



**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD DE SALUD PÚBLICA**

**ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

**“ESTUDIO DE LA CULTURA GASTRONÓMICA ANCESTRAL DE  
LA COMUNIDAD CACHI DEL CANTÓN EL TAMBO PROVINCIA  
DEL CAÑAR”**

**TRABAJO DE TITULACIÓN**

**TIPO:** Etnografía

Presentado para optar al grado académico de:

**LICENCIADO EN GESTIÓN GASTRONÓMICA**

**AUTOR:** GUAMÁN LOJA MANUEL JESÚS

RIOBAMBA – ECUADOR

2019

**© 2019, Guamán Loja Manuel Jesús**

Se autoriza la reproducción total o parcial, con fines académicos, por cualquier medio o procedimiento, incluyendo la cita bibliográfica del documento, siempre y cuando se reconozca el Derecho de Autor.

Yo, Manuel Jesús Guamán Loja con cedula de identidad 030238474-8 soy responsable de las ideas, doctrinas y resultados expuestos en este proyecto de titulación y el patrimonio intelectual del trabajo de titulación tipo: Etnografía presente a la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

-----  
Manuel Jesús Guamán Loja  
CI. 030238474-8

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


El tribunal de trabajo de Titulación tipo Etnografías certifica que el: **“ESTUDIO DE LA CULTURA GASTRONÓMICA ANCESTRAL DE LA COMUNIDAD CACHI DEL CANTÓN EL TAMBO PROVINCIA DEL CAÑAR”** de responsabilidad de la señor Manuel Jesús Guamán Loja, ha sido minuciosamente revisado, quedando autorizada su presentación.

FIRMA

FECHA


Lic. Juan Carlos Salazar Yacelga  
**DIRECTOR DE TRABAJO DE  
TITULACIÓN**

FIRMA



---

Ing. María Belén Bastidas Arauz  
**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**



---

Ing. Rafael Inty Salto Hidalgo  
**ANALISTA DE BIBLIOTECAS 1**



---

Yo, Manuel Jesús Guamán Loja, declaro que el presente trabajo de titulación tipo: Etnografía es de mi autoría y los resultados del mismo son auténticos. Los textos en el documento que provienen de otras fuentes están debidamente citadas y referenciadas.

Como autor asumo la responsabilidad legal y académica de los contenidos de este trabajo de titulación; El patrimonio intelectual pertenece a la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

Riobamba 26 noviembre del 2019

-----

Manuel Jesús Guamán Loja

CI. 030238474-8

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo a DIOS por darme la sabiduría, y la fortaleza que necesite durante el transcurso de mis estudios.

A mis padres Segundo Januario Guamán Acero y María Baltazara Loja Quizhpi por darme la vida, el amor, la paciencia y el esfuerzo, que necesite para no temer ante las adversidades de la vida diaria, que me han permitido cumplir una meta más en la vida.

A mi esposa Ana Lucia Sinchi un pilar fundamental que me apoyó incondicionalmente durante todo el proceso de mi trabajo, por estar conmigo en todo los momentos malos y buenos, acompañándome en mis metas y sueños.

A mi hijo Ariel Josué Guamán Sinchi, que durante la distancia siempre está al pendiente de mí y nunca me ha olvidado.

A mi hermano Marcelo Guamán Loja, aunque no esté junto a nosotros siempre lo tengo presente.

Finalmente quiero dedicar a toda mi familia, por extender el apoyo en las buenas y en las malas.

*Manuel Jesús*

## **AGRADECIMIENTO**

El presente trabajo agradezco a DIOS por ser mi guía en el transcurso de mi vida, brindándome sabiduría para poder culminar con éxitos mis metas y planes propuestos.

También agradezco a mis familiares por la gratitud por el amor y por la gran paciencia que tienen hasta el momento, gracias por permitir culminar una meta más en mi vida, por haber inculcado, por darme la oportunidad de tener una excelente educación en el transcurso de toda mi carrera.

Gracias a mis amigos que me supieron ayudar a que no me desmaye durante todo el transcurso de mi carrera.

*Manuel Jesús*

## TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>1. ASPECTOS GENERALES.....</b>	<b>1</b>
1.1 Introducción.....	1
1.2 Justificación.....	2
1.3 Objetivos: .....	3
1.3.1 <i>Objetivo general</i> .....	3
1.3.2 <i>Objetivos específicos</i> .....	3
<b>CAPITULO II</b>	
<b>2. MARCO TEÓRICO I .....</b>	<b>4</b>
2.1 Etnografía.....	4
2.2 Características de la etnografía.....	4
2.3 Tipos de etnografía .....	4
2.3.1 <i>Microetnia:</i> .....	4
2.3.2 <i>Macroetnia:</i> .....	5
2.4 Definiciones básicas .....	5
2.4.1 <i>Cultura</i> .....	5
2.4.2 <i>Identidad cultural</i> .....	6
2.4.3 <i>Tradiciones</i> .....	7
2.4.3.1 <i>Tradiciones culturales</i> .....	7
2.4.3.2 <i>Cocina tradicional ecuatoriana</i> .....	8
2.4.4 <i>Costumbres</i> .....	8
2.4.5 <i>Gastronomía</i> .....	8
2.5 <b>Gastronomía ancestral</b> .....	<b>8</b>
2.6 <b>Gastronomía en el Ecuador</b> .....	<b>9</b>
2.6.1 <i>Gastronomía típica</i> .....	9
2.6.2 <i>Gastronomía tradicional</i> .....	9
2.7 <b>Parroquia</b> .....	<b>10</b>
2.8 <b>Comunidad</b> .....	<b>11</b>
2.9 <b>Historia de Cañar</b> .....	<b>11</b>
2.10 <b>Cantón El Tambo</b> .....	<b>11</b>
2.11 <b>Historia y gastronomía de El Tambo</b> .....	<b>12</b>
2.12 <b>Preparaciones culinarias Ancestrales del Cantón El Tambo</b> .....	<b>12</b>



2.12.1	<i>Gallina criolla</i> .....	13
2.12.2	<i>Fritada</i> .....	14
2.12.3	<i>Cascaritas de chancho</i> .....	14
2.12.4	<i>Mote pata</i> .....	14
2.12.2	<i>Cuy asado</i> .....	14
2.13	<b>Productos cosechados en la Comunidad de Cachi</b> .....	14
2.14	<b>Métodos, técnicas, culinarias ancestrales de la Comunidad Cachi</b> .....	14
2.15	<b>Festividades de Cachi</b> .....	15
2.16.2	<i>Utensilios de cocina ancestral</i> .....	15
2.16.2.1	<i>Olla de barro</i> .....	15
2.16.2.2	<i>Cuchara de palo</i> .....	15
2.16.2.3	<i>Tiesto</i> .....	16
2.16.2.4	<i>Batea</i> .....	16
2.16.2.5	<i>Piedra de moler</i> .....	16
2.16.3	<i>Métodos de cocción</i> .....	16
2.16.3.1	<i>Clasificación de los diferentes métodos de cocción</i> .....	16
<b>Tabla 1-2: Métodos de Cocción</b> .....		17
2.18	<b>Características organolépticas</b> .....	17
2.19	<b>Medios de transmisión del calor</b> .....	18
2.20	<b>Técnicas de cocción culinarias</b> .....	19
2.21	<b>Técnicas de cocción y conservación del Ecuador</b> .....	24
2.22	<b>Ubicación de la zona de estudio</b> .....	26
2.22.1	<i>Demografía</i> .....	26
2.22.2	<i>Cartografía</i> .....	26
2.22.3	<i>Límites</i> .....	27
2.22.4	<i>Altitud</i> .....	27
2.22.5	<i>Clima</i> .....	27
2.22.6	<i>Superficie</i> .....	27
2.23	<b>Productos que se dan en la provincia</b> .....	27
2.24	<b>Atractivos turísticos</b> .....	28
2.25	<b>Gastronomía ancestral de la Comunidad de Cachi</b> .....	31
2.27	<b>Marco legal</b> .....	36
2.27.1	<i>Constitución de la República del Ecuador</i> .....	36
2.27.3	<i>Ley de turismo</i> .....	36
<b>CAPÍTULO III</b>		
3.	<b>METODOLOGÍA</b> .....	37
3.1	<b>Método inductivo</b> .....	37

3.2	Localización y temporalización: .....	38
3.3	Definición de las variables: .....	39
3.4	Tipo de investigación .....	40
3.3	Población y muestra .....	41
3.3.1	<i>Población</i> .....	41
2.3.2	<i>Muestra</i> .....	42
3.4	Procedimientos.....	43
3.5	Procesamiento y análisis.....	43
3.5.1	<i>Recolección</i> .....	43
3.5.2	<i>Interpretación y análisis</i> .....	43
3.6	Presentación y discusión de resultados .....	43
3.6.1	<i>Estudio realizado a personas de 20 a 80 años</i> .....	43
3.7	Estudio realizado a personas de 60 a 80 años.....	57
<b>CAPÍTULO IV</b>		
4.	<b>PROPUESTA</b> .....	63
4.1	Justificación.....	63
4.2	Introducción .....	63
4.3	Desarrollo de la propuesta .....	64
4.3.1	<i>Recolección de las preparaciones ancestrales.</i> .....	64
<b>CONCLUSIONES</b> .....		71
<b>RECOMENDACIONES</b> .....		72
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>		
<b>ANEXOS</b>		

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1-2:</b> Técnicas de Cocción .....	17
<b>Tabla 2-2:</b> Resultado de población total según género de El Tambo de Cañar según censos 2010.....	26
<b>Tabla 1-3:</b> Total de encuesta .....	43
<b>Tabla 2-3:</b> Procedimientos .....	43
<b>Tabla 3-3:</b> Edad de los encuestados .....	44
<b>Tabla 4-3:</b> Sexo del encuestado .....	44
<b>Tabla 5-3:</b> Combustible que utilizan.....	45
<b>Tabla 6-3:</b> Productos que siembran.....	46
<b>Tabla 7-3:</b> Consume alimentos ancestrales.....	47
<b>Tabla 8-3:</b> Cada cuanto consume alimentos ancestrales.....	47
<b>Tabla 9-3:</b> Que productos consume.....	48
<b>Tabla 10-3:</b> Rescate de los alimentos ancestrales.....	49
<b>Tabla 11-3:</b> Conoce alimentos ancestrales.....	50
<b>Tabla 12-3:</b> Utiliza utensilios ancestrales.....	50
<b>Tabla 13-3:</b> Lugares donde venden comida ancestral.....	51
<b>Tabla 14-3:</b> Quienes enseñaron las preparaciones.....	52
<b>Tabla 14-3:</b> Realiza algunas preparaciones ancestrales.....	53
<b>Tabla 16-3:</b> Se está perdiendo las preparaciones ancestrales.....	53
<b>Tabla 17-3:</b> Conocía usted de las preparaciones.....	54
<b>Tabla 18-3:</b> Tipos de preparaciones que lo realiza.....	55
<b>Tabla 19-3:</b> Consumo de chawarmishqui.....	53
<b>Tabla 1-4:</b> Ficha recolección de datos chicha de jora.....	64
<b>Tabla 2-4:</b> Ficha recolección de datos dulce de oca.....	65
<b>Tabla 3-4:</b> Ficha recolección de datos arroz de cebada.....	65
<b>Tabla 4-4:</b> Ficha recolección de datos dulce de zambo.....	66
<b>Tabla 5-4:</b> Ficha recolección de datos dulce de zambo.....	66
<b>Tabla 6-4:</b> Ficha recolección de datos dulce de machica.....	67
<b>Tabla 7-4:</b> Ficha recolección de datos mote con cuy.....	67
<b>Tabla 8-4:</b> Ficha recolección de datos dulce de machica.....	68

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1-3:</b> Edad de los encuestados .....	44
<b>Gráfico 2-3:</b> Sexo del encuestado .....	45
<b>Gráfico 3-3:</b> Combustible que utilizan.....	46
<b>Gráfico 4-3:</b> Productos que siembran.....	46
<b>Gráfico 5-3:</b> Consume alimentos ancestrales.....	47
<b>Gráfico 6-3:</b> Cada cuanto consume alimentos ancestrales.....	48
<b>Gráfico 7-3:</b> Que productos consume. ....	49
<b>Gráfico 8-3:</b> Rescate de los alimentos ancestrales. ....	49
<b>Gráfico 9-3:</b> Conoce alimentos ancestrales.....	50
<b>Gráfico 10-3:</b> Utiliza utensilios ancestrales. ....	51
<b>Gráfico 11-3:</b> Lugares donde venden comida ancestral.....	52
<b>Gráfico 12-3:</b> Quienes enseñaron las preparaciones. ....	53
<b>Gráfico 13-3:</b> Realiza algunas preparaciones ancestrales. ....	53
<b>Gráfico 14-3:</b> se está perdiendo las preparaciones ancestrales. ....	54
<b>Gráfico 15-3:</b> conocía usted de las preparaciones.....	54
<b>Gráfico 16-3:</b> Tipos de preparaciones que lo realiza .....	55

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1-2:</b> Cantón El Tambo: Datos Generales del territorio.....	26
<b>Figura 1-3:</b> Mapa del Ecuador .....	38
<b>Figura 2-3:</b> Mapa del Cantón el Tambo.....	39

## **ÍNDICE ANEXOS**

**Anexo A:** Modelo de la encuesta

**Anexo B:** Modelo de entrevista

**Anexo C:** Ficha de recolección de información

## RESUMEN

El presente proyecto de investigación tuvo como finalidad rescatar las preparaciones ancestrales y difundir una revista digital conjuntamente con el Gobierno Autónomo Descentralizado del cantón el Tambo, por medios de la página web del municipio. La etnografía es el estudio gastronómico de diferentes alimentos ancestrales, se realizó mediante entrevista a personas con rango de edad que se acerquen a la época, por medio de ellos se pudo recopilar diferentes tipos de información así como los alimentos de la época de la colonia, como: arroz de cebada, papa, maíz, cháhuar miski, chicha, oca, leche, zambo, zapalla y machica. Mediante la interrogación aplicada a las personas con conocimiento ancestral en preparaciones culinarias propias de la zona, se pudo recopilar y analizar factores de apropiación sociocultural frente a los saberes ancestrales gastronómicos en la comunidad de Cachi, el estudio establece que existe un reconocimiento de diversas tradiciones que configuran el espacio gastronómico en la comunidad mencionada. Mediante encuesta se pudo concluir que los alimentos mencionados se combinan para el consumo diario; Los alimentos que se consumen son: chicha de jora que es una combinación de maíz y panela, dulce de oca que es una combinación de leche y oca, sopa de arroz de cebada que es combinación de arroz de cebada y papa. Y así una infinidad de combinaciones de alimentos ancestrales. La investigación determinó que las tradiciones ancestrales gastronómicas enfrentan un problemático factor para su permanencia en relación a los actuales productos de consumo ya procesados; que por su facilidad de preparación y obtención afecta la vigencia de recetas ancestrales. Por otra parte, para la publicación de la investigación se elaboró una revista digital, en la cual se aprecia las recetas ancestrales de la comunidad, esta revista digital se encuentra en la página web del GAD El Tambo.

**Palabras clave:** <TECNOLOGÍA Y CIENCIAS MÉDICAS>, <GASTRONOMÍA>, <CULTURA GASTRONÓMICA>, <ETNOGRAFÍA>, <COCINA ANCESTRAL>, <CACHI (COMUNIDAD)>.



## ABSTRACT

The purpose of this research project was to rescue ancestral preparations and disseminate a digital magazine together with the Decentralized Autonomous Government of Canton El Tambo, through the municipality's website. Ethnography is the gastronomic study of different ancestral foods, it was carried out by interviewing people with age range who approach the era, and through them it was possible to collect different types of information, as well as foods from the time of the colony, like: barley rice, potato, corn, cháhuar miski, chicha, and oca. Milk, club, squash and machica. Through the questioning applied to people with ancestral knowledge in culinary preparations typical of the area, sociocultural appropriation factors could be collected and analyzed against the ancestral gastronomic knowledge in the community of Cachi, the study establishes that there is a recognition of various traditions that they configure the gastronomic space in the mentioned community. Through a survey it was concluded that the mentioned foods are combined for daily consumption; the foods consumed are: chicha de jora, which is a combination of corn and panela, sweet goose that is a combination of milk and goose, barley rice soup that is a combination of barley and potato rice. And so an infinity of combinations of ancestral foods. The investigation determined that the ancestral gastronomic traditions face a problematic factor for their permanence in relation to the current consumer products already processed; that due to its ease of preparation and obtaining affects the validity of ancestral recipes; On the other hand, for the publication of the research a digital magazine was elaborated, in which the ancestral recipes of the community are appreciated, this digital magazine is found on the website of the GAD El Tambo.

**Key words:** <TECHNOLOGY AND MEDICAL SCIENCES>, <GASTRONOMY>, <GASTRONOMIC CULTURE>, <ETHNOGRAPHY> <ANCESTRAL FOOD>, <CACHI (COMMUNITY)>.





# CAPÍTULO I

## 1. ASPECTOS GENERALES

### 1.1 Introducción

El desarrollo del turismo está relacionado con la conexión entre el turista, los servidores y los destinos turísticos; esta conexión permite que se establezcan los principales factores de las sociedades como el ambiental, el económico y el social, que impulsan a mejorar la calidad de vida de la población (Mayancela, 2016).

Ecuador es un país rico turísticamente hablando; la diversidad cultural, natural y gastronómica han sido fuentes inspiradoras para que muchos visitantes se sientan motivados a programar y organizar actividades de esparcimientos, dentro o fuera de su lugar habitual (Macancela, 2013).

La cocina ancestral es un arte sociocultural, con diversas formas locales y tradicionales, las mismas que se han ido difundiendo a la población y a los seres humanos desde los inicios del hombre, las primeras referencias de la alimentación del ser humano, hasta la actualidad en que los nuevos métodos y la cocina moderna han ido opacando de a poco la cocina ancestral que se ha transmitido a lo largo de la historia del hombre.

La cultura ancestral está conformada por bienes tangibles, así como de los intangibles, es decir es el conjunto de distintas variantes socioculturales que se relacionan con la sociedad, con el tiempo y clima, con la geografía, entre otros aspectos. Esta recoge aspectos como la culinaria ancestral que es muy interesante y se relaciona a la identidad de los pueblos, su expresión, consumo e historia (Valenzuela, 2016).

Entender los procesos alimenticios de una cultura permite conocer las relaciones existentes entre individuos, al igual que las mismas que se crean en el medio social y natural. Alimentarse no es tan solo cubrir una necesidad, alimentarse es conllevar nuestra necesidad a un nivel de placer, a experimentar emociones y recuerdos con cada sabor; valorando, apreciando y aprendiendo de cada aroma y textura. El producto en estado natural requiere ser procesado, cocinado, el paso de lo crudo a lo cocido es uno de los umbrales básicos de la creación cultural (Rodríguez, 2014).

## **1.2 Justificación**

La provincia del Cañar, ubicada entre las Cordilleras Central y Occidental de los Andes Ecuatorianos, conformada por siete Cantones, uno de ellos el Cantón El Tambo, cuenta con una diversidad de atractivos turísticos y naturales, así como también una diversidad Gastronómica que le permite ser una Provincia reconocida para la realización de actividades turísticas dentro de este Cantón (Macancela, 2013).

La influencia del entorno en cuanto a la forma de preparar alimentos han hecho que las técnicas culinarias ancestrales se desvaloricen por diferentes causas como la introducción de un desarrollo tecnológico cada vez más avanzado en las cocinas lo que ha facilitado la vida de cocineros, amas de casa y emprendedores de servicios gastronómicos notablemente en cuestiones de tiempo, agilidad y crecimiento; pero con esto la desvalorización y la pérdida notable de las tradiciones culinarias ancestrales, evitando así que dichas técnicas y métodos de preparación se hereden y transmitan de generación en generación.

El estudio de la Gastronomía Ancestral es un tema amplio que debe ser investigado, documentado y profundizado para dar a conocer a las nuevas generaciones y sembrar conciencia, ya que es importante que se produzca la conservación de la buena alimentación con Productos Andinos como se alimentaban los antepasados.

La cocina basada en las tradiciones de los pueblos complace al sector del turismo en el caso de muchos países y regiones. De igual manera, sucede con Ecuador donde la Cocina y la Gastronomía de manera general juegan un papel fundamental. Siendo necesario el impulso de esta ciencia desde las Universidades e institutos. Esta es una de las razones para realizar la presente investigación, donde se centra el objeto en la culinaria ancestral de la Comunidad Cachi del Cantón El Tambo provincia del Cañar.

### **1.3      Objetivos:**

#### ***1.3.1      Objetivo general***

Estudiar la Cultura Gastronómica Ancestral de la Comunidad Cachi del Cantón El Tambo Provincia del Cañar.

#### ***1.3.2      Objetivos específicos***

- Identificar los métodos de cocción, Técnicas Culinarias, Ancestrales de la Comunidad Cachi.
- Identificar las preparaciones culinarias ancestrales de la Comunidad de Cachi.
- Elaborar un recetario que contenga los principales platos típicos Ancestrales de la Comunidad Cachi.
- Difundir por medio de una Revista Digital las preparaciones Ancestrales más representativas mediante el sitio web del GAD EL TAMBO.

## **CAPITULO II**

### **2. MARCO TEÓRICO I**

#### **2.1 Etnografía**

De acuerdo a Peralta (2009) la etnografía es una descripción de pueblos y culturas y tiene su origen como estrategia de investigación en los proyectos de la temprana antropología social, que tiene como objetivo la descripción detallada y permanente de las culturas y formas de vida de pequeñas y aisladas tribus.

La etnografía, también es conocida como investigación etnográfica o investigación cualitativa, surgió como un concepto importante para la antropología para un mejor entendimiento en la organización y construcción de significados de distintos grupos y sociedades, ya sean distantes y extraños para el propio observador o próximos y conocidos (Encinas, 2004).

#### **2.2 Características de la etnografía**

El principal objetivo de un estudio etnográfico es crear una imagen realista y fiel del grupo estudiado, pero su intención es contribuir en la comprensión de sectores o grupos poblacionales más amplios que tienen características similares (Martínez, 2005).

#### **2.3 Tipos de etnografía**

En las investigaciones etnográficas se clasifican dos tipos de estudios:

##### **2.3.1 *Microetnia:***

Se basa en focalizar el trabajo de campo mediante la observación e interpretación del fenómeno en una sola institución social, en una o varias situaciones sociales (Vargas, 2016).

### 2.3.2 *Macroetnia:*

La técnica ayuda a focalizar el interés del estudio de una sociedad compleja, con múltiples comunidades. Este tipo de opción necesita de un trabajo que puede extenderse a varios años y supone la participación de varios investigadores (Vargas, 2016).

## 2.4 **Definiciones básicas**

### 2.4.1 *Cultura*

La cultura es definida como un estilo de vida; consiste en los patrones socialmente adquiridos de pensamiento, sentimiento y acción (Ron, 2004).

Mientras que Tylor (2008) planteó un concepto de cultura relacionado a todo aquel conocimiento, tradición, costumbre y hábito inherente a la persona dentro de una sociedad, al ser perteneciente de esta.

Harris (2011) menciona que la cultura en su sentido etnográfico, es ese todo complejo que comprende conocimientos, creencias, arte, moral, derecho, costumbres y otras capacidades y hábitos adquiridos por el hombre en tanto que miembro de la sociedad.

**Diversidad cultural:** multiplicidad de formas en que se expresan las culturas de los grupos y sociedades. Estas expresiones se transmiten dentro y entre los grupos y las sociedades. (UNESCO, 2005)

**Contenido cultural:** sentido simbólico, la dimensión artística y los valores culturales que emanan de las identidades culturales que las expresan. (UNESCO, 2005)

**Expresiones culturales:** son las expresiones resultantes de la creatividad de las personas, grupos y sociedades, que poseen un contenido cultural. (UNESCO, 2005)

**Interculturalidad:** presencia e interacción equitativa de diversas culturas y la posibilidad de generar expresiones culturales compartidas, adquiridas por medio del diálogo y de una actitud de respeto mutuo. (UNESCO, 2005)

### **2.4.2 Identidad cultural**

El concepto de identidad cultural encierra un sentido de pertenencia a un grupo social con el cual se comparten rasgos culturales, como costumbres, valores y creencias. La identidad no es un concepto fijo, sino que se recrea individual y colectivamente y se alimenta de forma continua de la influencia exterior. (UNESCO, 2005)

De acuerdo con estudios antropológicos y sociológicos, la identidad surge por diferenciación y como reafirmación frente al otro. Aunque el concepto de identidad trascienda las fronteras (como en el caso de los emigrantes), el origen de este concepto se encuentra con frecuencia vinculado a un territorio. (UNESCO, 2005)

“La identidad cultural de un pueblo viene definida históricamente a través de múltiples aspectos en los que se plasma su cultura, como la lengua, instrumento de comunicación entre los miembros de una comunidad, las relaciones sociales, ritos y ceremonias propias, o los comportamientos colectivos, esto es, los sistemas de valores y creencias. Un rasgo propio de estos elementos de identidad cultural es su carácter inmaterial y anónimo, pues son producto de la colectividad” (González Varas, 2000: 43).

#### **¿Qué es la identidad?**

Es el sentido de pertenencia a una colectividad, a un sector social, a un grupo específico de referencia. Esta colectividad puede estar por lo general localizada geográficamente, pero no de manera necesaria (por ejemplo, los casos de refugiados, desplazados, emigrantes, etc.). Hay manifestaciones culturales que expresan con mayor intensidad que otras su sentido de identidad, hecho que las diferencia de otras actividades que son parte común de la vida cotidiana. Por ejemplo, manifestaciones como la fiesta, el ritual de las procesiones, la música, la danza. A estas representaciones culturales de gran repercusión pública, la UNESCO las ha registrado bajo el concepto de “patrimonio cultural inmaterial” (Romero Cevallos, 2005: 62).

#### **Identidad cultural y desarrollo territorial**

La cultura juega un papel importante en el desarrollo de un territorio, a tal punto que muchos pueblos y lugares en Europa y en América Latina han apostado por una revalorización de lo cultural, (recreando incluso nuevas identidades culturales) y patrimonial como eje de su propio desarrollo. (UNESCO, 2005)

“El desarrollo local se ha convertido en el nuevo activador de las políticas de patrimonialización. Mientras la sociedad de los lugares se convierte en la sociedad de los flujos, parece como si los lugares se hayan involucrado en una obra de construcción identitaria, que privilegia la dimensión local o ciudadana por encima de las nacionales, estatales y globales. La identidad es el viejo territorio del patrimonio y no es de extrañar que entre los objetivos reconocidos por la mayor parte de actuaciones patrimoniales que se realizan en estos ámbitos, figure la (re) construcción de las identidades locales” (UNESCO, 2005)

Esta recreación o potenciación identitaria, no sólo puede revivir, volver a poblar áreas rurales, despertar interés en una población apática, lograr cohesión social, sino que además puede desencadenar actividades económicas y con ello mejorar los ingresos y la calidad de vida de la colectividad. Usualmente estos ingresos están relacionados con la oferta de productos, bienes y servicios, que se colocan oportunamente en el mercado, que van desde lo agropecuario hasta actividades orientadas al turismo. (UNESCO, 2005)

### **2.4.3 Tradiciones**

Es una pauta de convivencia evolutivo que remite al pasado, pero mantienen un presente vivo es lo que sería de una permanencia del pasado vivo en el presente.

Las tradiciones se transfieren de un proceso de elección cultural, cada proceso de aquella convivencia de una comunidad que considera como una parte aprendida por las nuevas generaciones, como parte indispensable de la herencia cultural, así son los principios o fundamentos socio culturales electos, que por considerarlos especialmente valiosos o adecuados para transferir a las generaciones siguientes para su preservación, el cambio social altera el conjunto de elementos que forman parte de las tradiciones. (Mead, 1900)

#### **2.4.3.1 Tradiciones culturales**

Son culturas o un conjunto de concentraciones en el mundo que dejan huella en un tiempo y espacio determinado. (Esmoris, 2000)

Ante todo, se manifiesta de algún tipo de ceremonial. Lo cual involucran a un conjunto de personas; es colectiva y social en la naturaleza. Son cuidadas por vigilantes, como los historiadores, que tienen acceso al conocimiento o a la verdad detrás de las ceremonias sagradas y se encargan de esparcirlos. (Esmoris, 2000)

#### **2.4.3.2 *Cocina tradicional ecuatoriana***

El Ecuador posee una amplia gama de platos representativos de cada una de sus regiones, los cuales se caracterizan por su sabor y elaboración según el territorio.

En la región Andina predomina el uso de maíz, tubérculos y legumbres para la elaboración de los diferentes platos, entre los cuales se encuentran principalmente al locro de papa, locro de cuero, caldo de patas, cuy asado, seco de chivo y hornado entre otros platos. (Arévalo , 2016)

#### **2.4.4 *Costumbres***

Es un hábito o tendencia adquirida por la práctica frecuente de un acto, las costumbres de la vida cotidiana son distintas en cada grupo social conforman su idiosincrasia distintiva.

Las costumbres son formas de conducta particulares que asumen toda una comunidad y que las distinguen de otras comunidades como sus fiestas, idioma, arte, danza, comida, cada costumbre se va transmitiendo de generación en generación ya sea en forma representativa o con instituciones estas costumbres se forman convenientemente en tradiciones. (Adam, 2005)

#### **2.4.5 *Gastronomía***

Sosa menciona que la gastronomía es uno de los deleites más cultivados ya que al ser humano le gusta probar, catar, cocinar, pero sobre todo compartir. El hombre investiga y conoce lo que hay detrás de algún ingrediente o de un producto delicioso de cierta receta característica o de alguna región. (Coque, 2013)

Mientras que Gutiérrez indica que la gastronomía es el estudio de la relación entre cultura y alimento. De manera frecuente se piensa de forma equivocada que el término gastronomía solamente tiene relación con el arte de cocinar y los platillos alrededor de una mesa. Sin embargo, esta es una pequeña parte de dicha disciplina. (J, 1988)

### **2.5 *Gastronomía ancestral***

La gastronomía ancestral se refiere a aquella marca ancestral culinaria la cual posee todo pueblo que pasa de generación en generación y se vuelve parte del diario vivir (Coque, 2013).



La gastronomía Ecuatoriana se caracteriza por una gran diversidad de sabores y aromas los cuales se unen en un elemento esencial y de calidad, debido a que la comida Ancestral Ecuatoriana permite degustar una gran diversidad de platos exquisitos, preparados con diferentes granos, vegetales y una gran variedad de carnes, mezclando con salsas que realzan su sabor deleitando los paladares más exigentes. (Coque, 2013).

## **2.6 Gastronomía en el Ecuador**

La gastronomía del Ecuador es una diversa forma de preparar comida y bebidas hechas en dicho país, que se ve enriquecida por las aportaciones de las diversas regiones que componen. Esto se da a que dentro del país se encuentra cuatro regiones naturales como son la Costa, Sierra, Oriente e insular o Galápagos, con costumbres y tradiciones semejantes. Los diferentes platos típicos y tradicionales son los ingredientes principales que varían en función de condiciones naturales. La cocina Española está influida a lo largo de su historia por los habitantes originarios de la zona que han ido cambiando y combinando distintas riquezas, así como de pueblos que conquistaron su territorio (Inca y Españoles), además de muchas influencias extranjeras, principalmente de países vecinos como Latinoamérica. (Chaglla, 2010)

### **2.6.1 Gastronomía típica**

Los productos propios y representativos son uno de los ejemplos de cómo se puede buscar competitividad y sostenibilidad, de la misma manera, para favorecer un ordenamiento de los sistemas productivos, dando un mayor poder de trato a los agricultores, artesanos y a un conjunto de rurales de gastronomía que se enfoca a la comida, es decir, por ejemplo: que los platos de la Costa se pueden encontrar en la Sierra. (Coque, 2013)

### **2.6.2 Gastronomía tradicional**

La cocina tradicional Ecuatoriana son los resultados de cientos o miles de años de evolución, y combinación de diferentes productos, donde se mezclan en el tiempo sabores de todos los continentes y regiones del planeta. A nuestros ancestros con el pasar de los años han acompañado a diferentes clases de personas tanto Europeos, Africanos, Asiáticos, etc., que con mucho amor situaron aquí sus culturas, tradiciones y hasta sus vidas, todos ellos trajeron conocimiento y variedades de plantas, granos, animales etc., que unidos a los que ya habitaban en esta tierra dieron origen a lo que tenemos hoy. Toda esta tradición que se ha heredado estamos en el deber de mantenerla ya que representa nuestra cultura, historia e identidad. (Ministerio de Turismo, 2013)

Lo tradicional se acopla con ideas de nutrición y de costumbres, de una zona especificada, con un periodo significado de tiempo y principalmente con determinados alimentos, es decir que este tipo de gastronomía se consume en fechas importantes, en fechas festivas como, por ejemplo: la colada morada. (Herrejón, 2015)

#### **a. Estrategia**

La palabra estrategia deriva del latín *strategia*, que a su vez procede de dos términos griegos: *stratos* (“ejército”) y *agein* (“conductor”, “guía”). Por lo tanto, el significado primario de estrategia es el arte de dirigir las operaciones de un conjunto de personas. Que despliega sus principales recursos y esfuerzos para alcanzar sus objetivos. Por lo general, se compone de elementos externos e internos (Dess & Lumpkin, 2003)

#### **b. Provincia**

Siempre que se habla de Provincias se está haciendo referencia a una entidad geopolítica que forma parte de otra entidad superior, normalmente un país, un reino, un imperio. La Provincia es una de las unidades geográficas que componen ese territorio más abarcativo y usualmente suele ser establecida a partir de límites geográficos, aunque a veces también puede tener en cuenta características sociales y culturales particulares (por ejemplo, una Provincia en la que los pueblos o ciudades tienen un idioma particular y diferente al del resto de las provincias).

#### **c. Cantón**

Los cantones en el Ecuador son las divisiones administrativas de segundo nivel de Ecuador. La República del Ecuador está dividida en 24 provincias que a su vez están divididas en 221 cantones. Los cantones a su vez están subdivididos en parroquias, las que se clasifican entre urbanas y rurales.

En cada cantón hay un jefe político, escogido por y representando los intereses del presidente. También tienen un alcalde y un gobierno municipal, elegido por voto popular.

### **2.7 Parroquia**

En Ecuador, las parroquias son la división político-territorial de menor rango. Existen dos tipos de parroquias: la urbana y la rural. La parroquia urbana es aquella que se encuentra circunscrita dentro de la ciudad. Mientras que la parroquia rural es aquella apartada de la ciudad (Citterio, 2008).

## **2.8 Comunidad**

Es un conjunto, o un grupo de individuos que pueden ser de seres humanos o animales o de cualquier otro tipo de vida, que comparten elementos, características, intereses, propiedades u objeto en común.

Desde el punto de vista antropológico las comunidades humanas comparten el idioma, las costumbres, los valores, las creencias, tareas, ubicación geográfica, estatus social o roles, etc. por lo general en una comunidad se crea una identidad común mediante la diferenciación de otros grupos o comunidades, que es compartida y elaborada por los integrantes que tienen como objetivo mejorar el bien común. (Gomez, 2012)

## **2.9 Historia de Cañar**

Esta Provincia fue creada el 3 de noviembre de 1880 con el nombre de Azogues; posteriormente el 23 de abril de 1884 y de acuerdo con lo dispuesto por la Ley de División Territorial, tomó definitivamente el nombre de Provincia de Cañar (Cordero & Jaramillo, 2017).

La Provincia del Cañar está constituida por siete Cantones: Azogues como su capital provincial: Biblián, Déleg, Cañar, El Tambo, Suscal y La Troncal, con sus respectivas parroquias urbanas, rurales y sus comunidades. Ocupa un territorio de unos 3908 kilómetros cuadrados. En este territorio existen aproximadamente 225184 personas (Cordero & Jaramillo, 2017).

## **2.10 Cantón El Tambo**

El Tambo, se canonizó el 24 de enero de 1991. Este Cantón tuvo sus orígenes en el tiempo del incario. Su nombre proviene del vocablo quichua “tampu”, que significa lugar de descanso, y constituía el "paradero obligatorio" del correo inca, viajeros y caminantes. San Juan de El Tambo, fue fundada como parroquia eclesiástica el 5 de julio de 1835 como Sufraganía de Hatun Cañar, para el 8 de septiembre de 1852 se convierte en parroquia civil del Cantón Cañar. Geopolíticamente es uno de los cantones más nuevos de esta provincia (PDOT del Cantón El Tambo, 2014).

El Tambo constituye un centro urbano que ha evolucionado de forma significativa en los últimos años debido a la inversión de los migrantes que se han radicado en este lugar. Entre los centros arqueológicos más importantes están los de Coyoctor, Pinzhul, Yanakauri, entre otros (PDOT del Cantón El Tambo, 2014).

## **2.11 Historia y gastronomía de El Tambo**

Al referirnos a la historia de la gastronomía o alimentación revela la estrecha relación de ésta con la evolución del hombre en su proceso de civilización. Desde el hombre primitivo “homo sapiens” empleaba el mayor parte despierto masticando la comida, él hombre primitivo que vivía para comer y no comer para vivir como el hombre civilizado, también desde su existencia arremetía con todo lo que encontraba como lo era, hojas, raíces, fruto, pastos, granos, semillas, estos eran tomados a la selección y domesticación de ciertos productos y animales, valiéndose de los palos de las ramas, rocas, hachas, arcos entre otros.

El Cantón El Tambo es un destino turístico, que posee con atractivos culturales como las concentraciones culturales, gastronomía, medicina ancestral, complejo arqueológico y natural como las montañas, flora y fauna; las mismas que han sido consideradas de gran importancia y consideradas como un eje estratégico para el desarrollo local y es muy importante preservar y darlo a conocer al mundo, con el propósito de contribuir al desarrollo turístico y al crecimiento económico del Cantón (Mayancela, 2016).

El Tambo es conocido por sus atractivos naturales; en los últimos años el número de visitantes se ha incrementado de manera significativa, de tal forma, que el sector comercial y gastronómico ha visto una oportunidad para llevar a cabo nuevos emprendimientos. Este Cantón se caracteriza por presentar una agricultura Andina, ejercida en la producción de los pequeños agricultores, en superficies pequeñas de terrenos, con el uso de la yunta, herramientas manuales materia orgánica, asociación de cultivos, rotación de cultivos, sin uso de agroquímicos (PDOT del Cantón El Tambo, 2014).

El arte culinario se lo conoce como, Gastronomía Kichwa Cañari de El Tambo, basado en la producción agropecuaria del medio como papas, choclo, maíz, haba, melloco, oca, mazhua, quinua, amaranto, cebada, trigo y plantas medicinales; animales cuy, conejo, ovinos, porcino y bovino, que son alimentos que se producen este cantón y de cada producto los expertos en cocina realizan una diversidad de derivados para la preparación de la gastronomía (PDOT del Cantón El Tambo, 2014).

## **2.12 Preparaciones culinarias Ancestrales del Cantón El Tambo**

El Ecuador posee una riquísima, abundante y variada cultura gastronómica. Una comida auténtica desde el aborígen en cortezas de plantas posteriormente en cazuelas de barro y en viejos y ahumados peroles castellanos.

Es una zona rica en producción de: trigo, cebada, papa, verduras, legumbres, hortalizas, maíz y quinua. Ingredientes infaltables de su provocativa cocina (Prado, y otros, 2010)

En Cañar la variedad predilecta del maíz es el mote, el cual es el acompañante insustituible de toda comida y también se lo usa en recetas de gran ingenio Culinario (Prado, y otros, 2010).

El arte culinario ancestrales son las perfectas combinaciones de los productos andinos, como granos, los tubérculos, las hojas comestibles que se combina, por las jatun mamas son las conocedoras de las técnicas y procedimientos de cocción del plato ancestral.

La cocina tradicional es un arte fundamentalmente social, con caracteres locales y tradicionales, pero la sociedad moderna ha conseguido facilitar su elaboración, apoyado por la fácil adquisición de materias primas que se cultivan, a veces, a miles de kilómetros de distancia. Es importante, en la cocina moderna, esta base de distintos orígenes étnicos y culturales (Escobar G. , 2004).

La gastronomía es el estudio y práctica de la relación del ser humano con su alimentación. En consecuencia, el gastrónomo es el profesional que se encarga de esta ciencia, que no solo concierne a la comida o la cubertería sino a otros aspectos que tienen que ver con elementos culturales relacionados alrededor de la comida (Valenzuela, 2016).

A pesar de que el comercio es una de las actividades que más se desarrolla en El Tambo, la gastronomía se lleva la mejor parte, ya que desde muy temprano quienes se dedican a la preparación de platos típicos como la fritada y otros platos de la zona, empiezan con cada uno de los detalles, el simple hecho de preparar en las afueras de los locales significa una estrategia que llama mucho la atención de los visitantes, pero también fortalece las buenas costumbres de la comunidad (GoRaymi, 2018).

Entre las principales preparaciones culinarias ancestrales del Cantón El Tambo se encuentran:

### **2.12.1 Gallina criolla**

Este apetitoso plato típico se lo sirve en las fiestas y reuniones familiares se lo prepara con carne de gallina, arroz, arveja tierna, zanahoria, y más ingredientes propios de la zona, se lo sirve caliente.

### **2.12.2 Fritada**

Se la prepara con la costilla de cerdo picada, sazonada con sal, ajo, comino, orégano; se la coloca en una paila grande y se deja freír hasta que está dorada se la sirve acompañada de mote, guineo y ensalada.

### **2.12.3 Cascaritas de chanco**

Por el ingreso del Cantón se puede apreciar la venta de la misma, se realiza con el cuero de chanco hecho a soplete.

### **2.12.4 Mote pata**

Podría decirse que el mote pata es el rey de los platos típicos del Austro, sobre todo, en las fiestas de Carnaval. También forma parte de las comidas que se ofertan en las picanterías, mercados municipales y puestos de comida tradicional y popular.

### **2.12.2 Cuy asado**

El cuy es considerado una comida tradicional que se comparte en ocasiones especiales, para festejos importantes entre amigos y familiares.

## **2.13 Productos cosechados en la Comunidad de Cachi**

Esta zona cuenta con varios cultivos, sus tierras son muy aptas para la agricultura, así por ejemplo en algunas zonas se cultiva: trigo, maíz, cebada, papa, quinua, haba, arveja, fréjol, algunas hortalizas como col, lechuga, nabos, remolacha, zanahoria, etc. (Jaramillo, 2012).

## **2.14 Métodos, técnicas, culinarias ancestrales de la Comunidad Cachi**

Las Técnicas culinarias son el conjunto de procesos aplicados a los alimentos para conservarlos, hacerlos digeribles o asimilables y palatales. Esto incluye, desde las preparaciones previas en frío como la eliminación de la parte no comestible, limpieza, fraccionamiento hasta la cocción (Gil, 2011).

Las técnicas culinarias ancestrales otorgan a las preparaciones características especiales por ejemplo, la humedad, la concentración de sabores que da la cocción dentro de hojas llamados envueltos; el tostado y sabor ahumado que otorga un asado a la brasa; la baja pérdida de humedad que brindan las ollas de barro; la concentración de sabores que los hervidos causan cuando disuelven las proteínas dentro de un fondo o caldo y la disolución de los colágenos de fibras musculares que cambian sensaciones organolépticas de la carne de cerdo en un sancochado por lo tanto es evidente la cualidades que brindan las técnicas ancestrales en las preparaciones (Coque, 2013).

## **2.15 Festividades de Cachi**

Las fiestas más importantes de la Provincia de Cañar y del Cantón El Tambo, son: la Cantonización, la fiesta del Killa Raymi y de Taita Carnaval ponen en relieve la riqueza de la cosecha de gran cantidad de productos y por supuesto su comida tradicional. Las dos últimas, sobre todo son verdaderas fiestas de rescate de la tradición y cultura del pueblo Cañari. La fiesta del Killa Raymi es la fiesta de la luna que se celebra el mes de Septiembre, el Taita Carnaval expresa la profunda esencia mítica que recuerda la lucha de sus ancestros. Entre sus platos típicos se mencionan: mote con cuy, papas cocidas con salsa de maní. Plato de habas, mellocos, ocas y arvejas, todos estos productos cocidos con sal, y acompañados de ají, pueden formar parte de sopas o guisos. Caldo de gallina, es la gallina cocida con cebolla, ajo, especies y papa. Dulce de ocas, las ocas son puestas al sol para que se endulcen, se cocinan con panela y se agrega leche o agua. Chivil, masa de harina de maíz rellena de quesillo y envuelta en hojas de huicundo (Jaramillo, 2012).

### **2.16.2 Utensilios de cocina ancestral**

#### **2.16.2.1 Olla de barro**

Es una vasija de forma esférica de diferentes tamaños; están relacionadas en las gastronomías modernas a la elaboración de comida y bebida de una forma clásica y tradicional.

#### **2.16.2.2 Cuchara de palo**

La madera se ha utilizado desde épocas pasadas no solo como utensilio de cocinas sino también de diversas aplicaciones, como tenemos el ejemplo de utensilio empleado en la cocina para mezclar diferentes tipos de ingredientes en una o varias preparaciones, sin dañar la superficie de la olla.

### *2.16.2.3 Tiesto*

El tiesto es un recipiente de gran tamaño donde se lo hacenta en el fuego directo para tostar diversos granos.

### *2.16.2.4 Batea*

Este recipiente de madera fue usado desde tiempos ancestrales por las lavanderas en los ríos y por los mineros artesanales que separaban el oro. Mientras que, en la cocina lo relacionan con el amasado y mezcla de productos de maíz (Escobar, Cocinando el cuerpo: La cocina tradicional como forma de resistencia, 2014).

### *2.16.2.5 Piedra de moler*

La piedra de moler es un utensilio para majar (triturar) hierbas, flores, especias, hojas, raíces y otros alimentos. Con el tiempo ha disminuido su tamaño, pero no su popularidad. Eso se evidencia en las cocinas de los chefs contemporáneos quienes usan este utensilio con destreza; Aunque también hay morteros de cerámica, mármol o plástico, el de piedra es fuerte y recuerda la herencia indígena, con sus sabores ancestrales y técnicas culinarias que enriquecen la Gastronomía Latinoamericana (Escobar, 2004).

## **2.16.3 Métodos de cocción**

### *2.16.3.1 Clasificación de los diferentes métodos de cocción*

El tipo de cocción de los alimentos va a estar influenciado por el alimento, su forma, volumen, calidad, gusto, y procedencia (Salas, 2015).

Se debe tomar en cuenta el uso y rendimiento que se le ha de dar al producto, en ciertas ocasiones el propósito es el intercambio de sabor con otros alimentos y mientras que en otras ocasiones el objetivo es mostrar en el plato las características organolépticas del alimento a cocinar (Salas, 2015).



**Tabla 1-2: Métodos de Cocción**

<b>Tipos de cocción</b>	<b>Definición</b>	<b>Método de cocción</b>
Por concentración	Se realiza a elevadas temperaturas para permitir que los alimentos conserven la mayor parte de sus jugos nutritivos y su sabor. La albúmica de la superficie se coagula e impide que los jugos salgan (sellado).	Asar
		Emparrillar
		Saltear
		Freír
		Cocer en un líquido
		Hervido (Ebullición)
		Cocer al vapor
Por expansión	Se parte de frío, lo cual permite el intercambio de los jugos nutritivos y los zares con el líquido de la cocción.	Risolar
		Cocer partiendo de un líquido frío
		Gratinar
		Glasear
Mixta	Es la combinación de los dos métodos anteriores. Se empieza por concentración y al mojar el producto se produce el fenómeno de la expansión	Confitar
		Brasear
		Estofar
		Guisar
		Vacío
		Sofritos
		Sudados

Elaborado por: Manuel Guamán Loja.

## 2.18 Características organolépticas.

Cocer significa preparar los alimentos crudos, animales o vegetales, mediante una fuente de calor. A través de este proceso se produce una transformación en las características organolépticas del alimento que lo convierten en más aceptable para digerirlo. Los alimentos al tener diferentes composiciones requieren de técnicas de cocción apropiadas (Salas, 2015). De tal manera que el calor modifica los siguientes aspectos:

### a. Color

Esta característica depende del origen del alimento si es animal o vegetal y se producirán distintos cambios de color. Influirán también la composición química y el método o técnica de cocción empleada (Salas, 2015).

### b. Olor

La cocción en algunas ocasiones provoca que se emitan diferentes gases volátiles que contienen algunos alimentos proporcionando aromas, lo que hace que perduren y se preserven hasta el

momento del servicio. Sin embargo existen ciertos olores desagradables cuando cuecen ciertos alimentos como por ejemplo las coliflores. Para evitarlo hay que aumentar la cantidad del disolvente más potente de la naturaleza (el agua) (Salas, 2015).

### **c. Sabor**

La mayoría de los aromas y olores que se dan en el proceso de cocción de los alimentos se producen por “difusión”, es decir, cuando los olores propios de los alimentos se vierten a favor del líquido de cocción y los propios de éstos, favorecen en su interior al alimento que se está cocinando o por “ósmosis” que es la salida de partículas para compensar la diferencia de concentración (Salas, 2015).

### **d. Volumen y peso**

Las alteraciones de los factores antes mencionados pueden darse principalmente por la pérdida de grasas y de humedad. A pesar de esto, la utilización de otras técnicas distintas de cocción puede rehidratar los alimentos y producir el efecto contrario que el alimento incremente su tamaño (Salas, 2015).

## **2.19 Medios de transmisión del calor**

Existen diferentes medios de transmisión de calor, los cuales son los siguientes:

### **a. Por contacto:**

Se puede conducir el calor mediante el contacto directo con la fuente de calor y el medio de conducción, esta es la manera más rápida de transmitir el calor (Salas, 2015).

### **b. Por convección:**

En los líquidos (agua y grasa) y en el aire, las partículas calientes suben y las frías caen, produciéndose un circuito continuado (Salas, 2015).

### **c. Por radiación:**

Toda fuente de calor desprende rayos que al chocar contra los alimentos los calientan. Los medios más frecuentes para transmitir el calor son los que se mencionan a continuación:

- Por aire caliente: Hornos
- Por el agua que contienen los alimentos: Estofados
- Por líquidos en ebullición: Agua y fondos
- Por sustancias grasas: Fritos
- Por ondas: Microondas
- Por radiaciones: Rayos infrarrojos (Salas, 2015).

## **2.20 Técnicas de cocción culinarias**

Las técnicas culinarias son aquellas técnicas que se utilizan para cocinar los alimentos, teniendo en cuenta que se define cocinar a transformar física y químicamente el aspecto, la textura, composición y valor nutritivo de los alimentos, generalmente por medio del calor (Vasquez, 2016).

### **a. Sin cocción**

Esto se refiere al producto en crudo. Se determina los ingredientes como: limón, vinagre, aceite, entre otros y pueden cambiar el aspecto y la textura del alimento. En el caso de que se opte por comer el alimento sin cocinar, es necesario que el producto sea de buena calidad, así como garantizar unas condiciones higiénicas extremas (Escobar, Iniciación en las técnicas culinarias, 2004).

### **b. Con cocción**

Aquí se diferencian distintas técnicas de cocción:

#### **c. Cocción en líquidos:**

Hervir: cocer un alimento sumergido en un líquido que está a 100°C. Si interesa evitar la pérdida de nutrientes se tiene que iniciar la cocción con el agua hirviendo, ya que así se consigue disminuir el tiempo de contacto del alimento con el agua y por lo tanto reducir el paso de nutrientes del alimento al líquido. Si en cambio, el objetivo final es que el líquido sea rico en nutrientes y sabroso, se partirá de agua fría (este es el caso de los caldos) (Escobar, Iniciación en las técnicas culinarias, 2004).

Pochar: cocer un alimento sumergido en un líquido que está próximo al punto de ebullición, pero no hierve (60-80°C). Habitualmente se utiliza para carnes, pescados y huevos.

Vapor: el alimento se cuece por penetración del vapor que proviene de la ebullición de un líquido. Al no haber contacto entre el alimento y el líquido, se conservan muchos de los nutrientes del alimento.

#### **d. Cocción en grasas:**

Freír por inmersión, se sumerge el alimento en una grasa, habitualmente aceite, que se encuentra a una temperatura elevada. Si la temperatura es la idónea y la cantidad de aceite es abundante, se forma una costra alrededor del alimento que permite la conservación de muchos de los nutrientes que contiene. El mejor aceite para freír es el aceite de oliva, ya que aguanta mejor las altas temperaturas de la fritura que otros aceites y grasas (girasol, mantequilla, margarina) (Escobar, Iniciación en las técnicas culinarias, 2004).

Freír con poca grasa (rehogar) la diferencia con la fritura por inmersión es la temperatura, que en este caso es más baja. El ejemplo típico de este tipo de cocción es el sofrito (Gil, 2011).

Las diferentes técnicas de fritura pueden ser las siguientes:

- **Sin protección:** Donde el género entra en contacto directo con la grasa donde se cuece. Como, por ejemplo: patatas fritas, huevos fritos, etc. (Espinosa, 2011)
- **Con protección:** El alimento no entra en contacto directo con la grasa, sino que estará cubierto por una capa que será la que esté en contacto con la grasa. Hay varias formas de freír con protección. (Espinosa, 2011)
- **Enharinado:** Consiste en pasar el género seco y sazonado por harina para después eliminar el exceso de ésta y sumergir el alimento en la grasa caliente hasta su cocción, retirada de la grasa y posterior escurrido. Se utiliza para frituras de pescados pequeños (Vega, 1957)
- **Rebozado:** El género seco y sazonado se pasa por harina, se retira el exceso de ésta y se pasa por huevo batido para introducirlo inmediatamente en la grasa caliente, hasta su total cocción y posterior escurrido y retirada de restos de huevo frito. (Escobar G. , 2004)

#### **e. Cocción en seco:**

Son ejemplos de cocciones en seco la brasa, la plancha, la flama directa o el rescoldo.

## f. Asar

Es la técnica que se aplica al contacto directo del calor en la cual se emplea el calor seco, que incide directamente sobre los alimentos como medio de transformación de los mismos.

Existen varios métodos de asar:

- **Espetón:** la técnica de asado con espetón se emplea como fuente de calor el carbón vegetal, aunque también hay asadores eléctricos. Presenta la ventaja de asar de forma uniforme las aves, y la carne resulta jugosa porque en el exterior se forma una costra en poco tiempo que impide la salida de jugos. El ave se ensarta en el espetón, una vez limpia y bridada, untada con grasa y condimentada. Al girar se permite el dorado uniforme de la piel, cuya superficie queda tostada y crujiente. Mientras dura el proceso, se unta de vez en cuando para que no pierda jugosidad, bien con grasa o bien con su propio jugo. (J.G. , 1984)
- **Parrilla:** El asado barbacoa, parrilla o parrillada es una técnica de cocción mediante la cual, los alimentos son expuestos al calor de fuego o brasas para que se cocinen lentamente. El calor se transmite gradualmente al alimento, que por lo general está suspendido sobre el fuego o cerca de las brasas. El fuego se logra a partir de carbón vegetal o de madera, aunque hay también parrillas de gas. Las maderas más usadas son maderas duras como las de roble, mezquite, quebracho o coronilla, que arden a temperaturas altas y por un tiempo prolongado. Si bien la carne más empleada es la carne vacuna, también se asa carne de cerdo, de cordero, cabrito, pescado, pollo, langostinos y diversos embutidos, etc. (Sordo, 1960)
- **Plancha:** Al cocinar a la plancha el alimento se pone directamente sobre la plancha o una placa de metal que va directamente sobre el fuego. La fuente de calor suele ser gas o electricidad. Esta técnica no requiere incorporar muy poca grasa o aceite, por lo que es muy adecuada para la confección de platos bajos en calorías y bajos en grasas. (Vega, 1957)
- **Hornear:** El horneado es el proceso de cocción por medio de calor seco que generalmente se efectúa en un horno. Consiste en someter a un alimento a la acción del calor sin mediación de ningún elemento líquido. Entre los alimentos que comúnmente son horneados se encuentran el pan, las galletas, los pasteles y los bizcochos. (Nestor, 1997)

### **g. Fuego directo**

Es cuando el calor se irradia directamente a los filetes, bifes, hamburguesas, chuletas, chorizos, pollo deshuesado y cortes no muy gruesos para que este calor los cocine aceleradamente. (Vasquez, 2016)

### **h. Fuego indirecto**

Este tipo de irradiación de calor o de fuego consiste en ubicar o poner carnes sobre la parrilla con una fuente de calor en los extremos o en los lados para evitar que sea muy intenso y pueda quemar las carnes. (Vasquez, 2016)

Se usa especialmente en los asados horizontales y verticales, en las parrillas para carne con hueso, pollo entero, pierna de cordero, pescados, piezas grandes, medias canales o canales. El calor se hace presente cocinando muy lentamente sin quemar.

### **i. Cocciones combinadas:**

Primeramente, se dora la pieza con grasa y después entra en contacto con un poco de líquido. Algunos ejemplos clásicos de cocciones combinadas son el estofado o el asado.

### **j. Cocción al horno:**

En el horno se pueden realizar cocciones en seco, al vapor, al baño maría, gratén, etc.

### **k. Hervir (ebullición)**

Consiste en la inmersión de los productos a ser cocidos en un líquido, sea agua o caldo que ya esté o hasta que llegue a ebullición, sabiendo que la temperatura de ebullición del agua es de 91 °C, el tiempo de cocción variará dependiendo del producto (Vivancos, 2003).

- **Blanquear:** es una cocción de corta duración en abundante agua hirviendo, va desde unos segundos a dos minutos, dependiendo del ingrediente a cocinar. Esta técnica precisa a continuación de un rápido enfriamiento en agua helada para detener la cocción del alimento. (Vivancos, 2003)

- **Escaldar:** consiste en sumergir por breve espacio de tiempo un alimento, con objeto de crear en el mismo un contraste de temperatura. Se emplea esta técnica, por ejemplo, para eliminar la piel de los tomates. Normalmente los productos escaldados se han de refrescar para que no pierdan propiedades nutritivas y se produzcan cambios organolépticos (Gil, 2011)
- **Escalfar (pochar):** el alimento es introducido en un elemento líquido, que puede ser frío o caliente, que en ningún caso puede durante su cocción sobrepasar el punto de ebullición. Los alimentos que se pueden escalfar son carnes de primera, pescados, huevos. La cantidad de líquido para escalfar debe ser el estrictamente necesario, de manera que para pequeñas piezas se emplea muy poco y se escalfa el alimento tapado y para grandes piezas el líquido justo para cubrir las (Salas, 2015)

Esta técnica se puede usar de dos maneras diferentes:

El líquido del escalfado se pone a hervir para después retirarlo del fuego e introducir la pieza y tapar hasta la cocción del género sin aplicarle más calor. (Espinosa, 2011)

El líquido se mantiene en una temperatura próxima al punto de ebullición. Se introduce el género hasta su total cocción sin tapar. El líquido de cocción puede ser fumet, caldo corto, agua, agua y vinagre, fondos, etc., a partir del cual a veces se confecciona la salsa de acompañamiento (Gil, 2011)

## 1. Cocer al vapor

Cocinar, principalmente verduras, con su propia humedad, o con vapor de agua, con la ayuda del horno o vapor o batería específica (Escobar, 2014)

Cuando se aplica este método existe una menor pérdida nutritiva del alimento que con la aplicación de otros métodos, la convierte en una manera óptima de cocción.

Existen tres las formas de cocción al vapor:

- **Sin presión:** se hace en una presión atmosférica ambiente y una temperatura de 100 °C, en cocederos a vapor o vaporeras siempre tapadas,
- **Con presión:** la cocción se realiza en ollas a presión y la temperatura llega hasta los 110 °C. Está provista, esta olla, de un cierre de seguridad para evitar que la presión pudiera levantar. La tapadera además está dotada de válvulas de seguridad, (Gil, 2011)

- **A alta presión:** en este caso, el vapor es producido en un compartimento aparte e inyectado en el compartimento de cocción directamente sobre los alimentos. De esta manera, se reduce el tiempo de cocción de los alimentos, además de que la pérdida de nutrientes es mucho menor. La temperatura que se alcanza llega hasta los 120 °C, (Nestor, 1997)

#### **m. Estofar**

Cocinar en su propio jugo y el de sus condimentos a fuego suave. Esta técnica de cocinado requiere cierre perfecto del recipiente y fuego muy suave (Espinosa, 2011).

En este caso, el alimento puede ser salteado con ayuda de un elemento graso a fuego lento para que no tome coloración y cocido en un recipiente cerrado herméticamente, acompañado bien solo de sus propios jugos o con ayuda de un líquido aromatizado, que realza su gusto (Tabera, 2006, p. 49).

#### **n. Rehogar**

Es cocinar un alimento con un poco de materia grasa (mantequilla, aceite, etc.) para que cueza, pierda algo de agua y absorba el sabor de la grasa, pero sin llegar a dorarse (Espinosa, 2011).

### **2.21 Técnicas de cocción y conservación del Ecuador**

La técnica culinaria ancestral son las prácticas de cocción de diferentes ingredientes elaboradas con gran tradición y conocimiento a lo largo de la existencia de una cultura o población, otorgándole sabores característicos y propios del alimento (Arévalo, 2016).

#### **a. Curanto**

El curanto es un método tradicional milenario de cocinar alimentos en el archipiélago de Chiloé usando piedras calientes enterradas en un hoyo (Hinostroza, 2005).

La preparación del curanto en hoyo toma bastante tiempo, lo que puede constituir un evento social en sí mismo, sobre todo si se tiene en cuenta que el trabajo que demanda hacerlo requiere la participación de alrededor de cinco o más personas (Hinostroza, 2005).



## **b. Ahumado**

El ahumado es una de las técnicas más viejas de conservación de alimentos, donde se obtiene un producto con sabor, olor y color aceptable para el consumidor. Estas características son proporcionadas por los componentes en el humo. Dichos componentes que se aplican al alimento son agentes multifuncionales; actúan como factores saborizantes, bacteriostáticos y antioxidativos (Agustinello, 2014).

## **c. Ahumado en frío.**

Este método consiste en realizar una técnica de ahumado a bajas temperaturas de 10 y 30 °C, para después pasarlos a una temperatura de entre 24 y 28 °C, normalmente en una cámara aparte. El tiempo de ahumado y el aserrín o mezcla, dependerá del tipo de madera y su grosor. Este sistema está indicado para productos de larga conservación como quesos, salmones, embutidos o jamones (Espinosa, 2011)

## **d. Ahumado en caliente.**

Se introduce el producto en el ahumador a una temperatura de entre 100 y 130°C, para posteriormente mantenerlo a 40 o 45 °C. Se emplea para productos de ciclo corto como salchichas y morcillas (Nestor, 1997)

Una vez ahumado, los productos deben conservarse en frío entre 0 y 2 °C; los pescados deben envasarse con aceite, o envasarse al vacío untado con algo de aceite.

## **e. Adobos**

Son preparaciones de diferente tipo de ingredientes con una consistencia adecuada para mejorar su conservación. Estos elementos son el vinagre, la sal o el aceite. El adobo siempre debe complementarse con la conservación en frío. Los adobos solo prolongan un poco la vida sanitaria de los productos y no deben utilizarse para una conservación a largo plazo (Nestor, 1997)

## **f. Receta estándar**

Es una lista detallada de todos los ingredientes necesarios para la preparación de un alimento, la cual además de describir los ingredientes también debe incluir cantidades exactas, unidad de gramaje, costo unitario y costo total, como también la información detallada de la preparación,

esto hace que cualquier cocinero que tenga acceso a la misma receta la pueda preparar con los mismo estándares (Gastronomía, 2009).

## 2.22 Ubicación de la zona de estudio

### 2.22.1 Demografía

La demografía es la ciencia que tiene por objeto el estudio de las poblaciones humanas tratando, desde un punto de vista principalmente cuantitativo, su dimensión, su estructura, su evolución y sus características generales (Sergas, 2014).

**Tabla 2-2: Resultado de población total según género de El Tambo de Cañar según censos 2010.**

DETALLE	POBLACIÓN TOTAL
Población	9.5 mil habitantes (4.2% respecto a la provincia de Cañar)
Urbana	49.3%
Rural	50.7%
Mujeres	53.9%
Hombres	46.1%

Fuente: Censo INEC, 2010

### 2.22.2 Cartografía

La Cartografía es la ciencia, arte y técnica de representar gráficamente la tierra o parte de ella en un plano, mediante el uso de símbolos convencionales (Contraloría General de la República de Panamá, 2003).

## MAPA No.- 1



**Figura 1-2: Cantón El Tambo: Datos Generales del territorio**

Fuente: IGM/Escala 1:50.000/Abril 2011

### **2.22.3 Límites**

**Norte:** Juncal e Ingapirca

**Sur:** Cañar.

**Este:** la Parroquia Ingapirca

**Oeste:** Parroquia de Juncal.

### **2.22.4 Altitud**

La topografía del Cantón El Tambo esta entre los 2983 msnm. El territorio del Cantón se desarrolló fundamentalmente en la cuenca del río Cañar.

La distribución de las pendientes conforma en general un paisaje agreste y empinado en toda la cuenca del río Cañar así como en las sucesivas particiones de sus subcuencas y micro-cuencas. (Simancas, 2013).

### **2.22.5 Clima**

Su temperatura varía entre 11 °C y 12 °C, consecuentemente esta región mantiene un clima frío seco. (cañar, s.f.)

### **2.22.6 Superficie**

La superficie aproximada del Cantón es de 520 Km<sup>2</sup>

## **2.23 Productos que se dan en la provincia**

El Ecuador posee una riquísima, abundante y variada cultura gastronómica. Una comida auténtica desde el aborigen en cortezas de plantas posteriormente en cazuelas de barro y en viejos y ahumados peroles castellanos.

Es una zona rica en producción de: trigo, cebada, papa, verduras, legumbres, hortalizas, maíz y quinua. Ingredientes infaltables de su provocativa cocina. Mientras tanto, en los actores cálidos se produce café, arroz, caña de azúcar, banano y varias frutas de tipo tropical que diversifican los sabores y la elaboración de los distintos platillos (Prado, y otros, 2010)

Esta zona cuenta con varios cultivos, sus tierras son muy aptas para la agricultura, así por ejemplo en algunas zonas se cultiva: trigo, maíz, cebada, papa, melloco, oca, mashua, haba, arveja, fréjol, algunas hortalizas como col, lechuga, nabos, remolacha, zanahoria, etc. (Jaramillo, 2012).

Productos	
Trigo	Haba
Maíz	Arveja
Cebada	Frejol
Papa	Col
Melloco	Lechuga
Oca	Nabo
Mashua	Remolacha

**Figura 2-2:** Cantón El Tambo: productos de la zona.  
**Fuente:** Manuel Guamán Loja.

El arte culinario ancestrales son las perfectas combinaciones de los productos andinos, como granos, los tubérculos, las hojas comestibles que se combina, por las jatun mamas son las conocedoras de las técnicas y procedimientos de cocción del plato ancestral.

## 2.24 Atractivos turísticos

El cantón Tambo presenta los siguientes atractivos turísticos:

### a. Cementerio de Pinzhul

En la época de los Cañaris, se presume que en este lugar se realizaban cultos y ceremonias; por lo que ha sido considerado como una mina de objetos arqueológicos.



**Figura 3-2:** Cementerio de Pinzhul.  
**Fuente:** [gadmiket.gob.ec/turi/sitio-arqueologico-pizhul](http://gadmiket.gob.ec/turi/sitio-arqueologico-pizhul).

## b. Artesanía

En este Cantón se desarrollan diferentes artesanías, como, por ejemplo: bordados, tejidos, decoraciones, muñecas, coronas, disfraces, adornos para el hogar, recuerdos, colchas taurinas, bandas, vestidos para santos, etc.



**Figura 4-2:** Artesanías.  
**Fuente:** bordados-canaris-un-rescate-simbolico.

## c. Iglesia matriz

Esta iglesia fue construida de madera. En este lugar fue enterrado el primer español que murió en Ecuador y que pertenecía a la trompa de Benalcázar; mientras que el Padre Alfonso Célleri, mandó a demoler esta vieja iglesia y en su lugar hizo construir una nueva con adobe en la parte baja de la nave central.



**Figura 5-2:** Iglesia Matriz.  
**Fuente:** gadimetambo.gob.ec.

#### **d. El cerro Yanakawri**

Es una elevación de esqueleto rocoso, de forma piramidal, que se encuentra a 3180 msnm, adherida al Nudo del Azuay. De acuerdo a los historiadores, los Cañaris le rendían culto en la parte superior y era considerado como un reloj natural.



**Figura 6-2:** Cerro Yanakawri.

**Fuente:** [com.ec/listing/cerro-yanacauri](http://com.ec/listing/cerro-yanacauri).

#### **e. El cerro Rumisapa**

Es una colina que tiene una belleza escénica fascinante por su flora, fauna y las piedras gigantes que presentan formas de animales.



**Figura 7-2:** Cerró Rumisapa.

**Fuente:** [com.ec/listing/cerro-Rumisapa](http://com.ec/listing/cerro-Rumisapa).

#### **f. El puente de San Antonio**

Por este puente atraviesa un gran tramo de la ruta del tren procedente del norte del país



**Figura 8-2:** Puente San Antonio.

Fuente: /mapio.net/a/6964578/.

### **g. El Kapak Ñan**

Junto a Coyoctor está un tramo del Camino del Inca en donde se puede observar cantos rodados, piedras colocadas estratégicamente, así como los desagües a los lados del camino para las aguas lluvias.



**Figura 9-2:** El Kapak Ñan.

Fuente: el-tambo/complejo-arqueologico-banos-del-inca-en-coyoctor.

## **2.25 Gastronomía ancestral de la Comunidad de Cachi**

La Comunidad de Cachi al igual que varias comunidades cuenta con una variedad de preparaciones ecuatorianas que normalmente se encuentran en cualquier país, debido que es un lugar agrícola donde ofrece todas clases de productos tradicionales.

Gastronomía ancestral de la Comunidad son variados así como en varias comunidades del Ecuador entre las cuales destacamos los siguientes:

### **a. Chicha de jora**

La chicha de jora es una bebida que se realiza con un proceso previo, proceso, pero sobre todo de paciencia, pues su elaboración no resulta sencilla.

Una de las bebidas ancestrales e incaicas, que es elaborada por los indígenas, esta bebida tenía y tiene un uso ceremonial frecuente, acompañaba a las comunidades ancestrales en sus rituales de entierros, actos ceremoniales, fiestas culturales, bautizos, siembras, entre otros. Además la chicha de jora era reconocida y valorada en esa época porque brindaba beneficios medicinales para curar y aliviar ciertos males.

Como uno de los componentes principales es el maíz de la cual se deriva la jora básicamente es el maíz germinado, en la actualidad es uno de las gramíneas más importantes en América, siendo unos de los granos más antiguos consumidos. (Olmedo, 1965)



**Figura 10-2:** Chicha de jora.

**Fuente:** Manuel Guamán Loja.

#### **b. Sopa de arroz de cebada**

Uno de los cereales más antiguos, se utiliza como alimento básico en muchos países, la cebada es un alimento de origen vegetal perteneciente a la clasificación de los cereales. Se trata de una planta gramínea y crece de la misma manera que otros cereales como el trigo. Se caracteriza por ser un cultivo denominado como el cereal, que se cosecha durante todo el año, de manera similar el trigo. La cebada es altamente conocida por ser un cereal que se emplea en la industria cervecera, como también en diferentes clases de preparaciones gastronómicas. (Moreyra, 2014)

La sopa de arroz de cebada se lo prepara los días lunes en el Cantón el Tambo como una costumbre, los antiguos lo realizaban por el inicio de semana para que comience con mayor vitalidad y fuerza durante toda la semana.





**Figura 11-2:** Sopa de Arroz de Cebada.

**Fuente:** Manuel Guamán Loja.

### c. Mote con cuy

Este singular animal, perteneciente a la especie de mamíferos roedores, mide entre 30 y 40 cm, es de patas cortas y carece de cola. Su nombre original es cobayo o cobaya y a través de los tiempos se ha ido transformando hasta quedar en el vocablo CUY, que todos conocemos. Se dice que es originario del Perú, pero según estudios arqueológicos y antropológicos los pueblos andinos, desde la antigüedad, consumían su carne como fuente de proteína.

El consumo de este singular plato típico es muy importante en fiestas de pueblo, en matrimonios, bautizos, en siembras, en cosechas, en fiestas como el inty raimi y el killa raimi entre otros, este tipo de tradiciones se los realiza en toda la región andina, así como la crianza y las diferentes preparaciones que se los realiza. (Carlos, 2013)



**Figura 12-2:** Mote con Cuy.

**Fuente:** [com/site/lastradicionesdemipaizj](http://com/site/lastradicionesdemipaizj).

### d. Ají de piedra con pepa de zambo

La salsa de ají de pepa de zambo es una salsa picante, también conocida como pichacho, elaborada con las pepas o semillas del fruto del zambo secas. Se hace de forma artesanal en los hogares de la serranía ecuatoriana. La pepa de zambo es una mezcla de diferentes ingredientes que originalmente se realizaba en las piedras de río o en morteros, aunque actualmente se usa un

molino o licuadora. Las pepas de zambo deben ser tostadas previamente y junto los demás ingredientes se deben triturar hasta obtener una pasta y una cocción a fuego lento. (E, 2011)

Algunos platillos con los que se acompaña son el cuy con papas, mote, habas con queso, trigo con queso, tamales entre otros.



**Figura 13-2:** Aji de piedra con pepas de Zambo.

**Fuente:** .canar.gob.ec/gadcanar.

#### **e. Dulce de machica**

Una de las preparaciones ancestrales que se ha consumido de generación en generación gracias a la cultivación de diferentes cereales como es el trigo y la cebada, y el maíz, antiguamente esta clase de alimento se consumía en grandes cantidades, en la actualidad los nuevos renacientes lo están dejando de consumir, pero hay diferentes formas de realizar a estas preparaciones, ya que es una mezcla de trigo, cebada y el maíz, es tostado por completo y molido es su totalidad hasta que se forme una harina. (Camari, 2016)



**Figura 14-2:** Dulce de Machica

**Fuente:** patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/.

#### **f. Dulce de zambo**

El zambo es un alimento probablemente de origen mesoamericano, utilizado en las cocinas andinas locales mucho antes de la llegada de los españoles. En tiempos prehispánicos probablemente se endulzaba con miel de abeja, penco u ocas cocidas, lo que le habría dado un sabor menos almibarado.

En épocas pasada al zambo lo dejaban madurar, una vez madura lo insertaban al fuego durante 2 horas en la cual se coccionaba con sus propios jugos, y se vertía en una olla para dar un sabor especial con la panela y la canela. (Patrimonio, 2016)



**Figura 15-2:** Dulce de Zambo.

**Fuente:** dulce-de-sambo-receta-y-preparacion/.

#### **g. El chaguarmishqui**

Los pueblos indígenas que habitan las diferentes Provincias del Ecuador, cuentan con una bebida tradicional denominada “chaguarmishqui”, extraída de la planta hembra del penco, muy popular por sus propiedades curativas. La abuela paterna que tenía parte de su árbol genealógico, enseñaba a sus familias que fue llevando esta tradición, a más de dedicarse a la obtención de la cabuya, con la que elaboraban costales y alpargatas, materia prima que también sale de la penca.

Los antepasados, decía que este “elixir”, era mejor que las medicinas de la farmacia, ayudaba a aliviar problemas de artritis, gastritis, reumas, inflamación de riñones, cáncer de próstata, insomnio, estrés y várices, además de ser un aporte a los huesos. Cuando la planta estaba madura, -cinco años aproximadamente-, perforaban con cuidado en su base y empezaban a “chaguar” el líquido blanquecino, dulce y espeso. Gracias al conocimiento ancestral transmitido de una a otra generación, el uso de la medicina natural se ha convertido en una alternativa, para argumentar

más los “milagros curativos, así como su diversidad de preparaciones gastronómicas que se han realizado y que se han ido perdiendo. (turismo, 2009)



**Figura 16-2:** Chawarmishqui.  
**Fuente:** Manuel Guamán Loja.

## **2.27 Marco legal**

### **2.27.1 Constitución de la República del Ecuador**

El presente trabajo de etnografía se respalda por la Constitución de la República del Ecuador, sección cuarta (cultura y ciencia), en el Art. 21.- Las personas tienen derecho a construir y mantener su propia identidad cultural, a decidir sobre su pertenencia a una o varias comunidades culturales y a expresar dichas elecciones; a la libertad estética; a conocer la memoria histórica de sus culturas y a acceder a su patrimonio cultural; a difundir sus propias expresiones culturales y tener acceso a expresiones culturales diversas. No se podrá invocar la cultura cuando se atente contra los derechos reconocidos en la Constitución (constituyente, 2007)

### **2.27.3 Ley de turismo**

**Art. 3.-** Políticas y principios de la gestión pública y privada del sector turístico. - El cumplimiento de las políticas y principios del sector turístico establecidos en los artículos 3 y 4 de la Ley de Turismo y en otros instrumentos normativos de naturaleza similar son de obligatorio cumplimiento para todas las instituciones del Estado, del régimen dependiente y del régimen seccional autónomo; y, son referenciales para las personas naturales y jurídicas del sector privado, a través del ejercicio de las potestades, deberes y derechos que a cada uno le corresponda y que tengan relación con el desarrollo del sector turístico. Las declaraciones de políticas para el sector turístico se constituyen en herramientas de interpretación, juntamente

con las definiciones establecidas en este reglamento, en caso de duda en la aplicación de normas legales o secundarias del sector turístico ecuatoriano (Turismo, 2002)

Art. 3.- Son principios de la actividad turística, los siguientes: a) La iniciativa privada como pilar fundamental del sector; con su contribución mediante la inversión directa, la generación de empleo y promoción nacional e internacional; b) La participación de los gobiernos provincial y cantonal para impulsar y apoyar el desarrollo turístico, dentro del marco de la descentralización; c) El fomento de la infraestructura nacional y el mejoramiento de los servicios públicos básicos para garantizar la adecuada satisfacción de los turistas; d) La conservación permanente de los recursos naturales y culturales del país; y, e) La iniciativa y participación comunitaria indígena, campesina, montubia o afro ecuatoriana, con su cultura y tradiciones preservando su identidad, protegiendo su ecosistema y participando en la prestación de servicios turísticos, en los términos previstos en esta Ley y sus reglamentos. (vida, 2014)

## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLOGÍA**

La metodología es un procedimiento para lograr de una manera precisa el objetivo de la investigación. La metodología dentro de la investigación presenta los métodos y técnicas para realizarla.

#### **3.1 Método inductivo**

Es un método que se basa en la observación, el estudio y la experimentación de diversos sucesos reales para poder llegar a una conclusión que involucre a todos esos casos. La acumulación de datos que reafirmen nuestra postura es lo que hace al método inductivo.

Inicia por la observación de determinados hechos, los cuales registra, analiza y contrasta. A continuación, clasifica la información obtenida, establece patrones, hace generalizaciones, para inferir, de todo lo anterior, una explicación o teoría.

El método inductivo es el más utilizado en el ámbito científico. Es, por un lado, un método relativamente flexible y, por el otro, se presta para la exploración. Este método es utilizado, sobre todo, para formular teorías e hipótesis. (Rodríguez & Pérez, 2017).

### 3.2 Localización y temporalización:

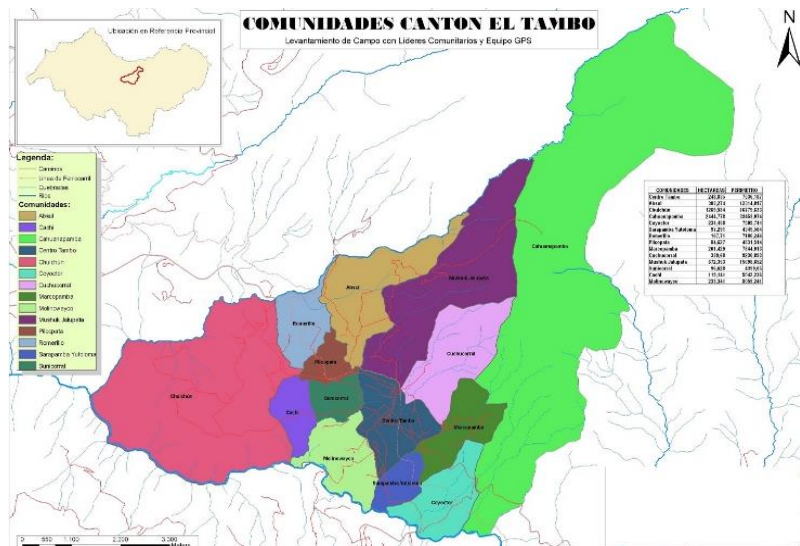
**Localización:** El presente tema se realizó en la Comunidad de Cachi del Cantón el Tambo, Provincia del Cañar, localizada en la Región Interandina o Sierra del Ecuador.

**Temporalización:** El presente trabajo de titulación, tipo etnografía tuvo aproximadamente una duración de 6 meses, donde se investigó, recopiló, seleccionó y difundió la información obtenida, de esta forma revalorizar la gastronomía ancestral de la comunidad de Cachi del Cantón el Tambo.



**Figura 1-3:** Mapa del Ecuador

**Fuente:** [www.pinterest.com/pin/](http://www.pinterest.com/pin/)



**Figura 2-3: Mapa del Cantón el Tambo**

Fuente: GAD El Tambo

**Variable:**

Identificación de variables:

- Variable independiente: cultura gastronómica
- Variable dependiente: estudio antropológico

**3.3 Definición de las variables:**

**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 con la sociedad donde se generan. 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. 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. (Mead, 1900)

## **Estudio antropológico**

El estudio es el desarrollo de aptitudes y habilidades mediante la incorporación de conocimientos nuevos; este proceso se efectúa generalmente a través de la lectura. El sistema de educación mediante el cual se produce la socialización de la persona tiene como correlato que se dedique una elevada cantidad de horas al análisis de diversos temas.

La antropología estudia a la humanidad, sus sociedades del presente y del pasado, así como las diversas culturas y formas de organización e interacción social que ha creado. Conoce y analiza la diversidad étnica, los procesos de continuidad y cambio sociocultural, las formas de organización social y, en general, todas las expresiones de la variabilidad humana. Incursiona en el conocimiento del proceso de hominización y, en ese marco, analiza la coevolución del Homo sapiens con otras especies animales y su relación con el medio ambiente. (Harris, 2011)

### **3.4 Tipo de investigación**

#### **Investigación de campo**

La investigación de campo se lleva a cabo con el propósito de dar respuesta a algún problema planteado previamente, extrayendo datos e informaciones mediante el uso de técnicas específicas de recolección, como entrevistas, encuestas cuestionarios (Campos, 2017).

Se aplicó para identificar la cultura gastronómica ancestral de la parroquia Cachi del Cantón El Tambo Provincia del Cañar.

#### **Investigación documental**

Esta investigación es aquella que se realiza a través de la consulta de documentos. Un documento es cualquier testimonio que revela que existe o existió un determinado hecho o fenómeno, como ejemplos de estos pueden citarse los siguientes: libros, revistas, periódicos, anuario, memorias, registros, códigos, constituciones, (S, 2002)

#### **Investigación exploratoria**

Es la que se realiza para conocer el contexto sobre un tema que es objeto de estudio, es encontrar todas las pruebas relacionadas de que no se tiene ningún conocimiento y aumentar las posibilidades de realizar una investigación completa, es considerada como el primer acercamiento científico a un problema. (Semerena, 2018)



### 3.5 Métodos y técnicas

En el siguiente trabajo se utilizaron métodos y técnicas a continuación los detalles:

#### **Método teórico:**

Son aquellos que permiten revelar las relaciones esenciales del objeto de investigación, son fundamentalmente para la comprensión de los hechos y para la formulación de la Hipótesis de investigación. (Bounacore, 1980)

#### **Método empírico:**

Plantean fundamentalmente las relaciones causa-efecto; están basados en el conocimiento dado por la experiencia una vez que se realizan numerosas observaciones de la realidad circundante (Bounacore, 1980)

Las técnicas que se utilizaron para la obtención de información fueron:

- Entrevista: Se define como una interacción dinámica de comunicación entre dos personas, el entrevistador y el entrevistado, bajo el control del primero (Bradford, 2015)
- Encuesta: Se puede definir como una técnica primaria de obtención de información sobre la base de un conjunto objetivo coherente y articulado de preguntas, que garantiza que la información proporcionada por una muestra puede ser analizada mediante métodos cuantitativos y los resultados sean extrapolables con determinados errores y confianza a una población, las encuestas pueden ser personales y no personales. (Klaus, 2003)

### 3.3 Población y muestra

#### 3.3.1 Población

La población es el conjunto de todos los individuos que aporten información sobre el fenómeno que se estudia. Para el presente estudio se tomó en cuenta una población de 123 habitantes de la Comunidad Cachi (PDOT del Cantón El Tambo, 2014).

### 2.3.2 Muestra

La muestra constituye una selección al azar de una porción de población; por otro lado, consiste en un grupo reducido de elementos de dicha población con características particulares (Campos, 2017).

#### Tamaño de muestra

El tamaño de la muestra se obtuvo a través de la siguiente fórmula:

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

$$n = \frac{160 * (1,96)^2 * (0,5 * 0,5)}{(0,05)^2 * (123 - 1) + (1,96)^2 * (0,5 * 0,5)}$$

$$n = \frac{160 * 3.84 * 0.05 * 0.95}{0.0025 * 122 + 3.84 * 0.05 * 0.95}$$
$$n = \frac{29.184}{0.39 + 0.18}$$

$$n = \frac{29,184}{0.57}$$

$$\mathbf{n = 51}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = 160 habitantes de la parroquia Cachi en el año 2019

Z = 1,96 nivel de fiabilidad

p = Probabilidad de ocurrencia del 0,5

q = Probabilidad de no ocurrencia del 0,5

d = 5%

Por lo tanto, se realizará la encuesta a un total de 94 habitantes.

**Tabla 1-3: Total de encuesta**

<b>Población</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Frecuencia</b>
160	Encuestas	51

Elaborado por: Manuel Guamán (2019)

### **3.4 Procedimientos**

La técnica que se utilizó para la recopilación de la información es la encuesta que se aplicó a los habitantes de esta Comunidad. La encuesta se llevó a cabo por parte del investigador que desarrolló el trabajo y se obtuvieron las interpretaciones mediante la oportuna tabulación.

**Tabla 2-3: Procedimientos**

<b>Técnica</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Lugar</b>	<b>Responsable</b>
Encuesta	Cuestionario	Cachi	Manuel Guamán

Elaborado por: Manuel Guamán (2019)

### **3.5 Procesamiento y análisis**

#### **3.5.1 *Recolección***

Al recopilar los datos necesarios para realizar esta investigación se levantó información desde la fuente con los habitantes. Para la recolección de los datos en una investigación se procedió a la aplicación de encuestas a los sujetos de estudio.

#### **3.5.2 *Interpretación y análisis***

Todos los datos obtenidos mediante la encuesta fueron analizados y fundamentados con los conceptos, para de esta manera identificar los hallazgos existentes en cuanto a gastronomía de la Comunidad de Cachi.

### **3.6 Presentación y discusión de resultados**

#### **3.6.1 *Estudio realizado a personas de 20 a 80 años***

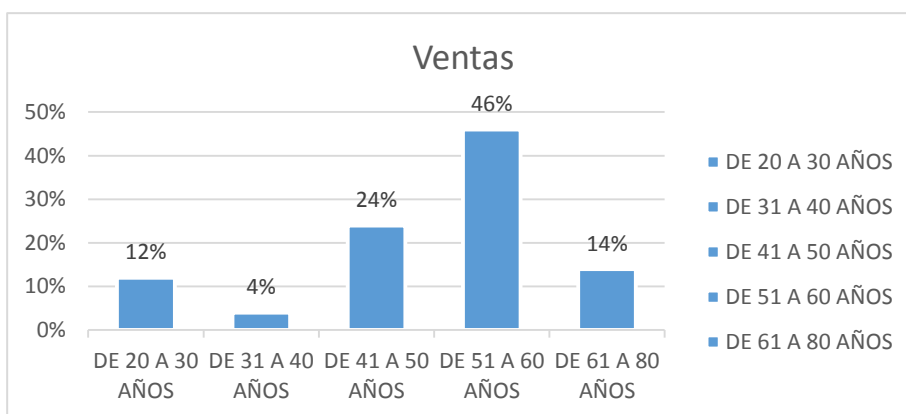
## 1. Edad

**Tabla 3-3:** Edad de los encuestados

<b>EDAD</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
DE 20 A 30 AÑOS	6	<b>12%</b>
DE 31 A 40 AÑOS	2	<b>4%</b>
DE 41 A 50 AÑOS	12	<b>24%</b>
DE 51 A 60 AÑOS	23	<b>46%</b>
DE 61 A 80 AÑOS	7	<b>14%</b>
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 1-3:** Edad de los encuestados

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

### **Análisis:**

En el presente gráfico podemos observar que de los 50 personas encuestados/as de la localidad el 46% de personas pertenecen a un grupo de edad de 51 a 60 años, el 24% de personas que pertenecen a una edad de 41 a 50 años, el 14% de personas pertenecen a un grupo de edad 61 a 80 años, el 12 % pertenece al grupo de edad de 20 a 30 años, y finalmente tenemos el 4% de personas que pertenecen al grupo de edad de 31 a 40 años.

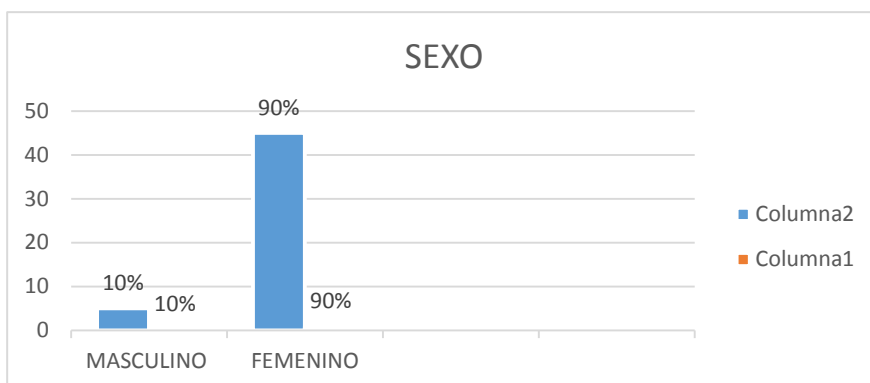
## 2. Sexo

**Tabla 4-2:** Sexo del encuestado

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
MASCULINO	5	10%
FEMENINO	45	90%

<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>
--------------	-----------	-------------

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 2-3:** Sexo del encuestado

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

### **Análisis:**

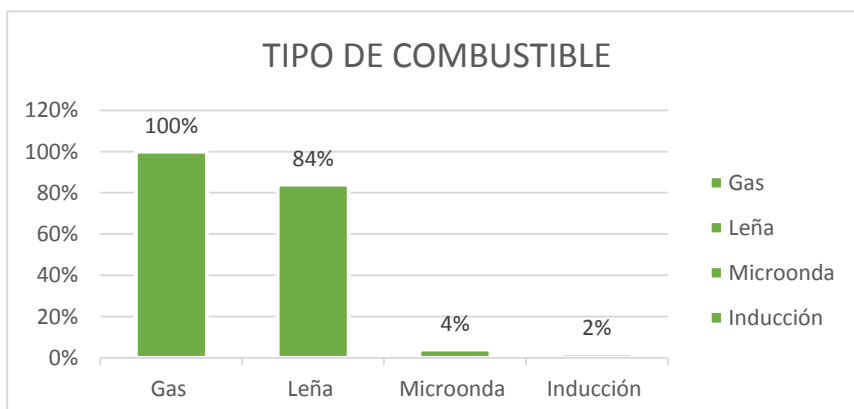
En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 90% de ellos pertenecen al sexo femenino, y el 10% pertenecen al sexo masculino.

### 3. ¿Qué tipo de combustible usted utiliza en la actualidad para su cocción?

**Tabla 4-3:** Combustible que utilizan.

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Gas	50	100%
Leña	42	84%
Microonda	2	4%
Inducción	1	2%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 3-3:** Combustible que utilizan.

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

**Análisis:**

En el presente gráfico observamos que de las 50 personas encuestados el 100% de los mismos utilizan gas doméstico, el 84% de ellos/as utilizan leña, el 4% utilizan microonda, y finalmente el 2% utiliza cocina inducción.

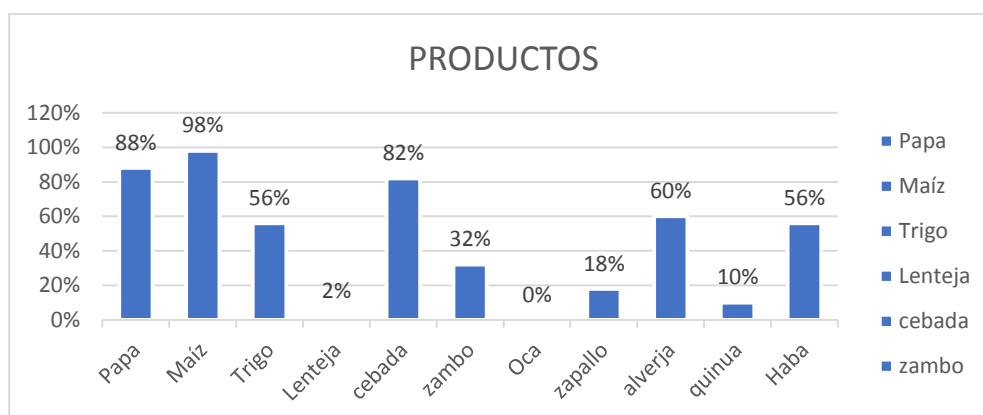
4. ¿Qué tipo de productos usted siembra?

**Tabla 5-3:** Productos que siembran.

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Papa	44	88%
Maíz	49	98%
Trigo	28	56%
Lenteja	1	2%
cebada	41	82%
zambo	16	32%
Oca	0	0%
zapallo	9	18%
arveja	30	60%
quinua	5	10%
Haba	28	56%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 4-3:** Productos que siembran.

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

### Análisis:

En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 98% de ellos siembran maíz, seguido del 88% de personas siembran papas, el 82% siembran cebada, el 60% siembran arvejas, el 56% de ellos siembran habas y trigo, el 32% siembran zambo, el 18% siembran zapallo, el 10% siembran quinua, el 2% siembran lenteja y finalmente podemos ver que de las 50 personas ninguno de ellos siembran ocas 0%

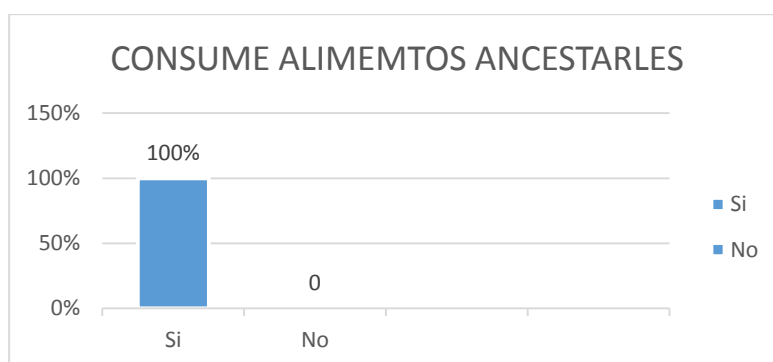
5. ¿En la actualidad consume alimentos ancestrales?

**Tabla 6-3:** Consume alimentos ancestrales.

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Si	50	100%
No	0	

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 5-3:** Consume alimentos ancestrales.

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

### Análisis:

En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 100% de ellos SI consumen alimentos ancestrales

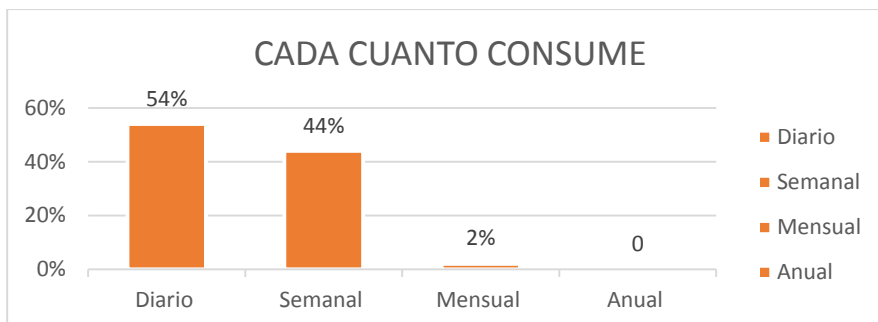
6. ¿Cada cuánto usted consume los alimentos ancestrales?

**Tabla 7-3:** Cada cuanto consume alimentos ancestrales.

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Diario	27	54%
Semanal	22	44%

Mensual	1	2%
Anual	0	0

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 6-3:** Cada cuanto consume alimentos ancestrales

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

### Análisis:

En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as, el 54% de ellos manifiestan que consumen alimentos ancestrales de manera diaria, el 44% de ellos lo consumen de manera semanal, finalmente el 2% de ellos lo consumen cada mes.

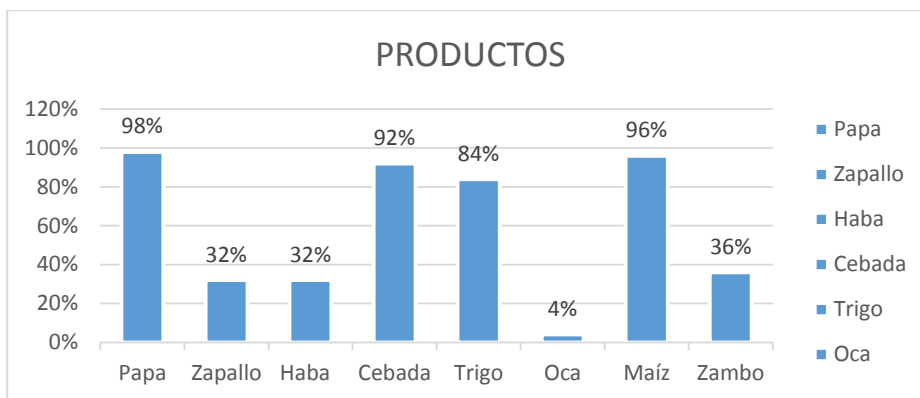
### 7. ¿Cuál de estos productos usted consume?

**Tabla 8-3:** Que productos consume.

	Frecuencia	Porcentaje
Papa	49	98%
Zapallo	16	32%
Haba	16	32%
Cebada	46	92%
Trigo	42	84%
Oca	2	4%
Maíz	48	96%
Zambo	18	36%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)





**Gráfico 7-3:** Que productos consume

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

### Análisis:

En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 98% de ellos consumen papas, seguido del 96% consumen maíz, el 92% de ellos consumen cebada, el 84% consumen trigo, el 36% consumen zambo, el 32% consumen zapallo y habas, finalmente el 4% de ellos consumen ocas

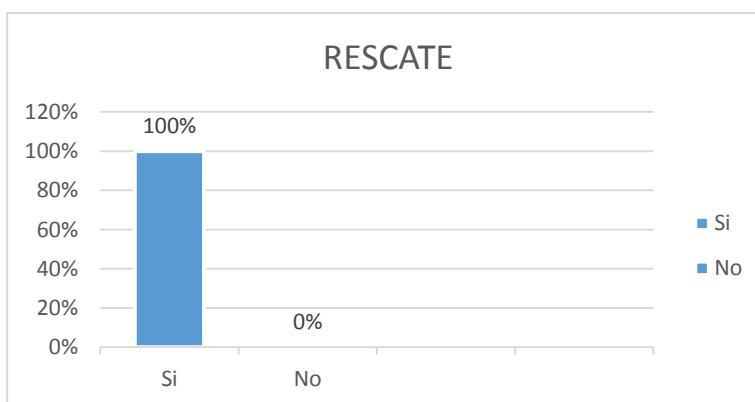
### 8. ¿Cree usted que debería rescatar los alimentos ancestrales?

**Tabla 9-3:** Rescate de los alimentos ancestrales.

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	50	100%
No	0	0%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 8-3:** Rescate de los alimentos ancestrales.

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

**Análisis:**

En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 100% de ellos manifiestan que SI se debería rescatar los alimentos ancestrales.

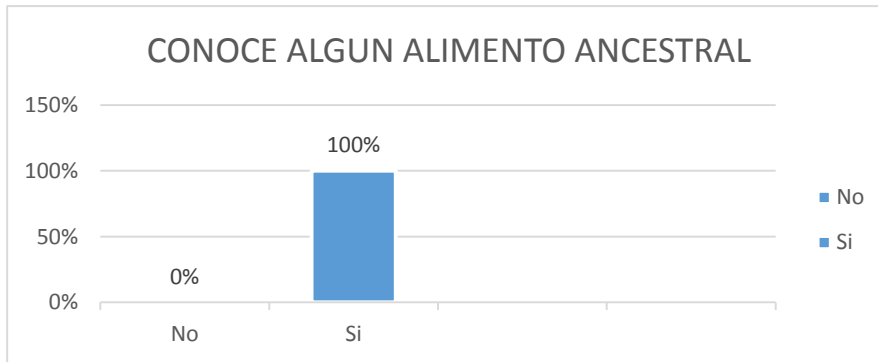
9. ¿Conoce usted algún alimento ancestral?

**Tabla 10-3:** Conoce alimentos ancestrales.

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Si	50	100%
No	0	0%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 9-3:** Conoce alimentos ancestrales

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

**Análisis:**

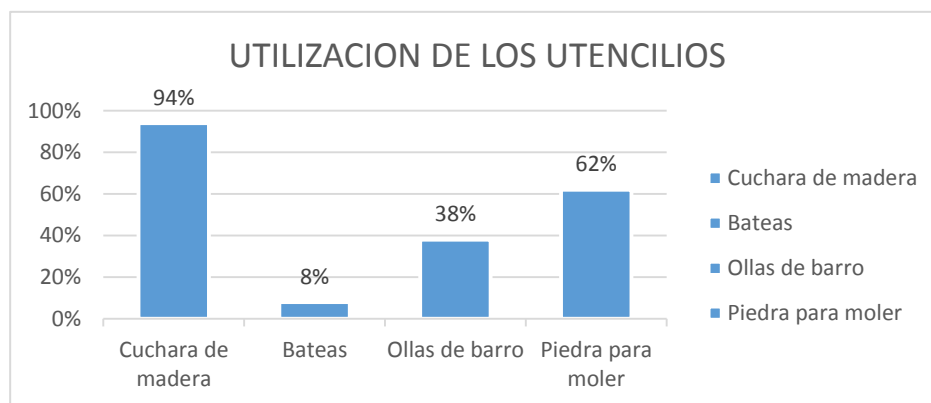
En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 100% de ellos manifiestan que SI conocen cuales son los alimentos ancestrales.

10. ¿Cuál utiliza usted en la actualidad de los utensilios ancestrales?

**Tabla 11-3:** Utiliza utensilios ancestrales.

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Cuchara de madera	47	94%
Bateas	4	8%
Ollas de barro	19	38%
Piedra para moler	31	62%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 10-3:** Utiliza utensilios ancestrales.

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

### Análisis:

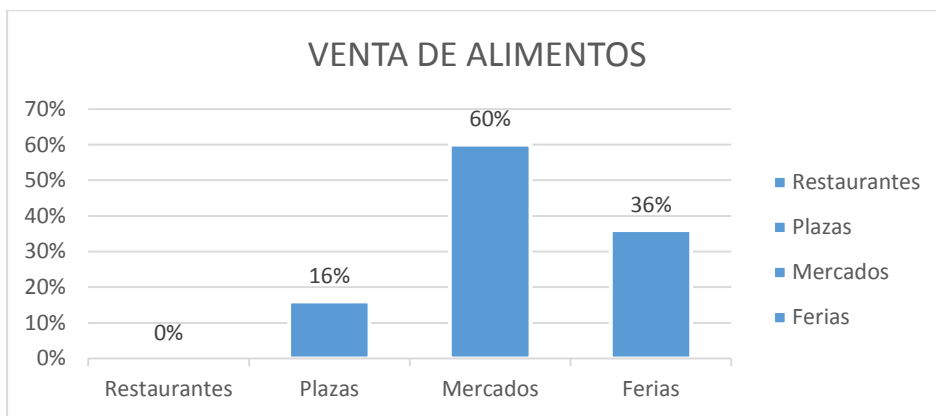
En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 94% de ellos/as utilizan la cuchara de palo, el 62% utilizan la piedra de moler, el 38% utilizan la olla de barro, y finalmente el 8% de los mismos/as utilizan las bateas.

11. ¿Conoce usted algún lugar donde venden comida ancestral?

**Tabla 12-3:** Lugares donde venden comida ancestral.

	Frecuencia	Porcentaje
Restaurantes	0	0%
Plazas	8	16%
Mercados	30	60%
Ferias	18	36%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 11-3:** Lugares donde venden comida ancestral.

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

### Análisis:

En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 60% de ellos/as manifiestan que venden la comida ancestral en los mercados, el 36% de ellos dicen que venden en las ferias, y finalmente el 16% de los mismos/as han observado que venden en las plazas.

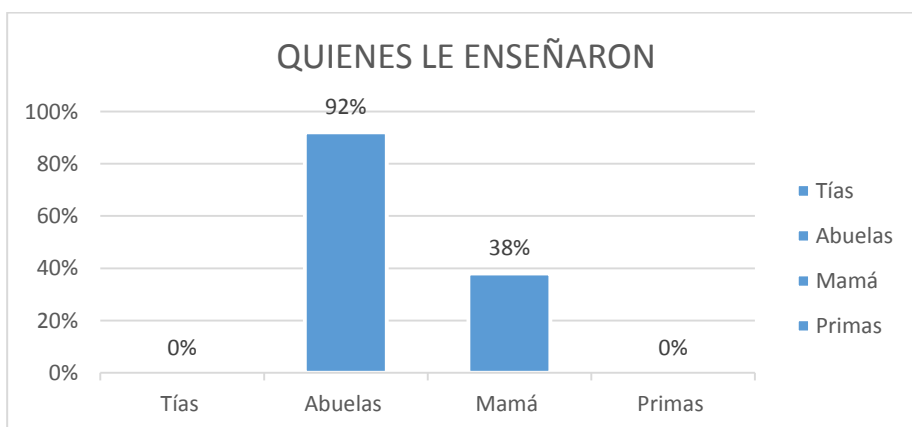
¿Quién le enseñó a realizar estas preparaciones ancestrales?

**Tabla 13-3:** Quienes enseñaron las preparaciones.

	Frecuencia	Porcentajes
Tías	0	0%
Abuelas	46	92%
Mamá	19	38%
Primas	0	0%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 12-3:** Quienes enseñaron las preparaciones.

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

**Análisis:**

De las 50 personas encuestados/as el 92% de ellos/as manifiestan que les enseñó en las preparaciones las abuelas, seguidamente el 38% de los/as mismos/as les enseñó sus madres.

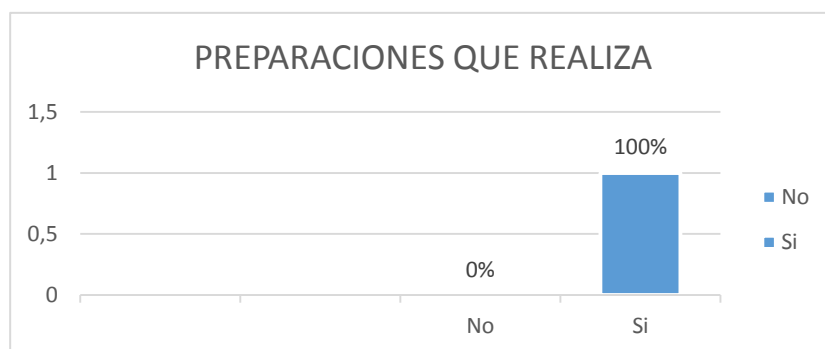
12. ¿Con los productos que usted consume realiza alguna preparación ancestral?

**Tabla 14-3:** Realiza algunas preparaciones ancestrales.

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Si	50	100%
No	0	0%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 13-3:** Realiza algunas preparaciones ancestrales.

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

**Análisis:**

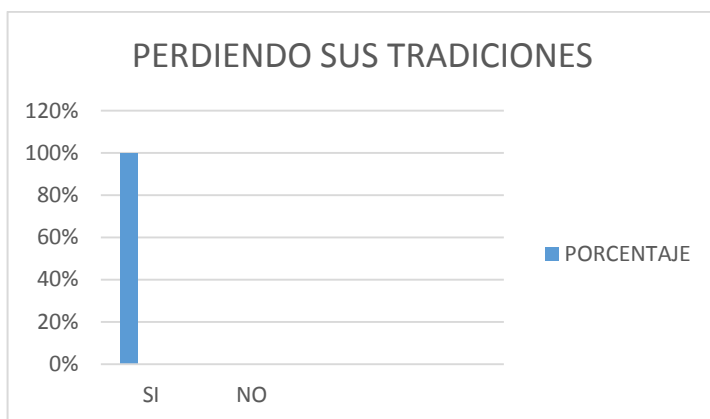
En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 100% de ellos/as SI realizan preparaciones ancestrales.

13. ¿Cree usted que se está perdiendo las preparaciones ancestrales?

**Tabla 15-3:** Se está perdiendo las preparaciones ancestrales

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
SI	50	100%
No	0	0%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 14-3:** se está perdiendo las preparaciones ancestrales.  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

**Análisis:**

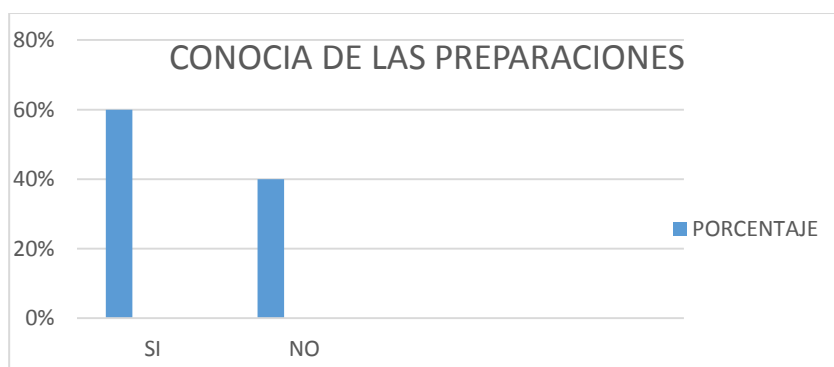
En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 100% de ellos/as manifiestan que SI se está perdiendo las preparaciones ancestrales, debido a que en la actualidad hay más alimentos procesados y de rápida preparación.

14. ¿Conocía usted que las preparaciones que las realizaba eran ancestrales?

**Tabla 16-3:** Conocía usted de las preparaciones

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	30	60%
No	20	40%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 15-3:** conocía usted de las preparaciones  
**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

### Análisis:

De las 50 personas encuestados/as manifiestan que el 60% de ellos/as SI conocían que las preparaciones que realizaba eran ancestrales, mientras que el 40% de los mismos NO los conocía, ya que los preparaba sin conocimiento del origen de los productos.

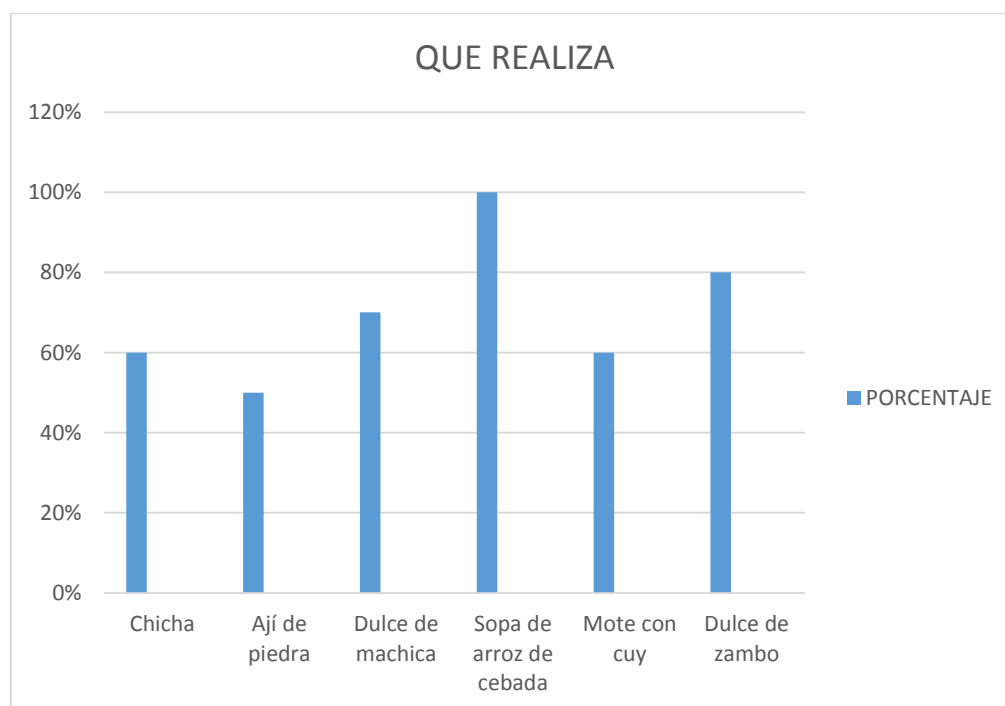
15. ¿De los productos ancestrales que usted conoce qué preparaciones lo realiza?

**Tabla 18-3:** Tipos de preparaciones que lo realiza

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Chicha	30	60%
Ají de piedra	25	50%
Dulce de machica	35	70%
Sopa de arroz de cebada	50	100%
Mote con cuy	30	60%
Dulce de zambo	40	80%
Chawarmishqui	15	3%

**Fuente:** Encuestas aplicadas a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)



**Gráfico 16-3:** Tipos de preparaciones que lo realiza

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

**Análisis:**

En el presente gráfico podemos observar que de las 50 personas encuestados/as el 100% de ellos/as acostumbran preparar sopa de arroz de cebada todos los días lunes por el inicio de semana, el 80% de ellos acostumbran preparar dulce de zambo, el 70% preparan dulce de machica, el 60% de ellos preparan la chicha y el mote con cuy para las diversas celebraciones, finalmente observamos que el 50% de las personas preparan el ají de piedra para acompañar en los diferentes platos.



### 3.7 Estudio realizado a personas de 60 a 80 años

Pregunta 1. \_

1 EDAD

Nombre	Edad
María Pizha	60 años
Rosa Guamán	65 años
Luisa Pizha	80 años
Narcisa Guamarica	70 años
María Pichizaca	62 años
Margarita Loja	65 años
Baltazara Quizhpi	80 años
Transito Yupa	68 años
Mercedes Niveló	64 años
Ana Bermeo	80 años

Pregunta 2. \_

2 SEXO

Nombre	Sexo
María Pizha	Femenino
Rosa Guamán	Femenino
Luisa Pizha	Femenino
Narcisa Guamarica	Femenino
María Pichizaca	Femenino
Margarita Loja	Femenino
Baltazara Quizhpi	Femenino
Transito Yupa	Femenino
Mercedes Niveló	Femenino
Ana Bermeo	Femenino

Pregunta 3. \_

¿Qué tipo de combustible usted utiliza en la actualidad?

Nombre	Tipo de combustible
María Pizha.	yo utilizo gas y leña en ocasiones
Rosa Guamán.	más utilizo gas, a veces utilizo leña
Luisa Pizha.	gas y rara vez leña
Narcisa Guamarica.	de vez en cuando leña, pero más utilizo gas
María Pichizaca.	más utilizo leña por que no puedo utilizar la cocina a gas
Margarita Loja.	utilizo más el gas
Baltazara Quizhpi.	utilizo las dos cosas
Transito Yupa.	utilizo gas a veces leña
Mercedes Niveló.	utilizo leña para ahorrar gas

Ana Bermeo.	utilizo la leña cuando hay que cocinar bastante, y gas para cocinar poco
-------------	--

Pregunta 4. \_

¿Qué tipo de productos usted siembra?

Nombre	Productos
María Pizha.	papas, cebada, maíz, y trigo
Rosa Guamán.	zapallo, arveja, quinua y habas
Luisa Pizha.	maíz, cebada, lenteja
Narcisa Guamarica.	maíz, trigo, cebada y zambo
María Pichizaca.	zapallo, haba, zambo, maíz y papas
Margarita Loja.	maíz, cebada, lenteja, trigo
Baltazara Quizhpi.	trigo, arveja, maíz, quinua
Transito Yupa.	zambo, maíz, papa, trigo y cebada
Mercedes Niveló.	papas y maíz
Ana Bermeo.	arveja y maíz

Pregunta 5. \_

¿En la actualidad consume alimentos ancestrales?

Nombre	Si / No
María Pizha.	SI,
Rosa Guamán.	SI
Luisa Pizha.	SI
Narcisa Guamarica.	SI
María Pichizaca.	SI
Margarita Loja.	SI
Baltazara Quizhpi.	SI
Transito Yupa.	SI
Mercedes Niveló.	SI
Ana Bermeo.	SI

Pregunta 6. \_

¿Cada cuánto consume usted estos alimentos?

Nombre	Tiempo
María Pizha.	Diario para no perder a costumbre
Rosa Guamán.	diario para mantener las fuerzas
Luisa Pizha.	diario porque mis papás me enseñaron a comer así
Narcisa Guamarica.	semanal porque hay que variar
María Pichizaca.	semanal
Margarita Loja.	diario
Baltazara Quizhpi.	todos los días
Transito Yupa.	todos los días

Mercedes Niveló.	todos los días
Ana Bermeo.	semanal hay que cambiar

Pregunta 7. \_

¿Cuál de estos productos usted consume?

Nombre	Productos
María Pizha.	papas, machica, mote
Rosa Guamán.	tashno de mote, trigo, papas
Luisa Pizha.	papas, mote, trigo
Narcisa Guamarica.	mote, papas, habas
María Pichizaca.	arvejas, mote, papas
Margarita Loja.	zambo, trigo, mote
Baltazara Quizhpi.	zapallo, zambo, mote
Transito Yupa.	arvejas, mote, choclo
Mercedes Niveló.	papas, arvejas, mote
Ana Bermeo.	mote, papas, choclos

Pregunta 8. \_

¿Cree usted que debería rescatar los alimentos ancestrales?

Nombre	Si / No
María Pizha.	SI
Rosa Guamán.	SI
Luisa Pizha.	SI
Narcisa Guamarica.	SI
María Pichizaca.	SI
Margarita Loja.	SI
Baltazara Quizhpi.	SI
Transito Yupa.	SI
Mercedes Niveló.	SI
Ana Bermeo.	SI

Pregunta 9. \_

¿Conoce usted algún alimento ancestral?

Nombre	Si / No
María Pizha.	SI
Rosa Guamán.	SI
Luisa Pizha.	SI
Narcisa Guamarica.	SI
María Pichizaca.	SI
Margarita Loja.	SI
Baltazara Quizhpi.	SI
Transito Yupa.	SI
Mercedes Niveló.	SI
Ana Bermeo.	SI

Pregunta 10. \_

¿En la actualidad usted utiliza utensilios ancestrales?

María Pizha.	cuchara de palo para no perder la costumbre
Rosa Guamán.	pedra de moler, cuchara de palo
Luisa Pizha.	batea y pedra de moler porque es más sabroso el ají
Narcisa Guamarica.	olla de barro para guardar la chicha
María Pichizaca.	cuchara de palo
Margarita Loja.	olla de barro, pedra de moler
Baltazara Quizhpi.	Cuchara de palo, batea.
Transito Yupa.	cuchara de palo, olla de barro
Mercedes Niveló.	pedra de moler
Ana Bermeo.	pedra de moler y cuchara de palo

Pregunta 11. \_

¿Conoce usted algún lugar donde venden comida ancestral?

Nombre	Lugares
María Pizha.	he visto que venden en el mercado
Rosa Guamán.	si he comido en la plaza
Luisa Pizha.	si venden en el mercado
Narcisa Guamarica.	si saben vender en el mercado
María Pichizaca.	si he comido morocho en la feria
Margarita Loja.	si venden en el mercado
Baltazara Quizhpi.	si venden en la plaza
Transito Yupa.	cuando voy a la feria he visto que venden ahí
Mercedes Niveló.	he comido en el mercado
Ana Bermeo.	cuando voy a vender animales he comido en la feria

Pregunta 12. \_

¿Quién le enseñó a realizar estas preparaciones ancestrales?

Nombre	Parentesco
María Pizha.	madre
Rosa Guamán.	madre y abuela
Luisa Pizha.	abuela
Narcisa Guamarica.	madre y abuela
María Pichizaca.	madre y abuela
Margarita Loja.	madre
Baltazara Quizhpi.	madre
Transito Yupa.	abuela
Mercedes Niveló.	abuela
Ana Bermeo.	madre

Pregunta 13. \_

¿Con los productos que usted consume ¿si realiza alguna preparación ancestral?

Nombre	Si / No
María Pizha.	SI
Rosa Guamán.	SI
Luisa Pizha.	SI
Narcisa Guamarica.	SI
María Pichizaca.	SI
Margarita Loja.	SI
Baltazara Quizhpi.	SI
Transito Yupa.	SI
Mercedes Niveló.	SI
Ana Bermeo.	SI

Pregunta 14. \_

¿En la actualidad ¿cree usted que se está perdiendo las preparaciones ancestrales?

Nombre	Si / No
María Pizha.	SI ya no se consume con mucha frecuencia
Rosa Guamán.	SI ahora los nietos ya no quieren comer
Luisa Pizha.	SI ahora hay mucha comida chatarra
Narcisa Guamarica.	SI
María Pichizaca.	SI
Margarita Loja.	SI
Baltazara Quizhpi.	SI
Transito Yupa.	SI hay muchos alimentos con químicos
Mercedes Niveló.	SI
Ana Bermeo.	SI

Pregunta 15. \_

¿Conocía usted que las preparaciones que las realizaba eran ancestrales?

Nombre	Si / No
María Pizha.	SI
Rosa Guamán.	SI
Luisa Pizha.	SI
Narcisa Guamarica.	NO
María Pichizaca.	SI
Margarita Loja.	SI
Baltazara Quizhpi.	NO
Transito Yupa.	SI
Mercedes Niveló.	SI
Ana Bermeo.	NO

Pregunta 16. \_

¿De los productos ancestrales que usted conoce ¿Qué tipos de preparaciones lo realiza?

Nombre	Preparación
María Pizha.	Chicha para las fiestas y cuy
Rosa Guamán.	mote y cuy
Luisa Pizha.	papas, ají de piedra
Narcisa Guamarica.	dulce de zambo, sopa de arroz de cebada
María Pichizaca.	dulce de machica
Margarita Loja.	mote con cuy
Baltazara Quizhpi.	chicha, papas con cuy
Transito Yupa.	sopa de arroz de cebada todos los días lunes
Mercedes Niveló.	dulce de machica para que haya más fuerza
Ana Bermeo.	dulce de zambo

Pregunta 17. \_

¿En la actualidad sigue consumiendo chawarmishqui?

Nombre	Si / No
María Pizha.	si consume en temporadas
Rosa Guamán.	no
Luisa Pizha.	no
Narcisa Guamarica.	Si pero ya no hay muchas plantas como antes.
María Pichizaca.	no
Margarita Loja.	no
Baltazara Quizhpi.	no
Transito Yupa.	no
Mercedes Niveló.	no
Ana Bermeo.	no

## CAPÍTULO IV

### 4. PROPUESTA

#### DIFUSIÓN DE LAS PREPARACIONES ANCESTRALES DE LA COMUNIDAD DE CACHI, CANTÓN EL TAMBO

##### 4.1 Justificación

Al haber concluido con la aplicación de encuestas a la población de la Comunidad de Cachi del Cantón El Tambo, se pudo establecer que existe poco desconocimiento sobre la palabra ancestral, sin embargo ellos lo realizan poniendo en práctica las enseñanzas de sus antepasados.

Debido a la obtención de alimentos procesados y simples de preparar y el alto consumo de comida chatarra, seguido de la falta de conocimientos sobre este tipo de preparaciones hacen que la comida ancestral vaya perdiendo día tras día, siendo esto un caso de preocupación, ya que la cultura gastronómica es una parte fundamental de cada pueblo y comunidad, es necesario concientizar y dar a conocer la misma, ayudando así a que las personas recuerden los sabores ancestrales de nuestra Comunidad, a través de la difusión de preparaciones que antiguamente se elaboraban.

En la actualidad para que no se pierda la costumbre de preparar alimentos ancestrales con las nuevas generaciones, es importante difundir o llegar hacia a ellos mediante la difusión de revistas digitales o a su vez con el apoyo del GAD Municipal del Cantón publicando por los diferentes medios de comunicación para el fortalecimiento de los mismos.

##### 4.2 Introducción

El presente estudio tuvo como finalidad de difundir las preparaciones ancestrales de la comunidad de Cachi, mediante una revista digital en donde se dio a conocer las diferentes preparaciones que se realizan en ese lugar, así de esta forma se fomenta la valoración de los productos autóctonos de la zona y no perder las costumbres que antiguamente se los aplicaba.

Al realizar el estudio ancestral de la Comunidad de Cachi, se contó con el apoyo de la población de la zona, los cuales facilitaron información en base a sus conocimientos y la práctica del diario vivir, brindando información útil para conocer las diferentes preparaciones que realizaban.


El presente estudio realizado se basa en la Constitución de la República del Ecuador, Plan Nacional del Buen Vivir, cuyo propósito fundamental es mantener las vivencias culturales y fortalecer libremente su identidad.

### 4.3 Desarrollo de la propuesta

#### 4.3.1 *Recolección de las preparaciones ancestrales.*

Mediante las diferentes entrevistas a las personas más antiguas de la Comunidad debido a su experiencia o por los años vividos, se pudo obtener información valiosa de las diferentes preparaciones ancestrales que se realizaban antiguamente, desde el plato más común y fácil de preparar, hasta el plato más complejo, la información sobre las diferentes preparaciones se plasmó en fichas de recolección de datos.

**Tabla 1-4: Ficha recolección de datos chicha de jora.**


<b>FICHA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b>	
	
<b>PREPARACIÓN: CHICHA DE JORA</b>	
<b>INGREDIENTES</b>	
<b>Detalle</b>	<b>Cantidad</b>
Maíz	Medio galón molido
Panela	3 pequeña
Canela	Un manojo
Clavo de olor	Un manojo
<b>PREPARACIÓN</b>	
<p>En una olla grande se calienta primeramente el agua hasta el punto de hervir.</p> <p>Se muele el maíz y se lo vierte en el agua y dejamos hervir por dos horas.</p> <p>Una vez que está bien hervido añadimos panela y el demás ingrediente, hervimos nuevamente bien y cernimos con una cernidora en una olla de barro y dejamos reposar, con la chicha anterior mezclamos bien y dejamos reposar hasta que este frio y servimos.</p>	
<b>Observación:</b> estas preparaciones lo realizan con leña.	

**Fuente:** Entrevista realizada a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)




**Tabla 2-4: Ficha recolección de datos dulce de oca.**

<b>FICHA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b>	
	
<b>PREPARACIÓN:</b> dulce de oca	
<b>INGREDIENTES</b>	
<b>Detalle</b>	<b>Cantidad</b>
Oca	Un galón
Panela	Una panela grande
<b>PREPARACIÓN</b>	
<p>Primeramente se lava bien la oca y después se deja al sol la oca por lo menos 4 días, de ahí toma un color más amarillento y ya está listo, se lava bien y se lleva a la candela en una olla grande con panela y se deja hasta que se deshace y servimos.</p>	
<b>Observación:</b> las preparaciones que se realizan se hacen en leña.	
<hr/> <hr/>	

**Fuente:** Entrevista realizada a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)


**Tabla 3-4: Ficha recolección de datos arroz de cebada.**

<b>FICHA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b>	
	
<b>PREPARACIÓN:</b> sopa de arroz de cebada	
<b>INGREDIENTES</b>	
<b>Detalle</b>	<b>Cantidad</b>
Cebada	Tres puñados
culantro	una rama completa
Papa	Un galón
Cebolla	Dos
Sal	En grano
<b>PREPARACIÓN</b>	
<p>La cebada se lo limpia bien ya que contiene la cascara, en una olla ponemos cebolla y la cebada a cocinar hasta que este suave, ahí ponemos la papa y casi al final se pone la rama del culantro.</p>	
<b>Observación:</b>	

**Fuente:** Entrevista realizada a la población de la localidad

Elaborado por: Guamán M. (2019)


Tabla 4-4: Ficha recolección de datos dulce de zambo.

<b>FICHA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b>	
	
<b>PREPARACIÓN:</b> ají de piedras con pepea de zambo	
<b>INGREDIENTES</b>	
Detalle	Cantidad
Pepas de zambo	Dos puñados
Ají rocoto	1 unidad
Cebolla	1 unidad
<b>PREPARACIÓN</b>	
Para la preparación de esta receta se tuesta la pepea de zambo, hasta que se inflen como globo, aparte se le machaca bien el ají con un poco de sal y agua, luego ponemos la pepas de zambo se mezcla bien y se sirve.	
<b>Observación:</b>	

Fuente: Entrevista realizada a la población de la localidad

Elaborado por: Guamán M. (2019)


Tabla 5-4: Ficha recolección de datos dulce de zambo.

<b>FICHA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b>	
	
<b>PREPARACIÓN:</b> dulce de zambo	
<b>INGREDIENTES</b>	
Detalle	Cantidad
Zambo	1 unidad
panela	1/2
<b>PREPARACIÓN</b>	
Al zambo debe ser bien maduro, se le mete todo al carbón cocinamos por 1 hora y luego sacamos del fuego, partimos por la mitad y se pone en una olla se raspa con una cuchara para que no quede nada, hervir nuevamente con panela y un poco de agua.	
<b>Observación:</b>	

Fuente: Entrevista realizada a la población de la localidad

Elaborado por: Guamán M. (2019)


**Tabla 6-4: Ficha recolección de datos dulce de machica.**

<b>FICHA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b>	
	
<b>PREPARACIÓN:</b> dulce de machica	
<b>INGREDIENTES</b>	
Detalle	Cantidad
Machica	2 puñados
Panela	½
<b>PREPARACIÓN:</b> Se debe moler bien fina la machica, cocinamos con agua y panela, si hay con leche para que este más rica y mover bien para que no se asiente y se queme.	
<b>Observación:</b>	

**Fuente:** Entrevista realizada a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

**Tabla 7-4: Ficha recolección de datos mote con cuy.**


<b>FICHA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b>	
	
<b>PREPARACIÓN:</b> Mote con cuy	
<b>INGREDIENTES</b>	
Detalle	Cantidad
Cuy	1 unidad
Maíz	Un galón
Acote	En pepa 1 funda
Manteca	Cantidad necesaria
Sal	Cantidad necesaria
Cebolla	Cantidad necesaria
Culantro	Cantidad necesaria
Ajo	Cantidad necesaria
<b>PREPARACIÓN</b> El cuy debe estar previamente pelado y en una piedra de moler poner el ajo, culantro, la cebolla, el culantro y un poco de agua y moler, esto es el aliño para el cuy dejar el cuy aliñado por una noche, al siguiente día asar y con una cebolla poner un poco de manteca con achote mientras	

se va asando, el mote seco poner a remojar una noche antes de cocinar, cocinar el mote en leña hasta que este suave.
<b>Observación:</b>

**Fuente:** Entrevista realizada a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

**Tabla 8-4: Ficha recolección de datos dulce de machica.**

<b>FICHA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b>		
<b>PREPARACIÓN:</b> chawarmizhqui con arroz cebada.		
<b>INGREDIENTES:</b>		
<b>Detalle</b>	<b>Cantidad</b>	
Chawarmizhqui	1 litro	
Arroz de cebada	1 puñado	
<b>PREPARACIÓN</b>		
Este tipo de preparaciones se lo realiza primero cocinando el arroz de cebada hasta que se suavice, una vez bien cocinado se le agrega el chawarmizhqui, hervir un poco más y servir caliente.		
<b>Observación:</b>		
_____		
_____		
_____		

**Fuente:** Entrevista realizada a la población de la localidad

**Elaborado por:** Guamán M. (2019)

Recetas seleccionadas para formar parte de la revista digital.

De las preparaciones recolectadas, se seleccionó las siguientes preparaciones ancestrales

Estas preparaciones son las más representativas de la zona
• Chicha de jora
• Sopa de arroz de cebada
• Seco de arroz de cebada
• Mote con cuy
• Ají de piedra con pepa de zambo
• Dulce de machica
• Dulce de zambo
• Dulce de oca
• Chawarmizhqui

REVISTA DIGITAL

ANEXO DE LA REVISTA DIGITAL EN LA PLATAFORMA DEL MUNICIPIO

(GAD del Tambo, 2019)

**El TAMBO Municipio Comunitario**  
15 de julio a las 12:08 · 🌐

#RevistaGastronómica | Compartimos la Revista Gastronómica Ancestral de la Comunidad de Cachi de autoría de Manuel Jesús Guamán.  
[https://issuu.com/paula\\_0.../.../revista\\_gastrono\\_mica\\_ancestral](https://issuu.com/paula_0.../.../revista_gastrono_mica_ancestral)

**CULTURA GASTRONÓMICA ANCESTRAL**

ISSUU.COM  
**Revista Gastronómica Ancestral de la Comunidad Cachi del Cantón El Tambo**

## **CONCLUSIONES**

Se identificó que los principales métodos de cocción de la zona como el medio líquido - húmedo y seco pues sus preparaciones siguen siendo elaboradas con los mismos métodos antes manifestados, la técnica culinaria que podemos identificar fueron el ahumado, asado, molido, remojado y tamizado, los mismos que han ido conservándose a través del tiempo y que aun aplican el correcto manejo y uso, en las preparaciones culinarias ancestrales.

Mediante la aplicación de la entrevista a las personas de la comunidad de Cachi, demostró que las principales preparaciones ancestrales que se consumen las personas de la comunidad son, chicha de jora, sopa de arroz de cebada, seco de arroz de cebada, ají de piedra con pepa de zambo, dulce de zambo, dulce de oca, dulce de machica.

Se elaboró una estandarización de pesos medidas e ingredientes de las preparaciones ancestrales que consumen en la comunidad según los datos recolectados.

Se realizó el maquetado y diseño de la revista digital, en el cual se puede apreciar las recetas ancestrales de la Comunidad, esta revista digital se encuentra en la página web del GAD El Tambo, la misma que será de gran ayuda para difundir el conocimiento y rescate de la cultura gastronómica de la zona.

## **RECOMENDACIONES**

Se recomienda la utilización de métodos de cocción ancestrales utilizando correctamente las temperaturas y las debidas normas de sanidad en los medios liquido húmedo, ahumado, asado, molido, remojado y tamizado, y manejar los productos agrícolas propios de la comunidad como el maíz, papas cebada, etc.

Revisar el material bibliográfico que posee cada GAD municipal de los cantones de estudio que sirva de base para la investigación.

Realizar la entrevista con preguntas claras y concisas de preferencia en el idioma nativo local para obtener datos completamente acertados.

Se recomienda socializar con los dirigentes de la comunidad para impartir talleres, ferias gastronómicas con el apoyo de personas que aun maneje este tipo de conocimiento y difundir nuevas generaciones.



## **BIBLIOGRAFÍA**

**Adam, N.** (2005). *Estereotipo etnico y el estudio del caracter cultural*. España.

**Agustinello, S.** (2014). *Estudio del proceso de ahumado frío de filetes caballa (Scomber Japonicus)*. Evaluación y modelado de parámetros tecnológicos. La Plata: Universidad Nacional de La Plata.

**Anthelme, J.** (1826). *La filosofía del gusto*. madrid.

**Arévalo , J.** (2016). *La tradición, el patrimonio y la identidad* . UEx.

**Arias, J. O.** (1964). *Cuestiones fundamentales en antropología cultural*. buenos aires : Nueva vision.

**Ayora, L.** (2013). *Estudio de la Técnica de de construcción aplicada a la cocina ecuatoriana y su propuesta gastronómica*. Quito: Universidad Tecnológica Equinoccial.

**Bounacore.** (1980). *Diccionario de bibliotecología*. Buena Aires.

**Campos, M.** (2017). *Métodos de Investigación Académica*. Costa Rica: Universidad de Costa Rica.

**Carballid, H.** (2004). *Manual de la lengua española*.

**Chaglla, E.** (2010). *Gastronomía en el Ecuador*. Obtenido de Calameo.

**Citterio, D.** (2008). *Parroquia, cuentas y algunos abusos económicos*. La Plata: Universidad de La Plata.

**Asambleaconstituyente,A.** (2007). *Asamblea constituyente*. [www.asambleaconstituyente.gov.ec](http://www.asambleaconstituyente.gov.ec). Obtenido de [www.asambleaconstituyente.gov.ec](http://www.asambleaconstituyente.gov.ec).

**Contraloría General de la República de Panamá.** (2003). *Manual para capacitación en el uso del material cartográfico censal*. Dirección de Estadística y Censo.

- Coque, M.** (2013). *La gastronomía ancestral y su influencia en el turismo cultural del cantón Ambato provincia de Tungurahua*. Ambato: Universidad Técnica de Ambato.
- Cordero, L., & Jaramillo, A.** (2017). *El Cañar celebró sus 137 años de provincialización*. Gobierno Autónomo Descentralizado de la Provincia del Cañar.
- De Larra, M.** (2017). *Artículos de Costumbres*. LUARNA.
- Dess, G., & Lumpkin, G.** (2003). *Dirección estratégica creando ventajas competitivas*. Mc. GRAW-HILL.
- Edward, C.** (1985). *Que es la historia*. Barcelona.
- Encinas, I.** (2004). *El modelo etnográfico en la investigación educativa*. Madrid: EDUCACIÓN.
- Escobar.** (2004). *Iniciación en las técnicas culinarias*. México: LIMUSA.
- Escobar.** (2014). *Cocinando el cuerpo: La cocina tradicional como forma de resistencia*. La Plata: Universidad Nacional de La Plata.
- Escobar, G.** (2004). *Iniciación en las técnicas culinarias*. México: LIMUSA.
- Esmoris, M.** (2000). *El Patrimonio y las Tradiciones Culturales*. Universidad de Barcelona.
- Espinosa, P.** (2011). *Términos de cocina*.
- Gastronomía.** (2009). *La Receta Estándar*. Escuela de Turismo.
- Gil, A.** (2011). *Técnicas culinarias*. Madrid: Akal.
- Gomez, L.** (2012). *Apoyo mutuo y cooperacion en las comunidades*. Madrid.
- GoRaymi.** (2018). *Gastronomía de la parroquia El Tambo*. El Tambo.
- Grimson, A.** (2008). *Diversidad y cultura: reificación y situacionalidad*. Tabula Rasa(8), 45-67.
- Harris, M.** (2011). *Antropología Cultural*. Madrid: Alianza Editorial.

- Herrejón, C.** (2015). *Tradición. Esbozo de algunos conceptos*. México: El Colegio de Michoacán.
- Hinostrroza, Ó.** (2005). *Cultura y Alimentación Indígena en Chile*. FAO.
- Hornos Urrea.** (2017). *Qué es un horno de leña*. Guatemala.
- Jaramillo, M.** (2012). *Texto Guía de Cocina Ecuatoriana*. Cuenca: Talleres Gráficos Universidad de Cuenca.
- Klaus, H.** (2003). *Introducción a la metodología de la investigación empírica*.
- Macancela, N.** (2013). *Creación de un centro de información turístico en la parroquia Ingapirca perteneciente al cantón Cañar, provincia de Cañar*. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo.
- Martínez, M.** (2005). *El Método Etnográfico de Investigación*. Investigación y Extensión, 1-16.
- Mayancela, A.** (2016). *Análisis para la creación de un portafolio de productos turísticos del cantón El Tambo*. Cuenca: Universidad de Cuenca.
- Mead, M.** (1900). *Cultura y compromisos*. Mexico.
- Ministerio de Turismo.** (2013). *Guía Gastronómica*.
- Miro, J.** (1944). *Manual de técnicas de la investigación educacional*. Mexico.
- Montenegro, E.** (2016). *Cocina Tradicional Ecuatoriana*. Quito: Universidad San Francisco de Quito.
- PDOT del cantón El Tambo.** (2014). *El Tambo. Municipio Comunitario*. El Tambo: GAD.
- Peralta, C.** (2009). *Etnografía y métodos etnográficos*.
- Prado, M., Becerra, C., Yapud, G., Jiménez, V., Villacrés, M., & Aguas, P.** (2010). *Ruta de los sabores del tren*. Ministerio de Turismo.

- Roberto, H. S.** (2004). *Metodología de la investigación*. La Habana : Felix varela.
- Rodríguez, A., & Pérez, A.** (2017). *Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento*. Revista Escuela de Administración de Negocios(82), 1-26.
- Rodriguez, T.** (2014). *De los Sabores Saberes y el Sentir*. Ambato: EDIECUATORIAL.
- Ron, J.** (2004). *Sobre el Concepto de Cultura* . Quito: IADAP Cuadernos Culturales.
- Salas, F.** (2015). *Técnicas en cocina*. Madrid: SÌNTESES S.A.
- Semerena, Y.** (2018). *Human resources manager*. México.
- SENPLADES.** (2014). *El Tambo*. Secretaria Nacional de Planificación y Desarrollo.
- Sergas.** (2014). *Demografía*. pidat.
- Simancas, P.** (2013). *Ubicación Geográfica de El Tambo*. Revista virtual Viva.
- Turismo, M. d.** (2002). *Ley de turismo*.
- Valenzuela, L.** (2016). *Análisis de la técnicas ancestrales para su aplicación en elaboraciones de la cocina cuenca*. Cuenca: Universidad de Cuenca.
- Vargas, V.** (2016). *Tipos y subtipos de Etnografía*. México.
- Vasquez, M.** (2016). *Técnicas Culinarias Básicas*. Madrid.
- Villagómez, E.** (2010). *Estilización de la gastronomía ecuatoriana de la región costa y la implementación de productos nuevos importados de otros países*. Quito: Universidad Tecnológica Equinoccial.
- Vivancos, G.** (2003). *Diccionario de Gastronomía*. León - España: Everest.

## ANEXOS

### Anexo A: Modelo de la encuesta



## ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO

### FACULTAD DE SALUD PÚBLICA

### ESCUELA DE GASTRONOMÍA

**INDICACIONES:** conteste el siguiente cuestionario según su criterio marcando con una equis (x) se permite seleccionar más de una respuesta.

**OBJETIVO:** la encuesta tiene como finalidad de analizar los diferentes productos que se van perdiendo, rescatando y dando a conocer en la actualidad sus tradiciones y costumbres.

Edad

De 20 a 30 años	
De 31 a 40 años	
De 41 a 50 años	
De 51 a 60 años	
De 61 a 80 años	

Sexo

Masculino..... Femenino.....

¿Qué tipo de combustible usted utiliza en la actualidad?

Gas [ ] Leña [ ]

Microonda [ ] Inducción [ ]

¿Qué tipo de productos usted siembra?

Papa [ ] cebada [ ] alverja [ ]

Maíz [ ] zambo [ ] quinua [ ]

Trigo [ ] Oca [ ] Haba [ ]

Lenteja [ ] zapallo [ ] Todos [ ]

¿En la actualidad consume alimentos ancestrales?

Si [ ] No [ ]

Cuales.....

¿Si usted tiene conocimiento de la comida ancestral cada cuanto lo consume?

Diario [ ]

Semanal [ ]

Mensual [ ]

Anual [ ]

¿Cuál de estos productos usted consume?

Papa [ ].

Cebada [ ]

Maíz [ ].

Zapallo [ ]

Trigo [ ]

Zambo [ ]

Haba [ ]

Oca [ ]

Todos [ ]

¿Cree usted que debería rescatar los alimentos ancestrales?

Si [ ]

No [ ]

Por qué.....

¿Conoce usted algún alimento ancestral?

Si [ ]

No [ ]

Cual.....

¿En la actualidad usted utiliza utensilios ancestrales?

Cuchara de madera [ ]

Ollas de barro [ ]

Bateas [ ]

Piedra para moler [ ]

Todos [ ]

¿Conoce usted algún lugar donde venden comidas ancestrales?

Restaurantes [ ]

Mercados [ ]

Plazas [ ]

Ferias [ ]

¿Quién le enseñó a realizar estas preparaciones ancestrales?

Tías [ ]

Mamá [ ]

Abuelas [ ]

Primas [ ]

¿Con los productos que usted consume si realiza alguna preparación ancestral?

SI.....

NO.....

En la actualidad ¿cree usted que se está perdiendo las preparaciones ancestrales?

SI..... NO.....

¿Conocía usted que las preparaciones que las realizaba eran ancestrales?

SI..... NO.....

De los productos ancestrales que usted conoce ¿Qué tipos de preparaciones lo realiza?

.....

.....

.....

¿En la actualidad sigue consumiendo chawarmizhqui?

.....

.....

**Anexo B: Modelo de entrevista**



**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD DE SALUD PÚBLICA**

**ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

**ENTREVISTA**

**OBJETIVO:** Esta entrevista tiene como finalidad la obtención de información necesaria y recopilación de datos de la comunidad de Cachi.

1. ¿Cuántos años tiene?
2. ¿Sexo?
3. ¿Cree usted que ha cambiado la alimentación?
4. ¿Qué productos usted cosechaba en su niñez?
5. ¿En su niñez que alimentos consumía?
6. ¿Cuáles son las preparaciones que realizaba antiguamente?
7. ¿Quién le enseñó a elaborar estas preparaciones?
8. ¿Cree usted que actualmente se han perdido estas preparaciones?
9. ¿Cree usted que la alimentación de años atrás ayudaba a mantener un buen estado de salud?
10. ¿En la actualidad cree usted que los alimentos son nutritivos?

Anexo C: Ficha de recolección de información

<b>FICHA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b>	
<b>PREPARACIÓN:</b>	
<b>INGREDIENTES</b>	
<b>Detalle</b>	<b>Cantidad</b>
<b>PREPARACIÓN</b>	



**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO**  
**DIRECCIÓN DE BIBLIOTECAS Y RECURSOS PARA**  
**EL APRENDIZAJE Y LA INVESTIGACIÓN**  
**UNIDAD DE PROCESOS TÉCNICOS**  
**REVISIÓN DE NORMAS TÉCNICAS, RESUMEN Y BIBLIOGRAFÍA**

**Fecha de entrega:** 28 / 11 / 2019

<b>INFORMACIÓN DEL AUTOR/A (S)</b>
<b>Nombres – Apellidos:</b> Manuel Jesús Guamán Loja
<b>INFORMACIÓN INSTITUCIONAL</b>
<b>Facultad:</b> Salud Publica
<b>Carrera:</b> Gastronomía
<b>Título a optar:</b> Licenciado en Gestión Gastronómica
<b>f. Analista de bibliotecas responsable:</b> Ing. Rafael Inty Salto Hidalgo