



ESCUELA SUPERIOR POLITECNICA DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE SALUD PÚBLICA

ESCUELA DE GASTRONOMÍA

“CULTURA CULINARIA Y TURISTICA DEL CANTÓN MORONA - PROVINCIA DE
MORONA SANTIAGO, 2010”

TESIS DE GRADO

**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TITULO DE:
LICENCIADO EN GESTIÓN GASTRONÓMICA**

JUAN MARCELO PEÑARANDA CARVAJAL

RIOBAMBA – ECUADOR

2010

CERTIFICADO

La presente investigación fue revisada y se autoriza
su presentación

.....
Ing. Natalia Veloz

Director de Tesis.

CERTIFICACIÓN

El tribunal de tesis certifica que el trabajo de investigación titulado “CULTURA CULINARIA Y TURISTICA DE LA PROVINCIA DE MORONA SANTIAGO CANTON MORONA, 2010”de responsabilidad de Juan Marcelo Peñaranda Carvajal ha sido revisada y se autoriza su publicación.

Ing. Natalia Veloz

DIRECTOR DE TESIS

.....

Dra. Sonia Guerrero

MIEMBRO DEL TRIBUNAL

.....

AGRADECIMIENTO

Mi eterno agradecimiento a la Escuela Superior Politécnica De Chimborazo, a la Facultad de Salud Pública, Escuela de Gastronomía, por brindarme sus conocimientos.

A la Ing. Natalia Veloz, directora de Tesis, a la Ing. Sonia Guerrero Miembro de Tesis por apoyarme en la realización de esta investigación.

DEDICATORIA

Dedico mi trabajo a mi esposa por el apoyo incondicional que me ha brindado en el transcurso de la realización de este trabajo, a mi hijo quien es mi inspiración para trabajar, a mis padres quienes me han impulsado con sus consejos y a las personas que han estado junto a mí en todo momento.

INDICE DE CONTENIDOS

I.	INTRODUCCIÓN	1
II.	OBJETIVOS	5
	A. Objetivo General	5
	B. Objetivo Específico	5
III.	MARCO TEÓRICO	6
	A. GENERALIDADES:	6
	1. La Gastronomía el arte	6
	2. Gastronomía	6
	3. Relación de la gastronomía	7
	4. Concepto etimológico de gastronomía	7
	5. Gastrónomo concepto	7
	6. Actividades de un gastrónomo	8
	7. Primer paso de un gastrónomo	8
	8. Cultura gastronómica	8
	B. EL ARTE DE LA COCINA ECUATORIANA	9
	1. Hábitos y costumbres del Ecuador	9
	2. La gastronomía ecuatoriana	9
	C. LA PROVINCIA	10
	1. La provincia de Morona Santiago	10
	2. Asentamientos humanos	10
	3. Artesanías de la provincia	12

D. CANTÓN MORONA	13
1. La ciudad de macas	13
2. Economía	13
3. Innata alegría y hospitalidad	14
4. Urbanismo	15
5. Educación y cultura	15
6. Costumbres	15
E. ATRACTIVOS TURÍSTICOS	16
1. Museo de la casa de la cultura	16
2. Catedral de la purísima de Macas	16
3. Parque recreacional	16
4. Centro de interpretación Sangay	16
5. Parque nacional Sangay	16
6. Valle del Upano	16
7. Lagunas de Sardinayacu	16
8. Mirador de la emisora voz del Upano	16
9. Mirador del Quilamo	16
10. Río Jurumbaino	16
11. Playas del Río Copueno	16
12. Playas del Río Upano	16

F. PARROQUIA TURISTICAS	16
1. Parroquia Sinaí	16
2. Parroquia Suñac	16
3. Parroquia Cuchaentsa	16
4. Parroquia Río Blanco	16
5. Parroquia 9 de octubre	16
6. Parroquia San Isidro	16
7. Parroquia Sevilla Don Bosco	16
8. Parroquia General Proaño	16
G. GASTRONOMÍA DEL CANTÓN MORONA	17
1. El arte culinario de morona	18
2. Preparaciones características del cantón	18
H. REFERENCIAS GASTRONÓMICAS DEL CANTON	19
1. Entradas	19
1.1 tamal de yuca	19
1.2 tamal de palmito con carne de chanco	19
1.3 ceviche de hongos	19
1.4 tamal de pollo	19
1.5 tamal de papachina	20
2. Sopas	20
2.1 caldo de carachama	20

2.2 caldo de novios	20
2.3 La Rambuela	20
2.4 caldo de la Josefina	21
2.5 Sancocho Macabeo	21
2.6 Caldo de Tilapia	21
2.7 Huamag Yuyo de bagre	21
3. PLATOS PRINCIPALES	22
3.1 Ceviche de Palmito con Tilapia	22
3.2 Tilapia al Vapor	22
3.3 Ceviche de Caracol	22
3.4 Ayampaco de Pollo	23
3.5 Maito de Carachama	23
3.6 Maito de Tilapia con Palmito	23
3.7 Pollo al Arazá	23
3.8 Ceviche de Trucha	24
3.9 Rana al Vapor (ancas de rana)	24
3.10 Maito de Trucha – Trucha asada	24
3.11 Pollo con Hongos Ostra	24
4. GUARNICIÓN	24
4.1 Hormigas ucui	24
4.2 papachina ala huancaína	25

4.3 Tamales de Carne	25
4.3 Muchines de Yuca	25
4.4 Apanados de Hongos Ostra	25
4.5 Hongos a la Crema	26
4.6 Ensalada de palmito con garabato yuyo	26
5. ENTREMESES	26
5.1 Tacacho Especial	26
5.2 Chonta Cocinada	26
5.3 Cuchicara	26
5.4 Pinchos de Cacao Blanco	27
5.5 Pincho de Chontacuro	27
6. POSTRES	27
6.1 Pastel de Cugo	27
6.2 Postre de Naranjilla	27
7. BEBIDAS	28
7.1 Chicha de Chonta	28
7.2 Batido de Noni	28
7.3 Kumis Natural	28
7.4 Chicha de yuca	28
7.5 Chicha de Unguragua	28
7.6 Agua de Hierba Luisa	29

7.7 Agua de Guayusa	29
7.8 Jugo de Caña	29
7.9 Sinchicara	29
7.10 Vinillo de Yuca	29
7.11 Coctel de Sinchicara	29
IV. METODOLOGÍA	30
A. LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN	30
B. VARIABLES	30
1. Identificación	30
2. Definición	30
3. Operacionalización	32
C. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	36
D. POBLACIÓN O MUESTRA	36
E. DESCRIPCIÓN DE PROCEDIMIENTOS	37
V. RESULTADOS	38
A. CULTURA DEL CANTON MORONA	56
B. CARACTERISTICAS ORGANOLEPTICAS	71
C. ALTERNATIVAS GASTRONOMICAS	75
VI. CONCLUSIONES	119
VII. RECOMENDACIONES	120
VIII. RESUMEN	

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

X. ANEXOS

INDICE DE CUADROS

CUADRO N°1 GASTRONOMÍA TIPICA DE MORONA SANTIAGO

CUADRO N° 2: PLATOS TIPICOS DEL CANTON

CUADRO N°3: PREPARACION DE AYAMPACOS Y TAMAL DE YUCA

CUADRO N° 4: EN QUE PLATILLOS LE GUSTARÍA CHICHA DE CHONTA

CUADRO N°5: QUE BEBIDAS CONSIDERA QUE PERTENECEN AL CANTÓN.

CUADRO N° 6: CONOCE SU PREPARACIÓN

CUADRO N° 7 INGREDIENTES DE KUMIS NATURAL Y CHICHA DE YUCA

CUADRO N°8:LA GASTRONOMÍA TIPICA INFLUYE EN LA ECONOMÍA DE MORONA

CUADRO N° 9: LOS AYAMPACOS ATRAEN A LOS TURISTAS.

INDICE DE GRAFICOS

GRAFICO N°1: GASTRONOMÍA TIPICA DE MORONA SANTIAGO

GRAFICO N°2: PLATOS TIPICOS DEL CANTON

GRAFICO N°3: PREPARACION DE AYAMPACOS Y TAMAL DE YUCA

GRAFICO N°4: EN QUE PLATILLOS LE GUSTARÍA CHICHA DE CHONTA

GRAFICO N°5: QUE BEBIDAS CONSIDERA QUE PERTENECEN AL CANTÓN.

GRAFICO N°6: CONOCE SU PREPARACIÓN

GRAFICO N°7: INGREDIENTES DE KUMIS NATURAL Y CHICHA DE YUCA

GRAFICO N°8: LA GASTRONOMÍA TIPICA INFLUYE EN LA ECONOMÍA DE MORONA

GRAFICO N°9: LOS AYAMPACOS ATRAEN A LOS TURISTAS.

INDICE DE ANEXOS

ANEXO N°1: ENCUESTA

ANEXO N°2: LOS SHUAR

ANEXO N°3: LOS ACHUAR

ANEXO N°4: EL MACABEO

ANEXO N°5: EL COLONO

ANEXO N°6: RÍO PASTAZA

ANEXO N°7: RIO UPANO

ANEXO N°8: RIO SANTIAGO

ANEXO N°9: CARNE AZADA

ANEXO N°10: AYAMPACO

ANEXO N° 11: AGUA DE GUAYUSA

ANEXO N° 12: CHICHA DE YUCA

ANEXO N° 13: PINCHO DE CHONTACURO

ANEXO N° 14: CALDO DE CARACHA

ANEXO N° 15: IGLESIA PURISIMA DE MACAS

I. INTRODUCCION

El Ecuador es un país que ofrece una oferta turística por el fácil acceso a todas sus regiones (amazónica, sierra, costa e insular). En pocas horas se puede viajar “De las cumbres andinas a la selva y a la costa del Pacífico”. Ubicado en América del Sur, atravesado por la línea ecuatorial que divide el territorio en dos hemisferios y le da una posición única en el mundo.

Es el país con una mega diversidad, catalogada como única en el mundo, gracias a sus grandes contrastes, en su pequeño territorio conjuga cuatro regiones naturales que ofrecen una inmensidad de suelos, climas, montañas, páramos, playas, islas y selva, que a la vez constituyen el hogar de miles de especies de flora y fauna. Pero el Ecuador no sólo es rico en naturaleza también es rico en su gente, pues su territorio posee 14 nacionalidades indígenas con costumbres, idiomas y tradiciones múltiples.

Una de las regiones quizá más ricas en flora es la Amazonia pues posee aproximadamente 8200 especies vegetales, de las cuales 2725 pertenecen al grupo de las orquídeas y la diferencia a otras especies vegetales. De igual forma en el Ecuador existen el 8% de las especies animales y el 18% de las aves de todo el planeta.

El número de extranjeros que visitó Ecuador se incrementó considerablemente lo cual es positivo para el desarrollo socio económico del pueblo en el ámbito del área turística. Además cabe mencionar que por una política estatal se han instalado oficinas que atienden la demanda en Europa, Estados Unidos y

Suramérica. Con esto las autoridades turísticas del Ecuador aspiran que el número de visitantes extranjeros se incremente progresivamente.

Con el fin de proteger espacios naturales el Estado ecuatoriano ha declarado la existencia de 10 parques nacionales, 14 reservas naturales y un refugio silvestre, todos protegidos por el gobierno.

Una de las provincias más hermosas de la amazonia es Morona Santiago que ofrece un atractivo turístico muy importante y variado. Posee una de las floras más ricas y alberga especies únicas de fauna. Está ubicada al oeste de la cordillera oriental de los Andes y al este de la cordillera del Huaracayo.

La gastronomía de la provincia de Morona Santiago, se encuentra atravesando por una etapa de extinción temprana, pues se está viviendo fases donde se producen cambios en el aspecto cultural, social y económico. Por consiguiente no es necesario nombrar todas las situaciones que evidencian esta crisis. Cualquier persona que visite esta provincia se podrá dar cuenta que todas las costumbres autóctonas van desapareciendo por la aculturación provocada por la inmigración de personas con costumbres diferentes. Pero quizá el problema no está en los que llegan si no en los nativos que están acoplándose a las nuevas costumbres, olvidando su cultura y raíces.

La disminución de las costumbres ha originado una pérdida en el uso de plantas nativas, con las que se combinaba la gastronomía originaria de los antepasados de Morona Santiago. Por lo cual se ha considerado que es un tema prioritario, abordar el estudio de la gastronomía de esta provincia; para

que los habitantes de este lugar que están asumiendo nuevos hábitos alimenticios retomen la aplicación de las recetas tradicionales que son nutritivas y de gran poder energético. En base a lo expuesto es necesario y de gran relevancia desarrollar la investigación propuesta, permitiendo el rescate gastronómico nativo de nuestra zona de influencia y potenciando posteriormente el desarrollo turístico nacional e internacional, lo cual mejorará el nivel y calidad de vida de su población.

Al comentar sobre la naturaleza y el desarrollo de las personas que en este mundo habitamos, hablamos de accionares que han permitido el avance de la humanidad en varios campos, por eso podemos decir que en la actualidad el mundo se encuentra en un proceso de desarrollo tan rápido en el que podemos ver innovadores cambios en todos los campos en los que se desarrollo el hombre, uno de ellos es el turismo sustentable y el desarrollo notorio de una gastronomía adecuada a nivel mundial tratando de inducir a las personas en una alimentación más sana, acorde a sus necesidades en relación a su ritmo de vida en esta nueva era, es así que la gastronomía en la actualidad se ha convertido en un tema muy importante a nivel mundial en la que trata de establecer parámetros de cómo poseer una dieta más sana y que alimentos novedosos brinda sus generosas virtudes.

Relacionando así la gastronomía como uno de los pilares importantes para el desarrollo del turismo y considerando al mundo culinario un factor importante para preservar la identidad de los pueblos, hablando con firmeza podemos decir que la gastronomía es infinita por la conjugación de sabores que han logrado ciento, miles y millones de personas en el transcurso de su desarrollo gastronómico por lo que ahora con mucha más claridad podemos identificar y dividir a la gastronomía en diferentes campos de enfoque uno de ellos es la gastronomía latinoamericana, siendo esta una pauta para la identificación de

los países latinos como uno de los sectores más ricos en identidad, recordando que cada uno de ellos en que nos alojamos en la parte sur de América tenemos una afectación o influencia directa de un mismo tipo de corriente que ha desarrollado y a ha convertido a la gastronomía de nuestra Latinoamérica en una de las más suculentas del mundo.

Nuestro país posee una gastronomía muy extensa que no ha sido considerada con la debida importancia y es la que mas sabores encierra en su tan delicado proceso de elaboración con cada uno de los secretos tradicionales contados de generación en generación, pudiendo diferenciar varios manjares preparados en las cuatro regiones costa, sierra, oriente y región insular.

Uno de esos sectores Del Ecuador que encierra una magia en la creación de suculentos platillos es la Esmeralda Oriental “Morona Santiago” que es fortaleza amazónica de identidad en nuestro país.

Morona Santiago se ha convertido en la actualidad en un potencial e importante recurso gastronómico en el Ecuador a la que se ha dado el valor merecido , al razonar podemos ver que nuestra cultura culinaria es muy valiosa y debemos conservarla, por ello e considerado plasmar en este trabajo la gastronomía del cantón Morona -Morona Santiago .

El hecho de ser gastrónomo involucra el valorizar de forma muy activa el accionar de nuestra gente por ello es importante presentar este tema.

Importante porque puedo proyectar y hacer conocer la cultura del cantón Morona- Morona Santiago, pues una de las muchas riquezas es su gastronomía, un tipo de actividad culinaria llena de magia y mucha tradición.

Es así que el presente trabajo aporta de forma, muy valiosa al conocimiento de su identidad como sector de una riqueza culinaria invaluable, pues es el resultado de una convivencia con personas de distinta formación tanto profesional como empírica han contribuido a personalizar los diferentes platos sin desmerecer a ninguno pues la aportación brindada fue considerable

III. OBJETIVOS

A. OBJETIVO GENERAL

- Caracterizar la cultura turística culinaria del cantón Morona, Provincia de Morona Santiago.

B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Determinar la cultura Gastronómica del Cantón Morona y su relación con el Turismo.
- Establecer las características organolépticas de los productos tradicionales culinarios.
- Determinar las alternativas gastronómicas del cantón con mayores posibilidades de desarrollo turístico.
- Elaborar una guía turística - gastronómica del Cantón Morona.

IV. MARCO TEÓRICO

A. GENERALIDADES

1. LA GASTRONOMÍA EL ARTE DE HACER BUENA COMIDA

La gastronomía es el mejor sustento para conocer la identidad de los pueblos no en vano los sabores, las texturas, los ingredientes y las diversas formas de preparar las diversas comidas en el mundo han sido transmitidas de generación en generación

La geografía y los cambios históricos tienen mucho que ver en el mundo culinario las diferentes manifestaciones geográficas han dividido a los territorios continentales en muchas regiones muy diferentes en clima, flora, fauna, población y costumbres lo que muestra una infinita y enorme variedad de formas culinarias.

2. GASTRONOMÍA

“Es el estudio de relación del hombre, entre su alimentación y su medio”¹entre cultura y alimento, a menudo se piensa erróneamente que el término gastronomía únicamente tiene relación con el arte de cocinar y los platillos en torno a una mesa. Sin embargo esta es una pequeña parte del campo de los estudios de dicha disciplina, no siempre se puede afirmar que un cocinero es un gastrónomo.

3. RELACIÓN DE LA GASTRONOMÍA

La gastronomía estudia varios componentes culturales, tomando como eje centrar la comida, de esta forma se vinculas ciertas artes como: ciencias sociales, ciencias naturales, eh incluso ciencias exactas alrededor del sistema alimenticio del ser humano.

4. CONCEPTO ETIMOLÓGICO DE GASTRONOMÍA.

Desde el punto de vista etimológico la palabra “GASTRONOMÍA” “deriva del griego “GASTER” o “GASTROS” que quiere decir estómago y “GNOMOS” que significa conocimiento o ley”². Entonces gastronomía es el conocimiento o ley del estómago.

5. GASTRONOMÍA CONCEPTO

¹ <http://es.wikipedia.org/wiki/Gastronomía>

² <http://buenastareas.com/ensayos/Geografia-Gastronomica/291606.html>

- Es el arte de combinar y contrastar sabores, olores, colores.
- Gastronomía es la manipulación adecuada de géneros y producción de menús con técnica.
- Gastronomía. es la forma adecuada de producción, manipulación, preparación y servicio de alimentos y bebidas de calidad respetando la receta estándar
- “La gastronomía es el arte de preparar una buena comida.”³

6. ACTIVIDADES DE UN GASTRÓNOMO

Son propias de un gastrónomo actividades tales como degustar transformar historiar narrar descubrir vincular entender conocer contextualizar, experimentar e investigar los alimentos. Así pues, la gastronomía. se debe entender como una actividad interdisciplinaria. Si bien se observa se descubrirá que alrededor del alimento existe danza, teatro pintura escultura química biología geología agronomía, es decir ciencias exactas y naturales., Y además hay antropología historia letras filosofía psicología sociología por parte de las ciencias sociales.

7. EL PRIMER PASO DE UN ESTUDIO DE UN GASTRÓNOMO.

³ Diccionario Manual de la Lengua Española, 2007, Larousse, Editorial,S.L

Probablemente sea fisiología del gusto manifestada por Jean Anthelme Brillat-Savarin de finales del siglo XIX. Pues él manifiesta que la gastronomía es un tratado sobre el arte de la cocina y los placeres de la mesa es una combinación de observaciones diversas anécdotas y aforismos.

8. LA CULTURA GASTRONÓMICA

“La gastronomía es sencillamente el estudio de la relación entre la cultura y la comida”⁴ Al hablar de gastronomía es necesario entender que es cultura. Cultura es toda manifestación artística en la que plasmamos sentimientos del alma y del ser, al razonar entre concepto de Cultura y hacerle relación con Gastronomía podemos decir que Cultura Gastronómica..- es el arte de crear y preparar succulentos platos plasmando los sabores de la tierra y el mar, conociendo su procedencia e importancia antropológica transmitida de generación en generación con cada uno de los secretos de familia.

B. EL ARTE DE LA COCINA ECUATORIANA

1. HÁBITOS Y COSTUMBRES DEL ECUADOR.

⁴ <http://blogs.mis-recetas.org/emd1943/2009/12/09/%C2%BFque-es-la-gastronomia>

La comida y los hábitos alimentarios constituyen una parte importante de la cultura ecuatoriana. Cada fiesta se asocia con una clase especial de comida y cada ciudad tiene su especialidad culinaria. La comida principal suele tomarse a mitad del día. La hora de comer se considera un buen momento para conversar, ponerse al día de las novedades cerrar negocios hacer vida social. Cuando se invita a alguien a un restaurante se espera que el anfitrión pague la comida. No obstante los jóvenes suelen dividir el importe entre el número de comensales y pagar cada uno su parte correspondiente.

Para poder hablar de comida ecuatoriana, y como se presentan estos platos siempre respetando su tradición tenemos que saber identificar las diferentes regiones que tiene el Ecuador para de esta manera establecer y mencionar los platos más tradicionales de cada una de ellas.

Es así que se ha considerado importante hablar de la Gastronomía de Morona, que es un cantón maravilloso que se encuentra en la Provincia Morona Santiago conocida como la Esmeralda Oriental, y a la vez deleitarse con su gente y tradiciones.

2. LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA

Se basa en una gran utilización de alimentos andinos como también son los de la costa, oriente, región insular. Es así que como ecuatorianos se sabe que los alimentos son ricos en carbohidratos, es así que podemos manifestar que nuestra gastronomía en el Ecuador es una de las más ricas en el mundo y con certeza

podemos decir una de la que mas satisface el apetito. “La gastronomía estudia varios componentes culturales tomando como eje central la comida”.⁵ Nuestra cocina se ha caracterizado por la utilización mayoritaria de la papa, papachina, yuca y granos en general sin desmerecer a otros géneros.

C. LA PROVINCIA.

1. LA PROVINCIA DE MORONA SANTIAGO.

La provincia de Morona Santiago conocida como la “esmeralda oriental” sus límites provinciales son:

- NORTE: provincia de Pastaza y Tungurahua.
- SUR: Provincia de Zamora Chinchipe Y República del Perú.
- ESTE: República del Perú.
- OESTE: Provincias de Chimborazo, Cañar y Azuay.

Tiene una extensión territorial de 24.154⁶.55 km². La capital de la provincia es Macas. Í políticamente cuenta con 12 cantones: Palora, Huamboya; Pablo Sexto, Morona, Sucúa, Logroño, Santiago, Limón Indanza, San Juan Bosco, Gualaquiza, Taisha y Tiwintza.

⁵ Es.wikipedia.org/wiki/Gastronomía

⁶ <http://www.moronasantiago.gov.ec>

2. ASENTAMIENTOS HUMANOS

En la provincia de Morona Santiago habitan tres asentamientos los cuales son: Shuar, Achuar, Macabea.

SHUAR._ Constituye uno de los grupos étnicos más antiguos y numerosos de la región Amazónica Ecuatoriana, sus áreas de asentamiento tradicional eran las provincias de Morona Santiago, Zamora Chinchipe y Pastaza,⁷ tenían hábitos nómadas, caracterizados por vivir en la selva junto a ríos y lagunas su subsistencia dependía especialmente de la caza y pesca. Actualmente son sedentarios y complementan estas actividades con la agricultura. productos naturales como: semillas y cortezas son utilizados para elaborar artículos artesanales y de uso folclórico para fiestas y celebraciones

ACHUAR._ Grupo étnico muy similar a los shuar, habitan a lo largo de la cordillera de cutucú dentro de sus costumbres han logrado mantener y preservar de mejor forma las manifestaciones culturales como los cortes de cabello y la gran seriedad que les caracteriza. Son muy buenos elaboradores de cestería, cerámica y bodoqueras.

MACABEA._ Esta cultura proviene de un mestizaje que ha habitado hace mucho tiempo y siguen viviendo en la actual Macas. Se caracterizaron por tener

⁷ <http://www.macas.gov.ec/modulos/mmdled.asp?c=2&id=4>

una alimentación basada en la rolaquimba, yuca, maní, carne, y otros con sazón y adobe propio de su creatividad. La bebida de la guayusa restregada con hojas y ramas es otra de sus características, además de una forma de vida sociable diferenciada en un trabajo de randimpa (minga), que tiene como razón el trabajo comunitario para ayudar en la chacra y desmontes a uno de sus miembros y/ o a su familia. Sus costumbres y tradiciones están íntimamente relacionadas con la vida en el campo, con su vivienda, alimentos, fiestas, trabajo y manifestaciones religiosas. El trabajo era como una devoción. Al levantarse con el canto del “lojachico”, al rayar el alba y al descanso con los últimos destellos del sol, todos los días pasaban en sus labores en la chacra, en el potrero, en el maizal, en la platanera, casería, hilando la sogá, cortando la hoja, partiendo la guadua o limpiando el patio o la casa, cortando caña y moliendo para la miel y la chicha.

El traje típico macabeo del hombre es una camisa llamada “cotona”, de mangas largas, sin cuello, de color blanco, pantalón negro, azul oscuro o café, confeccionados en telas nacionales una correa o faja en la cintura, su singular sombrero negro de paño, el machete y el cabestro.

El traje de las mujeres se compone de una blusa color blanco con mangas de vuelo al puño, escote con solapa redonda, abertura delantera con botones y frunces al talle sujetos con pespuntos a falta de elástico. La pollera es de color azul, negro o verde botella con plieguecillos recogidos con pespuntos en la parte baja de la falda. Parte integral de la pollera es la enagua blanca, no muy amplia, confeccionada en lienzo además del típico pañuelo blanco.

3. ARTESANÍAS DE LA PROVINCIA.

Estas están basadas en la elaboración a base de semillas de cumbia, pambil, caimito, guaba, ajulemo, nupi, tamarindo, platanillo, San Pedro, etc; adornadas con plumas de aves, huesos, carrizos, caparazones y lianas; entre las cuales resaltan los aretes, manillas, collares, carteras, cinturones, cestos, bodoqueras, lanzas y otras.

D.CANTÓN MORONA

Capital: Macas

Altitud: 1070 msnm

Temperatura: 18 a 22 °C

Precipitación: 500 a 3000 mm

1. LA CIUDAD DE MACAS

“Más conocida como la esmeralda Oriental. Esta ciudad floreciente se levanta sobre las ruinas de la antigua Sevilla de Oro admirada por su flora y fauna, es un lugar acogedor asentado en el hermoso valle del Upano”.⁸ siendo la Capital de la provincia con sus estrechas calles empedradas como balcones adornados con flores y pintorescas fachadas han convertido a esta ciudad en un sitio ideal para ser visitado y explorado turísticamente cuyos atractivos son: parque cívico, parque de la Amazonía y pasaje turístico Domingo Comín.

⁸www.visitaecuador.com/amazonia.php?opcion=datos&provincia=15&ciudad=nZdZbojz.

2. ECONOMÍA

La red de carreteras que conectan a la provincia de Morona Santiago con el interior del país, permiten que se desarrollen varias fuentes de ingreso para la provincia, como por ejemplo, existe gran afluencia de turistas tanto nacionales como extranjeros a los centros turísticos debido a que goza de una temperatura tropical durante todo el año, se han creado complejos recreativos, hoteles, restaurantes, cabañas que son visitadas especialmente por los turistas de la sierra en los meses de julio a septiembre ya que es temporada vacacional.

Otra fuente de ingreso es la artesanía y el comercio, la elaboración de artesanías con las semillas de distintos árboles ha permitido el desarrollo y comercialización de las mismas, la explotación maderera puede ser un ingreso económico temporal porque se realiza sin una buena planificación. En un futuro muy cercano ya no tendremos esas reservas ecológicas de la que nos beneficiamos todos, sino que tendremos desiertos y hambruna, es obligación moral de todos nosotros exigir que las normas de protección ecológica se cumplan para evitar catástrofes futuras.

3. INNATA ALEGRIA Y HOSPITALIDAD DE LOS MORONENSES

En Morona, la selva es opulenta y generosa. A diferencia de otras que son espesas y enmarañadas donde el hombre tiene que utilizar todo su ingenio para sobrevivir, aquí se desplaza sobre insectos variados y tiene variedad de alimentos a su alcance.

Los Shuar y Achuar etnias ancestrales históricas, suma la influencia del entorno natural sin que pierda su identidad de alegría la que no cesa cuando les agobia las angustias económicas y los Macabeos proviene del mestizaje que ha habido desde hace mucho tiempo son personal amables, generosas y respetuosas.

Los ríos Upano, Jurumbaino y Copueno adoban a la conducta humana. El primero precipitoso, agitado y turbulento proyecta sus cualidades a los rivereños de mayoría macabeos. El segundo, lento y majestuoso hace más reflexivos a sus habitantes en este se hallan diseminados los Shuar y Achuar, gente introvertida y laboriosa, celosa de sus costumbres y su integridad.

Estos elementos configuran pueblos nativos shuar, achuar y macabeos de mestizaje único, en donde el sentido de independencia y rebeldía conjugan con la alegría y la frenética expresión vital, la introversión y la extroversión.

4. URBANISMO

Morona es una mezcla de arquitectura y antigüedad en su capital (Macas) centro de comercio y desarrollo. Las calles y avenidas necesitan urgente atención del estado, carecen de un buen sistema de alcantarillado, salubridad, recolección de basura al igual que los otros cantones. A pesar de esta situación se permite esta provincia muy rica por la generosidad de la naturaleza, progresar principalmente por el turismo.

5. EDUCACIÓN Y CULTURA

La entidad que trabaja por el desarrollo de las artes es la Casa de la Cultura, en el aspecto de la salud, se atiende a sus habitantes en un hospital general y 15 clínicas. Según datos de la INEC.

6. COSTUMBRES

La población festeja su cantonización el 29 de mayo con desfiles cívicos y folclóricos de igual manera se realizan festejos religiosos como por ejemplo: el 18 de febrero la fiesta jurada, 5 de agosto agradecimiento a la virgen (Purísima de Macas), 20 de noviembre transfiguración del cuadro y el carnaval como fiesta popular.

E. ATRACTIVOS TURÍSTICOS

- Museo de la casa de cultura
- Catedral de la purísima de macas
- Parque recreacional
- Centro de interpretación sangay
- Parque nacional sangay
- Valle del upano
- Lagunas de sardinayacu

- Mirador de la emisora voz del upano
- Mirador del quilamo
- Río jurumbaino
- Playas del río copueno
- Playas del río upano

F. PARROQUIAS TURISTICAS

- Parroquia Sinaí
- Parroquia Suñac
- Parroquia Cuchaentsa
- Parroquia Río Blanco
- Parroquia 9 de Octubre
- Parroquia san Isidro
- Parroquia Sevilla Bon Bosco
- Parroquia general Proaño

G. GASTRONOMÍA DEL CANTÓN MORONA

El Cantón Morona es mucho más que una Amazonía selvática, es magia, creencia y sabor. “La Gastronomía de la Amazonía se caracteriza por encontrar en la

naturaleza su fuente alimenticia, usando plantas y animales que sus antepasados usaban para su nutrición.”⁹

Morona a más de ser un lugar de amalgamados contrastes en la que se puede apreciar extensas y hermosas montañas verdes y además con rincones paradisíacos, lo mismo que visitar lugares con exuberante vegetación, tiene una deliciosa y variada gastronomía que es uno de los atractivos muy apreciados por los turistas tanto nacionales como extranjeros. ¹⁰Morona atrae a los amantes de la comida con sabores y tradiciones amazónicas, aquellos que al degustar de estos deliciosos platos exóticos gozan en contacto con la naturaleza. Su gente amable hace que la estadía de los turistas sean momentos más confortables al ofertarles desde bebidas muy conocidas hasta platillos con una tradición afrodisíaca por la gente moronense.

El Cantón Morona por ser un lugar amazónico cuenta con uno de los recursos amazónicos más ricos en el Ecuador por tener una gama de variados productos de la selva directamente a la mesa, como son: Carachama, Guanta, Guatusa, Armadillo, Sajino (cerdo del monte), monos.

Además tiene el agrado de brindar en sus elaboraciones el sabor indispensable de la yuca cocinada, el camote cocinado acompañado siempre de una bebida elaborada a base de chicha de yuca, chicha de chonta y guayusa. Nos brinda el tradicional ayampaco elaborado por manos generosas y trabajadoras como siempre se ha distinguido la gente de la Provincia Esmeralda Oriental

⁹ <http://blog.espol.edu.ec/lietur/tag/morona-santiago/>

Entre los platos ms típicos esta el ayampaco es un alimento preparado con pescado o pollo, palmito y especies envuelto en hojas de bijao o shiguango y asado, es cocinada a la brasa y se acompaña con yuca, plátano, papa china o guayusa.

1. EL ARTE CULINARIO DE MORONA

La Gastronomía de Morona y con toda la de Morona Santiago se basa en una utilización enorme de la carne de los distintos animales selváticos y la yuca, camote, palmito y plátano que son fuente indispensable de alimentación, pero no se desconoce que sus sabores mágicos también son demostrados por los famosos ayampacos, es así que la comida moronense y en sí la de la Amazonía s una de las más apreciadas en el Ecuador, no en vano se puede ver que este tipo de alimentación da mucha más fuerza y vigor a su gente.

2. LAS PREPARACIONES CARACTERÍSTICAS DEL CANTÓN MORONA

Los platos que se preparan son a base de animales silvestres, peces de río, acompañados de arroz que nunca falta en la mesa de todos los habitantes de todas las regiones del Ecuador. También existen otros platos típicos como los elaborados con la carne de insectos, batracios, reptíles y aves y por su puesto sus afrodisiacas bebidas y otros.

H. REFERENCIAS GASTRONÓMICAS DEL CANTÓN MORONA

1. ENTRADAS

1.1 Tamal de Yuca

El tamal es una preparación introducida por la gente de la región andina y se adoptó la utilización de los productos de la zona se los puede adquirir en Macas y otras localidades de la provincia de Morona Santiago.

1.2 Tamal de Palmito con Carne de Chancho

Es una preparación de tradición serrana, fusionada con productos amazónicos, ya que sus ingredientes están referidos a estos dos sectores. Este plato puede adquirirse en la ciudad de Macas provincia de Morona Santiago.

1.3 Ceviche de hongos

Los hongos ostras es un nuevo cultivo que se está produciendo en la parroquia Sevilla – del cantón Morona a tomado mucha importancia por sus propiedades nutritivas, teniendo en cuenta que el clima es muy favorable para su producción. Está preparación, es una variación del ceviche tradicional utilizando los hongos

ostras. Se puede degustar del plato en la parroquia Sevilla, como el cantón Morona.

1.4 Tamal de Pollo (lojano)

Es una preparación de la serranía, que ha sido adaptada con productos amazónica para su preparación. Este plato se lo puede encontrar en la parroquia Río Blanco, Cantón Morona.

1.5 Tamal de Papachina

Tomando como base la papa china, que posee altos nutrientes se produce este tal; dando un uso adecuado a productos del medio.

Este producto se lo puede adquirir en la Parroquia San Isidro – Cantón Morona.

2. SOPAS

2.1 Caldo de Caracha (carachama)

La carachama es un pez que habita en los ríos de la amazonía. Es considerado el eslabón entre el pez histórico y el pez actual. Constituye parte de los alimentos tradicionales de la cultura amazónica. La preparación la iniciaron las nacionalidades, aunque de elaboración muy sencilla. Los colonos y actuales

habitantes provenientes de la serranía, incorporaron sazón a la preparación. Se lo puede degustar en todo el cantón morona.

2.2 Caldo de Novios

El caldo de novios es una muestra de agradecimiento a todos los invitados por haber acompañado a la celebración de la boda.

Nace de la imaginación de los macabeos, utilizan ingredientes traídos de la sierra, combinados con productos de la Amazonía e hicieron tradición el prepara esta sopa en los matrimonios.

2.3 La Rambuela

Es un plato que demuestra trabajo y unidad, es una preparación sencilla que antiguamente era muy cotidiano hacerlo por la amas de casa especialmente como alimento en las randimpa (mingas). Plato exclusivo de Macas Cantón Morona.

2.4 Caldo de la Josefina

Es un potaje muy consistente, se cree que su elaboración se dio después de la proliferación de pescado que se dio en el río Paute producto del bloqueo de las

aguas por el deslave de la Josefina. Se lo puede degustar en la parroquia Río Blanco – Cantón Morona.

2.5 Sancocho Macabeo

El sancocho macabeo es tradicional de los pobladores de Macas y su historia se remonta a los inicios de la colonización de esta zona por los años 1900. Se lo puede degustar exclusivamente en Macas- Cantón Morona.

2.6 Caldo de Tilapia

Preparación de las nacionalidades de la Amazonía con la sazón peculiar en el que solo se incluye sal y agua. La tilapia es un pez introducido en la región, de fácil manejo y reproducción, este plato es fácil degustarlo entre las comunidades indígenas de toda la región Amazónica y en los restaurantes de comida tradicional.

2.7 Huamag yuyo de bagre

Preparan huamag yuyo para el visitante es una manera de beneplácito pues conseguir el huamag yuyo y el prepararlo tiene algo de dificultad por lo que lo hacen solo en ocasiones especiales.

Las nacionalidades utilizaron el huamag yuyo (guadua tierna), desde tiempos registrados por lo que es una herencia de sus antepasados. Este plato podemos saborear en las festividades de la parroquia 9 de octubre – Cantón Morona.

3. PLATOS PRINCIPALES

3.1 Ceviche de Palmito con Tilapia.

El ceviche es una preparación de origen costeño. Los colonos han llevado consigo en su gastronomía y se han ido fusionando con productos de la zona, se le puede saborear en la provincia de Morona Santiago – Cantón Morona.

3.2 Tilapia al Vapor.

La tilapia es una especie introducida que se ha adaptado muy bien al medio y se puede preparar al vapor, asado, frito, etc, se la encuentra fácilmente en los mercados, pues hay gran cantidad de criaderos. Se puede consumir en toda la Amazonía.

3.3 Ceviche de Caracol.

El caracol que está siendo cultivada en algunas fincas y centros de recreación, se utiliza en especial para hacer el ceviche, que es muy apetecido por los turistas. Se

lo puede encontrar en las provincias Pastaza, Napo y Morona Santiago – Cantón Morona.

3.4 Ayampaco de Pollo.

El ayampaco es una preparación tradicional Amazónica que ha sido acogida por la población mestiza que colonizó la ciudad de Macas y poblaciones del Cantón Morona. Constituye un producto de integración cultural. Este plato se lo puede adquirir en diferentes establecimientos del Cantón Morona.

3.5 Maito de Carachama.

Es una preparación que constituye parte de la identidad cultural de los pueblos Amazónicos, en varias provincias lo denominan Maito o Ayampaco de igual forma se le conoce al pez como caracha o carachama se puede saborear este plato en toda la Amazonía.

3.6 Maito de Tilapia con Palmito.

Se ha preparado este plato desde la introducción de la tilapia a la región Amazónica, el maito es una técnica que han utilizado las nacionalidades desde hace varias décadas. Este plato se lo puede saborear en toda la región Amazónica.

3.7 Pollo al Arazá.

El arazá es una fruta exótica de la Amazonía que crece por temporadas, en la parroquia General Proaño – Cantón Morona se ha experimentado con la preparación del pollo al arazá desde hace 5 años.

3.8 Ceviche de Trucha.

Este ceviche tiene el concepto costeño, se hicieron ligeras modificaciones en su preparación; fue una creatividad de la Ing. Margarita Cajo se lo puede disfrutar en toda la Amazonía ecuatoriana.

3.9 Rana al Vapor (ancas de rana).

Las ancas de rana es una preparación original, pues los componentes nutricionales de las ancas de rana son abundantes, no contienen colesterol y por el contrario es rica en enzimas muy beneficiosas para la salud. Se puede degustar este plato en la parroquia Cuchentsa – Cantón Morona.

3.10 Maito de Trucha – Trucha azada.

La trucha es un pez que se está cultivando en las zonas altas de la Amazonía se lo puede adquirir en la parroquia 9 de octubre – Cantón Morona.

3.11 Pollo con Hongos Ostra.

Esta preparación es la fusión de los sabores Amazónicos, este plato lo encontramos en la parroquia Sevilla – Cantón Morona.

4. GUARNICIÓN

4.1 Hormiga Ucui.

Es una tradición de las nacionalidades Amazónicas que se han adaptado a un consumo de los pobladores locales.

Es un preparado muy apetecido por su delicioso aroma y sabor, únicamente se puede degustar en dos épocas del año en toda la Amazonía.

4.2 Papachina a la huancaína.

La papachina posee propiedades nutritivas; la misma está siendo cultivada en la Amazonía, este plato se lo puede encontrar en todo el Cantón Morona.

4.3 Tamales de Carne.

El tamal es introducido de la sierra, en la ciudad de Macas Cantón Morona se lo combina con productos Amazónicos como el palmito.

4.4 Muchines de Yuca.

La yuca es uno de los principales alimentos de la Amazonía, esta guarnición puede acompañar a platos fuertes o servirse como bocaditos, se la puede saborear en toda la Amazonía.

4.5 Apanados de Hongos Ostra.

Desde hace algo más de 12 años se ha impulsado de los hongos ostra en la parroquia Sevilla Cantón Morona, los hongos tienen una fuente proteínica importante que suplanta a la carne se le puede degustar en las parroquias del Cantón Morona.

4.6 Hongos a la Crema.

Desde hace algo más de 12 años se ha impulsado de los hongos ostra en la parroquia Sevilla Cantón Morona, los hongos tienen una fuente proteínica importante que suplanta a la carne se le puede degustar en las parroquias del Cantón Morona.

4.7 Ensalada de palmito con garabato yuyo.

El garabato yuyo y el palmito poseen nutrientes naturales, esta ensalada complementa la dieta de las comunidades indígenas y colonas, se puede adquirir esta preparación en la parroquia Zuñac – Cantón Morona.

5. ENTREMES.

5.1 Tacacho Especial.

El nombre de tacacho se debe a que en la sierra al plátano majado se le conoce con este nombre propietarios de restaurantes de la ciudad de Macas – Cantón Morona preparan este plato.

5.2 Chonta Cocinada.

La chonta es un producto con alta concentración de vitaminas, se puede disfrutar de este plato en toda la Amazonía.

5.3 Cuchicara

La tradicional crianza y faenamamiento de los cerdos, con la utilización de la técnica del soplete, han dado lugar al consumo de su cuero como una actividad cotidiana. Macas tiene influencia azuaya y lojana por lo que mucha gente se dedica a la crianza de cerdos y es muy poco común el asado de cuero. Se puede saborear este plato en Macas – Cantón Morona.

5.4 Pinchos de Cacao Blanco (patas).

El cacao blanco es un producto que crece de manera silvestre en la Amazonía, particularmente en la parroquia Zuñac – Cantón Morona, las pepas se utilizan para esta preparación desde hace varios años.

5.5 Pincho de Chontacuro.

El chontacuro es una larva de escarabajo que crece en las palmas que han sido cortadas; son muy apetecidos por su aroma y sabor. Se le atribuyen propiedades medicinales para la pulmonía y problemas respiratorios se puede adquirir en la parroquia Cuchaentsa - Cantón Mor

6. POSTRES.

6.1 Pastel de Cugo.

El cugo es un fruto parecido a la calabaza que se cultiva en toda la Amazonía.

6.2 Postre de Naranja.

La naranja, es un producto consumido a nivel nacional, se produce en abundancia en la región Amazónica y los habitantes lo utilizan en distintas preparaciones, sea en bebida, postres e incluso en aderezo de algunas recetas, se lo puede encontrar en toda la Amazonía ecuatoriana.

7. BEBIDAS.

7.1 Chicha de Chonta.

Es una preparación que se ha consumido desde siglos pasados por la nacionalidades, esta bebida se puede saborear en toda la Amazonía.

7.2 Batido de Noni.

Es una bebida a la que se le atribuyen propiedades curativas se la puede encontrar en toda la Amazonía.

7.3 Kumis Natural.

Es un producto de introducción colombiano, como producto de la inmigración se la encuentra en toda la Amazonía.

7.4 Chicha de yuca.

La chicha de yuca es preparada por las comunidades Amazónicas desde tiempos no registrados se la puede saborear en toda la Amazonía.

7.5 Chicha de Unguragua.

La chicha de yuca es una bebida que se prepara desde tiempo atrás. El incorporar la unguragua en esta bebida también es una tradición heredada se la puede saborear en toda la Amazonía.

7.6 Agua de Hierba Luisa.

Esta bebida refrescante permite el conciliar el sueño y se la puede tomar en toda la Amazonía.

7.7 Agua de Guayusa.

En la Amazonía crecen más de 10 especies de guayusa se le atribuye propiedades medicinales y curativas se la puede tomar en toda la Amazonía.

7.8 Jugo de Caña

La provincia de Morona Santiago se destaca por los cultivos de caña es utilizada como materia prima para varios preparados.

7.9 Sinchicara.

Es una bebida medicinal que se utiliza para contra restar el reumatismo, artritis, rinitis, además es una bebida afrodisíaca.

7.10 Vinillo de Yuca.

Es un legado de las cultural kichua Amazónicas que se prepara en los hogares se lo puede encontrar en la parroquia Cuchaentsa – Cantón Morona.

7.11 Cóctel de Sinchicara.

Poco tiempo después de la creación de de la sinchicara, se dio acogida para servir de manera más suave, utilizando cola negra.

V. METODOLOGÍA

A. LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN

La presente investigación se llevará a cabo en el cantón Morona, provincia de Morona Santiago y tendrá una duración de seis meses.

B. VARIABLES

1. Identificación

- Turismo
- Características organolépticas de los productos
- Alternativas gastronómicas.
- Guía Turística Gastronómica

2. Definición

Turismo: Se denomina turismo al conjunto de actividades que realizan los individuos durante sus viajes y estancias en lugares diferentes a los de su entorno habitual por un periodo de tiempo consecutivo inferior a un año.

Características organolépticas de los productos gastronómicos:

Las propiedades organolépticas de los alimentos, materias primas alimentarias, especialidades de uso oral, tienen un efecto determinante sobre el consumo y éxito comercial teniendo en cuenta olor, color, textura estos son productos propios de la zona los mismos que son utilizados para la realización de diferentes platillos, los que se desea dar a conocer y promover más su consumo.

Alternativas gastronómicas: Consiste en la forma de presentación del producto que será ofertado a los consumidores de acuerdo a sus necesidades tanto económicas como nutricionales y gustativas.

3. Operacionalización de Variables.

VARIABLES	CATEGORÍA / ESCALA	INDICADOR
Turismo	Cultura Gastronómica Comidas tradicionales Comidas autóctonas Bebidas tradicionales Bebidas autóctonas	N° y tipo de platos fuerte N° y tipo de entremeses N° y tipo de entradas N° y tipo de bebidas N° y tipo de postres % de platos fuerte en relación al consumo % de entremeses % de entradas % de bebidas % de postres % de platos tradicionales % platos autóctonos

VARIABLES	CATEGORÍA / ESCALA	INDICADOR
<p>Características Organolépticas de Los productos</p>	<p>Productos (autéctonos e introducidos)</p> <p>COLOR</p> <p>OLOR</p> <p>SABOR</p> <p>TEXTURA</p>	<p>% productos utilizados en la elaboración de los platos.</p> <p>% de personas que aceptan el color de los productos autóctonos e introducidos utilizados en la gastronomía.</p> <p>% de personas que aceptan el olor de los productos autóctonos e introducidos utilizados en la gastronomía.</p> <p>% de personas que aceptan el sabor de los productos autóctonos e introducidos utilizados en la gastronomía.</p> <p>% de personas que aceptan la textura de los productos autóctonos e introducidos utilizados en la gastronomía</p>

	POSTRES Fríos calientes	% de aceptación de las bebidas alcohólicas. % de aceptación de los postres fríos. % de aceptación de los postres calientes.
--	--------------------------------------	--

C. TIPO DE DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.

Esta investigación es de tipo descriptivo – investigativo. Está diseñada para describir el resultado sobre el estudio de la Cultura Culinaria y Turística del Cantón Morona determinándose que los platos utilizan productos propios del medio que los hace únicos y muy apetecidos al paladar local, nacional e internacional y en el ámbito investigativo se sustenta en los datos que proporcione la aplicación de los instrumentos metodológicos, a los habitantes de la zona y personas nacionales o extranjeras que están en el sector en calidad de turistas.

D. UNIVERSO Y MUESTRA DE ESTUDIO.

El universo estará constituido por un segmento de consumidores de los restaurantes más concurridos en la ciudad de macas, el objetivo es promover el mejoramiento gastronómico mediante la implementación de un servicio gourmet, el mismo que contribuirá al conocimiento y rescate de la gastronomía típica del cantón

Muestra.- se establecerá un muestreo probabilístico para determinar su tamaño y se aplicará el siguiente procedimiento:

1. Formula Estadística:

$$n = \frac{m}{e^2(m-1)+1}$$

$$n = \frac{800}{0.0025^2(800-1)+1} \quad n = \frac{800}{(0.0025)*(799)+1}$$

$$n = \frac{800}{2.99} \quad n = 267.5$$

n = tamaño de la muestra

m = tamaño de la población

e = error admisible (aceptable hasta el 5%)

Se realizaran 267 encuestas

E. DESCRIPCIÓN DE PROCEDIMIENTOS

Los datos recogidos se transformarán mediante una revisión crítica de la información recopilada, la tabulación o cuadros según las variables de la investigación y los estudios estadísticos de datos para presentación de resultados. Para ello se desarrollarán las siguientes actividades:

- Aplicación de encuestas semiestructuradas dirigidas a los turistas de Morona
- Se recibirán datos de las encuestas aplicadas a los turistas del Cantón Morona tanto como nacionales e internacionales.
- Se realizará un análisis de resultados de cada ítem.
- Se obtendrán conclusiones por cada uno de los ítems.
- Se desarrollarán los análisis correspondientes de los resultados para emitir las respectivas recomendaciones.
- El informe será elaborado mediante la implementación de la metodología específica para el efecto.
- Luego de las conclusiones se elaborará la propuesta alternativa.

VI. RESULTADOS

PREGUNTA 1.

¿Cómo califica usted a la gastronomía típica de Morona Santiago?

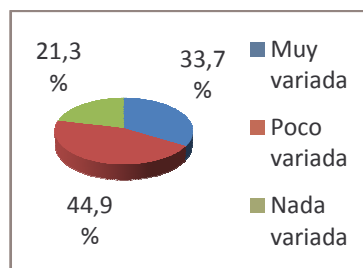
CUADRO N°1

ALTERNATIVA	Nº Respuestas	%
Muy variada	90	33,7%
Poco variada	120	44,9%
Nada variada	57	21,3%
TOTAL	267	100%

Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

GRAFICO N°1



Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

Interpretación:

Calificar quiere decir determinar o expresar las cualidades de una persona o cosa, en este caso nos referiremos a la cantidad o diversidad que posee el cantón en cuanto a gastronomía respecta, ya que queremos saber cómo califica la gente a la comida típica mediante las opciones de respuesta que son: muy variada, poco variada y nada variada. Estos fueron los resultados que se obtuvieron luego de tabular y analizar las respuestas. 90 de las personas encuestadas que representa el 33,7 % del total manifestaron que la gastronomía típica del cantón es muy variada, 120 encuestados o 44,9 % opina que es poco variada y el 21,3 % o 57 personas piensa que la comida típica del cantón es nada variada, como resultado podemos decir que la mayoría de gente está de acuerdo en que el cantón posee una gastronomía autóctona limitada, lo que en realidad es cierto ya que la mayoría de platos y preparaciones que se encuentran en Morona son conocidos y se sirve con más frecuencia

Pregunta 2

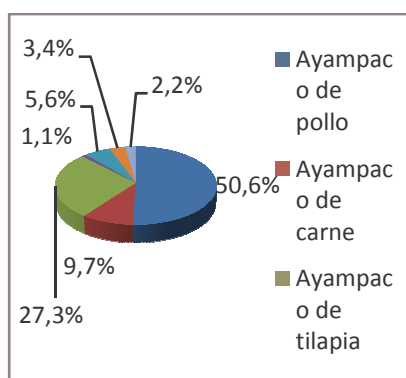
¿Cuáles de los siguientes platos típicos considera usted que pertenecen a nuestro cantón?

CUADRO N° 2

ALTERNATIVAS	N° RESPUESTA	%
Ayampaco de pollo	135	50,6%
Ayampaco de carne	26	9,7%
Ayampaco de tilapia	73	27,3%
Tamal de papachina	3	1,1%
Tamal de yuca	15	5,6%
Tamal de carne	9	3,4%
Maito de caracha	6	2,2%
TOTAL	267	100,0%

Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general. **Realizado por:** Juan Peñaranda

GRAFICO N°2



Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general. **Realizado por:** Juan Peñaranda

Interpretación:

Cuando decimos típico nos referimos a algo autóctono de nuestra tierra, en este caso hablamos de la comida, ya que deseamos saber cuánta gente en realidad conoce los platos y preparaciones que son propias del cantón Morona, y por medio del análisis realizado vamos a saber cuáles son los resultados.

El 50,6 % que se refiere a 150 respuestas que aseguran que el ayampaco de pollo, es el plato más típico, lo cual es muy cierto ya que tiene un exquisito sabor y se los viene preparando desde hace mucho tiempo atrás, por otro lado tenemos al 9.7 % de los encuestados que creen que el ayampaco de carne pertenecen a Morona, lo cual es verdad pero no se encuentra en tanta abundancia, el 27,3 % de las personas está de acuerdo en que el ayampaco de tilapia es más apetecido ya que es autóctono del cantón, hay un 5,6 % que se manifiesta a favor de los tamales de yuca, el 3.4% por el tamal de carne, el 2,2% por el maito de carachama y por ultimo existe el 1,1 % que apoya al tamal de papachina.

PREGUNTA 3

¿Conoce usted la forma de preparación de los ayampacos y el tamal de yuca?

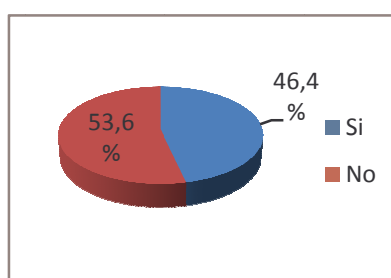
CUADRO N° 3

ALTERNATIVAS	N° RESPUESTA	%
Si	124	46,4%
No	143	53,6%
TOTAL	267	100,0%

Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

GRAFICO N°3



Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

Interpretación:

El objetivo que tiene esta pregunta es el de dar a conocer la información exacta acerca del nivel conocimiento que poseen las personas sobre la elaboración o preparación de los platos típicos del cantón Morona, en este caso los ayampacos y el tamal de yuca que se hizo referencia en la anterior pregunta. E

Los resultados que obtuvimos fueron los siguientes:

Hubo 124 encuestados que corresponde al 46,4 % que dice conocer la forma de elaboración de los ayampacos y el tamal de yuca.

Por otra parte el 53,6 % que representa 143 personas manifestó no tener idea de cómo se preparan estas delicias gastronómicas, estos resultados no son una sorpresa, ya que para ser sinceros se esperaba tener este numero de respuestas, porque hoy en día quien se preocupa por ir a investigar sobre cómo preparar este tipo de comida típica, las cosas extranjeras atraen mucho mas el interés de la gente y han ido ganando bastante campo en nuestra sociedad, también cabe recalcar que así se quiera investigar sobre estos temas no es nada fácil conseguir información que se encuentre a la mano.

Estos resultados nos permite darnos cuenta que a la gente del cantón le hace falta información en general sobre la gastronomía típica, y mediante este trabajo de investigación se pretende ayudar a estas personas.

PREGUNTA N° 4

¿En cuál de los siguientes platos le gustaría que le añadan con la chicha de chonta?

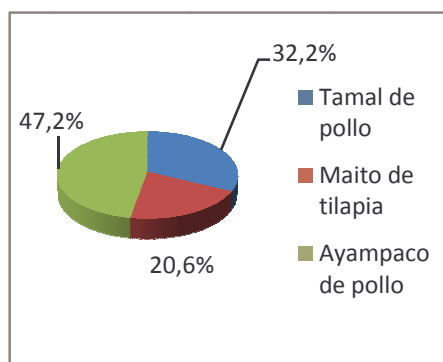
CUADRO N°4

ALTERNATIVAS	N° RESPUESTA	%
Tamal de pollo	86	32,2%
Maito de tilapia	55	20,6%
Ayampaco de pollo	126	47,2%
TOTAL	267	100,0%

Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

GRAFICO N°4



Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

Interpretación:

Nuevamente en esta pregunta tratamos de medir los gustos de la gente encuestada, mediante el análisis que se realizó vamos a ver cuáles fueron los resultados.

Hubieron 126 personas que se pronunciaron por el ayampaco de pollo que representa el 47,2 % del total, por otro lado el 32,2 % correspondiente a 82 encuestados se y por último tenemos 55 personas que representa el 20,6 % que lo prefieren en el maito de tilapia, podemos observar que la mayoría de gente prefiere la chicha de chonta acompañado de ayampaco de pollo.

PREGUNTA N°5

¿Cuáles de las siguientes bebidas típicas considera usted que pertenecen a nuestro cantón?

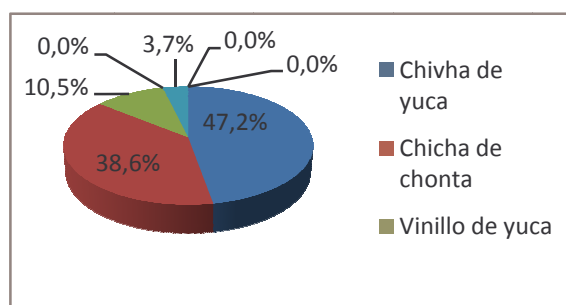
CUADRO N°5

ALTERNATIVAS	N° RESPUESTA	%
Chivha de yuca	126	47,2%
Chicha de chonta	103	38,6%
Vinillo de yuca	28	10,5%
Chicha de jora	0	0,0%
Kumis natural	10	3,7%
Desconoce	0	0,0%
Otro cual	0	0,0%
TOTAL	267	100,0%

Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

GRAFICO N° 5



Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

Interpretación:

En esta pregunta tratamos de medir los conocimientos de la gente encuestada, para conocer si las personas saben sobre las bebidas típicas del cantón, mediante el análisis que se realizó vamos a ver cuáles fueron los resultados.

Existieron 126 personas que se pronunciaron por el ayampaco de pollo que representa el 47,2 % del total, que favorecen a la chicha de yuca, por otro lado el 38,6 % correspondiente a 132 encuestados se decidieron por la chicha de chonta, el 10,5% que corresponde a 28 personas se inclinaron por el vinillo de yuca y por último el 10 personas que corresponden al 3,7% de decidieron por el kumis natural, podemos observar que la mayoría de gente conoce que la chicha de yuca es una de las bebidas típicas de nuestro cantón.

PREGUNTA N°6

¿Conoce usted cómo es su preparación?

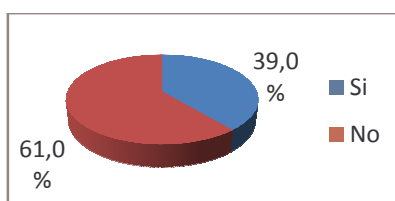
CUADRO N°6

ALTERNATIVAS	N° RESPUESTA	%
Si	104	39,0%
No	163	61,0%
TOTAL	267	100,0%

Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

GRAFICO N° 6



Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

Interpretación:

Después de la aplicación de esta pregunta se pudo dar cuenta que el 39% que representa a 104 personas encuestadas “si” conocen como es la realización de las bebidas típicas del cantón y que el 61% que equivale a 163 personas encuestadas “no” conocen como se prepara estas bebidas. Es decir que es su mayoría se desconoce su preparación.

PREGUNTA N°7

¿Sabe usted cuáles de estos ingredientes se utilizan en la elaboración de la chicha de yuca y el kumis natural?

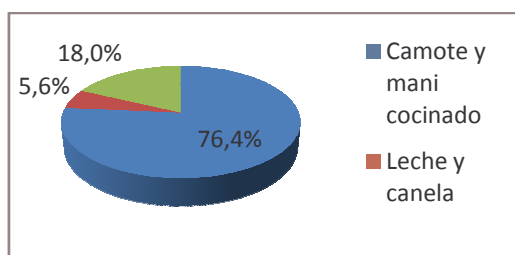
CUADRO N°7

ALTERNATIVAS	N° RESPUESTA	%
Camote y mani cocinado	204	76,4%
Leche y canela	15	5,6%
Desconoce	48	18,0%
TOTAL	267	100,0%

Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

GRAFICO N°7



Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

Interpretación:

De las encuestas realizadas pudimos deducir que el 76,4% de la personas investigadas que corresponden a 204 desconocen los ingredientes que se necesitan para preparar dichas bebidas, un 18% que equivale a 48 personas encuestadas tienen el conocimiento que se utiliza camote y maní cocinado para realizar las chicha, de 15 personas que corresponde al 5,6% saben que se utiliza leche y canela en la elaboración del kumis natural. En su mayoría existe un desconocimiento de los ingredientes que se utilizan.

PREGUNTA N°8

¿Cree usted que la gastronomía típica influye en la economía y turismo del cantón?

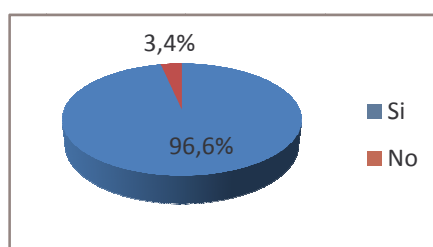
CUADRO N°8

ALTERNATIVAS	N° RESPUESTA	%
Si	258	96,6%
No	9	3,4%
TOTAL	267	100,0%

Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

GRAFICO N°8



Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

Interpretación:

La gran mayoría de las personas encuestadas opino en un 96,6% que es un total de 258 personas que la gastronomía típica si influye en la economía y turismo del cantón, mientras que el 3,4% que equivale 9 personas piensan lo contrario, es decir estas pernas están equivocadas en su apreciación con respecto al turismo de nuestro cantón.

PREGUNTA N°9

¿Cree usted que los ayampacos sean una delicia gastronómica que atrae a los turistas?

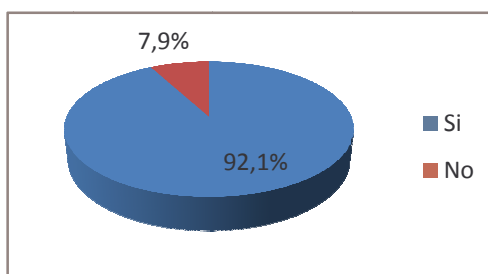
CUADRO N°9

ALTERNATIVAS	N° RESPUESTA	%
Si	246	92,1%
No	21	7,9%
TOTAL	267	100,0%

Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

GRAFICO N°9



Fuente: encuestas realizadas a las personas del cantón, documento Excel, tabulación, análisis de información general.

Realizado por: Juan Peñaranda

Interpretación:

De acuerdo a los datos revisados consideramos que el 7,9% que corresponde a 21 personas encuestas piensan que este platillo tan típico no tiene nada que ver con el turismo que la gente realiza al cantón, cosa errada ya que la comida es el principal método de atraer al turismo, mientras que es su mayoría es decir el 92,1% que equivale a 246 individuos investigados están de acuerdo con que la comida si atrae al turista.

A. LA CULTURA GASTRONÓMICA DEL CANTÓN MORONA Y SU RELACIÓN CON EL TURISMO.

Cultura macabea es proveniente de un mestizaje, que han vivido hace mucho tiempo y siguen viviendo en la actual Macas. Caracterizado por tener una alimentación basada en su propia creatividad, la bebida de la guayusa restregada con hojas y ramas son las características particulares de la gente Macabea, tienen una forma de vida sociable, diferenciada en un trabajo de randimpa (minga), actividad que tenía como razón el trabajo comunitario para ayudar en la chacra, a uno de sus miembros y/o a su familia, pero el beneficiario de la randimpa debía devolver el favor a uno de los randimperos.

El macabeo siempre estuvo ligado a la tierra, a su entorno natural, amó al suelo del cual extrajo los recursos y medios para vivir, no construyó monumentos, ni levantó templos, sus costumbres y tradiciones estaban y están íntimamente relacionadas con la vida en el campo, con la vivienda, alimentos, fiestas, trabajos y manifestaciones de religiosidad.

Es agricultor y ganadero por excelencia, tumbó las montañas y limpió los restos, plantó gramalote para su ganado, regó maíz y limpió la maleza, en las chacras crecía la yuca, plátano, fréjol, zanahoria, maní, rolaquimba y camote. Es una tierra feraz y generosa, la fertilidad de su suelo permitió sembrar y cosechar en abundancia.

Se producía para el consumo y se guardaba hasta la nueva cosecha, solo se

comerciaba el maní, el tabaco y la canela o se cambiaba con utensilios de cocina, ropa o medicamentos tradicionales a los mercachifles que visitaban ocasionalmente, el trabajo fue como una devoción al levantarse con el canto del “lojachico”, al rayar el alba y al descanso con los últimos destellos del sol.

Todo el día en sus labores en su chacra, en el potrero, en el maizal, en la platanera. Ya de cacería, hilando la sogá, cortando la hoja, partiendo la guadúa o limpiando el patio y la casa, cortando caña y moliendo para la miel y la chicha.

Macas una sola familia grande, de padres, abuelos, hijos, primos, nietos, tíos y compadres. La casa grande rodeada de huertos. El techo de paja, el piso de madera, las paredes de tabla o quincha. Utilizó los materiales del medio, por eso cuidó de la guadua, chonta y la toquilla.

El patio de la casa estaba siempre limpio, el jardín, el cafetal o el cañaveral estaban limitados por cercas de rojo. En los huertos se sembraba cebolla, maíz, fréjol, ají, orégano, menta y toronjil. Un poco más distantes, estaban los árboles de zapote, chontas, guayusa y naranjas.

Los rasgos más apreciados y duraderos de una cultura son sus hábitos alimenticios, estas tradiciones a menudo reflejan las creencias y valores de la gente y son una de las últimas características culturales que se pierden cuando un individuo o un grupo emigran a una nueva cultura.

No es sorprendente que las gentes de las diferentes culturas concedan gran importancia al establecimiento de modelos similares de hábitos alimenticios desde

una edad muy temprana, como se puede ver en la ceremonia natal que celebra el pueblo de Morona.

Mediante la práctica de la cultura el hombre se apropia de la naturaleza, la transforma y se transforma a sí mismo.

El Macabeo, permanentemente, se ha enfrentado y adoptado a las situaciones medioambientales, para garantizar su supervivencia e imprimir un singular estilo a su vida. Así fue desarrollando y adquiriendo destrezas en el arte de preparar los alimentos, brindándonos hoy, un conocimiento culinario, testigo y actor de identidad cultural.

Macas y su gente amable, cordial, es un ejemplo de grandeza y fortalecimiento de valores humanos y recursos naturales, es una tierra de poesía y misterio, integración de historia y leyenda, bautizada con mil títulos por su encanto y belleza, es la fusión del sufrimiento de colonos y nativos que a lo largo de los años han creado una ciudad con características únicas en el país.

La gente de Macas es amigable, alegre de proceder mesurado y expresiva en atenciones para el vecino, el familiar, el forastero; generosa cuando tiene la oportunidad de invitar a comer los platos que las familias de ayer fueron creando con sabores propios, aprovechando los productos que brinda la tierra: yuca, plátano, rolaquimba, palmito, chontaduro, pelma, papa china, legumbres, especias. Probada tras probada, pizca tras pizca, adobo tras adobo, mueca tras mueca, fueron elaborando los manjares que son orgullo de la gastronomía maquense.

La gastronomía de la Amazonía ecuatoriana se caracteriza por encontrar en la naturaleza su fuente de productos alimenticios, usando plantas y animales que sus antepasados usaban para su nutrición, entre otros la más importante:

La fiesta de la chonta: Celebrada el mes de mayo cuando la producción de la chonta está en apogeo de su producción, la ceremonia comienza desde que se coge la chonta duro, el que organiza normalmente es el que convoca a la gente a recoger las chontas utilizando frases alusivas.

Las mujeres salen cargadas las chankins (canastos) el hombre les antecede y arranca con un gancho fuerte los frutos de la chonta y la mujer las recoge, luego se procede a cocinar los frutos, al instante son pelados por los invitados (niños, mujeres, hombres, viejos, etc.) para ser masticados por todas las mujeres presentes, es un momento donde todos tienen la oportunidad de compartir sus aventuras y hazañas diarias.

Posteriormente se prepara la chonta masticada con agua pura y se deja en unas ollas tapadas por unas hojas listas para el siguiente paso. Mientras tanto todos se preparan para la noche, con sus mejores ajuares y se maquillan las caras con achiote.

La persona quien lidera esta ceremonia es normalmente un anciano/a persona quien estará dando órdenes sobre los pasos a seguir, todos obedecen al jefe, hacen y dicen lo que él o ella ordena. Todos los presentes cantan y bailan alrededor de la chonta para que se fermente, son largas horas de baile y coplas, el

jefe está pendiente y prueba la chicha cada media hora hasta cuando esté lista, da la orden para terminar la ceremonia con la danza final que es coger una lanza y apuntar a la chicha lista para que los espíritus no se lleven el alma. Las mujeres se encargan de servir la chicha a todos los invitados, es una noche de diversión, todos ríen, gozan y bailan hasta el amanecer.

La fiesta de la Yuca: De su preparación se encargan las mujeres mediante la cocción y el proceso de fermentación, en este proceso la yuca se deja fermentar durante 24 horas por lo menos, se realiza la cerveza de la yuca cuando está en un estado no aún maduro y se lo hace una vez al año.

Antes de la celebración las mujeres van a traer de la huerta la yuca y los hombres, muy de mañana salen de cacería. Es un alimento que brinde mucha energía y es consumido cuando se realizan largas caminatas, se sirven en poros o pilches; puede ser también de chonta, plátano, camote y pelma.

Luego la mujer empieza a cocinar la yuca hasta un estado que puede ser masticada, se reúnen luego todas las mujeres y empiezan a masticar la yuca la misma que recolectada en un recipiente llamados pondos, cuando están preparados los alimentos, el tambor da señales de fiesta y los miembros de la comunidad se acercan para celebrar la fiesta.

El ayampaco: Alimento preparado en hojas de bijao o shiguango, puede ser de pollo, pescado, palmito, vísceras y hualeques (ranas). Se lo cocina a la brasa y se acompaña con yuca, plátano, papachina, y guayusa, muy representativo en toda la provincia.

Las carnes Silvestres: Las principales carnes son: Carne de sahíno, guanta, guatusa, mono, danta, pescado y aves. Para su conservación lo secan a la brasa. Generalmente las preparan en asados y caldos.

Comunidades Shuar

En las comunidades shuar, la comida típica se prepara con carne de animales silvestres y peces; que va siempre acompañado de diferentes tipos de chicha de yuca, chicha de maduro y chicha de chonta cuando es la época.

Varias delicias con productos de la zona se cocinan en toda la Amazonía, entre ellas están los maitos de pescado y palmito, el estofado de guanta, guatusa y danta, sahinos, caldos de pescado, pollo, y de otros animales selváticos. Los pescados y otros animales ahumados que es una manera de poder conservar la carne por varios días y hasta semanas, el sancocho, las empanadas, el pan de yuca, y se consume la chicha de yuca o plátano como bebida central.

En las comunidades rurales de la Amazonía, todavía se puede experimentar la alimentación cotidiana que se basa en la preparación de carnes fresca o ahumada, de cacería, pesca, animales domésticos, productos de recolección como: huevos, insectos y frutos silvestres, esta dieta se complementa con un alto consumo de plátano y yuca. Esta última, un tubérculo que es cultivado en la chacra, provee de cazabe para la preparación de la chicha que se la sirve en una mocahwa o taza de cerámica, la chicha se la toma durante todo el día, como complemento alimenticio o como bebida que contrarresta la deshidratación causada por el clima cálido de la zona.

Esta etnia ancestral que en principio tenían hábitos nómadas, caracterizados por vivir en la selva junto a ríos y lagunas, llegando a depender de gran forma de la caza y pesca, actualmente es sedentaria y complementan estas actividades con la agricultura, hábiles para la elaboración de artículos artesanales a base de productos naturales como semillas, cortezas y otros de uso folklórico en fiestas y celebraciones.

Casería.

Es trabajo exclusivo del hombre. Dos días antes de salir, preparan los objetos: la bodoquera, las saetas con veneno en las puntas, a los perros se les proporciona una bebida que tiene propiedad de prepararlos bien, se afila los machetes, se lleva canastos, y se recoge la candela para prender fuego y ahumar la carne. Concluidos los preparativos, se dirige al lugar elegido para la cacería y se van entonando cantos.

Pesca.

El hombre organiza la pesca, invitando a los demás, si la pesca es grande. Los hombres que participan en la pesca van a sacar barbasco, y de madrugada se levantan para machacarlo. Recoger los pescados es tarea de todos, hombres, mujeres y niños, antes la pesca se hacía como una ceremonia.

La Navegación.

Los dos medios de navegación de los Shuar son la canoa y la balsa. La canoa se construye con el tronco cavado de varios árboles, a balsa se realiza uniendo cinco palos y a estos se les une y en cada uno se clavan dos estacas de manera que se crucen, después se amaran todos a 2 travesaños con varios bejucos o fibras.

Ubicación.

Los shuar están asentados mayoritariamente tras la cordillera del Kutucú, y en algunas comunidades dispersas como Wapula, Kusuim, Miazal y Tukipi.

Atractivos Turísticos.

1. MUSEO DE LA CASA DE CULTURA

Ubicado en el centro de la ciudad guarda muestra de la cultura upano, etnografía shuar, etnografía macabea.

2. CATEDRAL DE LA PURÍSIMA DE MACAS

“La peregrinación de la Virgen Purísima de Macas tradicionalmente inicia en el cantón Sucúa ubicada al sur del cantón Macas¹¹”. Sus vitrales representan la

¹¹ http://www.viajandox.com/morona/moro_sucua_procesion.htm

historia en la transformación de la Purísima de Macas venerada por los católicos en dos fiestas juradas: la del 5 de Agosto y la del 5 de Febrero.

3. PARQUE RECREACIONAL

Se caracteriza por su topografía como paisaje, plantas típicas y por ser un sitio para aprender sobre la flora y toma de fotografías, lugar en el que todos los años se realiza la elección de la Macabea Bonita durante las festividades de la ciudad.

4. CENTRO DE INTERPRETACIÓN SANGAY

Está ubicado en las calles Juan de la Cruz y Guamote en el centro de la ciudad permite ver de forma breve y precisa la fauna, flora, hidrología y volcanes que conforman el Parque Nacional Sangay.

Cuenta con una sala de educación ambiental y una maqueta del parque en la que están representados los ríos, volcanes y sitios de interés turístico y gastronómico.

5. PARQUE NACIONAL SANGAY.

Se encuentra localizado entre las jurisdicciones de las provincias de Tungurahua, Chimborazo, Cañar y Morona Santiago, cuenta con 85 % de la superficie total de la provincia. Es una de las áreas protegidas más importantes del Ecuador por su gran riqueza biológica, ecológica, geológica y cultural. En 1983 fue declarado por la UNESCO como patrimonio natural de la humanidad.

Entre los atractivos que lo conforman se encuentra el Volcán Sangay (5230 msnm), El Nevado el Altar (5319 msnm), el Volcán Tungurahua (5016 msnm), 327 lagunas, ciénagas, pantanos, y turberas. Los humedales del parque contribuyen al mantenimiento de la estabilidad climática y a la protección de zonas bajas contra las inundaciones.

6. VALLE DEL UPANO.

Localizado en la parte este de la ciudad de Macas, en los márgenes del río Upano. Tiene una extensión de 20 km aproximadamente, se puede observar una gran cantidad de flora, el bosque de arrayanes, orquídeas, sus atractivas playas, y sus caudalosas aguas sirven para la práctica de rafting y kayak. Actividades complementarias que se pueden realizar son: caminatas, fotografía, observación de flora y fauna.

7. LAGUNAS DE SARDINAYACU.

Están ubicadas en el Parque Nacional Sangay, en la parte noreste de la parroquia Sinaí. Su ingreso se realiza por la comunidad de la playa de San Luis atravesando

sendero de bosque primario e intervenido. Este sistema lacustre está compuesto de 50 lagunas que se forman de los deshielos del Volcán Sangay y otros riachuelos, formando el río volcán.

El escenario es propicio para realizar pesca deportiva, camping, caminatas y fotografía para ingresar a esta zona se debe realizar el trámite respectivo en las oficinas del Parque Nacional Sangay.

8. MIRADOR DE LA EMISORA VOZ DEL UPANO.

Se encuentra en la parte más alta de la ciudad de Macas entre las calles 10 de agosto y Don Bosco. Desde allí se puede observar el hermoso y gran río Upano que se funciona con la flora típica. El escenario es propicio para la fotografía.

9. MIRADOR DEL QUILAMO.

Ubicado en el cerro del mismo nombre, al oeste de la ciudad. Ideal para realizar caminatas, observar el valle del río Upano y la ciudad de Macas, las actividades que se realizan es la fotografía y ciclo paseos.

10. RÍO JURUMBAINO.

Se ubica a 1,3 km de la ciudad de Macas en la vía que conduce al mirador el Quilamo, sus aguas son oscuras por la presencia de sedimento inodora y con temperatura agradable. Posee gran cantidad de flora endémica de la zona que no

está intervenida. Existe una playa pequeña que es utilizada para salidas de regatas, rafting y otras actividades

11. PLAYAS DEL RÍO COPUENO.

Se ubican al noreste de la ciudad de Macas a 1.2 km sus aguas son limpias, transparentes, inodoras y con una temperatura agradable. Posee gran cantidad de flora endémica de la zona. Las actividades que se pueden realizar son observación del paisaje, natación, descanso y pesca.

12. PLAYAS DEL RÍO UPANO.

Se encuentra a 2 km de la ciudad, en la vía Macas – Puyo. El agua es limpia y verdosa, tiene una temperatura templada que llega a 14 °C en días cálidos. Desde la playa se puede apreciar los rápidos del Upano y su gran puente. Escenario propicio para la natación como el descanso y fotografía.

I. PARROQUÍA SINAIÍ.

Se encuentra a 31,9 km del centro urbano de Macas. Los lugares a visitar son una reliquia de bosque primario formado por especies de guayacán y aliso, rico en fauna y flora; se pueden observar variedad de aves, peces, mariposas e insectos y disfrutar de las aguas del balneario artificial de Guangansa, frotarse la cara y el cuerpo con barro, como tratamiento para la piel y visitar el complejo arqueológico Wapula.

1. PARROQUIA SUÑAC.

Ubicada a 48 m de la ciudad de Macas y rodeada de las cascadas: Maco, Río Playa, Cugusha, Suñac, en donde se puede realizar caminatas, observación de la flora y fauna, camping, fotografía, estudios botánicos y biológicos.

Bosque Protector Kutucú Shaimi tiene una extensión de 360.000 hectáreas de vegetación arbórea de gran tamaño, posee bosques primarios y abundante fauna. Existen riachuelos, ríos y cascadas en los cuales se puede pescar, observar roedores, mamíferos, reptiles y gran variedad de aves. Su ingreso se lo realiza por las comunidades Musap y Macuma.

2. PARROQUIA CUCHAENTSA.

Posee importantes cascadas como la del alto macuma (Cascada Arutam, Etsa, Tsunki, Sagrada) ubicada a 45 minutos de la ciudad de Macas. Ideal para conocer bosque primario, pescar curundas, escalar, fotografiar y acampar. El Río Macuma es navegable y a sus orillas se asientan comunidades de Etnia Shuar.

3. PARROQUIA RÍO BLANCO.

Es apto para la pesca y en algunos tramos para nadar y relajarse. El conjunto de 9 cascada conocida como “Las de Arapicos” (La Unión, El Platanillo, Resbaladera, Sunka, Del Cangrejo, Chorrera, Tayo, Nutri, Tuna Karamte). Tiene diferentes

formas y encantos particulares. Son ideales para caminatas y observación de flora y fauna.

El sitio arqueológico “Petroglifos de Padre Carollo ” está representado por un conjunto de 5 monumentales piedras separadas por grupos de dos, situadas a unos 300 metros de distancia entre una y otra.

4. PARROQUIA 9 DE OCTUBRE.

Se encuentra a 27,5 km de la cabecera cantonal entre los atractivos que posee están el Mirador Loma Tigrillo (1865 msnm), desde se aprecia la unión de los Ríos Upano y Abanico, es ideal para realizar fotografías. El río Abanico, con su agua verdosa oscura, inodora, limpia y con temperatura agradable, posee gran cantidad de flora típica y endémica de la zona que no está intervenida. Sus caudalosas aguas propician el desarrollo de actividades de rafting, kayak, pesca deportiva y fotografía.

Cugushala cascada de Cugusha: una de las más impresionantes del PNS, con una caída de agua mayor a los 30 m, visible desde la comunidad 9 de octubre. Para llegar a la cascada es necesario contratar los servicios de guías calificados. Este lugar es ideal para fotografía, observación de plantas, orquídeas, aves y lugar de los monos aulladores.

5. PARROQUIA SAN ISIDRO.

Se encuentra a 12 km al norte de la ciudad de Macas. Entre los atractivos con que cuenta está el mirador el Paraíso, Río Quebrada, Centro de Rescate de Orquídeas e iglesia de San Isidro.

6. PARROQUIA SEVILLA DON BOSCO.

A 20 km de la ciudad de Macas se encuentra el bosque arrayanes, el segundo más grande del Ecuador. En un recorrido por su interior se puede apreciar variedad de anturios, bromelias y orquídeas de diversos tamaños y virtuosos colores. Entre las actividades que se llevan a cabo están la observación del paisaje, senderos, caminatas y fotografía.

El Río Yuquipa es un escenario propicio para paseos en canoas, regatas, rafting, kayak, natación, pesca deportiva y observación de paisaje.

Las granjas integrales del sector tiene extensiones de terreno que están siendo utilizados para producir, industrializar y comercializar productos agrícolas y pecuarios a bajo costo y durante todo el año. Los centros de recreación son propicios para realizar actividades de pesca deportiva, camping, observación de aves y algunas especies de fauna, bosques, senderos árboles frutales y espacios deportivos.

Comunidad de Miasal.- Comunidad Shuar y Achuar localizada a 25 minutos en aeroplano desde Macas con una altitud de 330 metros, se encuentra en las estribaciones de la cordillera oriental del Kutucú. Miasal cuenta con atractivos turísticos naturales y culturales, que por estar lejos de la ciudad preservan sus costumbres y tradiciones al igual que protegen y respetan el medio ambiente. Entre los potenciales atractivos se encuentra la laguna de caimanes, las lagunas termales que son ideales para realizar baños de agua caliente e hidromasajes naturales; el bosque primario con variedad de fauna y flora representativa. Las actividades a realizar; fotografía, caminatas, observación de cascadas, pesca deportiva, canotaje, medicina tradicional y rituales.

7. PARROQUIA GENERAL PROAÑO.

Entre los atractivos a visitar esta el Complejo Turístico Nadú, que se encuentra a 200 metros del centro histórico. El Bosque Protector Domono, La Granja Eco turística Huerto el Edén que es un centro de rescate de fauna neo tropical.

B. CARACTERÍSTICAS ORGANOLÉPTICAS DE LOS PRODUCTOS TRADICIONALES CULINARIOS

Es necesario conocer la definición del término Organoléptico, para tener una visión exacta de las características que vamos a exponer:

Definiciones de características organolépticas.

- La propiedad de un cuerpo: Que se puede percibir por los sentidos.
- Un análisis organoléptico es una valoración cualitativa que se realiza sobre una muestra (principalmente de alimento o bebida) basada exclusivamente en la valoración de los sentidos (vista, gusto, olfato, etc.)
- Las propiedades organolépticas de los alimentos o materias primas alimentarias cuyo uso esencial es la nutrición, tienen un efecto determinante sobre el consumo y éxito comercial.
- Las propiedades descritas como organolépticas son:
 - Gusto – sabor
 - Olor
 - Color – aspecto
 - Textura
 - Sabor = gusto + olor
 - Aspecto = textura + color.

Las industrias de alimentos, con la especialización y división de funciones, son las encargadas realzar dichas características al elaborar, mezclar, transformar, envasar, conservar y distribuir los alimentos.

YUCA

La Yuca se cultiva hasta los 2000 metros sobre el nivel del mar. El rendimiento disminuye a medida que la temperatura es menor. La Yuca se produce como cultivo de subsistencia. Su valor se deriva de su tolerancia a la sequía, su capacidad para crecer en suelos pobres y su resistencia relativa a las malezas e insectos

De acuerdo con lo investigado el sabor de la yuca no es ni dulce ni amargo, su color moderadamente blanco o amarillo, pero no transparente teniendo una textura moderadamente firme.

PALMITO o CHONTA.

La mayor parte de las especies alimentarias de la familia de las Palmáceas se cultivan por su fruto. Sin embargo, existen aproximadamente un centenar de palmeras que dan lugar a un palmito suficientemente grande como para su comercialización y consumo humano, presentan características diferentes, con un sabor que varía desde ligeramente dulce hasta un amargo. Estos palmitos son delgados y de color marfil, con textura suave y sabor dulce y delicado. El palmito es la parte comestible del interior del tronco (tallo tierno).

La cosecha del palmito se realiza a partir de los 18 a 24 meses de haberse iniciado el cultivo, el buen desarrollo depende del clima, disponibilidad del agua, fertilidad del suelo y del control de las malezas. La cosecha se puede desarrollar durante todo el año, pero no se debe hacer cuando se presenta mucha sequía, ya que el 90% del palmito es agua.

Sus frutos son globosos de 6 a 7 cm de diámetro, en racimos de 100 a más unidades con una epidermis consistente de color roja, amarilla o anaranjada; la misma que se encuentra protegiendo el mesocarpio o la parte carnosa de la fruta la misma que tiene una textura firme, que es comestible y de alto valor nutricional, teniendo un sabor dulce.

CACAO.

Fruto grande, generalmente elipsoidal, acostillada, con frente gruesa y ovalada amarilla o roja de 15 a 40 cm de largo, sostenida por un pedúnculo fuerte.

PAPACHINA.

Textura suave, color blanco delicado, tiene un sabor suave y poco dulce agradable al paladar

HOJA DE BIJAO.

Estas hojas se parecen a las hojas de plátano pero un poco más largas poseen un color verde claro, su textura es dura.

TILAPIA.

Tilapia se encuentra tanto en agua dulce como en agua salada. Es una especie de agua cálida que puede llegar a pesar de 3 a 4 libras. Tilapia es un pez que tiene una textura firme con un sabor dulce.

CHONTACURO.

Es un gusano de color blanco, de apariencia muy grasosa, de textura suave.

NARANJILLA.

Su fruto es de sabor ácido, su color es amarillo verdoso, de textura suave, tiene una pulpa con numerosas semillas y jugo de color verde. Su estructura interna se asemeja a la del tomate, puede ser consumida fresca o cocida. Se usa para preparar jugos, jaleas, mermeladas y otros preservados. Es rica en vitaminas, proteínas y minerales. Se dice que contiene fermento

**C.ALTERNATIVAS GASTRONÓMICAS DEL CANTÓN CON MAYORES
POSIBILIDADES DE DESARROLLO TURÍSTICO.**

LISTADO DE LA MATERIA PRIMA UTILIZADA EN LAS RECETAS ESTANDAR

PRODUCTO	CANTIDAD REFERENCIAL	PRECIO REFERENCIAL
Tomate riñón	1 kg	\$ 0.25
Cebolla paiteña	1 kg	\$0.20
Palmito	1 kg	\$1.20
Hongos ostra	1 kg	\$0.40
Pimiento	1 kg	\$0.08
Culantro	1 kg	\$0.12
Pollo	1 kg	\$3.60
Papachina	1 kg	\$2.00
Huevos	20 unidades	\$2.40
Cebolla blanca	1 kg	\$0.52
Zanahoria	1 kg	\$0.10
Yuca	1 kg	\$0.30
Ajo	1 kg	\$0.04
Verde	1 kg	\$0.65
Col	1 kg	\$0.35
Remolacha	1 kg	\$0.30
Apio	1 kg	\$0.27
Hojas de bijao	1 kg	\$0.25
Aguacate	1 kg	\$0.35

Brócoli	1 kg	\$0.15
Lechuga	1 kg	\$0.12
Naranja	1 kg	\$0.35
Carachama	1 kg	\$0.77
Tilapia	1 kg	\$0.75
Bagre	1 kg	\$0.65
Caracol	1 kg	\$0.12
Truchas	1 kg	\$0.62
Crema de leche	1 kg	\$0.40
leche	1 kg	\$0.50



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

TAMAL DE PALMITO CON CARNE DE CHANCO			
N° RECETA 002			
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
2	lb	Carne de chancho	3.00
600	gr	Palmito	1.00
400	gr	Cebolla blanca	0.50
20	gr	Achiote	0.20
8	gr	sal	0.10
2	gr	Comino	0.10
2	gr	ajo	0.20
	C/N	Hojas de bijao	
		TOTAL	5.10
PREPARACION			
Aliñar la carne de chancho con sal, comino, ajo y achiote. Mesclar el resto de ingredientes y colocar en las hojas de bijao en porciones de 150 gr. Envolver y poner a cocer en una tamalera por 30 minutos.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CEVICHE DE HONGOS			
N° RECETA 003		NOMBRE DEL MENÚ:	
ENTRADA			
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
200	gr	hongos ostra	0.40
100	gr	cebolla paiteña	0.20
140	gr	Tomate riñón	0.25
50	gr	pimiento	0.08
¼	tz	jugo de limón	0.25
10	gr	culantro	0.12
2	cdas	aceite	0.15
		TOTAL	1.45
		Total costo materia prima *pax	0.36
PREPARACION:			
Mesclar la cebolla paiteña con el limón, agregar el tomate y el pimiento, hervir los hongos en el agua por 30 minutos, y separar. Puede acompañar el plato con chifles, plátano o papachina.			



SABER PARA SER

ESPOCH
 ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
 DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

TAMAL DE POLLO			
N° RECETA 004		NOMBRE DEL MENÚ: ENTRADA	
N° PORCIONES 8			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
7	lb	maíz seco	1.75
4	kg	pollo	5.00
2	cdas	mantequilla	0.50
2	cdas	manteca de chancho	0.25
	c/n	hojas de bijao o plátano	2.00
		TOTAL	9.50
PREPARACION:			
Pelar el maíz con ceniza remojar por 2 días y moler, cocinar el pollo con las especias por 40 minutos, desmenuzar y saltear con el maíz molido revolver la masa con el jugo de pollo agregar mantequilla, manteca y amasar. Porcionar los tamales agregando el pollo colocar en la tamalera cocinar por 30 minutos.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

TAMAL DE PAPACHINA			
N° RECETA 005		NOMBRE DEL MENÚ: ENTRADA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
500	gr	papachina	1.00
100	gr	mantequilla	1.00
175	gr	queso	1.20
15	gr	sal	0.25
350	gr	harina	0.30
1	unidad	huevo	0.12
		TOTAL	3.85
PREPARACION:			
Moler la papachina cruda agregar la mantequilla y queso, amasar bien y agregar la sal, harina y huevo, envolver en hojas de bijao y cocinar al vapor.			



SABER PARA SER

ESPOCH
 ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
 DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CALDO DE CARACHA			
N° RECETA 006		NOMBRE DEL MENÚ: SOPA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
20	ml	aceite	0.25
20	gr	cebolla blanca	0.20
10	gr	cilantro	0.10
4	gr	achiote	0.15
3	gr	comino	0.05
3	gr	caldo de gallina	0.25
45	gr	sal	0.25
220	gr	carachama	0.77
2	gr	ajo	0.04
5	gr	tallo de apio	0.27
200	gr	yuca cocinada	0.30
		TOTAL	4.45
PREPARACION:			
Hacer un refrito con la cebolla, cilantro, achiote, aceite, comino, caldo de gallina y sal, agregar agua y las carachas, adicionar cebolla blanca y el tallo de apio, dejar cocinar por 20 minutos, servir con yuca cocinada.			



SABER PARA SER

ESPOCH
 ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
 DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CALDO DE NOVIOS			
N° RECETA 007		NOMBRE DEL MENÚ: SOPA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
3	lb	hueso blanco	1.50
4	lb	cabeza de zanahoria	0.10
1 ½	lb	mote	1.00
250	gr	rolaquimba	1.15
30	gr	sal	0.15
	c/n	Ajo	
	c/n	cebolla blanca	
	c/n	cilantro	
		TOTAL	4.80
PREPARACION:			
<p>Hervir el hueso por dos horas con sal agregar mote, hervir la zanahoria a fuego lento por 1 hora poner las hojas de rolaquimba picada y lavada previamente hervir 15 minutos más hasta que se cocine servir con una porción de mote, plátano o verde cocinado.</p>			



SABER PARA SER

ESPOCH
 ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
 DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

LA RAMBUELA			
N° RECETA 008		NOMBRE DEL MENÚ: SOPA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
4	lb	yuca	0.30
5	lb	punta de costilla de res	2.50
250	gr	cebolla	1.00
10	gr	sal	0.15
3	gr	comino	0.15
5	gr	ajo	0.04
		TOTAL	5.40
PREPARACION:			
Cocer por 30 minutos la costilla previamente picada junto con la cebolla, ajo, comino. Agregar la yuca en trozos de 15 cm, partidos por la mitad tapar y cocer por 30 minutos más hasta que la yuca este suave. Servir caliente.			



SABER PARA SER
ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO
RECETA ESTANDAR

CALDO DE LA JOSEFINA			
N° RECETA 009		NOMBRE DEL MENÚ: SOPA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
10	lb	carachama	0.77
150	gr	pasta de maní	1.50
1	tz	leche	0.20
200	gr	Cebolla blanca	0.52
3	gr	comino	0.15
25	gr	ajo	0.04
40	gr	perejil	0.20
20	gr	cilantro	0.10
500	gr	verde	0.65
700	gr	yuca	0.30
5	gr	pimienta	0.10
50	gr	sal	0.5
1	Cubo	sazonador	0.05
		TOTAL	4.68
		Total precio materia prima *pax	0.78
PREPARACION:			
En una olla poner a cocinar por 30 minutos el verde junto con el resto de los ingredientes menos el pescado, luego agregar el mismo y cocer por 20 min. Más agregar el cilantro y servir.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

SANCOCHO MACABEO			
N° RECETA 010		NOMBRE DE MENÚ: SOPA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
15	gr	zanahoria	0.10
40	gr	hueso de res	0.75
454	gr	Cebolla blanca	0.52
1	gr	Cilantro	0.10
1	gr	Col	0.10
1	gr	sal	0.10
acompañado			
45	gr	remolacha	0.74
30	gr	Cebolla blanca	0.52
2	gr	ajo	0.04
5	gr	Tallo de apio	0.27
200	gr	Yuca cocinada	0.30
TOTAL			3.54
Total precio materia prima * pax			0.59
PREPARACION:			
En el agua poner a cocinar el hueso por 20 minutos agregar fréjol, cebolla y zanahoria, cocinar por 20 min más agregar el verde, sal y cocinar 20 min más, luego añadir papachina, col, cilantro y cocinar hasta que la col este suave servir con una porción de arroz y remolacha cocinada y aliñada.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CALDO DE TILAPIA			
N° RECETA 011		NOMBRE DEL MENÚ: SOPA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
50	gr	sal	0.20
250	gr	tilapia	0.15
1	kg	yuca	0.30
		TOTAL	0.65
		Total precio materia prima * pax	0.11
PREPARACION:			
Hervir agua y agregar el pescado previamente lavado por 20 min. Hasta que el pescado este suave. Cocinar la yuca en un recipiente aparte. Servir el plato acompañado con yuca o plátano.			



SABER PARA SER

ESPOCH
 ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
 DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

TILAPIA AL VAPOR			
N° RECETA 012		NOMBRE DEL MENÚ: PLATO PRINCIPAL	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
1	cda	achiote	0.10
2	cdas	mantequilla	0.25
1	gr	sal	0.10
80	gr	Cebolla paiteña	0.25
1/2	Unidad	limón	0.10
1	onza	Vino tinto	0.30
300	gr	carachama	0.77
Aliño			
2	Unidades	ajo	0.04
1/2	cda	sal	0.10
1/2	unidad	limón	0.05
		TOTAL	2.06
		Total precio materia prima * pax	0.34
PREPARACION:			
Hacer un refrito con achiote, cebolla, sal, mantequilla, y el vino colocar el refrito junto con el jugo dentro del pescado y envolver en papel aluminio. Poner al vapor a fuego medio por 15 min. Acompañar con patacones, ensalada o encebollado.			



SABER PARA SER
ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CEVICHE DE CARACOL			
N° RECETA 013		NOMBRE DEL MENÚ: PLATO PRINCIPAL	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
125	gr	caracol	0.19
¼	tz	Caldo de caracol	0.10
120	gr	Tomate riñón	0.25
100	gr	Jugo de tomate	0.30
30	gr	cilantro	0.10
1	cda	aceite	0.10
1	unidad	limón	0.10
1	pizca	pimienta	0.05
55	gr	sal	0.10
60	gr	Cebolla paiteña	0.25
125	gr	verde	0.65
60	gr	Canguil	0.30
		TOTAL	2.49
		Total precio materia prima * pax	0.62
PREPARACION:			
Lavar el caracol y hervir por 3 min, luego sacar el caparazón, vísceras y enjuagar, dar un hervor a los caracoles con sal picar en cuadritos pequeños, mezclar todos los ingredientes. Aparte preparar los patacones y el canguil. Servir el ceviche acompañado de los patacones, canguil y rodaja de limón.			



SABER PARA SER
ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

AYAMPACO DE POLLO			
N° RECETA 014		NOMBRE DEL MENÚ: PLATO PRINCIPAL	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
3000	gr	Cebolla paitaña	0.25
2000	gr	palmito	0.24
300	gr	ajo	0.04
10	gr	sazonador	0.10
500	gr	Manteca de chancho	0.50
75	gr	achiote	0.15
60	gr	sal	0.10
9	kg	pollo	3.60
80	gr	yuca	0.30
	c/n	Hojas de bijao	
		TOTAL	5.28
		Total precio materia prima * pax	0.88
PREPARACION:			
<p>Picar el pollo de 2 a 3 cm, cebolla y palmito mezclar todos los ingredientes y porcionar en las hojas de bijao lavadas previamente en un peso aproximado de 180 gr, envolver y amarrar con una tira de toquilla poner al fuego y dejar azar de 20 a 30 min. Servir con yuca cocinada.</p>			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

MAITO DE CARACHAMA			
N° RECETA 015		NOMBRE DEL MENÚ: PLATO PRINCIPAL	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
300	gr	carachama	0.77
2	gr	sal	0.10
3	unidades	Hojas de bijao	0.30
		TOTAL	1.17
		Total precio materia prima * pax	0.20
PREPARACION:			
Lavar las carachamas y las hojas de bijao. Colocar las carachas sobre las hojas y espolvorear con sal envolver y amarrar con una fibra de paja toquilla, azar a la brasa colocándola sobre la parrilla y volteando constantemente hasta que el maíto esté liviano con un tiempo de cocción de 20 a 30 min.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

MAITO DE TILAPIA CON PALMITO			
N° RECETA 016		NOMBRE DEL MENÚ: PLATO PRINCIPAL	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
200	gr	tilapia	0.75
30	gr	Hojas de bijao	0.15
40	gr	palmito	0.24
	c/n	sal	
		TOTAL	1014
		Total precio materia prima * pax	0.19
PREPARACION:			
En las hojas de bijao colocar la tilapia previamente lavada, agregar el palmito picado con sal envolver y amarrar con fibra de paja toquilla, y azar sobre la parrilla volteando constantemente hasta que el maito esté liviano servir acompañado de yuca o plátano.			



SABER PARA SER

ESPOCH
 ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
 DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

POLLO AL ARAZA			
N° RECETA 017		NOMBRE DEL MENU: PLATO PRINCIPAL	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
4	lb	pollo	4.00
120	gr	arazá	0.50
ALIÑO			
10	gr	ajo	0.04
87	gr	Cebolla paitaña	0.25
50	ml	aceite	0.25
25	gr	arazá	0.25
16	gr	sal	0.10
3	gr	pimienta	0.10
8	gr	culantro	0.10
SALSA			
	C/N	Caldo de pollo	
2	cdas	Crema de leche	0.25
20	gr	maicena	0.15
250	ml	leche	0.50
		TOTAL	6.49
		Total precio materia prima * pax	1.08
PREPARACION:			
Licuar los ingredientes del aliño, y adobar el pollo, sellar con papel aluminio y llevar al horno a 180° C por 15 minutos sacra del horno y bañar con la pulpa del arazá y volver a hornear sin papel aluminio por 45 min más. SALSA: se licua todos los ingredientes servir acompañado de una porción de arroz, tres rodajas de tomate y dos rodajas de limón.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CEVICHE DE TRUCHA			
N° RECETA 018		NOMBRE DEL MENÚ: PLATO PRINCIPAL	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
20	gr	Tomate riñón	0.25
70	ml	Zumo de limón	0.15
180	gr	Cebolla paiteña	0.25
60	ml	Jugo de tomate	0.20
2	unidades	Trucha deshuesada	1.50
5	gr	cilantro	0.10
1	gr	ají	0.05
30	ml	vinagre	0.15
	c/n	orégano	
		TOTAL	2.65
		Total precio materia prima * pax	0.66
PREPARACION:			
Mezclar la trucha con sal y jugo de limón, dejar reposar por 20 minutos hasta que blanquee la trucha, mezclar los demás ingredientes e igualar la sal servir acompañado con chifles y canguil.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

MAITO DE TRUCHA			
N° RECETA 019		NOMBRE DEL MENÚ: PLATO PRINCIPAL	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
250	gr	trucha	0.62
5	gr	mariapanga	0.25
5	gr	sal	0.10
100	gr	yuca	0.30
3	unidades	Hoja de bijao	0.15
		TOTAL	1.42
		Total precio materia prima * pax	0.35
PREPARACION:			
Abrir la trucha en la mitad, bañar con sal y cubrir con hojas de bijao sin atar, colocar encima de la brasa y en 20 min, estará lista. Servir acompañado con papa, yuca o plátano.			



SABER PARA SER
ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO
RECETA ESTANDAR

POLLO CON HONGOS HOISTRA			
N° RECETA 020		NOMBRE DEL MENÚ: PLATO PRINCIPAL	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
450	gr	pollo	3.60
60	gr	Cebolla paiteña	0.25
50	ml	aceite	0.15
100	gr	hongos	0.50
1,5	gr	Sal - ajo	0.20
5	gr	Cilantro	0.10
20	gr	Tallarín chino	0.20
30	gr	zanahoria	0.10
30	gr	espinaca	0.15
60	gr	shungupapa	0.15
35	gr	Tomate riñón	0.25
		TOTAL	5.65
		Total precio materia prima * pax	1.41
PREPARACION:			
En aceite freír el pollo con paiteña y sal por 15 min a fuego lento, agregar los hongos y el cilantro igualar la sal y cocer hasta sancochar los hongos de 3 a 4 min, cocer el tallarín en agua y hacer un refrito con la cebolla, ajo agregar la espinaca y la zanahoria sal al gusto y mezclar con el tallarín, servir con shungu papa limón y tomate.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

HORMIGAS UCUI			
N° RECETA 021		NOMBRE DEL MENÚ: GUARNICIÓN	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
200	gr	Hormigas ucui	0.20
200	gr	plátano	0.15
200	gr	yuca	0.30
	c/n	sal	
		TOTAL	0.65
		Total precio materia prima * pax	0.16
PREPARACION:			
Retirar de las hormigas las alas y la patas, lavar y colocar en un sartén sin aceite, cocinar por 20 min, sazonar al gusto servir acompañado con plátano o yuca. El mismo plato puede ser servido con chicha de yuca o chonta.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

PAPACHINA A LA GUANCAINA			
N° RECETA 022		NOMBRE DEL MENÚ: GUARNICIÓN	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
6	lb	papachina	0.62
½	lb	queso	0.50
1	Unidad	ají	0.10
160	gr	Cebolla paiteña	0.25
20	gr	ajo	0.04
3	tz	leche	0.25
60	gr	lechuga	0.60
1	unidad	Aceituna negra	0.05
		TOTAL	2.41
		Total precio materia prima * pax	0.60
PREPARACION:			
<p>Cocer la papachina por 5 min, pelar y espolvorear sal, pimienta y jengibre, picado, sazonar con 3 dientes de ajo, cebolla paiteña y el ají, licuar con el queso y la leche hasta obtener una salsa amarilla. Añadir a la papachina y mezclar todo, y servir guarnición acompañado de lechuga y rodaja de huevo duro y aceituna negra.</p>			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

TAMAL DE CARNE			
N° RECETA 023		NOMBRE DEL MENÚ: GUARNICIÓN	
N° PORCIONES 8			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
216	gr	Carne molida	1.50
750	gr	palmito	0.24
120	gr	Cebolla blanca	0.52
30	gr	cilantro	0.20
15	gr	sal	0.10
40	ml	aceite	0.20
5	gr	Achiote	0.05
25	gr	ajo	0.04
		TOTAL	2.85
		Total precio materia prima * pax	0.35
PREPARACION:			
Hacer refrito con cebolla, palmito y achiote freír la carne en aceite, sal y ajo. Mezclar todos los ingredientes envolver en hojas de bijao y cocer al vapor por 20 min, servir acompañado con yuca.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

MUCHINES DE YUCA			
N° RECETA 023		NOMBRE DEL MENÚ: GUARNICIÓN	
N° PORCIONES 8			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
800	gr	yuca	0.30
4	unidades	huevo	0.50
8	gr	sal	0.10
		TOTAL	0.90
		Total precio materia prima * pax	0.11
PREPARACION:			
Rallar la yuca lo más fina que se posible mezclar con los huevos y sal al gusto finalmente amasar freír y caliente con café o guayusa.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

ENSALADA DE PALMITO CON GARABATO YUYO			
N° RECETA 024		NOMBRE DEL MENÚ: GUARNICIÓN	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
1	kg	palmito	0.24
1	kg	Garabato yuyo	0.75
30	ml	aceite	0.15
15	gr	sal	0.10
		TOTAL	1.24
		Total precio materia prima * pax	0.20
PREPARACION:			
<p>Sancochar el palmito con sal y aceite a fuego normal por 15 minutos, poner a hervir agua en una olla una vez hervido colocar el garabato yuyo y cocer por 5 a 8 min más y sacar. Mezclar los dos ingredientes y utilizar como guarnición para un plato principal.</p>			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CHONTA COCINADA			
N° RECETA 025		NOMBRE DEL MENÚ: ENTREMESES	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
200	gr	chonta	1.00
100	gr	mantequilla	0.70
	c/n	sal	
		TOTAL	1.70
		Total precio materia prima * pax	0.28
PREPARACION:			
Lavar la chonta y cocer por en agua por 45 min, servir acompañado de una taza de café			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CUCHICARA			
N° RECETA 026		NOMBRE DEL MENÚ: ENTREMES	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
20	gr	Cuero de chancho	0.70
100	gr	mote	0.50
2	gr	sal	0.10
		TOTAL	1.30
		Total precio materia prima * pax	0.32
PREPARACION:			
Rostizar el cuero de chancho hasta obtener un dorado que denote cocción , una vez asado cortar en tiras de 1 cm, servir acompañado de sal plátano o yuca			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

PINCHO DE CACAO			
N° RECETA 027		NOMBRE DEL MENÚ: ENTREMES	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
13	unidades	Pepas de cacao	1.00
2	gr	sal	0.10
1	unidad	bambú	0.05
		TOTAL	1.30
		Total precio materia prima * pax	0.21
PREPARACION:			
Colocar las pepas de cacao en un plato de bambú, sazonar agregar sal y poner al carbón por 5 min, servir igual que el pincho servir con chicha de yuca o chonta.			



SABER PARA SER

ESPOCH
 ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
 DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

PINCHO DE CHONTACURO			
N° RECETA 028		NOMBRE DEL MENÚ: GUARNICIÓN	
N° PORCIONES 2			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
180	gr	chontacuro	1.00
0.5	gr	sal	0.10
		TOTAL	1.10
		Total precio materia prima * pax	0.55
PREPARACION:			
Incrustar los chontacuros en plato de pincho o guadua fina 5 – 6 unidades, agregar sal y azar al carbón de 8 a 10 min, se lo puede acompañar con yuca o plátano.			



SABER PARA SER

ESPOCH
 ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
 DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

PASTEL DE CUGO			
N° RECETA 029		NOMBRE DEL MENÚ: POSTRES	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
120	gr	pasas	1.00
250	ml	leche	0.30
500	gr	Cugo rallado	0.75
250	gr	margarina	0.80
660	gr	azúcar	1.00
4	unidades	huevos	0.50
5	ml	vainilla	0.15
8	gr	sal	0.10
		TOTAL	4.60
		Total precio materia prima * pax	1.15
PREPARACION:			
<p>Hervía las pasa con 250 ml de leche, para suavizarlas mezclar la mantequilla con el azúcar, hasta hacer una pasta agregar los huevos, y batir hasta que quede uniforme, agregar el cugo, harina y batir. Agregar vainilla, sal y terminar de batir la preparación enharinar el molde colocar la preparación y llevar al horno a 180°C por una hora.</p>			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

POSTRE DE NARANJILLA			
N° RECETA 030		NOMBRE DEL MENÚ: POSTRES	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
2	tz	Pulpa de naranjilla	1.00
3	cdas	azúcar	0.20
1	gr	canela	0.10
5	gr	Gelatina sin sabor	0.20
	c/n	Zumo de naranjilla	
1	tz	azúcar	0.25
2	unidades	Claras de huevo	0.24
		TOTAL	1.99
		Total precio materia prima * pax	0.49
PREPARACION:			
Poner a fuego lento una taza de naranjilla, azúcar y canela una vez que hierva, agregar la gelatina sin sabor, dejar diluir revolviendo agregar en los moldes, aparte diluir en otro recipiente la otra taza de naranjilla con una taza de azúcar hasta hacer un almíbar, una vez que esté listo el almíbar batir las claras a punto de nieve a poner en los pocillos,			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CHICHA DE CHONTA			
N° RECETA 031		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDAS	
N° PORCIONES 8			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
60	gr	Chonta molida	1.00
1	cda	azúcar	0.10
		TOTAL	1.10
		Total precio materia prima * pax	0.13
PREPARACION:			
Mezclar la chonta molida con el agua, hasta que se diluya y cernir, servir solo o con azúcar.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

BATIDO DE NONI			
N° RECETA 032		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
100	gr	noni	1.00
300	ml	leche	0.55
30	gr	azúcar	0.20
		TOTAL	1.75
		Total precio materia prima * pax	0.29
PREPARACION:			
Licuar ligeramente el noni con la leche, azúcar y cernir, servir en caso o copa con sorbete.			



SABER PARA SER

ESPOCH
 ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
 DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

KUMIS NATURAL			
N° RECETA 033		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
3	lt	leche	2.10
200	gr	azúcar	0.70
30	gr	canela	0.15
		TOTAL	2.95
		Total precio materia prima * pax	0.49
PREPARACION:			
Hervir la leche y dejar fermentar por un día licuar con azúcar y canela, tiene un sabor muy similar al yogurt.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CHICHA DE YUCA			
N° RECETA 034		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
½	unidad	Yuca cocinada	1.10
400	gr	camote	0.90
	c/n	Maní cocinado	
		TOTAL	2.00
		Total precio materia prima * pax	0.33
PREPARACION:			
Poner a cocinar la yuca, hasta que esté suave mezclar bien y adicionar agua, adicionar el zumo de camote para acelerar la fermentación. Dejar reposar por tres días aparte cocinar con maní con todo y vaina, y servir la chicha.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

CHICHA DE UNGURAGUA			
N° RECETA 035		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
4	lt	Chicha de yuca	2.00
50	unidades	unguragua	1.00
		TOTAL	3.00
		Total precio materia prima * pax	0.50
PREPARACION:			
Aplastar las unguraguas, separa las pepas, mezclar el zumo de la unguragua, y mezclar con la chicha y servir.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

AGUA DE HIERVALUISA			
N° RECETA 036		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDA	
N° PORCIONES 4			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
4	unidades	hierbaluisa	0.60
		TOTAL	0.60
		Total precio materia prima * pax	0.15
PREPARACION:			
Hervir el agua con la hierbaluisa por 15 min, agregar azúcar y servir caliente acompañado de muchines y tacachos.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

AGUA DE GUAYUSA			
N° RECETA 037		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
10	unidades	guayusa	1.00
200	gr	azúcar	1.00
		TOTAL	2.00
		Total precio materia prima * pax	0.33
PREPARACION:			
Hervir el agua por 10 min agregar la guayusa, y dejar enfriar se puede servir fría, tibia o caliente.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

JUGO DE CAÑA			
N° RECETA 038		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDA	
N° PORCIONES 6			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
20	ml	Jugo de caña	1.00
		TOTAL	1.00
		Total precio materia prima * pax	0.16
PREPARACION:			
Moler la caña extraer el jugo y servir en vaso de 12 oz, con 2 hielos y un sorbete se le puede agregar gotitas de limón.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

SINCHICARA			
N° RECETA 039		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDA	
N° PORCIONES 12			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
50	gal	Agua ardiente	20.00
5	kg	chugchuguaso	5.20
6	unidades	Uña de gato	1.50
2	Unidades	guayusa	0.15
250	gr	boldo	0.30
125	gr	hierbaluisa	0.25
4	unidades	bejuco	0.30
½	lt	Esencia de vainilla	1.00
		TOTAL	28.70
		Total precio materia prima * pax	2.39
PREPARACION:			
Cocer por 3 horas mezclando todos los ingredientes, dejar reposar hasta que se enfríe, poner en barriles de roble y dejar macerar por 3 meses.			



SABER PARA SER

ESPOCH
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO

RECETA ESTANDAR

COCTEL DE SINCHICARA			
N° RECETA 040		NOMBRE DEL MENÚ: BEBIDA	
N° PORCIONES 12			
CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES	COSTO
125	ml	sinchicara	2.00
325	ml	Cola negra	1.70
		TOTAL	3.70
		Total precio materia prima * pax	0.30
PREPARACION:			
Poner en un vaso los hielos seguidos de la sinchicara, y completar con la cola negra, servir con una rodaja limón como decoración.			

V. CONCLUSIONES

- La comida típica de Morona Santiago es exquisita pero no es conocida es por eso que se debe fomentar el gusto por estar al tanto de lo nuestro.
- La gastronomía y turismo poseen una rica e interesante historia que se ido forjando con el paso de los años, y en el caso del arte de la cocina, se lo ha ido heredando de generación en generación aunque al final con una que otra variación.
- En comparación con otro tipo de comidas la de la Amazonía es más saludable puesto que no es totalmente necesario utilizar colorantes ni condimentos tratados.
- El clima en esta zona nos ayuda a que existan productos que no podemos encontrar en otra parte del Ecuador.

VI. RECOMENDACIONES

- La gastronomía forma parte de la cultura de un pueblo, ya que esta lo identifica como tal y permite diferenciarlo de los demás, creemos que es muy importante que la gente deba comenzar a preocuparse un poco más sobre este tema, por que como nos pudimos dar cuenta en las encuestas las personas no tienen un gran interés ni conocimientos de la preparación de la comida típica y todo lo que respecta a ella.
- Dar información específica de donde podemos conseguir dichos productos para la realización de los diferentes platillos o a su vez indicar en qué zona podemos consumir los platillos que deseemos.
- El turismo es una muy importante fuente de ingresos, pero para que este pueda rendir al cien por ciento se debe invertir y trabajar en el, esto lo decimos por que existen muchas falencias, primeramente la gente no se encuentra debidamente informada sobre el patrimonio turístico que posee el cantón, ya que no hay una buena difusión del mismo.

VII. RESUMEN

Se realizó un estudio de la Cultura Culinaria – Turística del Cantón Morona, ya que las diferentes preparaciones en una gran parte son desconocidas por sus habitantes, por esta razón esta investigación relata los contenidos naturales de la gastronomía y a su vez los diferentes lugares turísticos que posee el cantón Morona.

Mediante la aplicación de una encuesta sobre los conocimientos culinarios que poseen las personas de la localidad se averiguó a un total de 267, pudimos identificar que un 50,6% conoce cuál es el platillo más popular o representativo del cantón, el mismo que es el Ayampaco de pollo (envuelto en hojas de bijao cocinado a la brasa), un 53,6% no sabe cuál es la preparación de dicho platillo, el 47,2% prefiere como bebida la chicha de yuca para acompañar las comidas y por último el 39% conoce como es su preparación.

Se presentó recetas estandarizadas de los platillos realizados con frutos autóctonos, verificando las características organolépticas de los productos más utilizados, dando a conocer la cultura gastronómica del cantón y la relación que tiene con el turismo, todo esto está dirigido a la ciudadanía para fomentar los conocimientos sobre las comidas típicas y así difundir tanto el turismo como la gastronomía.

Es un deber proteger las preparaciones con productos autóctonos y toda información para difundirla para un conocimiento culinario y turístico del cantón Morona.

VIII. SUMMARY

A study about Culinary and Touristic Culture in Morona was carried out because the different preparations are unknown by its inhabitants, therefore this research work relates the gastronomy nature contents and different touristic places in Morona.

By means of an inquiry to 267 people on culinary knowledge, it was possible to identify that a 50% of them, knows that Chicken Ayampaco (wrapped in bijao leaves and barbequed) is the popular typical dish; and a 53% does not know the preparation of that typical dish; 47,2% prefers a beverage called chichi of yucca to go with food and at last 39% knows about its preparation.

Some standard recipes of dishes with native fruits were shown, verifying organoleptic characteristic of more used products, presenting the gastronomic culture of the canton and the relationship with tourism; everything is directed to the citizen to increase knowledge on typical food and spread both of them tourism and gastronomy.

It is an obligation to protect preparation with native products and all of the information to spread it for a culinary and touristic knowledge of Morona Canton.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- **ARTE CULINARIO**
<http://es.wikipedia.org/wiki/Gastronomía>
2010-07-08

- **ASENTAMIENTOS HUMANOS**
<http://www.macas.gov.ec/modulos/mmdled.asp?c=2&id=4>
2008-09-12

- **CATEDRAL DE LA PURISIMA**
http://www.viajandox.com/morona/moro_sucua_procesion.htm
2008-02-06

- **CIUDAD DE MACAS**
www.visitaecuador.com/amazonia.php?opcion=datos&provincia=15&ciudad=nZdZbojz.2006-09-05

- **CULTURA GASTRONÓMICA**
<http://blogs.mis-recetas.org/emd1943/2009/12/09/%C2%BFque-es-la-gastronomia> 9 de diciembre del 2009-05-09

- **GASTRONOMÍA, CONCEPTO ETIMOLOGICO**
<http://buenastareas.com/ensayos/Geografia-Gastronomica/291606.html>
2010-05-09

- **GASTRONOMIA, CONCEPTO**
Diccionario Enciclopédico de la Lengua Española. Fecha 2007, S.L
2007-06-09

- **LOCALIZACIÓN DE MORONA SANTIAGO**
<http://www.moronasantiago.gov.ec>
2010-07-16

- **GASTRONOMIA DEL CANTON MORONA**
<http://blog.espol.edu.ec/lietur/tag/morona-santiago/>
2009-07-25

X. ANEXOS

Anexo 1

ESCUELA SUPERIOR POLITECNICA DE CHIMBORAZO
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
ENCUESTA

Solicito de la manera más cordial su colaboración para llenar esta encuesta previa al desarrollo de tesis de grado

1. ¿Cómo califica usted a la gastronomía típica de Morona Santiago?

Muy variada _____

Poco variada _____

Nada Variada _____

2. ¿Cuáles de los siguientes platos típicos considera usted que pertenecen a nuestro cantón?

Ayampaco de pollo _____

Ayampaco de carne _____

Ayampaco de tilapia _____

Tamal de papachina _____

Tamal de yuca _____

Tamal de carne _____

Maito de carachama _____

3. ¿Conoce usted la forma de preparación de los ayampacos y el tamal de yuca?

Si_____

No_____

4. ¿En cuál de los siguientes platos le gustaría que le añadan con la chicha de chonta?

Tamal de pollo_____

Maito de tilapia_____

Ayampaco de pollo_____

5. ¿Cuáles de las siguientes bebidas típicas considera usted que pertenecen a nuestro cantón?

Chicha de yuca_____

Chicha de chonta_____

Vinillo de yuca_____

Chicha de jora_____

Kumis natural_____

Desconoce_____

Otro - cual_____

6. Conoce usted como es su preparación?

Si_____

No_____

Otro - cual_____

7. ¿Sabe usted cuáles de estos ingredientes se utilizan en la elaboración de la chicha de yuca y el kumis natural?

Camote y maní cocinado_____

Leche y canela_____

Desconoce_____

8. ¿Cree usted que la gastronomía típica influye en la economía y turismo del cantón?

Si_____

No_____

9. ¿Cree usted que los ayampacos sean una delicia gastronómica que atrae a los turistas?

Si_____

No

ANEXO 2. LOS SHUAR



ANEXO 3. LOS ACHUAR



ANEXO 4. EL MACABEO



ANEXO 5. EL COLONO



ANEXO 6. RIO PASTAZA



ANEXO 7. RIO UPANO



ANEXO 8. RIO SANTIAGO



ANEXO 9. CARNE ASADA



ANEXO 10. AYAMPACO



ANEXO 11. AGUA DE GUAYUSA



ANEXO 12. CHICHA DE YUCA



ANEXO 13. PINCHO DE CHONTACURO



ANEXO 14. CALDO DE CARACHA



ANEXO 15. IGLESIA PURISIMA DE MACAS

