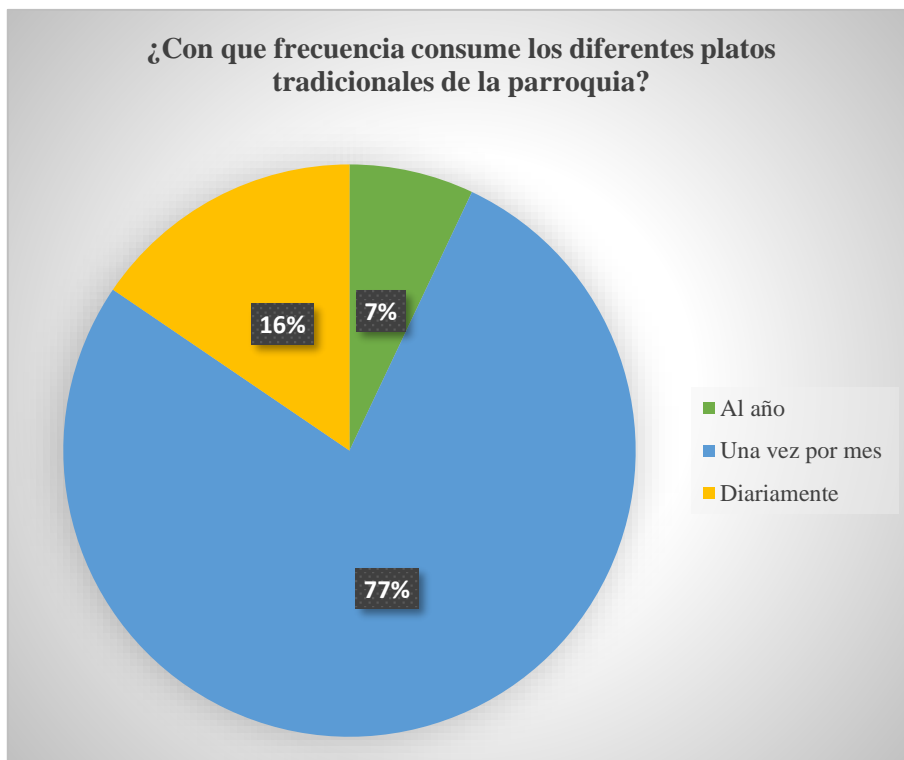


Gráfico 3-10 ¿Con qué frecuencia consume los diferentes platos tradicionales de la parroquia?

Fuente: Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.

Elaborado por: Jonathan Flores, 2019.

## ANÁLISIS

“El pasado nos limita, pero el futuro nos atemoriza. El único lugar seguro es el presente” **Isaac López**. Como se puede visualizar en el gráfico N° 7 el consumo de los platos gastronómicos en Honorato Vásquez, con un 77% de las encuestas indicaron que se lo realiza una vez al mes, se elaboran y consumen varios de los platos tradicionales, ya que la mayoría de ellos requieren un tiempo prolongado de cocción.

Por último el 7% afirma que rara vez consumen algunos platos gastronómicos, una de las principales razones puede ser por el recurso económico y solo preparan estos platillos en épocas especiales en el acto o porque el plato se lo sirve en tiempos específicos para dar tributo a una fecha especial o porque sus familiares se encuentran lejos y viajan una vez al año y es la ocasión perfecta para elaborar estas delicias que caracterizan la cultura y tradición culinaria de esta parroquia de antaño.

El tiempo apremia, es por ello que las personas de la parroquia atesoran cada uno de los segundos en los que se puede compartir de un plato delicioso y una compañía agradable recordando y haciendo memoria de las costumbres de sus antepasados que dejaron un legado que cuidar y que será la escuela de los futuros miembros de cada familia.

## PREGUNTA 7

¿Cree usted que es importante conservar los diferentes platos gastronómicos de la parroquia?

Tabla 1- 11 ¿Cree usted que es importante conservar los diferentes platos gastronómicos de la parroquia?

RESPUESTA	F	%
SI	69	97
NO	2	3
TOTAL	71	100

**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.

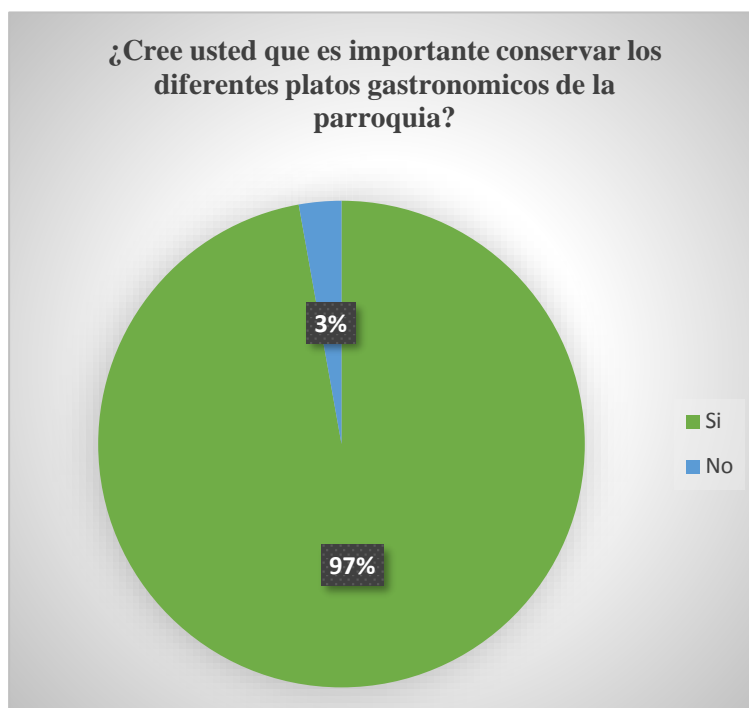


Gráfico 3-11 ¿Cree usted que es importante conservar los diferentes platos gastronómicos de la parroquia?

**Fuente:** Encuestas aplicadas a los pobladores de la parroquia Honorato Vázquez.  
**Elaborado por:** Jonathan Flores, 2019.

## ANÁLISIS

“Nada puede causar mayor placer a los ricos de hoy, que comer como los pobres de antaño”

**Michel Charasse (Ex ministro de Francia).**

Los conocimientos que dejan nuestros antepasados pesan y tiene más valor que las cosas materiales que nos dejan cuando parten de este mundo por esta razón la mayor parte de los pobladores de la parroquia Honorato Vásquez 97%, mencionan que es de vital importancia mantener la cultura y tradición culinaria, así como también seguir preparando los diversos platos tradicionales que tiene este pueblo ya que estos platillos representan las delicias que ofrecen a propios y extraños que deseen conocer su parroquia.

Mientras que el 3% comentan que los platos que no se elaboran no afectan a la cultura y tradición de este pueblo ya que existen varios productos o elaboraciones que sustituyen a estos platillos y no importa si con ello se pierde la identidad de este pueblo.

### **3.5.2. Análisis de las entrevistas.**

Se realizó un análisis de las entrevistas que se aplicaron hacia los habitantes de la parroquia Honorato Vásquez con el objetivo de conocer, estandarizar, procedimientos, peso los platos tradicionales.

#### **PREGUNTA 1**

¿Cuáles son los ingredientes de estos deliciosos platos tradicionales?

Los ingredientes que se consumen con más frecuencia en la cocina Manaba son: maní, yuca, habas, ya que se cosechan en la región y sirven para la elaboración de los diferentes platos tradicionales. La cocina manaba se diferencia por cada cantón y provincia debido a que existe varias formas de preparación y también diversos platillos, además que mantienen una creatividad para realizar diversas preparaciones con los pocos ingredientes que se dan en la zona. La mayoría de platos tradicionales son elaborados con productos que se cultivan en la zona, así como también se consumen animales que los mismos pobladores se dedican a criar.

Entre los platos tradicionales que consumen la población se reconoce al cortadito de yuca en el cual intervienen: Yuca, leche, limón, cebolla, achiote, sal, pimienta, ingredientes básicos para este platillo. También se acostumbra a preparar el viche de camarón de río que está elaborado a base camarón, maní, yuca, choclo, maduro, cebolla, pimiento, achiote, sal, pimienta, el aguado de pescado asoleado contiene: Albacora, arroz, maní, cebolla, pimiento, cilantro aj, sal, pimienta.

La menestra de sangre de gallina está elaborada con: sangre de gallina, menudencia, pechuga, plátano, pimiento, cebolla, ajo, sal, pimienta. También se cuenta con el Hornado de mondongo con patas que está elaborado con Pata de res, mondongo, pasta de maní, cebolla, ajo, cilantro, pimienta, cebolla blanca. Además, que se hace uso de la carne de cerdo y se elabora el platillo llamado Hornado de cabeza de cerdo que contiene: Cabeza de cerdo, maduro, yuca, pimiento, cebolla, ajo, cebolla blanca, sal. La majada está elaborada con: Carne, cuero de cerdo, maní, plátano, pimiento, cebolla, ajo, cebolla blanca, pimienta, sal.

Uno de los platos más representativos de la parroquia Honorato Vásquez es la tonga de gallina criolla la cual está elaborada con gallina criolla, arroz, maní, cebolla, pimiento, tomate, maduro, cebolla de hoja, cilantro, pimienta, achiote, hojas de verde, sal. Los tambores contienen: yuca raspadura, queso, clavo dulce, canela, pimienta dulce. El caldo de gallina criolla está elaborado con: Gallina, yuca, cebolla de hoja, cilantro, sal, pimienta.

De la misma manera se elabora el seco de gallina criolla que está elaborado con: Gallina, yuca, cebolla colorada, tomarte, pimiento, ajo, achiote, naranjilla, raspadura, sal, pimienta, mismo que es consumido en toda la zona además que es unas de las proteínas más consumidas ya que se la cría y se la consume, el Greñoso un platillo que cuenta con ingredientes como: Carne de res, cerdo, pollo, maíz, maní, pimiento, cebolla, sal, pimienta.

## **PREGUNTA 2**

¿Cómo prepara sus platos tradicionales?

Después de realizar las entrevistas a los pobladores se obtuvieron los siguientes resultados.

Cortadito de yuca

Cortamos en dados grandes y cocinamos la yuca, se lleva a hervir la leche pura, una vez que haya hervido incorporamos el limón en la leche y esperamos hasta que se corte, en un sartén procedemos a realizar un refrito de la cebolla de hoja le incorporamos en la preparación, se rectifican sabores, servimos caliente.

### Viche de camarón de río

Realizamos un refrito con achiote, cebolla, ajo, pimiento en brunoise, se adiciona agua, maní, yuca hasta que se cocine, se adiciona el camarón en el viche con el maduro, se rectifica sabores servimos con arroz y verde asado.

### Aguado de pescado asoleado

Se inicia cubriendo el pescado de sal, una vez todo cubierto ponemos a secar en el sol a los 3 días se deja en agua por un día cambiándole constantemente el aguar, al día siguiente se realiza el mismo procedimiento pero con leche, se realiza un refrito con achiote, cebolla, ajo, pimiento en brunoise, una vez cristalizado se incorpora agua, maní, el arroz hasta que se cocine, a medida de que se vaya espesando, se cocina el pescado en el aguado se rectifica sabores servimos con plátano asado.

### Menestra de sangre de gallina

En una olla se realiza un refrito con la cebolla, el pimiento y el ajo, una vez cristalizado se incorpora la menudencia del pollo con la pechuga e incorporamos agua hasta q cocine, una vez cocinado se le añade el plátano licuado, una vez cocinada la pechuga se le desmecha, la menudencia se le repica y se incorpora la sangre de la gallina hasta que se cocine se rectifican sabores se sirve con arroz, encurtido.

### Hornado de mondongo con patas

En una olla se adiciona maní las patas de res, el mondongo, la cebolla, el ajo, suficiente agua, se lleva a cocinar en un horno de leña por aproximadamente ocho horas, una vez pasado ese tiempo revisamos, retiramos huesos, se rectifican sabores, se adiciona cilantro, cebolla de hoja servimos con arroz encurtido y aguacate.

### Hornado de cabeza de cerdo

Se inicia cortando la cabeza de cerdo en 4 partes, se adiciona todos los ingredientes en una olla, agua, en el horno bien caliente de leña, ponemos nuestra preparación, se deja que se cocine por aproximadamente por unas 8 horas aproximadamente una vez cocinado se retira los huesos de la cabeza, se rectifican sabores servimos con encurtido, arroz, y plátano asado.

## Majada

Se raya los verdes, se cocina el cuero del cerdo hasta que ese blandos, se realiza un refrito, el agua del cuero, se rectifica sabores, en una olla de barro se incorpora todo el ingrediente, dejamos cocinando en un horno de leña, aproximadamente por 8 horas, se retira del fuego, se le adiciona cilantro servimos con ensalada y chifles.

## Tonga de gallina criolla

Se adoba las presas, se licua la cebolla, tomate, pimiento, ajo, se añade las presas de pollo para realizar un estofado, se cocina arroz, agua, aceite achotado, sal. En una olla se cristaliza cebolla en brunoise, ajo, se adiciona pasta de maní damos sabor, se reserva para armar la tonga, se fríe maduros en tajadas. para el armado de la tonga se utiliza una hoja encima de otra como hacer una cruz, se coloca el arroz, el estofado, maduro, se le baña de salsa de maní, se le adiciona cebolla blanca, cilantro, se cierra la envoltura, llevamos al horno por aproximadamente 30 minutos.

## Tambores

Se Pela la yuca, se procede a rayar la yuca en un bowl con el cernidor se aplasta la yuca hasta sacar el agua de la yuca, se derrite la raspadura, se aromatiza con la canela, clavo dulce, pimienta dulce, se mezcla con la yuca hasta obtener una masa maleable, se adiciona queso rallado, se envuelve en hoja de plátano, se coloca en el horno bien caliente de leña, se deja cocer por aproximadamente unas 4 horas.

## Caldo de gallina criolla

Se inicia a cocer las presas de gallina en una olla con bastante agua en horno de leña, llevar a ebullición por aproximadamente una hora, se adiciona la yuca hasta que se cocine, una vez que haya ablandado las presas y la yuca se añade cilantro, cebolla de hoja, se rectifican sabores servimos con verde asado, arroz.

## Seco de gallina criolla

En una licuadora se extrae el zumo de la naranjilla, en una olla se realiza un almíbar con la raspadura, e adicionamos el zumo de la naranjilla, licuamos cebolla, tomate, pimiento, se dora las



presas previamente adobadas, incorporamos el licuado, el almíbar de naranjilla con raspadura, la yuca dejamos hervir hasta que la yuca, se incorpora cilantro, se sere con arroz amarillo.

Greñoso

Se inicia hirviendo en agua las carnes y el pollo, condimentar con los aliños y parte de las cebollas hasta obtener un caldo: cuando ya estén las carnes, sacarlas y desmenuzarlas. Luego de esto la harina de maíz hay que desaguarla para poder cocinarla en el caldo que quedo de las carnes: junto con se desagua el maní y hay que revolverlo continuamente para que no se pegue. Picar las cebollas, el pimiento y hacer un refrito para que luego se agregue la mezcla junto con las carnes desmenuzadas: todo esto se deja hervir hasta que esté listo. Luego se extiende en bandeja larga para cuando enfrié poder partirlo en cuadritos: pero antes de esto se ponen las pasas y los huevos duros en rodajas.

### **PREGUNTA 3**

**¿Cuáles considera usted que son los factores que han contribuido a la desaparición de esos platos de la cocina manabitas?**

Los pobladores de la parroquia Honorato Vásquez dicen que la inmigración de la gente debido a que se ha dejado de trabajar la tierra para conseguir trabajos que brinden mejor estabilidad económica además que la cultura y tradición culinaria a sido ultrajada debido a preparaciones extranjeras que toman el puesto de los platos tradicionales ya que los jóvenes prefieren consumir y elaborar estos alimentos ya que facilitan la cocción y el tiempo de consumo. Cuando se realizó la entrevista los antiguos pobladores mencionan que los jóvenes de hoy ya no quieren aprender sus culturas y tradiciones culinarias, es más, ellos no desean aprender los platillos que diferencia a su parroquia ellos dicen que la juventud es muy conformista además que hay sustitutos que sacian el hambre y son fáciles de elaborar.

Lo anterior, aqueja a esta parroquia además de que la gente ya no trabaja en las montañas ya que antes se iban a arrear vacas y se pastaban en las cordilleras, en estos viajes se llevaban sus tongas para el trayecto ya que era lejano y bastante agotador, en cosechas la gente tenía que amanecerse en las montañas para cosechar la siembra. En aquellos tiempos se preparaban el moro de habas con el fin de comer algo en las noches, el cambio de las costumbres de los jóvenes que en la actualidad con todos los artistas y todas las promociones de las cadenas internacionales que dan

en la televisión con sus propagandas ya ese tipo de generación ya no le interesa mucho sus costumbres y raíces manabas.

#### **PREGUNTA 4**

¿En su familia que tradiciones se realizan en la preparación de comida? ¿Alguna vez usted guardó una receta de un plato típico que le hayan enseñado

Las tradiciones que se conservan son en semana santa dejar ramos de flores a los cementerios de allí se comparte en familia en la casa de los padres donde se elabora una sopa de pescado o un viche de cangrejo de río este se consume ocasionalmente ya que es difícil de encontrarlo también recuerdan como las familias encerraban en la casa en esta semana porque el diablo andaba en todo el pueblo y se escuchaba mucha bulla fuera de la casa.

El caldo y seco de gallina criolla se preparaban los domingos con el seco de gallina criolla. Las tongas se consumían cuando se iban a trabajar en las montañas. El cortadito de yuca se lo hacía cuando ya era temporada de cosecha de la yuca y las vacas estaban llenas de leche, el moro cuando se iba a cosechar en las montañas, la majada se lo realizaba cuando sobraba resto de los bollos en la olla se le echaba más carne de cerdo y se lo dejaba Hornado, el Greñoso se lo consumía diariamente, el Hornado de cabeza de cerdo cuando se mataba cerdos para la venta, el Hornado de mondongo y pata de res, se lo realizaba con el estómago del animal y el resto de animal se vendía en las plazas.

## **CAPÍTULO IV**

### **4. Propuesta**

Se realizó una revista digital denominada “los sabores de Honorato Vásquez”, con el apoyo del Gobierno Autónomo Descentralizado parroquial rural de Honorato Vásquez, en ella se detalla información turística y gastronómica de la parroquia, información patrimonial cultural”.

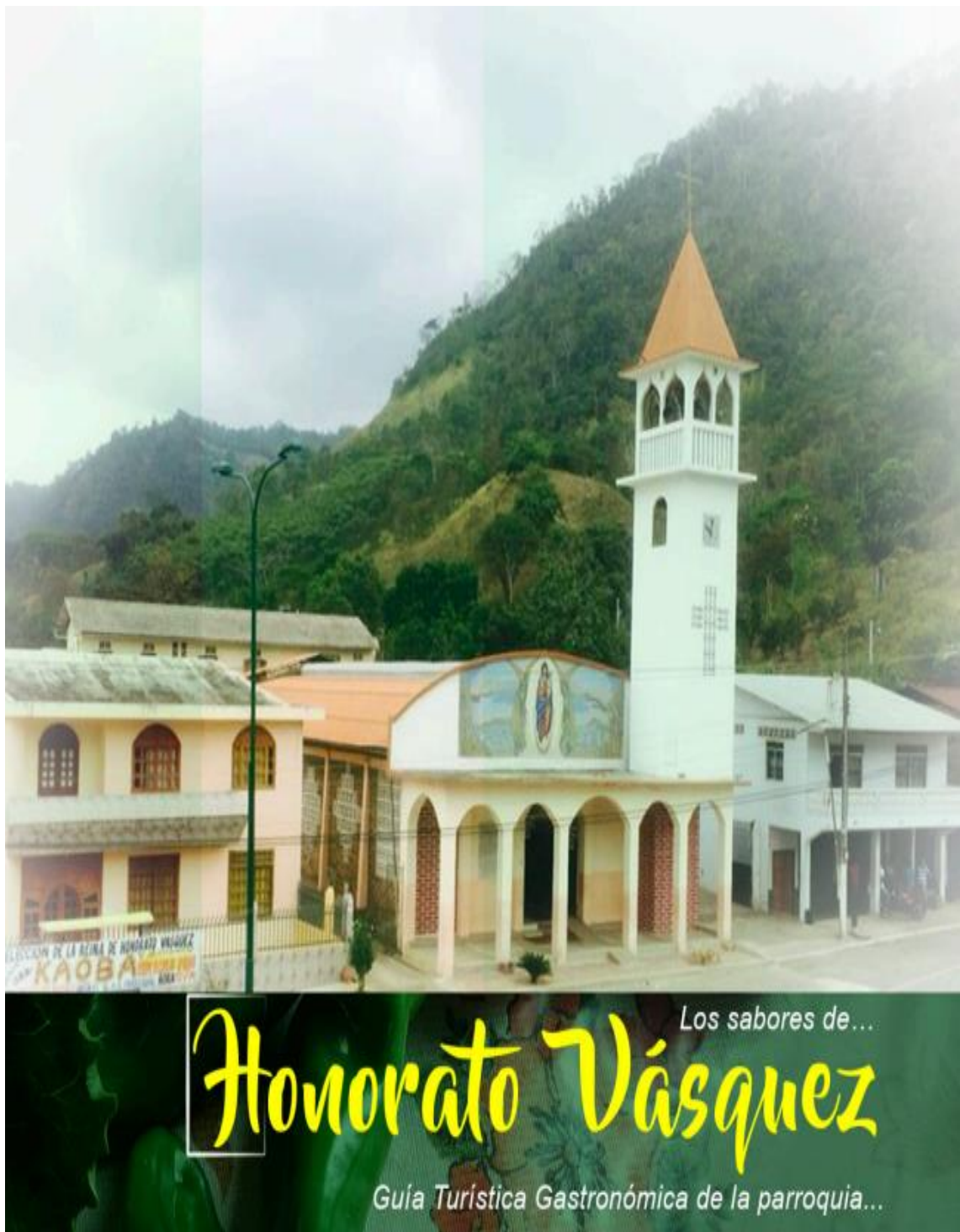
#### **4.1 Revista**

Las vivencias, así como los diferentes métodos culinarios que utilizan los pobladores de la parroquia no deben desaparecer. Por esta razón nace la necesidad de crear una revista que contenga en sus páginas toda la información de los diferentes platos tradicionales de la zona y de esta manera poder conservar las costumbres y tradiciones culinarias además las diferentes recetas sus secretos y sabores.

#### **4.2 A quién va dirigida**

La presente revista está elaborada con el fin que puedan acceder a ella personas adultas, jóvenes y niños ya sean propios de la zona como también personas extranjeras para que de esta manera puedan conocer a profundidad las diferentes preparaciones tradicionales con las que cuenta esta parroquia también podrán encontrar diferentes artesanías, festividades y turismo local que ofrece este pueblo milenario.

### 4.3 Contenido





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

### **CARRERA LICENCIATURA EN GESTIÓN GASTRONÓMICA**

**COSTUMBRES Y TRADICIONES CULINARIAS DE LA PARROQUIA  
HONORATO VÁSQUEZ, PROVINCIA DE MANABÍ COMO PARTE DE  
SU PATRIMONIO CULTURAL.**

**TRABAJO TITULACIÓN**

**TIPO: ETNOGRÁFICAS**

Presentado para optar al grado académico de:

**LICENCIADO EN GESTIÓN GASTRONÓMICA**

**AUTOR: JONATHAN DAVID FLORES MOREIRA**

**TUTORA: LCDA. JESSICA ROBALINO**

**Riobamba – Ecuador**

**2018**



**Apellidos y Nombres**

Flores Moreira Jonathan David

**Fecha de nacimiento:**

26 de junio de 1991

**Lugar de Nacimiento:**

Manta, Manabí Ecuador

Egresado de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo

**Título a obtener:**

Licenciatura en Gestión Gastronómica

**Autor de la Revista Digital:**

Los Sabores de Honorato Vásquez

# Contenido



Contenido	3
Introducción	4
Reseña Histórica	6
Ubicación	7
Turismo	8
Poza Honda	8
Centro Turístico la Finca	9
Las vegas	10
Rio Pata de Pájaro	11
Celebraciones Parroquiales	12
Gastronomía Típica Recetario	13
Cortado de Yuca – Culinario	14
Viche de Camarón de Rio – Culinario	15
Aguado de Pescado Asoleado – Culinario	16
Menestra de Sangre de Gallina Criolla – Culinario	17
Hornado de Mondongo y Patas – Culinario	18
Hornado de Mondongo y Patas – Culinario	19
Majada de Cerdo – Culinario	20
Tonga de Gallina Criolla – Culinario	21
Tambores de Yuca – Culinario	22
Caldo de Gallina Criolla – Culinario	23
Seco de Gallina Criolla – Culinario	24
Caldo de Quilla de Cerdo – Culinario	25
Greñoso – Culinario	26

# Introducción



La cultura culinaria de la parroquia Honorato Vásquez es rica por su diversidad de sabores y texturas ya que unidas resaltan la cocina de este pueblo. Esta cultura y tradición culinaria es una mezcla de conocimientos de los antiguos poblados que la juventud actual intenta recrear, aunque se han tenido leves modificaciones.

La cultura y tradición culinaria de la parroquia Honorato Vásquez está basada en la agricultura y cultivo de la yuca, verde, arroz, maní, café. Además, se utiliza animales que se crían en la zona entre estos están: la gallina criolla, la vaca y el cerdo. los ingredientes antes mencionados son los que intervienen en la elaboración de los platos tradicionales:





- Viche de cangrejo de río,
- Caldo y estofado de gallina criolla,
- Cortadito de yuca,
- Sopa de pescado asoleado,
- Moro de habas verdes,
- Caldo de quilla de puerco con habas,
- Hornado de mondongo y patas,
- Hornado de cabeza de cerdo,
- Majada,
- Tonga de gallina criolla,
- Tambores de yuca,
- Grefioso,
- Natilla,
- Menestra de sangre de gallina con menudencia,

todos estos platos tradicionales son la esencia de esta región, rica en sabores, cultura y tradiciones.

La presente etnografía puntualiza las preparaciones culinarias de esta provincia, en la que constan los ingredientes, elaboración, métodos y tiempo de cocción. También cada platillo cuenta con una fecha especial en la que se consume ya que la mayoría de ellos requieren de mucho tiempo de cocción y se realiza para agasajar una fecha importante o representativa.

## Reseña Histórica



La parroquia Honorato Vásquez, es una parroquia rural del Ecuador, perteneciente al cantón Santa Ana de la provincia de Manabí.

La parroquia rural de Honorato Vásquez es importante mencionar algunos hechos históricos:

En esa época de las comunidades solían comercializar en las ciudades de Portoviejo o Manta, productos como el café, caña, palma y tejían sombreros, estos eran transportados en balsas al cantón de Santa Ana (Parroquial, 2018, p. 26)

En 1935 se iniciaron las gestiones primeras para conseguir la parroquialización de Honorato Vásquez destacándose en las gestiones los señores Juan Ramón Pico, Máximo García Cedeño, Eulises Pico y el presidente del Concejo de Santa Ana, Dr. José Vicente Almeida (Parroquial, 2018, p. 26)

### Folclor Manabita

#### Vestimenta



Los hombres usan vestidos alegres y vivos de color blanco o de flores, la mujer lleva un vestido largo de tela estampada o lana de colores muy llamativos con collares y aretes que hagan juego. El sombrero, generalmente siempre llevan los dos sexos, el sombrero del hombre es llano y el de la mujer es una pastora con adornos y cintas.

## Ubicación



### Folclor Manabita Amorfinos



Figura: Cultura  
Fuente: Deskgram  
Web: Deskgram.net

Se basan en las coplas traídas desde España por los conquistadores, pero en el caso de los amorfinos, éstos se enfocan el amor y sus expresiones ya sean tradicionales o locales las cuales se reflejan en cantos populares.

Se encuentra ubicado al centro sur de la provincia de Manabí, en el cantón Santa Ana, a 27 kilómetros de la cabecera cantonal, a 110 metros sobre el nivel del mar (Vásquez, 2015, p. 25).

# Turismo

## Poza Honda

Es una gran laguna artificial de 12.5 kilómetros de largo y 1.200 metros promedio de ancho, rodeado de parajes solitarios y hermosos y lugares de especial atractivo como la isla de los pájaros y se encuentran gaviotas de origen marino que alternativamente emigran en los períodos de invierno o verano. En la estación invernal sobre todo en febrero por motivo del carnaval, la población local y nacional visitan los ríos, cascadas (Parroquial, s.f., p. 75).



## Centro Turístico la Finca

En la parroquia Honorato Vásquez, de Santa Ana, está la hacienda denominada " La Finca". En ella se encuentra diferentes actividades que se pueden realizar en el sector como caminatas y senderismo a la montaña donde existen dos cascadas



10

---

## Las vegas

- Ubicado en el sitio los tamarindos de la Parroquia Honorato Vásquez del cantón Santa Ana es un gran lugar para hacer conexión con la naturaleza.



11

---

## Rio Pata de Pájaro

El Rio Pata de Pájaro nace en Poza Honda y atraviesa toda la parroquia, en la cual se encuentra una variedad de vida acuática entre los que destaca el camarón río, que es un elemento tradicional en la preparación del Biche de Camarón, el cual tiene un sabor particular debido a las aguas cristalinas que fluyen en el mismo.



12

# Celebraciones Parroquiales

Cantonización 17 de abril

Fiestas patronales 26 de julio

Instalación del primer cabildo 2 de agosto

Mes de artes y cultura noviembre





# Gastronomía Típica Recetario



## Cortado de Yuca

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnica Culinaria
Yuca	200	Gr	Lavado, desinfectado	Dados largos
Leche pura	1 000	MI	Lavado, desinfectado	Pausterizada
Limón	5	MI	Lavado, desinfectado	Zumo
Cebolla de hoja	1	Gr	Lavado, desinfectado	Repicada
Achiote	0,5	MI	Lavado, desinfectado	
Sal	C/n			
Pimienta	C/n			

Porciones	4
Tipo	Entrada
Tiempo	40 min
Método Culinario	
Cocción Medio Líquido	



### Procedimiento

Cortamos en dados grandes y cocinamos la yuca, procedemos a hervir la leche pura una vez que haya hervido incorporamos el limón en la leche y esperamos hasta que se corte , en un sartén procedemos a realizar un refrito de la cebolla de hoja le incorporamos en la preparación, se rectifican sabores, servimos caliente.

## Viche de Camarón de Río

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnica Culinaria
Camarón	200	gr	Lavado, desinfectado	Una porción
Maní	10	gr	Lavado, desinfectado	En pasta con achiote
Yuca	40	gr	Lavado, desinfectado	Dados grandes
Choclo	1	gr	Lavado, desinfectado	Medias luna
Maduro	10	gr	Lavado, desinfectado	Dados grandes
Cebolla	5	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise Fino
Pimiento	5	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise Fino
Achiote	0,5	ml	Lavado, desinfectado	
Ajo	1	gr	Lavado, desinfectado	
Sal	c/n			
Pimienta	c/n			
Agua	c/n			

Porciones	1
Tipo	Entrada
Tiempo	40 min
Método Culinario	Cocción Medio Líquido



### Procedimiento

Realizamos un refrito con achiote, cebolla, ajo, pimiento en brunoise, incorporamos agua, maní, yuca hasta que se cocine, procedemos a cocinar el camarón en el viche con el maduro, realizamos una rectificación de sabores servimos con arroz y verde asado.

## Aguado de Pescado Asoleado

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnicas Culinaria
Albacora	30	gr	Lavado, desinfectado	0,5
Arroz	15	gr	Lavado, desinfectado	0,05
Maní	5	gr	Lavado, desinfectado	0,12
Cebolla	1	gr	Lavado, desinfectado	0,01
Pimiento	1	gr	Lavado, desinfectado	0,01
Cilantro	0,5	gr	Lavado, desinfectado	0,01
Ajo	0,5	gr		0,01
Sal	c/n			0,01
Pimienta	c/n			0,01

Porciones	1
Tipo	Entrada
Tiempo	30 min
Método Culinario	Cocción Medio Líquido



### Procedimiento

Comenzamos cubriendo el pescado de sal, una vez todo cubierto ponemos a secar en el sol de dos a 3 días a los 3 días lo dejamos en agua por un día cambiándole constantemente el agua, al día siguiente se realiza el mismo procedimiento pero con leche, realizamos un refrito con achiote, cebolla, ajo, pimiento en brunoise, esperamos hasta que cristalice incorporamos agua, maní, el arroz hasta que se cocine, a medida de que se vaya espesando, cocinamos el pescado en el aguado rectificamos sabores servimos con plátano asado.

## Menestra de Sangre de Gallina Criolla

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnicas Culinaria
Sangre de gallina	300	ml	Lavado, desinfectado	Sofreir con refrito
Menudencia	440	gr	Lavado, desinfectado	Corte dados medios
Pechuga	200	gr	Lavado, desinfectado	Desmechada
Plátano	250	gr	Lavado, desinfectado	Cocinado
Pimiento	1	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise medio
Cebolla	0,5	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise medio
Ajo	0,5	gr		
Sal	c/n			
Pimienta	c/n			

Porciones	6
Tipo	Fuerte
Tiempo	30 min
Método Culinario	Cocción Medio Líquido



### Procedimiento

En una olla realizamos un refrito con la cebolla, el pimiento y el ajo, una vez cristalizado incorporamos la menudencia del pollo con la pechuga e incorporamos agua hasta q cocine, una vez cocinado se le incorpora el plátano licuado, una vez cocinada la pechuga se le desmecha, la menudencia se le repica y se incorpora la sangre de la gallina hasta que se cocine se rectifican sabores se sirve con arroz, encurtido.

## Hornado de Mondongo y Patas

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnicas Culinaria
Pata de res	2 000	gr	Lavado, desinfectado	Blanqueadas
Mondongo	1 860	gr	Lavado, desinfectado	5
Pasta de maní	900	gr	Lavado, desinfectado	5
Cebolla	100	gr	Lavado, desinfectado	0,15
Ajo	70	gr	Lavado, desinfectado	0,1
Cilantro	0,5	gr	Lavado, desinfectado	0,1
Pimiento	100	gr	Lavado, desinfectado	0,2
Cebolla blanca	50	gr	Lavado, desinfectado	0,1

Porciones	15
Tipo	Fuerte
Tiempo	8 horas
Método Culinario	Calor Directo



### Procedimiento

En una olla incorporamos el maní las patas de res, el mondongo, la cebolla, el ajo, suficiente agua, ponemos a cocinar en un horno de leña por aproximadamente ocho horas, una vez pasado ese tiempo revisamos, retiramos huesos, rectificamos sabores e adicionamos cilantro, cebolla de hoja servimos con arroz encurtido y aguacate

## Hornado de Mondongo y Patas

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnicas Culinaria
Cabeza de cerdo	6 000	gr	Lavado, desinfectado	Cortada en cuartos
Maduro	2 500	gr	Lavado, desinfectado	Enteros
Yuca	2 600	gr	Lavado, desinfectado	Battonee
Pimiento	3 000	gr	Lavado, desinfectado	0,8
Cebolla	454	gr	Lavado, desinfectado	0,75
Ajo	250	gr	Lavado, desinfectado	1,15
Cebolla blanca	200	gr	Lavado, desinfectado	0,6
Sal	c/n		Lavado, desinfectado	0,25

Porciones	12
Tipo	Fuerte
Tiempo	8 horas
Método Culinario	Cocción Lenta



### Procedimiento

Comenzamos cortando la cabeza de cerdo en 4 partes y adicionamos todos los ingredientes en una olla, agua, en el horno bien caliente de leña, ponemos nuestra preparación y dejamos que se cocine por aproximadamente por unas 8 horas aproximadamente una vez cocinado retiramos los huesos de la cabeza y rectificamos sabores servimos con encurtido, arroz, y plátano asado.

## Majada de Cerdo

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnicas Culinaria
Carne de cerdo	4 300	gr	Lavado, desinfectado	Dados grandes
Cuero de cerdo	1 300	gr	Lavado, desinfectado	Cocinar
Maní	500	gr	Lavado, desinfectado	Pasta
Plátano	2 000	gr	Lavado, desinfectado	Rayado y cocinado
Pimiento	300	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Cebolla	454	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Ajo	250	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Cebolla blanca	200	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Pimienta	C/n			
Sal	C/n			

Porciones	15
Tipo	Fuerte
Tiempo	8 horas
Método Culinario	Calor Directo



### Procedimiento

Rayamos los verdes, cocinamos el cuero del cerdo hasta que ese blandos, realizamos un refrito e incorporamos refrito, el agua del cuero, rectificamos sabores, en una olla de barro se incorpora todo los ingredientes, dejamos cocinando en un horno de leña, aproximadamente por 8 horas, retiramos del fuego, le adicionamos cilantro servimos con ensalada y chifles.



## Tonga de Gallina Criolla

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnica Culinaria
Gallina criolla	300	gr	Lavado, desinfectado	1/2 pollo en seco
Arroz	900	gr	Lavado, desinfectado	Cocido
Maní	200	gr	Lavado, desinfectado	Salsa de maní
Cebolla	100	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fin
Pimiento	100	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise Fino
Tomate	100	gr	Lavado, desinfectado	Licudo
Maduro	250	gr	Lavado, desinfectado	En sílice fino
Cebolla Blanca	5	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise Fino
Cilantro	5	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise Fino
Hojas de Verde	c/n		Lavado, desinfectado	
Pimienta	c/n			Machacada
Achiote	5	gr		
Sal	c/n			

Porciones	3
Tipo	Fuerte
Tiempo	4 horas
Método Culinario	Calor Directo



### Procedimiento

**Seco de Gallina:** Hacemos un refrito de gallina con tomate, cebolla, ajo, aceite de achiote, perejil, añada 4 tazas de agua y deje cocinar por 40 minutos a temperatura baja. Cuando la gallina este cocinada, enfríe y reservé. Arroz. En cada hoja ponga una taza de arroz amarillo cocinado y aplaste, luego ponga un pedazo de gallina con media taza de caldo donde se pasta de maní, maduro frito y culantro.

**Envoltura:** Una vez listo cierre la hoja y ponga a baño maría para conservar la tonga caliente. Debe serviría bien caliente acompañada de aji de la casa

## Tambores de Yuca

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnicas Culinaria
Yuca	3 000	gr	Lavado, desinfectado	Rayado
Raspadura	2 000	gr	Lavado, desinfectado	Almíbar
Queso	454	gr	Lavado, desinfectado	Rayado
Clavo dulce	30	gr	Lavado, desinfectado	Almíbar
Canela	100	gr	Lavado, desinfectado	Almíbar
Pimienta dulce	30	gr	Lavado, desinfectado	Almíbar

Porciones	15
Tipo	Bocadito
Tiempo	4 horas
Método Culinario	Calor Directo



### Procedimiento

Pelamos la yuca, procedemos a rayar la yuca en un bowl con el cernidor aplastamos la yuca hasta sacar el agua de la yuca, derretimos la raspadura, damos aroma con la canela, clavo dulce, pimienta dulce, mezclamos con la yuca hasta obtener una masa maleable, adicionamos queso rallado, envolvemos en hoja de plátano, colocamos en el horno bien caliente de leña, dejamos cocer por aproximadamente unas 4 horas.

## Caldo de Gallina Criolla

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnicas Culinaria
Gallina Criolla	200	gr	Lavado, desinfectado	1/8 porción
Yuca	50	gr	Lavado, desinfectado	Bastones
Cebolla blanca	1	gr	Lavado, desinfectado	Repicada
Cilantro	1	gr	Lavado, desinfectado	Repicada
Pimienta	c/n	gr	Lavado, desinfectado	Molida
Sal	c/n	gr	Lavado, desinfectado	

### Guarnición

Arroz	100	gr		Cocido
Verde	50	gr		Asado

Porciones	1
Tipo	Entrada
Tiempo	1:30 hora
Método Culinario	Cocción Medio Líquido



### Procedimiento

Ponemos a hervir las presas de gallina en una olla con agua en un horno de leña, llevar a ebullición por aproximadamente una hora, incorporamos los bastones de yuca hasta que se cocine, una vez que haya ablandado la gallina y la yuca adicionamos cilantro, cebolla de hoja, rectificamos sabores guarnecemos con verde asado, arroz.

## Seco de Gallina Criolla

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnica Culinaria
Gallina Criolla	200	gr	Lavado, desinfectado, pelado	1/8 de gallina
Yuca	50	gr	Lavado, desinfectado, pelado	Bastones
Cebolla colorada	30	gr	Lavado, desinfectado	Licuada
Tomate	30	gr	Lavado, desinfectado	Licuada
Pimiento	30	gr	Lavado, desinfectado	Licuada
Ajo	1	gr	Lavado, desinfectado	Licuada
Achiote	1	gr	Lavado, desinfectado	Licuada
Naranja	20	gr		Licuada
Raspadura	10	gr		Almibar
Sal	c/n	gr		
Pimienta	c/n	gr		
Guarnición				
Arroz	80	gr	Lavado, desinfectado	Pilaf

Porciones	1
Tipo	Fuerte
Tiempo	1:30 horas
Método Culinario	Cocción Medio Líquido



### Procedimiento

En una licuadora extraemos el zumo de la naranja, en una olla derretimos la raspadura, e adicionamos el zumo de la naranja, licuamos cebolla, tomate, pimiento, doramos las preas previamente adobadas, incorporamos el licuado, el almibar de naranja con raspadura, la yuca dejamos hervir hasta que la yuca, incorporamos cilantro guamecemos con arroz.

## Caldo de Quilla de Cerdo

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnica Culinaria
Cadera de Cerdo	200	gr	Lavado, desinfectado	Octavos
Yuca	50	gr	Lavado, desinfectado , pelado	Bastones
Zanahoria	30	gr	Lavado, desinfectado	Róndelas
Habas Costeñas	40	gr	Lavado, desinfectado	
Pimiento	1	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Ajo	1	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Achiote	1	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Cebolla	20	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Pimienta	c/n			Molida
Sal	c/n			
Guarnición				
Verde	30	gr	Lavado, desinfectado	Asado
Arroz	80	gr	Lavado, desinfectado	Pilaf

Porciones	2
Tipo	Entrada
Tiempo	30 min.
Método Culinario	Cocción Medio Líquido



### Procedimiento

En una olla con agua caliente procedemos a cocinar la cadera de cerdo por aproximadamente 20 minutos incorporamos la yuca, zanahoria, habas, realizamos un refrito rectificamos sabores, guarnecemos arroz y plátano asado.

## Greñoso

Ingredientes	Cantidad	Unidad	Mise en Place	Técnica Culinaria
Carne de Res	50	gr	Lavado, desinfectado	Dados medianos
Cerdo	50	gr	Lavado, desinfectado	Dados medianos
Pollo	50	gr	Lavado, desinfectado	Desmechado
Maíz	200	gr	Lavado, desinfectado	Harina
Maní	75	gr	Lavado, desinfectado	Pasta
Pimiento	30	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Cebolla	30	gr	Lavado, desinfectado	Brunoise fino
Cebolla Blanca	20	gr	Lavado, desinfectado	
Pimienta	c/n	gr	Lavado, desinfectado	Molido
Sak	c/n			

### Guarnición

PASAS	60	gr	Lavado, desinfectado	
Huevo	3	u	Lavado, desinfectado	Cocido 10 minutos

Porciones	3
Tipo	Fuerte
Tiempo	1:30 horas
Método Culinario	Cocción Medio Líquido



### Procedimiento

Hervimos en suficiente agua las carnes y el pollo, condimentamos con los aliños y parte de las cebollas hasta obtener un caldo: cuando ya estén las carnes, sacarlas y desmenuzarlas. Luego de esto la harina de maíz hay que desaguarla para poder cocinarla en el caldo que queda de las carnes: junto con se desagua el maíz y hay que revolverlo continuamente para que no se pegue. Picar las cebollas, el pimiento y hacer un refrito para que luego se agregue la mezcla junto con las carnes desmenuzadas: todo esto se deja hervir hasta que esté listo. Luego se extiende en bandeja larga para cuando enfrié poder partirlo en cuadritos, guarnecemos con pasas y los huevos duros en rodajas.



*Jonathan Flores*  
*Autor*

*Febrero 2019*

## CONCLUSIONES

- En la presente etnografía se concluye que la información obtenida sobre la cultura y tradición culinaria se recopiló de documentos impresos que reposan en la biblioteca de parroquia Honorato Vásquez, así como documentos digitales como el Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial PDOT. Gran parte de la información es reconocida, por los pobladores, como leyendas, cuentos, historias antiguas, entre otros; las mismas que son transmitidas por las personas a través de la tradición oral desde épocas pasadas.
- La gastronomía de la parroquia Honorato Vásquez es muy rica y a su vez diversa, ya que cuenta con 15 preparaciones culinarias, de las cuales se identificaron como tradicionales: cortadito de yuca, sopa de pescado asoleado, Hornado de cabeza de cerdo, tambores de yuca, Hornado de mondongo y patas, y como típicas: viche de camarón de río, caldo de gallina criolla, caldo de quilla de puerco con habas, seco de gallina criolla, majada, tonga de gallina criolla, menestra de sangre de gallina, Greñoso. Además, se reconoció que las preparaciones como cortadito de yuca, menestra de sangre de gallina, Greñoso, Hornado de mondongo y pata de res están en peligro debido a que la población las realiza con muy poca frecuencia.
- Se estandarizó las preparaciones culinarias mediante recetas donde se detalla las equivalencias de medidas caseras a medidas de peso como gramos, mililitros, entre otros. Se registra el nombre de la preparación, el número de porciones a servir, tipo de servicio, el tiempo y método de cocción, ingredientes, cantidades; además de su forma de preparación de cada uno de los platillos.
- Se realizó la difusión de los resultados en una revista digital denominada “los sabores de Honorato Vásquez”, mediante la página web del Gobierno Autónomo Descentralizado parroquial rural Honorato Vásquez. La revista refleja las costumbres, tradiciones, atractivos turísticos de la zona. Además, dicho medio informativo recopila la historia, elaboración de diferentes platillos emblemáticos los cuales emplean productos tradicionales y técnicas culinarias que han perdurado en el paso del tiempo. Link de la página del gobierno autónomo descentralizado parroquial rural de Honorato Vásquez, revista digital [http://gadhonoratovasquez.gob.ec/manabi/?page\\_id=1596](http://gadhonoratovasquez.gob.ec/manabi/?page_id=1596)



## RECOMENDACIONES

- Potencializar mediante casas abiertas la cultura y tradiciones culinarias de la parroquia; con el fin de conservarlas como patrimonio cultural de la parroquia, de esta manera contrarrestar a la desaparición de actividades que realizaban los antiguos pobladores y que la juventud actual ha dejado de realizar por ignorar estas tradiciones o por otros motivos como la migración.
- La cocina manaba está llena de creatividad, debido a que los pobladores no desperdician los productos propios de la zona para realizar sus platos tradicionales; Sin embargo, ciertas preparaciones están en peligro debido a que los moradores la consumen con poca frecuencia. Es así que, se recomienda se realice actividades para retomar con mayor énfasis en las prácticas culinarias que se están perdiendo como parte de su cultura gastronómica, la misma que no debería desaparecer o ser reemplazada por la comida extranjera, lo que puede ocasionar problemas de identidad culinaria.
- Se recomienda, la aplicación de las recetas estandarizadas para aportar en la práctica de las preparaciones y preservación de la cultura y tradición culinaria, la mismas que se detallan en la revista digital mencionada anteriormente con libre acceso a todas las generaciones de la Parroquia.
- Se recomienda extender la difusión de esta revista digital, ya que representa un tesoro para la provincia de Manabí, puesto que se ha dado a conocer la maravilla de parroquia con la que cuentan, para ser explotada, dándole un valor sentimental a las preparaciones que realizaban los antiguos pobladores.

## BIBLIOGRAFÍA

- Accesible, G. V. (2018). *Guía Virtual de Turismo Accesible*. Recuperado el 11 de Diciembre de 2018, de <http://turismoaccesible.ec/site/information/region-costa/manabi/cultura-y-tradiciones/>
- Alonso, L. (1995). *una buena alimentacion* (tapa dura ed.). España: Piramide.
- Alva, E. (2000). *Vivo folclor Manabita un compendio de cultura popular* (Segunda ed.). Calceta: Ilustración Gráfica.
- Ana, G. M. (2018). *Gad Santa Ana*. Recuperado el 20 de 12 de 2018, de <http://santaana.gob.ec/santa-ana/situacion-geografia/>
- Antúnez, S. (1985). *Historia natural y moral de las indias* . México .
- Aure, S. (2018). *Wikipedia* . Recuperado el 11 de Diciembre de 2018, de <https://es.wikipedia.org/wiki/Costumbre>
- Behar, D. (2008). *Metodología de la Investigación* (A. Rubeira ed.). Shalom.
- cocina, I. (2013). *larousse cocicna*. Recuperado el 15 de 01 de 2019, de <https://laroussecocina.mx/palabra/fermentado/>
- Giménez, G. (2007). *Estudio sobre la cultura y las identidades sociales* . México: CONACULTA & ITESO.
- González, D. (1991). *Fondo de cultura económica* . Lima.
- investManabí. (2015). *sección de inversión*. Recuperado el 28 de 02 de 2018, de [http://www.manabi.gob.ec/investmanabi/alimentos\\_sector.php](http://www.manabi.gob.ec/investmanabi/alimentos_sector.php)
- Juárez, Y. (2017). Recuperado el 17 de 02 de 2019, de <http://maseualtapalol.blogspot.com/2017/06/diferencia-de-tipico-y-tradicional.html>
- Landeu, R. (2007). *Elaboración de Trabajo de Investigación*. Venezuela: Alfa.
- Martinez, Raúl, Rodriguez, Eddy. (2008). *Manual de Metodlogía de la investigación científica*. España.
- Montecino, S. (2009). *Fuegos, Hornos Y Donaciones. Alimentación y cultura en Rapa* . Catalonia.
- Ochoa, Karina; Santamaría, Arturo. (2018). *Cultura Gastronómica*. Recuperado el 11 de Diciembre de 2018, de [http://web.uaemex.mx/Culinaria/tres\\_ne/articulo\\_08.pdf](http://web.uaemex.mx/Culinaria/tres_ne/articulo_08.pdf)
- Parroquial, H. V. (2018). PLAN DE DESARROLLO Y ORDENAMIENTO TERRITORIAL DE LA PARROQUIA HONORATO VÁSQUEZ DEL CANTÓN SANTA ANA PROVINCIA DE MANABÍ. HONORATO VÁSQUEZ: GAD HONORATO VÁSQUEZ.
- Pazos, J. (2010). *Cocinas Regionales Andinas* (Primera ed.). Quito : corporación Editora Nacional
- .

- Raymi, G. (s.f.). *Provincia de Manabí*. Recuperado el 13 de Diciembre de 2018, de <https://www.goraymi.com/es-ec/manabi/provincia-de-manabi-afac53bf4>
- Ruíz, k. (2010). *obolog*. Recuperado el 11 de diciembre de 2018, de <http://cienciassocialeskathy.obolog.es/instrumentos-investigacion-633764>
- Salas, F. G. (2015). *Técnicas en cocina* (síntesis ed.). Madrid: síntesis.
- Sanchez, J. C. (2004 - 2011). *Metodología de la Investigación Científica y Tecnológica*. Madrid : Díaz de Santos S.A.
- Segrado, R. (2007). *principios de cocina 2* (Alfa/Zeta ed.). México: Alfa/Zeta.
- tamayo. (1997). Plan de negocios. En *Plan de negocios*.
- Technopat. (2018). *Wikipedia* . Recuperado el 11 de Diciembre de 2018, de <https://es.wikipedia.org/wiki/Tradici%C3%B3n>
- Toyos, I. (2008). *Manual básico de la buena cocina* . Guayaquil : Sol90.
- Valverde, F. (s.f.). *Técnicas culinarias*.
- Vásquez, g. a. (2015). *plan de desarrollo y ordenamiento territorial* . Santa Ana : Gad parroquial.

## ANEXOS

**Anexo A:** Modelo de encuesta.



### ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO FACULTAD DE SALUD PÚBLICA ESCUELA DE GASTRONOMÍA

**Objetivo:** Investigar costumbres y tradiciones culinarias de la parroquia Honorato Vásquez de la provincia de Manabí con el fin de mantener su cultura gastronómica.

**INDICACIONES:** señale con una X la respuesta según corresponda

#### DATOS GENERALES

Edad:

1. ¿Cree usted que es importante conservar la cultura y tradición culinaria?

Si	<input type="checkbox"/>
No	<input type="checkbox"/>

2. ¿Conoce usted preparaciones tradicionales de la parroquia Honorato Vásquez?

Si	<input type="checkbox"/>
No	<input type="checkbox"/>

3. ¿De la siguiente lista de platos tradicionales cual es el más consumido por la familia?

Viche de cangrejo de rio	<input type="checkbox"/>
Caldo de gallina criolla	<input type="checkbox"/>
Estofado de gallina criolla	<input type="checkbox"/>
Cortadito de yuca	<input type="checkbox"/>
Sopa de pescado asoleado	<input type="checkbox"/>
Moro de habas verdes	<input type="checkbox"/>
Caldo de quilla de puerco con hablas	<input type="checkbox"/>
Hornado de librillo y patas	<input type="checkbox"/>
Hornado de cabeza de cerdo	<input type="checkbox"/>
Majada	<input type="checkbox"/>
Tonga de gallina criolla	<input type="checkbox"/>
Tambores de yuca	<input type="checkbox"/>

Greñoso	
Natilla	
Menestra de sangre de gallina con menudencia	

**4. ¿Qué métodos utiliza para preparar sus platos gastronómicos?**

Asar a la parrilla	
Asar al horno	
Asar en las cenizas	
Huatia	
Tostado	
Fermentado	
Envuelto en hojas	

**5. ¿Qué equipos y utensilios utiliza para la preparación de sus platos culinarios?**

Parrilla	
Horno de leña	
Ollas de barro	
Paila de barro	

**6. ¿Con que frecuencia consume los diferentes platos culinarios de la parroquia?**

Al año	
Una vez por semana	
Diariamente	

**7. ¿Cree usted que es importante conservar los diferentes platos gastronómicos de la parroquia?**

Si	
No	

Gracias por su colaboración

**Anexo B:** Modelo entrevista.




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

La presente entrevista tiene como objetivo identificar la comida tradicional que encontramos en la Parroquia Honorato Vásquez, por favor contestar según usted crea conveniente y con la mayor sinceridad.

1. ¿Cuáles son los ingredientes de estos deliciosos platos tradicionales?
2. ¿Cómo prepara sus platos tradicionales?
3. ¿Cuáles considera usted que son los factores que han contribuido a la desaparición de esos platos de la cocina manabitas?
4. ¿En su familia que tradiciones se realizan en la preparación de comida? ¿Alguna vez usted guardó una receta de un plato típico que le hayan enseñado

Gracias por su colaboración

Anexo c: Certificado de gad parroquial.



**GOBIERNO AUTÓNOMO DESCENTRALIZADO DE LA  
PARROQUIA RURAL HONORATO VÁSQUEZ**  
Registro Oficial # 193 del 27 de Octubre del 2000 – RUC: 1360041580001  
Honorato Vásquez – Santa Ana

**CERTIFICACIÓN**

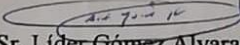
Yo **Líder Gómez Alvarado** en calidad de Presidente del GAD de la Parroquia rural Honorato Vásquez Certifico que el Sr. **FLORES MOREIRA JONATHAN DAVID**, con número de cedula N° **130852984-9**, Egresado de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Facultad de Salud Pública, Escuela de Gastronomía de la Ciudad de Riobamba, está realizando en nuestra Parroquia una investigación de Costumbres y tradiciones culinarias, con el fin de salvaguardar las costumbres gastronómicas de la Parroquia Honorato Vásquez.


Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

El interesado puede hacer uso del presente certificado para trámites personales.

Honorato Vásquez, 19 de febrero de 2018

Atentamente,

  
Sr. Líder Gómez Alvarado  
**PRESIDENTE G.A.D PARROQUIAL  
HONORATO VASQUEZ**  
Teléf.: 0969548793



---

Calle Padre Alberto Ferri – Vía principal Poza Honda  
Email: gadh-vasquez@hotmail.com  
Manabí - Ecuador

**Anexo D:** Certificado de gad parroquial publicación en sitio web.



**GOBIERNO AUTÓNOMO DESCENTRALIZADO DE LA  
PARROQUIA RURAL HONORATO VÁSQUEZ**  
Registro Oficial # 193 del 27 de Octubre del 2000 – RUC: 1360041580001  
Honorato Vásquez – Santa Ana

**CERTIFICACIÓN**


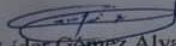
Yo **Líder Gómez Alvarado** en calidad de Presidente del GAD de la Parroquia rural Honorato Vásquez Certifico que el Sr. **FLORES MOREIRA JONATHAN DAVID**, con número de cedula N° **130852984-9**, Egresado de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Facultad de Salud Pública, Escuela de Gastronomía de la Ciudad de Riobamba, ha culminado con los trabajos de investigación de Costumbres y tradiciones culinarias, elaborando una revista para que sea publicada en la Pagina Wed del GAD Parroquial Honorato Vásquez.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

El interesado puede hacer uso del presente certificado para trámites personales.

Honorato Vásquez, 01 de marzo de 2019

Atentamente,



Sr. Líder Gómez Alvarado  
**PRESIDENTE G.A.D PARROQUIA  
HONORATO VASQUEZ**  
C.I: 130546310-9  
Teléf.: 0969548793

---

Calle Padre Alberto Ferri – Vía principal Poza Honda  
Email: gadh-vasquez@hotmail.com  
Manabí - Ecuador