



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

**“ESTUDIO ANTROPOLOGÍCO  
CULINARIO DEL CANTÓN SUCUA, PROVINCIA DE MORONA  
SANTIAGO 2013”.**

**TESIS DE GRADO**

Previo a la obtención del Título de:

**LICENCIADA EN GESTIÓN GASTRONÓMICA**

**BETHY GABRIELA ORELLANA ORTIZ**

**RIOBAMBA – ECUADOR**

**2013**

## **CERTIFICADO**

La presente investigación fue revisada y se autoriza su presentación.

Lic. Juan Carlos Salazar Y.

**DIRECTOR DE TESIS**

## **CERTIFICADO**

Los miembros de tesis, certifican que la investigación titulada: "Estudio Antropológico Culinario del Cantón Sucua, Provincia de Morona Santiago, 2013"; de responsabilidad de la señorita Bethy Gabriela Orellana Ortiz, ha sido revisada y se autoriza su publicación.

Lic. Juan Carlos Salazar Y.

**DIRECTOR DE TESIS**

---

Lic. Ramiro Estévez F.

**MIEMBRO DE TESIS**

---

Riobamba, 6 de Noviembre del 2013

# AGRADECIMIENTO

A la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Facultad de Salud Pública. Escuela de Gastronomía, por haberme abierto las puertas de este establecimiento y permitirme terminar con éxito la carrera y llegar a ser una profesional.

Al Director de Tesis el Lic. Juan Carlos Salazar, además al Lic. Ramiro Estévez Miembro de Tesis, quienes con sus conocimientos y dedicación me encaminaron a la correcta ejecución y orientación en el proceso y desarrollo de la presente investigación.

De igual manera, un especial agradecimiento a mis maestros, quienes me brindaron sus conocimientos y me llevaron a orientarme por el sendero de la superación, tanto en el ámbito académico como personal.

# DEDICATORIA

Dedico mi trabajo de investigación principalmente a DIOS por permitirme culminar mi tesis para obtener mi título profesional.

A mis padres Rigoberto y Blanca quienes son su ejemplo, admirable fortaleza, paciencia e infinito amor me han hecho una persona de bien, brindándome su apoyo incondicional en momentos difíciles que hemos vivido, porque en gran parte gracias a ustedes, hoy puedo ver alcanzada una de mis metas.

A mi esposo Johnny y a mi hijo Ariel que son mi inspiración para obtener mi título profesional, ya que con su apoyo, comprensión y paciencia me ayudaron a no rendirme y seguir luchando para terminar y alcanzar la meta que nos propusimos, gracias mis amores.

A mi hermana Karina, por estar siempre ahí, en las buenas y en las malas, por sus consejos y apoyo incondicional que me ayudo a ver las cosas de diferentes perspectivas.

A mi familia y a todos quienes de una u otra manera, contribuyeron para la culminación de la presente investigación.

## **RESUMEN**

La investigación está enfocada en desarrollar un Estudio Antropológico Culinario donde incluyen las Preparaciones Autóctonas del Cantón Sucúa. Dicha investigación se realizó en marcada en los lineamientos del Método Descriptivo-de corte Transversal, el mismo que señala la siguiente técnica: una encuesta dirigida a la población del centro del Cantón Sucúa. Tras la tabulación, análisis e interpretación de datos, se obtuvo resultados con los cuales se determinó la necesidad de la implementación de la guía antropológica culinaria para el Cantón.

La propuesta está enfocada en la revalorización y mejoramiento de la gastronomía autóctona. Se han detallado varios puntos como su historia, tradición, cultura entre otras cosas de los platos más imponentes a lo largo de la historia en el Cantón. Esta propuesta se trata de investigarlas preparaciones ancestrales, medir la aceptabilidad de las preparaciones típicas existentes y crear una guía antropológica de las preparaciones autóctonas, donde nos da una apreciación antropológica desde el enfoque gastronómico- cultural del cantón Sucúa lo cual crea una base fundamental para dar a conocer el significado social de las preparaciones, fomentando la cultura y tradición.

Se recomienda aplicar la guía antropológica culinaria ya que se aprecia las diferentes preparaciones, su historia, sus fotos, donde la podemos encontrar, teniendo un distinto contexto, con el cual se busca crear un impacto visual en la gente y así se decidan a hacer o probar todo lo que se encuentra en ella.

## **SUMMARY**

The research is focused on developing a Culinary Anthropological Study where Indigenous Preparations of the Sucua Canton are included. This investigation was conducted in the guidelines of the Descriptive Method of cross-cutting, the same notes the following technique; a survey was applied to the population in the center of this Canton. With the results of the implementation of a Culinary Anthropological guide for the Canton was determined.

The proposal is focused on upgrading and improvement local gastronomy.

Its history, tradition, culture among Others have been detailed as the most impressive dishes throughout its history. This proposal tries to investigate the ancestral preparations, in order to measure the acceptability of existing typical preparations and create an anthropological guide of the ancestral ones, which give us an anthropological appreciation from the gastronomic cultural standpoint, this give raise to create fundamental base to know the social meaning on preparations, promoting culture and tradition.

It is recommended to apply a culinary anthropological guide for appreciations, the different preparations, through its history, photos in a different context, to create a visual impact for the people who taste this kind of food.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

	<b>Página</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>1</b>
<b>II. OBJETIVOS</b>	<b>3</b>
<b>A. GENERAL</b>	<b>3</b>
<b>B. ESPECÍFICOS</b>	<b>3</b>
<b>III. MARCO TEÓRICO</b>	<b>4</b>
<b>1. ANTROPOLOGIA</b>	<b>4</b>
1.1. Definición	4
1.2. Objetivo	6
1.3. Campos de la Antropología	6
1) Antropología Biológica	6
2) La Arqueología	7
3) La Antropología social, cultural o etnología	7
1.4. Antropología Gastronómica	8
<b>2. GASTRONOMIA</b>	<b>9</b>
2.1. Definición	9
2.2. Historia	9
2.3. Tipos	11
1) Gastronomía vegetariana	11
2) Gastronomía vegana	12
3) Gastronomía macrobiótica	13



<b>4) Gastronomía frugívora</b>	<b>14</b>
<b>5) Gastronomía creativa</b>	<b>14</b>
<b>2.4. Gastrónomo</b>	<b>15</b>
<b>2.5. Gastronomía Ecuatoriana</b>	<b>16</b>
<b>2.5.1. Definición</b>	<b>16</b>
<b>1) Región Costa y Galápagos</b>	<b>17</b>
<b>2) Región Andina</b>	<b>17</b>
<b>3) Región Amazónica</b>	<b>19</b>
<b>2.5.2. Importancia</b>	<b>19</b>
<b>2.5.3. Técnicas</b>	<b>20</b>
<b>2.5.3.1. Técnicas Antiguas</b>	<b>21</b>
<b>1) El Ahumado Antiguo</b>	<b>21</b>
<b>2) Asado</b>	<b>22</b>
<b>3) Humeado</b>	<b>22</b>
<b>4) Rescoldo</b>	<b>23</b>
<b>5) Hervido</b>	<b>23</b>
<b>2.5.4. Cocina Ancestral Ecuatoriana</b>	<b>24</b>
<b>3. MORONA SANTIAGO</b>	<b>25</b>
<b>3.1. Definición</b>	<b>25</b>
<b>3.2. Cultura</b>	<b>26</b>
<b>3.3. Asentamientos Humanos</b>	<b>27</b>
<b>1) Shuar</b>	<b>27</b>
<b>2) Achuar</b>	<b>27</b>
<b>3) Macabea</b>	<b>27</b>

<b>3.4. Gastronomía de Morona Santiago</b>	<b>29</b>
<b>3.5. Sucúa</b>	<b>30</b>
<b>3.5.1. Introducción</b>	<b>30</b>
<b>3.5.2. Historia</b>	<b>32</b>
<b>3.5.2.1. Primeros colonos</b>	<b>33</b>
<b>3.5.2.2. Culturas ancestrales del oriente</b>	<b>34</b>
<b>3.5.2.3. ¿De dónde vinieron los shuar?</b>	<b>35</b>
<b>3.5.3. Ubicación</b>	<b>36</b>
<b>3.5.4. Límites</b>	<b>37</b>
<b>3.5.5. Clima</b>	<b>38</b>
<b>3.5.6. Población</b>	<b>38</b>
<b>3.5.7. Turismo</b>	<b>38</b>
<b>1) Río Upano</b>	<b>39</b>
<b>2) Actividades</b>	<b>38</b>
<b>3) Laguna de Sardinayacu</b>	<b>39</b>
<b>4) Cueva de los Tayos</b>	<b>40</b>
<b>5) Cascada de Arapicos</b>	<b>40</b>
<b>6) Comunidades Shuar</b>	<b>42</b>
<b>3.5.8. Gastronomía</b>	<b>43</b>
<b>1) Ayampaco</b>	<b>43</b>
<b>2) Chicha de Yuca</b>	<b>43</b>
<b>3) Bunuelos de Yuca</b>	<b>44</b>
<b>4) Caldo de Caracha</b>	<b>44</b>
<b>5) Caldo de Bocachico</b>	<b>44</b>

<b>6) Carnes silvestres</b>	<b>44</b>
<b>7) Guanta</b>	<b>44</b>
<b>8) Culebra</b>	<b>45</b>
<b>9) Pan de frutipan</b>	<b>45</b>
<b>10) Caimito</b>	<b>45</b>
<b>11) Tagua</b>	<b>45</b>
<b>12) Pechiche</b>	<b>45</b>
<b>13) Chonta</b>	<b>45</b>
<b>14) Guayusa</b>	<b>46</b>
<b>15) Ceviche de Hongos</b>	<b>46</b>
<b>16) Tamal de Papa china</b>	<b>46</b>
<b>17) Caldo de novios</b>	<b>46</b>
<b>18) Arazá (membrillo)</b>	<b>46</b>
<b>III. METODOLOGIA</b>	<b>47</b>
<b>A. LOCALIZACION Y TEMPORALIZACION</b>	<b>47</b>
<b>B. VARIABLES</b>	<b>47</b>
<b>1. Identificación</b>	<b>47</b>
<b>2. Definiciones</b>	<b>47</b>
<b>2.1. Preparaciones Gastronómicas autóctonas</b>	<b>47</b>
<b>2.2. Aceptabilidad de las preparaciones gastronómicas</b>	<b>47</b>
<b>3. Operacionalización</b>	<b>48</b>
<b>C. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACION</b>	<b>50</b>
<b>D. POBLACION, MUESTRA O GRUPO DE ESTUDIO</b>	<b>50</b>
<b>E. DESCRIPCION DE PROCEDIMIENTOS</b>	<b>50</b>

<b>IV.</b>	<b>ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS</b>	<b>52</b>
<b>V.</b>	<b>CONCLUSIONES</b>	<b>112</b>
<b>VI.</b>	<b>RECOMENDACIONES</b>	<b>113</b>
<b>VII.</b>	<b>REFERENCIS BIBLIOGRAFICAS</b>	<b>114</b>
<b>VIII.</b>	<b>ANEXOS</b>	<b>117</b>

## ÍNDICE DE CUADROS

	Página
<b>CUADRO N° 1: Técnicas de Cocción</b>	<b>21</b>
<b>CUADRO N° 2: Distribución Política de Morona Santiago</b>	<b>26</b>
<b>CUADRO N° 3: Cultura Ancestral Gastronómica</b>	<b>52</b>
<b>CUADRO N°4: Difusión y promoción</b>	<b>54</b>
<b>CUADRO N° 5: Productos Autóctonos</b>	<b>56</b>
<b>CUADRO N° 6: Preparaciones Autóctonos</b>	<b>58</b>
<b>CUADRO N°7: Preparaciones</b>	<b>60</b>
<b>CUADRO N° 8: Bebidas Típicas</b>	<b>62</b>
<b>CUADRO N° 9: Gastronomía Ancestral</b>	<b>64</b>
<b>CUADRO N° 10: Ingredientes Básicos</b>	<b>66</b>
<b>CUADRO N° 11: Utensilios Autóctonos</b>	<b>68</b>
<b>CUADRO N° 12: Preparaciones Ancestrales</b>	<b>70</b>
<b>CUADRO N° 13: Factor para los Turistas</b>	<b>72</b>
<b>CUADRO N° 14: Apoyo de las Autoridades</b>	<b>74</b>
<b>CUADRO N° 15: Ayampaco de pollo</b>	<b>76</b>
<b>CUADRO N° 16: Maito de Caracha</b>	<b>78</b>
<b>CUADRO N° 17: ceviche de hongos</b>	<b>80</b>
<b>CUADRO N° 18: Tamal de papa china</b>	<b>82</b>
<b>CUADRO N° 19: Caldo de caracha</b>	<b>84</b>
<b>CUADRO N° 20: Dulce de Papaya</b>	<b>86</b>
<b>CUADRO N° 21: Muchines de yucca</b>	<b>88</b>
<b>CUADRO N° 22 Chonta cocinada</b>	<b>90</b>

<b>CUADRO N° 23: Pincho Mayón</b>	<b>92</b>
<b>CUADRO N° 24: Chicha de Chonta</b>	<b>94</b>
<b>CUADRO N° 25: Chicha de Yuca</b>	<b>96</b>
<b>CUADRO N° 26: Hormigas icui o añangas</b>	<b>98</b>
<b>CUADRO N° 27: Buñuelos de yuca</b>	<b>100</b>
<b>CUADRO N° 28: La Rambuela</b>	<b>102</b>
<b>CUADRO N° 29: Maito de trucha</b>	<b>104</b>
<b>CUADRO N° 30: Guayusa</b>	<b>106</b>
<b>CUADRO N° 31: Caldo de Guanta</b>	<b>108</b>
<b>CUADRO N° 32: Sinchicara</b>	<b>110</b>

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Página
<b>GRÁFICO N°1: Cultura Ancestral Gastronómica</b>	<b>52</b>
<b>GRÁFICO N° 2: Difusión y promoción</b>	<b>54</b>
<b>GRÁFICO N° 3: Productos Autóctonos</b>	<b>56</b>
<b>GRÁFICO N° 4: Preparaciones Autóctonos</b>	<b>58</b>
<b>GRÁFICO N° 5: Preparaciones</b>	<b>60</b>
<b>GRÁFICO N° 6: Bebidas Típicas</b>	<b>62</b>
<b>GRÁFICO N° 7: Gastronomía Ancestral</b>	<b>64</b>
<b>GRÁFICO N°8: Ingredientes Básicos</b>	<b>66</b>
<b>GRAFICO N° 9: Utensilios Autóctonos</b>	<b>68</b>
<b>GRAFICO N°10: Preparaciones Ancestrales</b>	<b>70</b>
<b>GRAFICO N°11: Factor para los Turistas</b>	<b>72</b>
<b>GRAFICO N°12: Apoyo de las Autoridades</b>	<b>74</b>

## I. INTRODUCCIÓN

La Antropología es una ciencia social que estudia al ser humano de una forma integral. Ésta recurre a herramientas y conocimientos producidos por las ciencias naturales y las ciencias sociales. La aspiración de la disciplina antropológica es producir conocimiento sobre el ser humano en diversas esferas, pero siempre como parte de una sociedad. De esta manera, intenta abarcar tanto la evolución biológica de nuestra especie, el desarrollo y los modos de vida de pueblos que han desaparecido, las estructuras sociales de la actualidad y la diversidad de expresiones culturales que caracterizan a la humanidad.

En la actualidad se encuentra en una constante alerta debido a su historia, costumbres y tradiciones, por ello dentro de la antropología se centra la mirada sobre la alimentación q siempre ha existido y que por ello se ha convertido en una rama dedicada a estudiar el cómo se expresa la cultura de la alimentación.

El Cantón Sucua presenta una gastronomía muy variada ya que cuenta con culturas propias dentro de dicha provincia, siendo las más representativas el asentamiento colono como la raza indígena shuar. Las dos etnias que posee el cantón, presenta diferentes tipos de platos típicos ancestrales, ya sea por la forma d prepararlos, como la sazón propia de dichos indígenas.



La población del Cantón Sucua en su mayor parte utiliza productos autóctonos de la región tales como la yuca, la papa china o el plátano, razón por la cual esta tradición aún no se ha perdido. Sin embargo, la mayor parte de la población tiene un desconocimiento hacia la cultura gastronómica en sí, por lo cual no existe la debida promoción tanto dentro como fuera del cantón, lo cual conlleva a un grave problema ya que al no existir dicha promoción los ingresos económicos que representaría el explotar de forma apropiada estos recursos no son generados.

Por ello como problema general es el conocimiento, la poca capacitación a la población y la falta de iniciativa que se produce al no saber aprovechar del turismo y la cultura gastronómica.

También se debe considerar que el municipio de Sucua carece de una guía gastronómica por ello han decidido auspiciar el proyecto para elaborar e implementar dicha guía dando así a conocer tanto a la gente del cantón como al turista que lo visite.

De lo expuesto se determina la necesidad de desarrollar una Guía Gastronómica de la Antropología Culinaria del Cantón Sucua, de la Provincia de Morona Santiago, la misma que ayudará a informar, fomentar y recuperar la identidad de la cultura y el turismo de la población.

## **I. OBJETIVOS**

### **A. GENERAL**

Determinar el Estudio Antropológico Culinario del Cantón Sucua, Provincia Morona Santiago, 2013.

### **B. ESPECIFICOS**

1. Investigar las preparaciones ancestrales del Cantón Sucua.
2. Determinar la aceptabilidad de las preparaciones típicas existentes del Cantón Sucua.
3. Crear una guía antropológica de las preparaciones autóctonas del Cantón Sucua.

## II. MARCO TEORICO

### 1. ANTROPOLOGIA

#### 1.1. Definición

La **Antropología** es una ciencia social que estudia al ser humano de una forma integral, recurre a herramientas y conocimientos producidos por las ciencias naturales y las ciencias sociales.

La aspiración de la disciplina antropológica es producir conocimiento sobre el ser humano en diversas esferas como parte de una sociedad, abarcar tanto la evolución biológica de nuestra especie, el desarrollo y los modos de vida de pueblos que han desaparecido, las estructuras sociales de la actualidad y la diversidad de expresiones culturales y lingüísticas que caracterizan a la humanidad.

La Antropología se constituyó como disciplina independiente durante la segunda mitad del siglo XIX. Uno de los factores que favoreció su aparición fue la difusión de la teoría de la evolución, que en el campo de los estudios sobre la sociedad dio origen al evolucionismo social, entre cuyos principales autores se encuentra Herbert Spencer. Los primeros antropólogos pensaban que así como las especies evolucionaban de organismos sencillos a otros más complejos, las sociedades y las culturas de los humanos debían seguir

el mismo proceso de evolución hasta producir estructuras complejas como su propia sociedad.

Desde el final del siglo XIX el enfoque adoptado por los primeros antropólogos fue puesto en tela de juicio por las siguientes generaciones. Después de la crítica de Franz Boas a la antropología evolucionista del siglo XIX, la mayor parte de las teorías producidas por los antropólogos de la primera generación se considera obsoleta. A partir de entonces, la Antropología vio la aparición de varias corrientes durante el siglo XIX, entre ellas la escuela culturalista de Estados Unidos al iniciar la centuria; la Etnología francesa; el funcionalismo estructural, el estructuralismo antropológico, el procesualismo o la antropología marxista.

La antropología es, sobre todo, una ciencia integradora que estudia al hombre en el marco de la sociedad y cultura a las que pertenece, y, al mismo tiempo, como producto de éstas. Se la puede definir como la ciencia que se ocupa de estudiar el origen y desarrollo de toda la gama de la variabilidad humana y los modos de comportamientos sociales a través del tiempo y el espacio; es decir, del proceso biosocial de la existencia de la especie humana.

## **1.2. Objetivo**

Estudia las respuestas del ser humano ante el medio, las relaciones interpersonales y el marco sociocultural en que se desenvuelven, cuyo objeto va a ser el estudio del hombre en sus múltiples relaciones; además estudia la cultura como elemento diferenciador de los demás seres humanos. Estudia al hombre en su totalidad, incluyendo los aspectos biológicos y socioculturales como parte integral de cualquier grupo o sociedad. Se convirtió en una ciencia empírica que reunió mucha información, además fue la primera ciencia que introdujo el trabajo de campo y surge de los relatos de viajeros, misioneros, etc.

### **1.3. Campos de la antropología**

La Antropología, como ciencia que pretende abarcar los fenómenos del ser humano como parte de una sociedad, se ha diversificado en sus métodos y sus teorías. La diversificación obedece al interés por rendir mejor cuenta de los procesos que enfrenta la especie en diversas dimensiones.

**1) La Antropología biológica** o física es el campo de la Antropología que se especializa en el estudio de los seres humanos desde el punto de vista evolutivo y adaptativo. Al adoptar una postura evolucionista, los antropólogos físicos pretenden dar cuenta no sólo de los grandes cambios en los aspectos biológicos del ser humano lo que se llama hominización, sino en los pequeños cambios que se observan entre poblaciones humanas. Para abordar esta diversidad, la Antropología física no sólo

echa mano de estudios propiamente anatómicos, sino las interacciones entre los seres humanos y otras especies, animales y vegetales, el clima, cuestiones relativas a la salud y la interacción entre distintas sociedades.

**2) La Arqueología** es una de las ciencias antropológicas con mayor difusión entre el público no especializado. Se trata del estudio científico de los vestigios del pasado humano. Podría decirse que este interés se ha encontrado en diversas épocas y lugares, aunque la Arqueología tiene un antecedente muy claro en el coleccionismo de antigüedades en las sociedades europeas. Para lograr sus propósitos, los arqueólogos indagan en depósitos de estos materiales que son llamados yacimientos arqueológicos o sitios arqueológicos

**3) La Antropología social, cultural o etnología** estudia el comportamiento humano, la cultura, las estructuras de las relaciones sociales. En la actualidad la antropología social se ha volcado al estudio de Occidente y su cultura. Aunque para los antropólogos de los países centrales éste es un enfoque nuevo, hay que señalar que esta práctica es común en la antropología de muchos países latinoamericanos. Dependiendo de si surge de la tradición anglosajona se conoce como antropología cultural y, si parte de la escuela francesa, entonces se le denomina etnología. Quizá se haya distinguido de la antropología social en tanto que su estudio es esencialmente dirigido al análisis de la otredad en tanto que el trabajo de la antropología social resulta generalmente más inmediato.

#### **1.4. Antropología Gastronómica**

El ser humano no se mueve por motivos fisiológicos para elegir una dieta o un alimento concreto: son las *ideas*, los elementos psicológicos, afectivos y culturales que lo envuelven, los que disponen el complejo acercamiento del hombre a la comida.

El alimento, que es fundamentalmente símbolo, está recubierto de una *forma*, la forma de la cultura de su valor social o religioso, por la que lo aceptamos o rechazamos, haciéndolo parte de nuestra identidad personal y cultural.

La teoría de la gastronomía que aquí se propone es "elemental", en el sentido de fundamental o necesaria; en primer lugar, para la comprensión del fenómeno gastronómico en su globalidad, que incluye en sí tres planos: biológico, psicológico y cultural, que el gastrónomo ha de tener en cuenta. Con frecuencia, llevan la marca de la civilización a la que pertenecen. Alrededor de la comida, cada sociedad inventa sus códigos y rituales, sortea sus fobias y adopta determinados productos con los que luego se identifica.

El Atlas mundial de cocina y gastronomía aborda, en primer lugar, los orígenes de la cocina, para pasar luego a describir la forma de cocinar y comer en los distintos continentes.

## **2. GASTRONOMIA**

## **2.1. Definición**

Gastronomía es el estudio de la relación del hombre con su alimentación y su medio ambiente o entorno. Gastrónomo es la persona que se ocupa de esta ciencia. A menudo se piensa erróneamente que el término gastronomía únicamente tiene relación con el arte culinario y la cubertería en torno a una mesa. Sin embargo ésta es una pequeña parte del campo de estudio de dicha disciplina: no siempre se puede afirmar que un cocinero es un gastrónomo. La gastronomía estudia varios componentes culturales tomando como eje central la comida.

## **2.2. Historia**

La historia, de la cocina se inicia cuando se empieza a utilizar el fuego para preparar los alimentos, que resultan así más fáciles de comer y más digestibles, y más agradables en cuanto a una temperatura adecuada para el cuerpo. Hace 400 000 años a la cocción de los alimentos por parte del hombre de Pekín, y primeras combinaciones de alimentos.

Otro paso de suma importancia fue la agricultura, que permitió al ser humano planificar su fuente de recursos alimenticios, creando excedentes para épocas de escasez.



En paralelo, la domesticación de animales y el surgimiento de la ganadería propiciaron otra gran fuente de alimentos, de más fácil alcance que la dependencia de la caza y la pesca. En el Antiguo Egipto se inventaron procedimientos para elaborar pan con levadura, así como vino y cerveza.

En la Antigua Roma la cocina evolucionó de la frugalidad de la época republicana, basada en vegetales, legumbres y cereales, a la riqueza de la época imperial, donde se importaban numerosos alimentos de países extranjeros, con gran influencia de la cocina griega. Los romanos practicaron la avicultura y la piscicultura, así como la elaboración de embutidos, y perfeccionaron las técnicas relacionadas con el vino y el aceite. Solían cocinar con especias y hierbas aromáticas, y les gustaba la mezcla de dulce y salado.

En el Renacimiento se revitalizó la cultura clásica, llegando la gastronomía a altas cotas de refinamiento y sofisticación. Destacó la cocina veneciana, que gracias a su comercio con Oriente favoreció la importación de todo tipo de especias: pimienta, mostaza, azafrán, nuez moscada, clavo, canela, etc. Un factor determinante para una nueva gastronomía fue el descubrimiento de América, de donde llegaron nuevos alimentos como el maíz, la patata, el tomate, el cacao, los frijoles, el cacahuete, el pimiento, la vainilla, la piña, el aguacate, el mango, el tabaco, etc.

### **2.3. Tipos**

**1) Gastronomía vegetariana.**-Es aquella que utiliza ingredientes que cumplen los criterios vegetariano, excluyendo la carne y los productos derivados de tejido animal. Para el ovolacto vegetarianismo (el tipo más común de vegetarianismo de Occidente) están permitidos los huevos y los productos lácteos, tales como la leche y el queso. Las formas más estrictas de vegetarianismo son el veganismo y el frugivorismo, que excluyen todos los productos animales, incluyendo los productos lácteos y la miel, e incluso algunos azúcares refinados que se filtran y blanquean con carbón de hueso.

Los alimentos normalmente considerados adecuados para todos los tipos de cocina vegetariana incluyen:

- Cereales: maíz, cáñamo, maíz dulce, trigo, arroz, cebada, sorgo, mijo, avena, centeno y productos derivados como las harinas.
- Verduras (frescas o encurtida) y setas (aunque algunos vegetarianos indios estrictos no las comen), y productos derivados como el aceite vegetal.
- Frutas frescas o secas.
- Legumbres: judías incluyendo la soja y los productos derivados como el *tempeh*, el tofu, la leche de soja y la proteína de soja texturizada, garbanzos, guisantes, lentejas.
- Frutos secos.

- Especias y hiervas.
- Otros alimentos como algas (aunque algunos vegetarianos estrictos las consideran no comestibles por la misma razón que otros la consideran no *kosher*: la posibilidad de que diversos animales diminutos puedan estar adheridos a ellas).

**2) Gastronomía vegana.-** o cocina vegana es aquella que cuyos ingredientes cumplen los criterios veganos, es decir, excluyendo cualquier producto de origen animal (carne, pescado, productos derivados de tejido animal, huevos, productos lácteos, miel, e incluso algunos azúcares refinados en cuya realización se utiliza carbón de hueso). El veganismo, el crudiveganismo, y el frugivorismo son las formas más estrictas del vegetarianismo, y se puede decir que es más que una dieta, es un estilo de vida, ya que se extiende no sólo a la comida sino al respeto en general de la vida animal, siendo parte del movimiento animalista por los derechos de los animales.

El veganismo es una forma de vida que excluye todas las formas de explotación y crueldad hacia el reino animal, el de los seres sensibles. En la práctica se aplica siguiendo una dieta vegetariana pura y promueve el uso de alternativas para todas las materias derivadas parcial o totalmente de animales

**3) Gastronomía macrobiótica.-** Define una manera de comer basada en el principio de equilibrio del Yin y el Yang y consiste en una adaptación de las tradiciones culinarias de Extremo Oriente, donde alimentación, medicina e incluso espiritualidad a menudo se presentan imbricadas. Aun así, se encuentran principios equivalentes a los de la alimentación macrobiótica en la mayoría de cocinas ancestrales del mundo entero, incluso en las occidentales (en especial el hecho de tomar cereales y otras gramíneas como alimento de base, bajo forma de grano o de harina).

La macrobiótica consiste en una enseñanza global que tiene como objetivo final el desarrollo del juicio o entendimiento humano, se la puede considerar como una técnica de evolución personal en su esencia o las diversas disciplinas espirituales.

Como objetivo es proporcionar la mayor libertad posible, el camino para alcanzarla reclama, de manera dialéctica, una cierta concentración previa. Esta concentración debería propiciar una toma de conciencia que permita captar la importancia de la alimentación en tanto que es base de toda manifestación de vida: sin alimentación no hay vida; la calidad de la alimentación determina la calidad de la forma de vida.

**4) Gastronomía frugívora.-**Es una alimentación vegetariana estricta cuyo principio básico es la alimentación a base de frutas. Las definiciones que

los frugívoros (o frutarianos) dan de la fruta, varían, ya que algunos sólo consideran alimentos adecuados los frutos carnosos (manzanas, naranjas, etc.), mientras que otros incluyen también los frutos secos, e incluso otros alimentos que botánicamente no son frutos secos, como la nuez. Algunos frugívoros se consideran como tales pese a no seguir esta dieta de forma estricta.

Aunque los motivos para llevar a una personas a basar su dieta en fruta pueden ser variados, las razones más habituales que aducen quienes practican esta filosofía son las frutas contienen el germen de la vida, por lo que son altamente saludables. El hombre prehistórico era principalmente recolector y consumidor de fruta. Al consumir sólo fruta, al contrario que con el veganismo, no se matan plantas en el consumo humano.

- 5) Gastronomía Creativa.-** Es la estandarización de la comida y promueve la difusión de una nueva filosofía del gusto que combina placer, conocimiento y la estética.

De esta filosofía nace el arte culinario, el tiempo, la dedicación y el amor que requiere para recuperar el placer de preparar platillos que no solo evoquen asombro en los comensales sino además expresen ideas, estados de ánimo, pero sobre tu propia creatividad dándole así una identidad propia a la cocina. La cocina se transforma en una pasión con

el objeto de dedicarle a cada platillo su tiempo para prepararlo, decorarlo, presentarlo y por supuesto degustarlo.

## **2.4. Gastrónomo**

Es la persona que se ocupa de esta ciencia. Es toda aquella persona con gusto delicado y exquisito paladar, conocedor de los platos de cocina significativamente refinados, que tiene la capacidad de ser catador de talentos de gastronomía al probar el nivel de sabor, fineza y calidad de ciertos alimentos y vinos. Un catador de comida distingue en sus observaciones si un plato es “delicatesen“, es decir, si va de acuerdo con las exigencias que requieren las debidas preparaciones de los productos alimenticios de la más alta gastronomía.

Ser gourmet o gastrónomo es lo mismo, posee un cúmulo de experimentados conocimientos en la materia gastronómica, así como sostener un estilo de vida, ser gustoso por los mejores sabores, y por lo tanto selectivo. Suele suceder que quien adopta este estilo de percibir el mundo, no solamente se enfoca en la comida, sino también su gusto se extiende por el buen vestir y la buena música.

## **2.5. Gastronomía Ecuatoriana**

### **2.5.1 Definición**

Se caracteriza por una gran variedad de sabores y aromas los cuales se funden en un elemento esencial llamado calidad. Esta cocina es una mezcla entre la tradición de sus antiguos pobladores y las culturas que con el paso de los tiempos han ido haciéndose un hueco en el territorio de este país.

Es realmente diversa y sobretodo delicioso la variedad de climas, alturas y condiciones ambientales que caracteriza a este paraíso, la ubicación del país, en el centro del planeta, determina una intensa radiación solar que enriquece la vegetación e intensifica la carga energética de todo cuanto florece y fructifica. Toda esta diversidad de condiciones naturales desarrolladas en la cordillera o en las comunidades costaneras, estimularon una verdadera floración de costumbres y técnicas del buen comer. Una de las maneras de clasificar a la cultura gastronómica del Ecuador es dividirla por regiones geográficas, ya que cada región al poseer climas similares sus platos también tienen cualidades en común.

## **1) Región Costa y Galápagos**

Tenemos los siguientes:

- **El Oro:** Tigrillo
- **Esmeraldas:** Encocado, tapao, sancocho, cocadas, agua de coco, bolones de verde y patacones.
- **Galápagos:** Arroz Blanco acompañando la carne, pollo y pescado.

- **Guayas:** Guatita, arroz con menestra, encebollado de albacora, cangrejas, caldo de salchicha, menestrón, bollo de pescado.
- **Los Ríos:** Chaulafán, muchines y relámpagos
- **Manabí:** Salprieda, ceviche, corviche, viche, arroz con queso y patacones, majada de plátano, Aguado de gallina, estofado de pescado, torta de maní.
- **Santa Elena:** Ceviche, arroz marinero.
- **Santo Domingo de los Tsáchilas:** Chontacuro (en las comunas tsachilas), seco de gallina, arroz con menestra.

## 2) Región Andina

Tenemos los siguientes:

- **Azuay:** Mote pata, cuy asado, sopa de quinua.
- **Bolívar:** Moloco o torta de papas, tortillas de maíz en tiesto, pan de los finados, el Sancocho, buñuelos, el pájaro azul y los chigüiles.
- **Cañar:** Sus platos son preparados a base de Maíz, las Humitas, los Tamales, tortillas de maíz. El mote pillo con queso es también muy conocido en esta provincia.
- **Carchi:** Son tradicionales los preparados con papas, habas, choclos, carne de cerdo, de cuy y de gallina. Hay varios platos típicos, pero se destaca el llamado “horneado pastuso”, con tortillas de papa, habas y mellocos.



- **Chimborazo:** Sus platos más comunes son: yaguarlocro, Hornado, Tortillas de Maíz, Tortas de papas, Fritada. Entre las bebidas alcohólicas están el Canelazo, Chicha con huevo.
- **Cotopaxi:** Chugchucaras (está formado por Cuero de Cerdo reventado, Mote, empanadas, canguil, Plátanos maduros, choclos), chicha, hallullas, helados de Salcedo, maqueños fritos, queso de hoja.
- **Imbabura:** Las Carnes coloradas de Cotacachi, empanadas de morocho, choclos asados con queso, helados de paila, la chicha de jora en Cotacachi, la chicha del Yamor en Otavalo, la Fritada de Atuntaqui, caldo de Pata, Hornado, arrope de Mora, nogadas.
- **Loja:** Chivo al Hueco, repe blanco (preparado a base de Guineo Verde y Quesillo), tamales, chanfaina, gallina cuyada y la cecina.
- **Pichincha:** entre sus platos típicos tienen el locro de papas, hornado de Sangolquí, cuy asado y papas con sangre, la fritada, morocho, la chicha de maíz, yaguarlocro y el menudo, entre otros.
- **Tungurahua:** Las tortillas con chorizo, pan de Ambato, pan de Pinllo, gallina de Pinllo, empanadas de viento de Atocha, melcochas de Baños, jugo de caña y sánduches (bebidas de Baños).

### 3) Región Amazónica

Tenemos los siguientes:

- **Morona Santiago:** Seco de Guanta, chicha de yuca, ayampaco, chicha de chonta, maito de guanta (consiste en envolver estas carnes,

en hojas de platanillo o bijao luego colocarlo sobre el fogón), tortilla de Yuca con Queso

- **Napo:** Trucha, chicha de Chonta, chicha de yuca, maito de tilapia, maito de carachama (consiste en envolver estas carnes, en hojas de platanillo o bijao luego colocarlo sobre el fogón), chontacuro y sopa de cachama.
- **Orellana:** Chicha de yuca y chontacuro.
- **Pastaza:** Ceviche de palmito, ceviche de hongos, ceviche volquetero y ceviche de caracol.
- **Sucumbíos:** Guanta asada, buñuelos de yuca, armadillo, yuca frita y chicha de caña.
- **Zamora Chinchipe:** Ancas de rana, begonia, tilapia frita.

### 2.5.2 Importancia

La gastronomía es muy importante todo nuestro entorno se mueve alrededor de platos y cazuelas, en todos los niveles, tanto en la alimentación infantil, como en las dietas de salud, o en los grandes restaurantes, de alta cocina. Si queremos quedar con alguien para tener una conversación solemos hacerlo alrededor de una mesa, con unas tapas o un plato exquisito. A través de los años nuestra alimentación y paladar se ha ido modificando para encontrar nuevos sabores y nuevas técnicas culinarias.

Estamos en una Era que nuestra gastronomía es más rica que nunca mezclamos todos los sabores posibles, dulces con salados, texturas de diferentes substancias y mezclamos el arte culinario de diferentes países de todo el mundo. Es muy interesante para nuestra nutrición, tener muy en cuenta los alimentos que tomamos, como los cocinamos y donde los comemos.

### **2.5.3 Técnicas**

Hay muchos alimentos que necesitan una modificación química para hacerlos digestivos y también hay alimentos que se pueden consumir crudos, pero mediante la cocción podemos hacerlos más sabrosos y apetitosos, se modifica su aspecto y su textura, y su garantía sanitaria se ve aumentada porque la cocción destruye casi todos los microorganismos.

Dentro de esta clasificación de métodos de cocción disponemos de varias técnicas que proporcionarán diferentes resultados a los alimentos cocinados. La cocción de los alimentos, como ya hemos dicho, tiene como fin hacerlos (algunos) aptos para el consumo, como puede ser el arroz, las legumbres, etc., y hacerlos más apetecibles y sabrosos. El calor aplicado a los alimentos hace que se ablanden, se coagulen, se hinchen o se diluyan, es decir, se modifica los componentes físicos y bioquímicos. Con los métodos de cocción se desarrollan sabores, algunos se suavizan y generalmente se mejoran.

## Cuadro N.- 1 Técnicas de cocción

Cocción en seco, cocción en medio aéreo o por	Cocción en medio líquido o húmedo
<b>Al horno</b> <b>A la plancha</b> <b>A la parrilla</b> <b>A la brasa</b> <b>Gratinar</b> <b>Baño maría</b>	Hervir Blanquear o escaldar Escalfar o pochar Cocción al vapor
Cocción en medio graso	<b>Cocción mixta o combinada</b>
<b>Freír</b> <b>Rehogar y sofreír</b> <b>Saltear</b> <b>Dorar</b>	Guisar Estofar Brasear

**Fuente:** [www.wikipedia.com/tecnicas de cocción](http://www.wikipedia.com/tecnicas de cocción)  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana

### 2.5.3.1. Técnicas Antiguas

- 1) **El Ahumado Antiguo.**- Básicamente se hacía en un horno, este normalmente lo hacían en la tierra cavando un hoyo recubriéndolo a los alrededores con piedras o también lo hacían de piedras cubriéndolo con barro de tal forma que no existiera forma que escape el calor. La selección de maderas aromáticas elegidas (pino, roble, algunos frutales) fue otro de

los factores para la consistencia y características organolépticas (color olor sabor) del alimento. A unos pocos centímetros del fuego se pone el alimento en un instrumento que se llama horcón con el alimento que se vaya a ahumar, ya que es importante no gotee sobre el fuego ya anteriormente habría puesto sal. Este proceso, dependiendo de lo que estemos ahumando, demora entre unos 40 minutos a 1 hora.

**2) Asado.-** Es una técnica de cocción bastante simple consiste en colocar el alimento que se vaya a preparar sobre una fuente de calor no a las llamas sino más bien sobre una cama de carbón prendido. En la antigüedad las personas cocinaban así sus alimentos normalmente carnes rojas (venado, buey) o carnes de aves (pava de monte, pájaros) de la cacería la cual era el sustento de alimento diario, la forma de cocinar estos alimentos era la siguiente colocaban la carne cecina o troceada en un horcón y lo acercaban al carbón hasta que estuviere cocido.

**3) Humeado.-** Es una técnica de cocción y conservación a base de humo normalmente utilizada por los aborígenes en carnes rojas. El humo es el resultado de compuestos químicos que expuestos al calor se liberan naturalmente, estos al utilizar en un método de cocción al exponer la superficie de un alimento afecta a la capacidad de crecimiento de bacterias y hongos, inhibe la oxidación de la grasa. Las principales características de este tipo de cocción es el tiempo de cocción es el tiempo de conservación antiguamente se realizaba este tipo de método

más en la carne al cual se cecina y sala primero antes de exponer al humo. El tiempo que duraba en este método dependía de la cantidad y normalmente un animal grande cecinado duraba en estar a punto en una semana, y la conservación de este producto duraba hasta un año más o menos.

**4) Rescoldo.-** Es una técnica de cocción utilizada por los primeros habitantes después de descubrir el fuego. Los aborígenes utilizaron este tipo de cocción con algunos productos por ejemplo la papa de monte, camote. La forma de utilizar esta técnica como lo hacían antes es la siguiente, básicamente tomar el producto que se vaya a preparar lo limpiaban bien lo envolvían en hojas de achira o en cualquier otra hoja después en una fuente de carbón prendida lo introducían y dejaban cierto tiempo hasta que se cocine lo mismo con la papa o cualquier tipo de carne.

**5) Hervido.-** Es una técnica de cocción, la más antigua conocida desde la aparición del fuego consiste en someter un alimento en agua hirviendo. En esta técnica cabe recalcar la costumbre de la trilogía que se forma en el momento de encender el fuego, consiste en la formación del fogón para asentar el caldero donde se prepararan los alimentos., colocando maderos en de forma de un triángulo que representa uno al padre, al hijo y al espíritu santo. Dando gracias a dios de esta forma por los alimentos que se iban a preparar.

#### **2.5.4 Cocina Ancestral Ecuatoriana**

Los ingredientes que América a donado al mundo y que han cambiado la gastronomía mundial. Aquellos ingredientes, modos de cocinar e instrumentos usados desde antes de la colonia y que persisten en nuestros días siguen siendo utilizados pero con menos frecuencia. El rescate etnogastronómico es fundamental para rescatar aquellos platos que van desapareciendo con métodos de cocción simples y sabores únicos y auténticos que impulsan a identificar productos que han transformado la gastronomía mundial y otros por ser únicos van desapareciendo. El conocimiento ancestral de los ingredientes de la cocina prehispánica nos ha ido dotando de un orgullo que si bien existía, ahora es el eje de nuestra identidad. La sofisticación del conocimiento para la expresión cultural que es la gastronomía no puede sino mostrar la grandeza de los pueblos que nos precedieron.

La comida tradicional Ecuatoriana es una variedad de la Andina. Era la costumbre en ella emplear muchos granos y preparar sopas con abundantes ingredientes. Se empleaban los nabos, la quinua, el maíz, las habas, los chochos, los productos integrales, la panela, etc. Se puede decir que aún no está perdida la tradición, frente al embate de la comida rápida, de la entrada masiva de los procesados como los fideos, la azúcar blanca, los embutidos, el pan blanco, las gaseosas. Un análisis de la dieta actual

de la población nos lleva a afirmar que existe un real déficit de alimentos del llamado grupo 3: las frutas, las hortalizas, las hierbas. Esto es una paradoja en un País que las produce en abundancia. En los sectores de bajos ingresos tampoco es suficiente la ingesta de carne, leche, huevos. Por ello el reto es comer bien, ingiriendo todos los nutrientes, comiendo lo más variado posible y siguiendo una tradición sana que combina cereales y leguminosas para producir proteínas completas.

### **3. MORONA SANTIAGO**

#### **3.1. Definición**

La Provincia de Morona Santiago tiene una superficie aproximada de 25.690 Km<sup>2</sup>, se encuentra ubicada en la parte central de la Región Amazónica, Cuyos límites Provinciales son: Al Norte las Provincias de Pastaza y Tungurahua, al Sur la Provincia de Zamora Chinchipe y la línea del Protocolo de Río de Janeiro de 1942, Al Este la Línea del Protocolo de Río de Janeiro de 1942 y al Oeste, las Provincias del Azuay, Chimborazo y Cañar.

Su capital administrativa es la ciudad de Macas, la cual además, es su urbe más poblada. Fue creada en 1953, en esta provincia habita la nacionalidad Shuar, Achuar, cuya lengua es el Shuar chimcham, está conformada por 12 cantones que son los siguientes:

#### **Cuadro N.- 2 Distribución política de Morona Santiago**



<b>Cantón</b>	<b>Cabecera Cantonal</b>
Gualaquiza	Gualaquiza
Huamboya	Huamboya
Limón indanza	General Leónidas Plaza Gutiérrez
Logroño	Logroño
Morona	Macas
Pablo Sexto	Pablo Sexto
Palora	Palora
San Juan Bosco	San Juan Bosco
Santiago	Santiago de Méndez
Sucúa	Sucúa
Taisha	Taisha
Tiwintza	Santiago

**Fuente:** [www.moronasantiago.gob.ec](http://www.moronasantiago.gob.ec)

**Elaborado por:** Gabriela Orellana

### **3.2. Cultura**

Este pueblo es conocido universalmente como reductores de cabeza humana, por su espíritu guerrero, hoy no vigente. Entre los platos más típicos se encuentra el ayampaco, preparado con pescado o pollo, palmito y especias, envuelto en hojas de bijao y asado.

Otras comidas representativas son la carne asada, tamal de yuca y palmito, buñuelos, tortilla de yuca, carne sudada. Además, existen otros que en la actualidad son muy escasos, entre estos se mencionan el caldo de novios, remola, majado de pelma, rumbuela, otros. Entre las bebidas más representativas están la guayusa, chicha de caña, chicha de chonta, chicha de yuca, bebidas que se comparten con la etnia Shuar.

### **3.3. Asentamientos humanos**

En la provincia de Morona Santiago se encuentran tres asentamientos, los cuales son: Maceaba, Achuar y shuar.

- 1) **Shuar.-** Constituye uno de los grupos étnicos más antiguos y numerosos de la región amazónica ecuatoriana, sus áreas de asentamiento tradicional eran en las provincias de morona Santiago, Zamora Chinchipe y Pastaza, 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.
- 2) **Achuar.-** Grupo étnico muy similar a los shuar, habitan a lo largo de la cordillera de cutucu dentro de sus costumbres han logrado mantener y preservar de la 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.
- 3) **Macabea.-** Esta cultura proviene de un mestizaje que ha habitado hace mucho tiempo y q siguen viviendo en el actual macas. Se caracterizaron por tener una alimentación basada en la rolaquimba, yuca, 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 sociable diferenciada en un trabajo de ramdipa (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 de campo, con su vivienda, alimento, fiesta, trabajo y manifestaciones religiosas. El trabajo era como una devolución. Al levantarse son el canto del “lojachico”, al rayar el alba y al descanso con los últimos destellos del sol, todos los días pasaban en sus labores de chacra, en el potrero, en el maizal, en la platanera, casería, hilando sogas, cortando la hoja, partiendo 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 cabresto.

El traje de las mujeres se compone de una blusa color blanco con mangas de vuelo al puno, escote con solaparedonda, 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 plieguecitos 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.

### **3.4. Gastronomía de Morona Santiago**

La gastronomía de la Amazonía ecuatoriana se caracteriza por encontrar en la naturaleza su fuente alimenticia, usando plantas y animales que sus antepasados usaban para su nutrición; les presentaremos a continuación algunos de sus platos singulares en gran parte introducidos desde la serranía pero adoptando ingredientes de la región lo que los hace diferentes.

Tenemos a la Rambuela que es exclusiva de la provincia a base de yuca y costilla de res, con una preparación sencilla, muy cotidiano por las amas de casa especialmente como alimento en la ramdipa (mingas); Además del caldo de novios nacido de la imaginación de los colonos de la ciudad de Macas, para su preparación se utilizan ingredientes traídos de la sierra, combinados con productos de la amazonia, siendo una tradición prepararlo en los matrimonios como símbolo de agradecimiento a todos los invitados por acompañarlos en la celebración de la boda.

El ayampaco de pollo es una preparación tradicional a base de pollo, palmito y manteca de chancho que ha sido acogida por la población mestiza que colonizo la ciudad de Macas y poblaciones de Morona Santiago. No olvidemos a la papachina a la huancaína que posee propiedades nutritivas,

la misma que está siendo cultivada en la región, se lo encuentra en el cantón Sucúa.

Los tamales también forman parte de la gastronomía amazónica aunque introducidos de la región andina son combinados con productos de la zona tales como el palmito, hojas de bijao, yuca, rolaquimba, cachamo, etc. Además de su famoso café de Gualaquiza que proviene su cultivo de siglos atrás y se puede degustar acompañado de muchines de yuca o tacachos.

Estos platos tradicionales antes mencionados constituyen un producto de integración cultural vendidos en diferentes establecimientos de la provincia de Morona Santiago.

### **3.5. Sucúa**

#### **3.5.1. Introducción**

La Región Oriental de Ecuador está constituida por seis provincias, una de ellas es Morona Santiago caracterizada por poseer una gran diversidad en sus doce cantones. Sucúa conforma uno de los cantones de gran interés turístico de la provincia. El cantón Sucúa se encuentra en la parte central este de la Provincia, al sur del cantón Morona, es un lugar que encierra mucho interés histórico, cultural y mucha riqueza natural.

Una de las culturas que habita en Sucúa es la etnia Shuar conocida también como jíbaros, esta etnia llegó al gran Valle Upano cruzando la cordillera Oriental de los Andes, nómadas por naturaleza fueron conociendo muchos lugares asentándose en los mismos, un grupo de estos se asentó a lo largo de los ríos Upano y Tutanangoza siendo el Upano el más preferido, vieron que en estos lugares podían cazar y cultivar una gran variedad de especies para sobrevivir, fueron cazadores y agricultores por naturaleza.

Sucúa se encuentra rodeada por la Cordillera Oriental de los Andes o Cordillera Real y por la Cordillera del Cutucú, esta área se caracteriza por estar en una zona de bosque húmedo subtropical, la temperatura promedio anual es de 22 °C, la precipitación anual va de 2500 a 3000 mm, sus suelos son húmedos y ácidos en algunos sectores, cada uno de estos elementos ha ido formando una gran variedad de ecosistemas especialmente de bosque, dentro de ellos se encuentra una variedad de atractivos naturales como cascadas, ríos, aguas termales rodeados de una exuberante vegetación como el laurel, canelón, cedro, caoba, guayusa, guarumo, tagua, helechos etc.

Los animales como monos, saínos, guantas, reptiles, aves, etc. y atractivos culturales siendo la principal etnia Shuar única por sus costumbres, tradiciones, vivienda, vestimenta, alimentación e idioma. Los Shuar son conocidos por la reducción de cabezas Tzantza eran trofeos simbólicos.

Esta etnia desde 1549 fue modificando su cultura por la presencia de extraños en sus tierras, esta es la única cultura que puso resistencia por mucho tiempo ante el dominio español, con el paso del tiempo y por mucha influencia española se relacionaron con españoles cambiando su cultura.

Sucúa se ha convertido en un sitio con características de desarrollo, actualmente cuenta con áreas comerciales, servicio de transporte cantonal, servicio Aéreo, cuenta con carreteras que dirigen a los cantones aledaños, todo este avance se ha logrado gracias al trabajo de toda la población que ha vivido y vive en este cantón.

Se han identificado atractivos de gran interés turístico en las cuatro parroquias que conforma el cantón: Santa Marianita, Sucúa, Huambi y Asunción, estos al combinarlos con los servicios que presta el cantón en un futuro Sucúa se convertirá en un lugar de gran destino turístico.

### **3.5.2. Historia**

En esta tierra en su natural vegetación, predominaba una planta denominada ortiga, en idioma shuar "suku", por tal motivo sus habitantes llamaron a esta hermosa llanura y como homenaje a ella "SUKU", nombre que se generalizó por la región. Posteriormente los primeros colonos aumentaron a este vocablo indígena la letra "a", quedando confirmado para siempre el nombre de este bello rincón como SUCUA. En 1914 el PastorBenedicto Bernal, desde

Sevilla de Oro, llega a un inmenso valle donde hoy se asienta la ciudad de Sucúa, se convirtió así en el primer colono.

A partir de esa fecha fueron llegando, de diferentes lugares del país, muchos colonos, principalmente del cantón Paute de la Provincia del Azuay, hoy Cantones Sevilla de Oro, Guachapala y el Pan, emigrar al oriente se convirtió en la ilusión más deseada de este entonces por la posibilidad de mejorar la condición económica de las familias.

Durante la Administración del Dr. Carlos Alberto Arroyo del Río, Presidente Constitucional de la República, mediante decreto ejecutivo a través del Registro Oficial N° 275 con fecha 29 de julio de 1941, se decreta elevar a Sucúa a la categoría de Parroquia Rural.

En la Administración del Doctor Carlos Julio Arosemena Monroy el 8 de diciembre de 1962 mediante decreto ejecutivo N° 326 publicado en el Registro Oficial, se establece a Sucúa como nuevo cantón de la provincia de Morona Santiago, integrada por las parroquias de Yaupi, Huambi, Asunción y Logroño (actual cantón Logroño).

#### **3.5.2.1. Primeros colonos.**

Fechas y sucesos importantes que han marcado el desarrollo de Sucúa:

- 1914: Don Pástor Bernal se convierte en el primer colono ecuatoriano que llega a radicarse en Sucúa.



- 1916: Carlos Olson y su esposa María de Olson, misioneros evangélicos, establecieron un centro de enseñanza para los nativos.
- 1920: Muchos colonos fueron llegando, de diferentes lugares del país, con la posibilidad de mejorar la condición económica de sus familias
- 1926: Las familias radicadas en la zona, bautizan definitivamente a esta tierra con el nombre de SUCUA.

### **3.5.2.2. Culturas ancestrales del oriente**

La zona que se extiende desde las estribaciones de los Andes hasta la llanura marañónica, ha sido un espacio de la nacionalidad shuar desde la antigüedad y ha hospedado durante siglos a otras culturas, antes que los shuar bajaran a ocuparla definitivamente.

Hace 2500 años se supone que por lo menos una parte del área actualmente habitada por los shuar estaba poblada por tribus alfareras (y posiblemente hortícolas). Excavaciones realizadas en 1957 en el centro del valle del Río Upano revelaron dos diferentes conjuntos de cerámica: el primero llamado “Ipiamais” (609 años a.c.) al sudeste de Huambi (Sucúa). Se cree que en Ipiamais había una población relativamente densa por aquellos tiempos. El conjunto cerámico posterior (1041 d.c.), llamado “Yaunchu”, entre Sucúa y Macas, contenía muestras de un particular estilo de alfarería ya encontrado antes en la provincia del Azuay, deduciéndose que estas poblaciones que residieron en la región Shuar tenían contacto con los pueblos de la sierra andina

La zona Norte de la provincia actual de Morona Santiago está también sembrada de tuestos antiguos, pertenecientes al período arqueológico que se llamó “Fase Pastaza”. Parece que a la actual tierra Achuar arribaron en la antigüedad poblaciones de estirpe Tupí Guaraní.

En 1977 el P. Pedro Porras Garcés, participando en una expedición ecuatoriano – británica, visitó y describió las “Cuevas de los Tayus”. En las cuevas se encontraron tuestos que se asemejan a los de la cultura Machalilla.

El Padre Porras concluyó que la aparición del Pueblo shuar en la cuenca amazónica debe haberse realizado no antes del año 1.100 ó 1.200 de nuestra era: es decir, en una época relativamente reciente

### **3.5.2.3. ¿De dónde vinieron los shuar?**

Hasta ahora no se conoce exactamente de donde viene el pueblo shuar. Se presume sin embargo que los caribes en el neolítico ocuparon la cuenca del Orinoco y se expandieron a toda Sudamérica. más tarde, los Caribes desmembraron las colonias Arawak, y fue allí cuando vanguardias Arawak, llegaron hasta el Oriente ecuatoriano y encontraron al pueblo Puruhá – Mochica ya instalado, de la fusión entre los nuevos y los antiguos resultaría un pueblo, del cual se separarían más tarde las cuatro nacionalidades conocidas como: shuar, achuar, awajun, wampis.

Según esta teoría, el idioma shuar sería el resultado de la fusión de un **proto-arawak** con un **puruhá-mochica** de ascendencia chibcha. El actual shuar contiene un centenar de quichuismos, explicados por los contactos

interculturales a través de los siglos y hasta el influjo de los misioneros españoles, que usaron el quichua como lengua general para facilitar la evangelización.

Con el paso del tiempo los Shuar se vuelven definitivamente horticultores itinerantes, subieron por los ríos y llegaron hasta las cascadas, en ellas se comunicaban con el **Arutam**. Y así se pudo definir al nuestro como “Pueblo de las Cascadas Sagradas”. Con su acervo de la cultura material y espiritual, preparado para hacer frente al ambiente y a los enemigos que encontraba en su camino, el pueblo shuar se asomó a la historia

### **3.5.3. Ubicación**

El cantón Sucúa se encuentra al Sudeste de la Región Oriental, en la Provincia de Morona Santiago, ubicado entre los 02° 08’ 35” a los 02° 54’ 45” de latitud Sur y a los 77° 25’ 45” a los 77° 58’ 20” de longitud Oeste. Las delimitaciones naturales, al Norte: río Arapicos y Yawiwntza, al Sur la confluencia del río Tutanangoza y Upano, al Este por elevaciones montañosas que modifican el valle, al Oeste con las estribaciones de la cordillera oriental de los Andes.

## Imagen N.-1 Croquis de Sucua



**Fuente:** [www.sucua.gob.ec](http://www.sucua.gob.ec)

**Elaborado por:** Gabriela Orellana

### 3.5.4. Límites

El cantón Sucúa se encuentra ubicado al sudeste de la provincia de Morona Santiago.

- **Al Norte:** Cantón Morona
- **Al Sur:** Cantones Logroño y Santiago
- **Al Este:** Cantón Morona
- **Al Oeste:** Provincias del Cañar y Azuay

### 3.5.5. Clima

El cantón está sujeto a la influencia amazónica, las precipitaciones internas que ocurren en diciembre es el resultado de esa acción, sin embargo predomina el régimen oriental y el comportamiento climático es predecible. La temperatura media anual es de 21.8 °C.

### **3.5.6. Población**

Existe un predominio de población femenina, siendo una de las causantes la migración selectiva de hombres. Según el censo del año 2001 del total de población: 14.0412 habitantes, 7.406 son mujeres y 7.006 son hombres, en la cabecera cantonal en el área urbana de un total de 6.610 habitantes, 3.351 son mujeres y 2.959 son hombres.

### **3.5.7. Turismo**

Una fuente inagotable de riqueza, se caracteriza por tener los mejores lugares como para hacer de estos, verdaderas empresas de turismo, que genera riqueza, posibilitando la apertura de trabajo, mejorando el nivel de vida económico y social de nuestros pobladores y controlando la destrucción acelerada del entorno ecológico. Vivir del turismo es un arte de creatividad que lo puede hacer cualquier ciudadano con un poco de iniciativa y buena voluntad, aprovechando los ríos, la selva, la fauna la flora y la cultura

autóctona. La calidad personal de su gente, hace de esta provincia el primer atractivo. Sitios turísticos tenemos:

**1) RIO UPANO:** Río que baña al cantón Sucúa de Norte a Sur. Por sus características físicas es uno de los mejores ríos para la práctica del rafting. Cuenta con varias vías de acceso como:

- Sector Tundaimi (Puente colgante)
- Sector Seipa (Complejo Jempe)
- Paso San Luís (Puente colgante)
- Paso a Cumbatza. (Puente colgante)

**2) Actividades:** Rafting, Caminata, Natación, Fotografía

**3) Laguna de sardinayacu.-** Es un lugar hermoso y motiva al turista a visitarlo y permanecer cierto tiempo en el, además lo constituyen todos los elementos que nos brinda la naturaleza y el medio ambiente en general.

Es una de las lagunas visitadas tanto por turistas nacionales y extranjeros, su flora y fauna se los consideran como atractivo interno importante y llamativo. Consta de 5 lagunas con diámetros entre 1,7 a 5,2 kilómetros la más grande.

Con respecto a la flora podemos observar diversas especies como: bambú, guayacán, heliconias, laurel, aliso, puma maqui, una alta diversidad de plantas entre las que se destacan bejucos, plantas con propiedades alimenticias, medicinales y de uso artesanal, entre las importantes tenemos: chontaduro silvestre, el Killi, pambil, uva silvestre, uvilla, zapote silvestre, entre otras. Parte de la flora del lugar es considerada para adornar varios jardines u otros lugares.

- 4) Cueva de los tayos.-** La cueva es una formación geológica cual data sus inicios hace aprox. 200 millones de años. Las formaciones de piedra cuales por sus capas que recuerdan a terrazas contienen ángulos rectos y acabados con formas simétricas y perfectamente pulidas lo que a simple ojo da la impresión que fuese hecho por el hombre.

La formación de la cueva es por gran parte causado por el agua y posiblemente por petróleo el que se encuentra igualmente en la cueva. En la Cueva de los Tayos hay impresionantes formaciones de estalactitas, estalagmitas y estalagnatos los que sostienen la antigüedad de esta cueva. La Cueva de los Tayos se llama así por ser el hábitat de unas aves nocturnas llamadas “tayos”. Es la segunda cueva más grande del mundo.

- 5) Cascada de arapicos.-** Las cascadas de Alto Arapicos se encuentran ubicadas al norte en el límite con el cantón Morona en el sector del alto Arapicos. Ubicada al Noroeste del cantón Sucúa, distribuida en la

Cordillera Oriental, las cascadas que se encuentran son la Unión, Palmito, Gallo de la Peña, Cueva de los Tayos, Platanillo y Chiriapi, el área presenta una topografía bastante irregular, se encuentran rodeadas por colinas de pendientes muy pronunciadas, los suelos son húmedos y poseen una gran cantidad de arcilla amarilla.

Cascadas la Unión tiene una altura de 15 metros aproximadamente; Cascada Palmito tienen una altura de 10 m.; Cascada Gallo de la Peña tienen una caída de 56 m. aproximadamente; Cascada Tayo tiene una altura de 45m. Aproximadamente; Cascada Untrí (chiriapi) tiene una altura de 65 m aproximadamente.

A lo largo del camino se pueden observar una infinita variedad de especies vegetativas desde hierbas, arbustos, matorrales hasta los árboles más grandes. Se pueden encontrar especies como el camacho, teatina que sirve para lavar las heridas, el amor constante que se caracteriza por tener una flor muy llamativa por su color rozado se encuentra a lo largo del camino, heliconias, bijao, colipato, la ortiga una especie representativa de la zona, mata palo, la curarían que sirve para curar la mordedura de la culebra, palmito, papa sachá que mata la larva de los animales, el matico, hierba de infante para el baño del bebé y le atachogollo que sirve para lavar la ropa, es utilizado como jabón, la sangre de drago.



**6) Comunidades shuar.-** 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 son sedentarios 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, la 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 amarran todos atravesando con varios bejucos o fibras.

### **3.5.8. Gastronomía**

Existe mucha diversidad de platos en el Oriente Ecuatoriano en especial en Sucúa y son los siguientes:

- 1) 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.
  
- 2) Chicha de yuca:** De su preparación se encargan las mujeres mediante la cocción y el proceso de fermentación. Se deja fermentar durante 24 horas, por lo menos. 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.
  
- 3) Buñuelos de Yuca:** Uno de los platos típicos que lleva teniendo un mise en place como: yuca, queso, huevos, mantequilla, manteca de

chanchito, sal, azúcar y miel y no podría faltar se lo acompaña con miel de caña.

**4) Caldo de caracha:** Es un plato muy conocido, se lo prepara con un pescado llamado caracha es un pez q en la actualidad es muy difícil de encontrarlo ya que está en peligro de extinción, se lo acompaña con arroz, yuca o plátano y ensalada.

**5) Caldo de bocachico:** es un plato muy típico en la región, se lo prepara con el pescado llamado bocachico, ya q es un pez muy autóctono y todavía existe mucho en los ríos del cantón, se lo acompaña con arroz, yuca o plátano.

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

**7) Guanta:** Es un plato muy conocido gracias a su exquisito sabor exótico se lo puede comer de 2 formas, hecho en caldo o en bistec acompañado de arroz y ensalada.

**8) Culebra:** Muy conocido plato por los indígenas shuaras, muy poco conocida pero todavía se realiza esta costumbre, se lo consume en bistec o frita, acompañada de arroz, ensalada, plátano o yuca.

**9) Pan de frutipan:** Fruta muy exótica y en peligro de extinción del cantón, se elabora cocinando al fruto, una vez cocinado se le saca la cascara y se hace puré ya que contiene mucho almidón, se condimenta y se lleva al horno de leña.

**10)Caimito.-** Fruta de temporada, posee una dulzura única por tal motivo se lo puede comer como fruta en sí y también elaborando helados, mermeladas y salsas.

**11)Tagua:** Fruto exótico y en peligro de extinción, se encuentra en la palmera de fibra, es muy nutritiva se lo puede comer como fruto en si o también elaborando helados y salsas.

**12)Pechiche:** Es una planta de madera se lo utiliza como madera para la elaboración de viviendas y el fruto para chupar o elaborar mermeladas o dulces.

**13)Chonta:** Es un fruto muy exótico y afrodisiaco se lo puede comer al fruto como tal cocinado y también se pueden elaborar la famosa chicha de chonta.

**14)Guayusa:** Muy conocida en la provincia, sus hojas son utilizadas para infusiones y elaboraciones de bebidas, su sabor es exquisito y es muy conocida ya que es afrodisiaco.

**15)Ceviche de Hongos:** Los hongos ostras es un nuevo cultivo que se está produciendo, ha tomado mucha importancia por sus propiedades nutritivas, teniendo en cuenta que el clima es muy favorable para su producción. Esta preparación es una variación del ceviche tradicional utilizando hongos ostras.

**16)Tamal de papa china:** Tomando como base la papa china, que posee altos nutrientes se produce este tamal; dando un uso adecuado a productos del medio.

**17)Caldo de novios:** Es una muestra de agradecimiento a todos los invitados por haber acompañado a la celebración de la boda. Se utiliza con ingredientes de la sierra combinados con los de la amazonia e hicieron tradición el preparar esta sopa en los matrimonios.

**18)Arazá (membrillo):** Es una fruta muy exótica de la amazonia que crece por temporadas, es muy utilizable ya que se pueden preparar bebidas refrescantes como también, mermeladas, salsas o comer al fruto como tal.

### **III. METODOLOGIA**

#### **A. LOCALIZACION Y TEMPORALIZACION**

La presente investigación se desarrolló en el Cantón Sucua, Provincia de Morona Santiago, con una duración de 6 meses. Auspiciado por el Municipio del Cantón Sucúa.

## **B. VARIABLES**

### **1. Identificación**

1.1. Preparaciones gastronómicas autóctonas

1.2. Aceptabilidad de las preparaciones gastronómicas

### **2. Definiciones**

#### **2.1. Preparaciones Gastronómicas autóctonas**

En la gastronomía tiene mucha influencia la tradición y cultura propia de cada país, región, provincia o cantón, ya q existen platos muy conocidos pero q se elaboran de diferente forma dependiendo el lugar que visites, pero también existen platos que no son conocidos pero que tienen una larga tradición y cultura que viene desde hace muchos años y que se están perdiendo poco a poco.

#### **2.2. Aceptabilidad de las preparaciones gastronómicas**

Forma en la que se mide la aceptabilidad de las preparaciones Gastronómicas del Cantón Sucua.

### **3. Operacionalizacion**

VARIABLE	CATEGORIA/ESCALA	INDICADOR
----------	------------------	-----------

Preparaciones gastronómicas autóctonas	Productos autóctonos	Papachina Frutipan Yuca Chontas Aguacatillo de monte Palmito de chonta Hoja de Lepo Col del monte
	Frutas autóctonas	Limoncillo Caimo Tamarindo del monte Uvilla Tagua
	De origen animal	Bocachico Caracha Guanta Armadillo Guatusa
	Competencias de cambio	Cocido Asado Ahumado Al vapor
Aceptabilidad gastronómica	Platos típicos:	Nivel de aceptabilidad:
	Ayampaco	Me gusta mucho Me gusta Ni me gusta ni me disgusta No me gusta Me disgusta mucho
	Buñuelos de yuca	Me gusta mucho Me gusta Ni me gusta ni me disgusta No me gusta Me disgusta mucho
	Caldo de caracha	

		<p>Me gusta mucho  Me gusta  Ni me gusta ni me  disgusta  No me gusta  Me disgusta mucho</p>
	Helado de tagua	
	Chicha de chonta	<p>Me gusta mucho  Me gusta  Ni me gusta ni me  disgusta  No me gusta  Me disgusta mucho</p>
		<p>Me gusta mucho  Me gusta  Ni me gusta ni me  disgusta  No me gusta  Me disgusta mucho</p>
		<p>Me gusta mucho  Me gusta  Ni me gusta ni me  disgusta  No me gusta  Me disgusta mucho</p>

### C. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACION

El estudio de la presente investigación es Descriptiva- de corte Transversal.



#### **D. POBLACION, MUESTRA O GRUPO DE ESTUDIO**

El universo está constituido por 385 habitantes dentro de los cuales se encuentran habitantes propios de la región y gente shuar, a los cuales se les ha aplicado un test de aceptación de las preparaciones más representativas del sector, de los cuales he utilizado encuestas para recopilación de datos.

#### **E. DESCRIPCION DE PROCEDIMIENTO**

Los datos recogidos se transformaron mediante una revisión crítica de la información recopilada, la tabulación o cuadros según las variables de la investigación y los estudios estadísticos de los datos para presentación de los resultados.

Para ello se desarrollaron las siguientes actividades:

- Se aplicó de las encuestas semi-dirigidas a la población del Cantón Sucúa.
- Se receptaron datos de las encuestas aplicadas a los habitantes del Cantón.
- Se tabulo en cada ítem los datos obtenidos de una tabla de frecuencias.
- Se realizó el análisis de resultados de cada ítem.

- Se desarrolló los análisis correspondientes de los resultados para emitir las respectivas conclusiones y recomendaciones.
- El informe se elaboró mediante la implementación de la metodología específica para el efecto.
- Luego de las conclusiones se elaboró la propuesta alternativa.

#### **IV. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

A continuación se presentan los resultados de las encuestas realizadas, con la finalidad de tomar referencia las opiniones emitidas para el Estudio Antropológico Culinario del Cantón Sucúa.

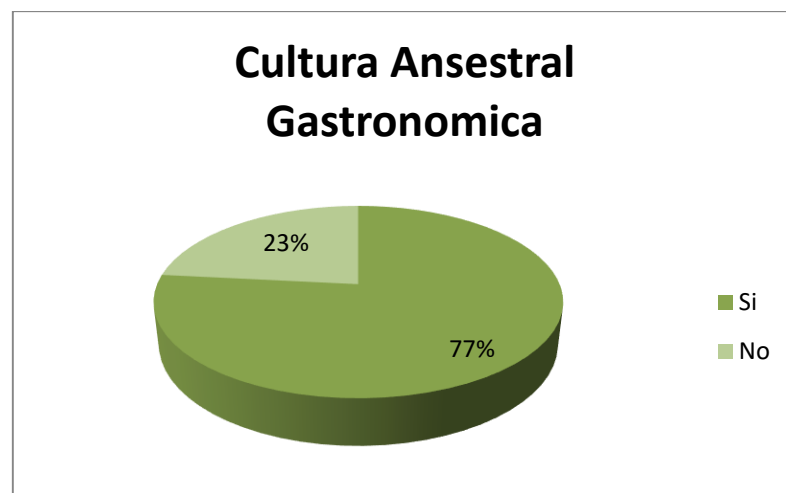
**Pregunta 1:** *¿Conoce la cultura ancestral gastronómica del Cantón Sucúa?*

**Cuadro N.- 3**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Si</b>	90	25%
<b>No</b>	295	75%
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Gráfico N.- 1**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

## **Análisis**

La cultura gastronómica hoy en día se está dando a conocer debido a la explotación e información que se va produciendo por las investigaciones que se han realizado, esto conlleva a más información y más turismo para los diferentes países que lo están poniendo en práctica.

En Sucúa todavía hay poca explotación como tal, dando como resultado la pérdida de varios platos típicos ancestrales como también la falta de turismo y de recursos económicos. Por ello se ha decidido implementar más información y dar a conocer los productos tanto a la comunidad como a los que la visiten.

De las personas encuestadas el 75% no conocen la cultura ancestral gastronómica debido a que existe carencia en información de las preparaciones como también de los lugares donde se puedan encontrar dichos platos, frente a un 25% de las personas encuestadas que dicen que hay pocos lugares pero que si existen hoy en día platos ancestrales ya que poco a poco se están dando a conocer y así se evitara la desaparición de dichas preparaciones.

**Pregunta 2:** *La difusión y promoción turística existente en el Cantón Sucúa es:*

**Cuadro N.- 4**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Excelente</b>	20	5%
<b>Muy buena</b>	30	7%
<b>Buena</b>	65	17%
<b>Regular</b>	160	42%
<b>Mala</b>	110	29%
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago.

**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Grafico N.- 2**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago

**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

## **Análisis**

El turismo en el Ecuador a un nivel general le hace falta promoción, por lo cual en los cantones como es el caso del Cantón Sucúa es evidente que le falta promover, hacer conocer sus recursos que los tiene, esto implica dar información oportuna y veraz de los productos que se dan y así dar las facilidades al turista para que visite y conozca lo que ofrece el Cantón

En la actualidad posee varios instrumentos y mecanismos por la cual pudiera promocionar el turismo y cultura gastronómica, sin olvidar de los platos ancestrales autóctonos que poco a poco se ha ido perdiendo, por la cual se utilizaría el internet, televisión, radio y medios de transporte, donde expresarían todo lo que tiene que ofrecer el Cantón.

Las personas encuestadas demuestran claramente que el 42% es regular la difusión y promoción turística en el Cantón Sucúa debido a que no existen ni anuncios tanto televisivos como radiales, mucho menos escritos, seguido por un 29% que es mala por la falta de ello, un 17% bueno, seguido de un 7% muy bueno, frente a un 5% que opinan que es excelente.

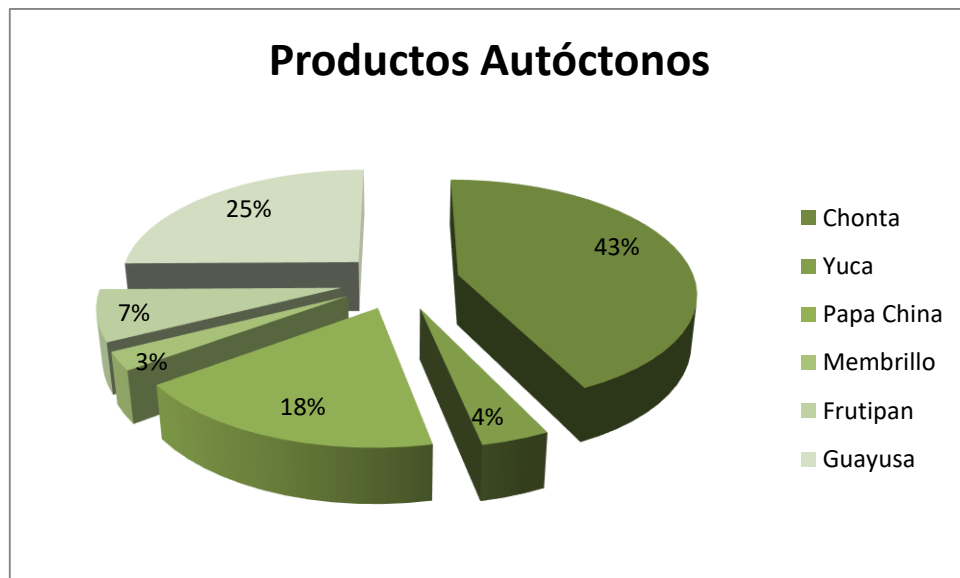
**Pregunta 3:** *¿Según corresponda subraye los productos autóctonos que usted conoce?*

**Cuadro N.- 5**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Chonta</b>	165	43%
<b>Yuca</b>	15	4%
<b>Papa China</b>	70	18%
<b>Membrillo</b>	10	3%
<b>Frutipan</b>	28	7%
<b>Guayusa</b>	97	25%
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Grafico N.- 3**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

## **Análisis**

Los productos autóctonos son alimentos propios de cada región, que no se puedan dar en otros lugares debido a que requieren una temperatura y lugar adecuado para que se pueda dar.

Estos productos son difíciles de encontrar si no se los ha sabido cuidar y cultivar como se debe, debido a los cambios que ha sufrido el entorno en lo que nos rodea.

Las personas encuestadas demuestran que un 43% reconocen que la chonta es sin duda el producto autóctono y único, ya que este producto se ha mantenido y se lo explota adecuadamente, se lo puede encontrar en cualquier mercado, el 25% de los encuestados nos dicen que la guayusa también es un producto autóctono muy conocido por la población debido a que es una planta que se lo encuentra con facilidad y su sabor es único y afrodisíaco, un 18% de los encuestados reconocen al membrillo como una fruta deliciosa y propia del Cantón ya que es muy utilizables por ser refrescante, un 7% nos dicen que el Frutipan es un fruto delicioso propio de la zona, pero que se encuentra en peligro de extinción por ello del desconocimiento, frente a un 4% que nos dicen que la yuca es un producto autóctono pero que se lo puede encontrar en otros lugares.

**Pregunta 4:** *¿Cuál de las siguientes preparaciones gastronómicas autóctonas es de su mayor satisfacción?*

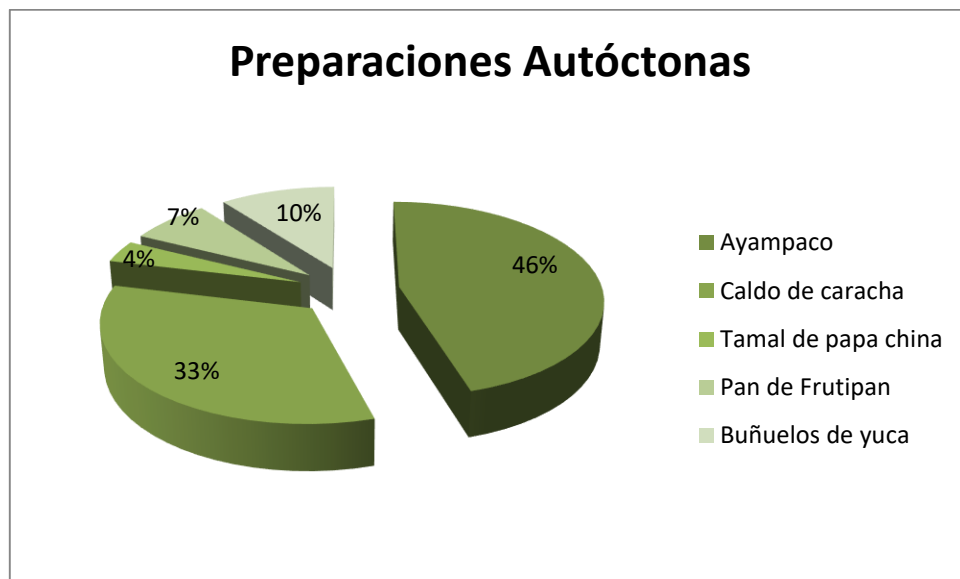


**Cuadro N.- 6**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Ayampaco</b>	175	<b>45%</b>
<b>Caldo de caracha</b>	128	<b>34%</b>
<b>Tamal de papa china</b>	14	<b>4%</b>
<b>Pan de Frutipan</b>	28	<b>7%</b>
<b>Buñuelos de yuca</b>	40	<b>10%</b>
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Grafico N.- 4**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

### **Análisis**

La gastronomía siempre se caracteriza por ser particular y casi privativa de una región en especial, ya que el modo en que algunos platos se preparan

en un país puede ser completamente diferente en otro país. Muchas veces las diferencias pueden darse dentro de regiones de un mismo país dependiendo del tipo de recursos con los que se cuente. Es por esto que la gastronomía se relaciona directamente con el medio ambiente natural.

Las preparaciones gastronómicas del Cantón Sucúa se basa de lo que se da y ofrece la tierra del oriente Ecuatoriano, poseyendo alimentos muy exóticos y difíciles de conseguir en otro lugar, por ello de explotarlo y no dejarlo perder los maravillosos sabores y colores que se dan.

Las personas encuestadas demuestran que el 45% prefieren y es de su mayor agrado el ayampaco ya que es muy accesible y muy comercial en el Cantón, seguido por un 34% que prefieren el caldo de caracha plato exótico y tradicional de la provincia pero se lo puede conseguir por temporadas, un 10% les agrada los buñuelos de yuca que es muy comercial en las fiestas navideña, es de fácil acceso ya que la yuca se la puede conseguir y se da en todo el año, un 7% les gusta pan de Frutipan ya que muy pocos lo conocen y su fruto está en peligro de extinción, frente a un 4% que les agrada el Tamal de papa china pero es muy difícil conseguirlo debido a que muy pocos desconocen el plato y la preparación .

**Pregunta 5:** *¿Conoce usted la forma de preparación de los ayampacos y el caldo de caracha?*

**Cuadro N.- 7**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Si</b>	230	60%
<b>No</b>	155	40%
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Grafico N.- 5**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

### **Análisis**

El objetivo de esta pregunta es dar a conocer información exacta acerca del nivel de conocimientos que poseen las personas sobre la elaboración o preparación de los platos autóctonos, en este caso los ayampacos y el caldo

de caracha, ya que estos fueron los más votados y de mayor afluencia en las personas encuestadas.

Al saber que sigue esta pequeña costumbre y que no lo van a dejar perder, por ello lo de explotarlo y darlo a conocer a todo el Ecuador de estos exquisitos y exóticos platos autóctonos de nuestra provincia.

Las personas encuestadas demuestran que existe un conocimiento claro y preciso de la elaboración o preparación de estos platos dando como resultado un 60% de las personas encuestadas que conocen como preparar los ayampacos debido a que su elaboración es muy fácil y sus recetas lo han venido pasando generación tras generación, frente a un 40% de las personas encuestadas que saben cómo elaborar el Caldo de caracha, donde se demuestra que hoy en día la población se preocupa por investigar sobre cómo se prepara las comidas típicas y así dar a conocer a los turistas para atraerlos con mucho más interés.

**Pregunta 6:** *¿Cuáles de las siguientes bebidas típicas considera usted que pertenece a nuestro Cantón?*

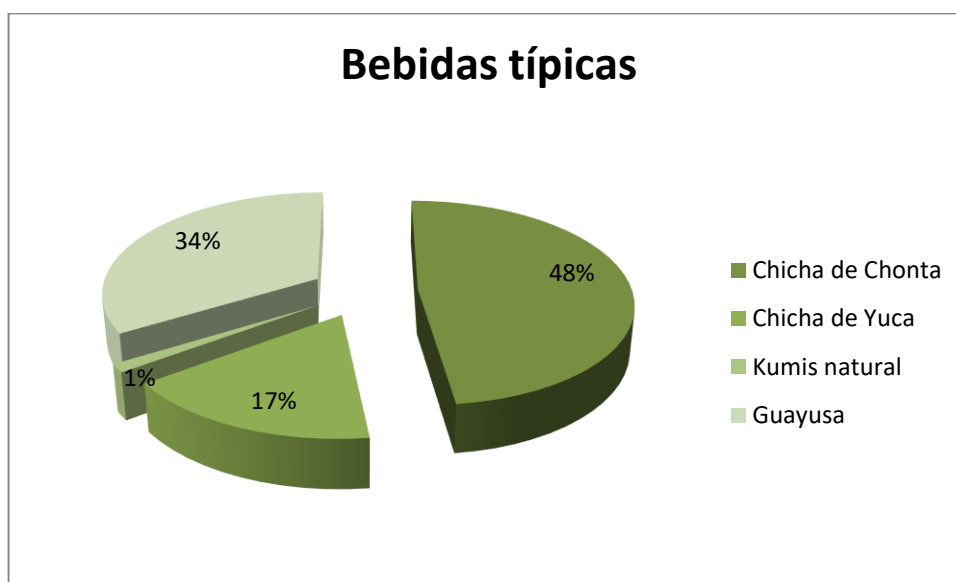
**Cuadro N.- 8**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Chicha de Chonta</b>	185	49%

<b>Chicha de Yuca</b>	65	17%
<b>Kumis natural</b>	5	0%
<b>Guayusa</b>	130	34%
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Grafico N.- 6**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

### **Análisis**

Una bebida es cualquier líquido que sirva para calmar la sed, su consumo es muy accesible ya que se lo puede elaborar con cualquier ingrediente que tengamos.

En nuestra provincia su consumo es abundante debido a que tenemos los productos de libre acceso, su tradición es innegable ya que ciertas bebidas como la chicha de chonta y la guayusa se lo consumen como si fuera agua. Por ello se elaboró esta pregunta para verificar si la población las sigue considerando como bebidas típicas y para saber si en realidad conocen sus bebidas y la tradición que representan.

Las personas encuestadas demuestran que el 49% reconocen que la chicha de chonta es una bebida típica del Cantón debido a su consumo y su libre acceso ya que se lo puede encontrar fácilmente e incluso lo pueden elaborar en casa, un 34% consideran que la guayusa también es una bebida típica, se la puede encontrar en cualquier lugar ya que se lo consume como una bebida refrescante, un 17% de los encuestados reconocen a la chicha de yuca pero no es muy consumible por la gente colona del Cantón sino por la población Shuar, frente a un 0% de encuestados que desconocen el kumis natural ya que este producto poco a poco se ha ido perdiendo y ya no se lo encuentra.

**Pregunta 7:** *¿Cree usted que la gastronomía ancestral influye en la economía y turismo del Cantón?*

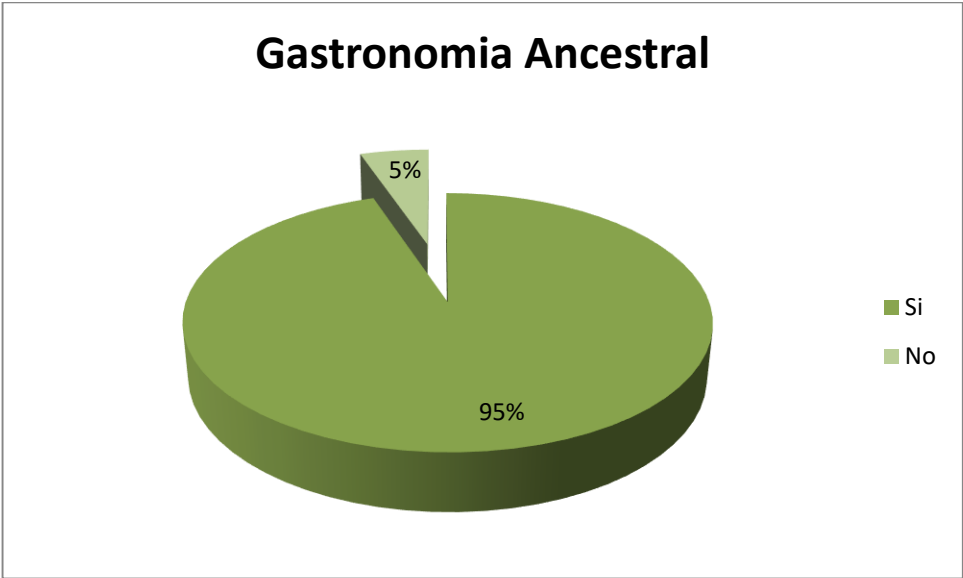
**Cuadro N.- 9**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Si</b>	365	95%
<b>No</b>	20	5%

TOTAL	385	100%
-------	-----	------

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Grafico N.- 7**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Análisis**

La gastronomía ancestral es la forma de rescatar aquellos platos que van desapareciendo con métodos de cocción simples y sabores únicos y

auténticos que impulsan a identificar productos que han transformado la gastronomía mundial y otros por ser únicos van desapareciendo.

De las personas encuestadas indican que el 95% creen que tiene mucha influencia en la economía y el turismo del Cantón ya que se lo explotaría de una forma positiva dando trabajo a los habitantes con la elaboración de los platos como también el turismo, frente a un 5% que no está de acuerdo ya que piensan que es una pérdida de tiempo, pero no es muy tomado en cuenta ya que claramente el porcentaje lo dice todo.

**Pregunta 8:** *¿Cuenta con los ingredientes básicos para la elaboración de las preparaciones de los platos típicos del Cantón?*

**Cuadro N.-10**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Siempre</b>	250	65%



<b>Casi siempre</b>	130	34%
<b>Nunca</b>	5	1%
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago

**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

### Grafico N.- 8



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago

**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

### Análisis

Todo tipo de cocina depende de un cocinero, de los ingredientes y de las costumbres o tradiciones culturales o religiosas, por ello cada región posee

sus propios productos o ingredientes, y si llegasen a faltar se perderían no solo los platos sino también toda su identidad.

Por ello de la importancia de cultivar y cuidar los alimento o productos que se den y no dejar que se extingan, en la actualidad todavía se puede encontrar todos los productos en la región amazónica, debido a su rica diversidad, sus tierras fuertes y su clima perfecto para que se de cualquier alimento.

Las personas encuestadas indican un resultado favorable ya que un 65% tienen todos los ingredientes para realizar preparaciones gastronómicas y en cambio un 34% nos dicen que siempre tienen los ingredientes, esto nos indica que casi siempre están preparadas con todos los ingredientes o son remplazadas con algo similar, desde luego esto no es muy recomendable porque las tradiciones no cambien, tendrían que ser los mismos ingredientes, y un 1% dicen que nunca encuentran, como podemos darnos cuenta es muy poco el porcentaje debido a que se ha decidido sustituir la hoja de lepo que es la que antiguamente se elaboraban los ayampacos, por la hoja de bijao.

**Pregunta 9:** *¿Conoce usted los utensilios autóctonos utilizados para la elaboración de las preparaciones gastronómicas?*

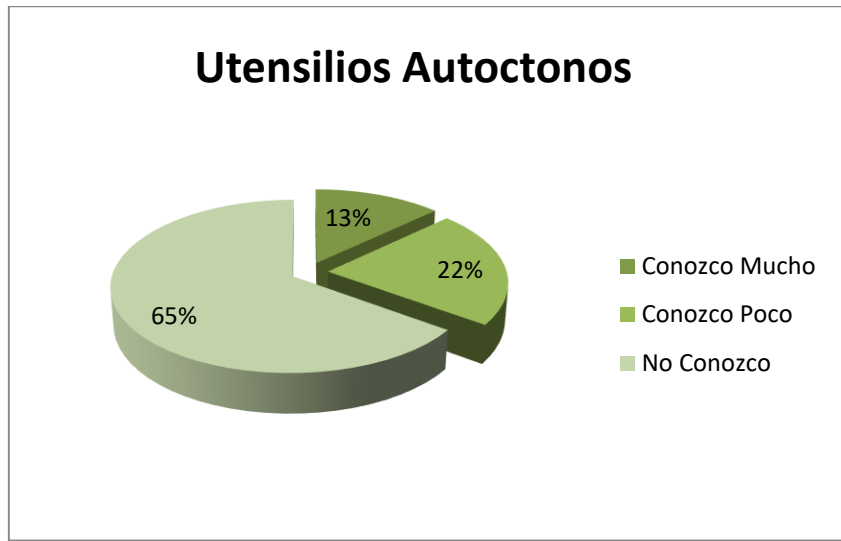
**Cuadro N.- 11**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Conozco Mucho</b>	50	13%
<b>Conozco Poco</b>	85	22%
<b>No Conozco</b>	250	65%

TOTAL	385	100%
-------	-----	------

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Grafico N.- 9**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Análisis**

Son instrumentos o herramientas que se utilizan para realizar una actividad, un oficio o un arte determinado, en este caso las preparaciones gastronómicas ya que también se necesitan de instrumentos o herramientas para facilitar mejor su elaboración como también para la agilidad para la elaboración de las preparaciones.

Antiguamente no poseían todos los instrumentos que tenemos ahora pero con su creatividad ellos fabricaban lo necesario para elaborar su comida como también para mejor su presentación.

Los encuestados nos demuestra que el 65% no conocen los utensilios autóctonos del Cantón, estos instrumentos poco a poco han ido desapareciendo debido a la incrementación de los instrumentos electrónicos y modernos que poseemos ahora, un 22% de los encuestados conocen poco los instrumentos ancestrales ya que lo han visto o lo tiene x una tradición de sus abuelos, pero ya no lo utilizan, frente a un 13% que conocen mucho ya que lo utilizan pero es difícil su manejo y no facilita la agilidad para las preparaciones.

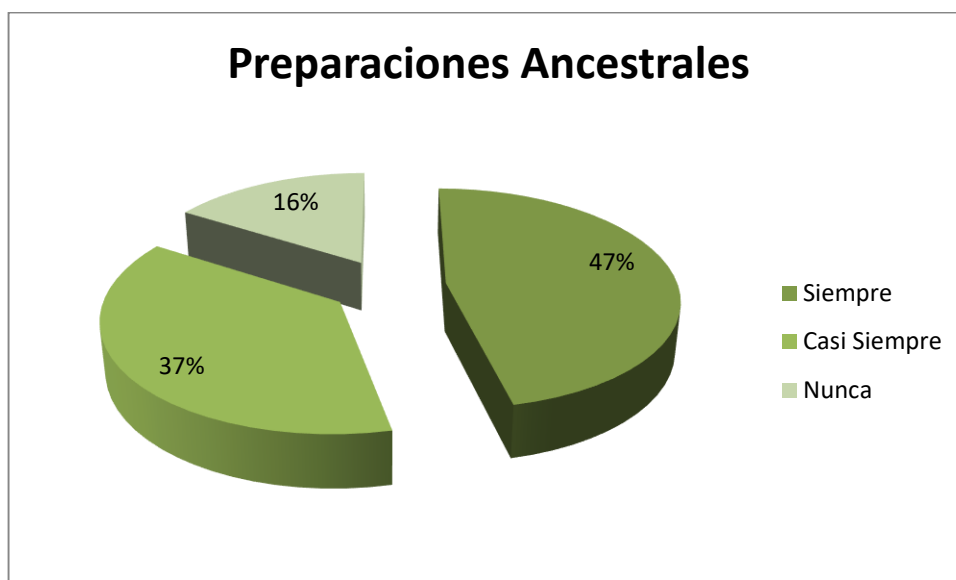
**Pregunta 10:** *¿Promueve las preparaciones ancestrales que en el Cantón Sucúa se preparan?*

**Cuadro N.- 12**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Siempre</b>	179	46%
<b>Casi Siempre</b>	144	38%
<b>Nunca</b>	62	16%
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Gráfico N.- 10**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

### **Análisis**

La gastronomía del Ecuador es muy variada, esto es debido a que dentro del país existen cuatro regiones naturales (costa, sierra, amazonia e insular) los cuales poseen diferentes costumbres y tradiciones. Por ello cada habitante de la región prefiere su comida y tradición dando prioridad para explotarla y que existan más ingresos económicos para la gente que la visite como también de turistas extranjeros.

Los encuestados demuestran que un 46% si promoverían el consumo de las preparaciones ancestrales a los turistas que visitan o a personas que no conocen el Cantón, seguido por un 35% que dicen que casi siempre hablarían bien de ellos, frente a un 16% nunca lo harían debido a que existe muy poca información y no sabrían que decirles si les preguntan en qué lugar existen dichas preparaciones.

De lo expuesto podemos darnos cuenta que existe mucho interés por promocionar la gastronomía del Cantón, para impulsar sus costumbres y tradiciones, para mejorar la economía y así generar fuentes de trabajos a los habitantes.

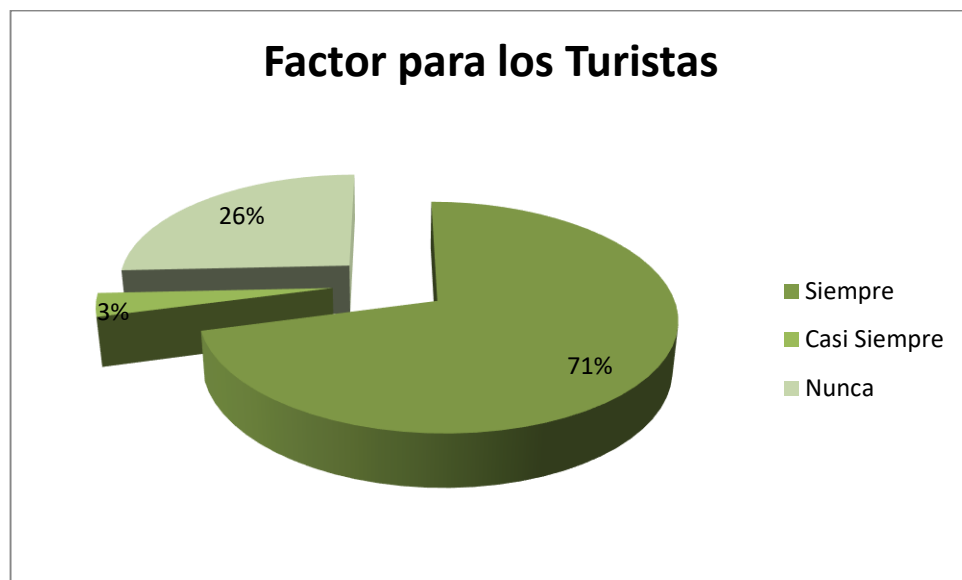
**Pregunta 11:** *¿Cree usted que el costo de las preparaciones gastronómicas del Cantón es un factor para que los turistas consuman sus platos típicos?*

**Cuadro N.-13**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Siempre</b>	273	71%
<b>Casi Siempre</b>	13	3%
<b>Nunca</b>	99	26%
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Grafico N.- 11**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

### **Análisis**

Las familias normalmente tienen un patrón de consumo que definitivamente no es fijo en el muy corto plazo pero que en el tiempo tiende a volverse muy poco variable, dependiendo del ingreso de las familias, de las costumbres, nivel social y cultural.

Las personas encuestadas demuestran que el 71% consideran que las preparaciones gastronómicas ancestrales del Cantón son bastantes accesibles por lo que no es un factor de costo para que los visitantes consuman los platos típicos del Cantón, seguido por un 3% de los encuestados que opinan que casi siempre, ya que los turistas no desean gastar más del presupuesto con lo que ellos llegan, ya que piensan que son caros, considerando que es el porcentaje más bajo no es el costo lo que lo impide el consumo sino la falta de promoción para que los turistas consuman, frente a un 26% que piensan que nunca es el costo lo que les impide probar sino el desconocimiento y la falta de lugares que existen.

**Pregunta 12:** *¿Cree usted que hace falta mayor apoyo por parte de las autoridades para difundir y promocionar la gastronomía del Cantón Sucúa?*

**Cuadro N.-14**

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
<b>Mucha</b>	385	100%
<b>Poca</b>	0	0%
<b>Nada</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>385</b>	<b>100%</b>



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

**Grafico N.- 12**



**Fuente:** Población del Cantón Sucúa, Provincia Morona Santiago  
**Elaborado por:** Gabriela Orellana O.

### **Análisis**

La autoridad es el poder, la potestad, la legitimidad o la facultad. Por lo general se refiere aquellos que gobiernan o ejercen el mando. La autoridad también es el prestigio ganado por una persona u organización gracias a su calidad o a la competencia de cierta materia.

La autoridad por lo tanto se relaciona directamente con la posición del titular dentro de la Organización y no tiene nada que ver con la persona en forma individual. El concepto de autoridad nos dice pues no solo consiste en adquirirla, sino en saber mantenerla al mandar, dirigir y controlar a los subordinados adecuadamente para que acaten todas las órdenes necesarias para cumplir con el objetivo de una empresa o pueblo.


Todos los tipos de autoridad son indispensables en las diferentes organizaciones, pero hay que saber ejercer la función de mando adecuadamente para una correcta toma de decisiones a corto, mediano o largo plazo.

En la gráfica indica claramente la necesidad de pedir apoyo a las autoridades del Cantón para que por medio de estas se haga una campaña de difusión así hacer conocer a las personas cuales son las bondades gastronómicas las costumbres y tradiciones del cantón en este caso todos los encuestados siendo esté el 100% dice que hace falta mucho apoyo por parte de las autoridades del Cantón Sucúa.

## RECETAS ESTANDARS

### a. Ayampaco de Pollo

**Cuadro N.- 15**

Ayampaco de Pollo	Fecha:7/11/2013
	<p>#PAX: 6</p>

			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 1 semana Cong. 1mes	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNID.</b>	<b>CANT.</b>	<b>VALOR UNIT.</b>	<b>VALOR TOTAL</b>
1.Cebollapaiteña	Gr	2000	0.10	0.20
2.Cebolla blanca	Gr	1000	0.10	0.10
3.Palmito	Gr	1000	0.30	0.30
4.Pollo	Kg	3	1.50	4.50
5.Ajo	Gr	50	0.05	0.05
6.Hojas de bijao	Unid.	6	0.02	0.12
1. brunoise 2.chiffonade 3.brunoise 4.dados 5.brunoise 6. limpiar			<b>COSTO VARIABLE</b>	<b>5.27</b>
			<b>5% VARIOS</b>	<b>0.26</b>
			<b>COSTO TOTAL</b>	<b>5.96</b>
<b>Técnica:</b> A la parrilla			<b>COSTO POR PAX</b>	<b>0.99</b>
<b>Tiempo de cocción:</b> 30-40min.				

## Historia

Los ayampacos son elaborados por los antepasados ya que es una tradición indiscutible y se lo mantiene en la actualidad, los primeros que los elaboraron fueron los de la etnia shuar, ya que todos los ingredientes lo cultivaban y era de fácil accesibilidad para su preparación, antiguamente se elaboraban con hojas de lepo, pero debido a la

deforestación lamentablemente se extinguió hace 20 años por lo que le sustituyeron por las hojas de bijao, en la actualidad los elaboran en fiestas o fechas especiales para los shuar, ya que se lo considera como un privilegio consumirlo.

**b. Maito de Caracha**

**Cuadro N.- 16**

<b>Maito de Caracha</b>	<b>Fecha:7/11/2013</b>
	<b>#PAX: 6</b>
	<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 5 días Cong. 1mes

INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1.Cebollapaiteña	Gr	2000	0.10	0.20
2.Cebolla blanca	Gr	1000	0.10	0.10
3.Caracha	Unid.	1	1.50	1.50
4.Ajo	Gr.	50	0.05	0.05
5.Hojas de bijao	Unid.	3	0.12	0.12
1. brunoise		<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>1.97</b>
2. chiffonade		<b>5% VARIOS</b>		<b>0.10</b>
3. brunoise		<b>COSTO TOTAL</b>		<b>2.07</b>
4.limpiarla		<b>COSTO POR PAX</b>		<b>0.35</b>
5.lavar				
<b>Técnica:</b> A la parrilla				
<b>Tiempo de cocción:</b> 20-30min.				

## Historia

Su elaboración se produjo porque en la antigüedad los shuar eran nómadas y vivían principalmente en las orillas de los ríos, al trasladarse de lugar en lugar se vieron en la necesidad de elaborar algo para su

alimentación, se les facilito poner al fuego el pescado envuelto en hoja para evitar que se queme y de allí salió este delicioso y exquisito plato.

**c. Ceviche de Hongos**

**Cuadro N.- 17**

<b>Ceviche de Hongos</b>	<b>Fecha:7/11/2013</b>
--------------------------	------------------------

			<b>#PAX: 4</b>		
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 2 días Cong. 5 días		
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL	
1.Cebolla paiteña	Gr	250	0.10	0.10	
2.Hongos ostra	Gr	500	1.00	1.00	
3.Tomate riñón	Gr	150	0.20	0.20	
4.Pimiento	Kg	50	0.10	0.10	
5.Limón	Tz.	¼	0.05	0.10	
6.Culantro	Gr.	10	0.05	0.05	
1. juliana 2. cuartos 3. concasse 4. juliana 5. jugo 6. brunoise			<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>1.55</b>
			<b>5% VARIOS</b>		<b>0.08</b>
			<b>COSTO TOTAL</b>		<b>1.62</b>
			<b>COSTO POR PAX</b>		<b>0.41</b>
<b>Técnica:</b> hervir					
<b>Tiempo de cocción:</b> 20-30min.					

### Historia

Los hongos ostra se los consideraba como un daño para las plantas debido a que les rodeaban por todo el tallo, un día un indígena shuar decide podarlas y probarlas para ver si no es toxico, las cocina y entonces


ve el delicioso sabor que aportaba a las preparaciones, deciden elaborar este plato debido a que se podía explotar y dando a conocer un ceviche diferente y propio del cantón.

**d. Tamal de Papachina**

**Cuadro N.- 18**

<b>Tamal de papachina</b>	<b>Fecha:7/11/2013</b>
---------------------------	------------------------



			<b>#PAX: 6</b>		
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 5 días Cong. 1 mes		
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL	
1.Papachina	Gr	500	1.00	1.00	
2.Mantequilla	Gr	100	1.00	1.00	
3.Queso	Gr	150	0.70	0.10	
4.Harina	Gr	350	0.45	0.45	
5.Huevo	Unid	1	0.12	0.12	
6.Hojas de achira	Unid.	6	0.02	0.12	
1. pelar y cortar 2. derretir 3. rayar 4. colar 5. retirar cascara 6.limpiar			<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>2.79</b>
			<b>5% VARIOS</b>		<b>0.14</b>
			<b>COSTO TOTAL</b>		<b>2.93</b>
			<b>COSTO POR PAX</b>		<b>0.49</b>
<b>Técnica:</b> Al vapor					
<b>Tiempo de cocción:</b> 30-40min.					

## Historia

Las papachinas antiguamente se les consideraba como monte, rodeaban todas las casas, como su crecimiento era demasiado deciden limpiar y cortarlas de raíz para evitar que se siga propagando, se dan cuenta que

en sus raíces se encontraba una papa, al principio pensaron que era la semilla, pero viendo que eran muchas deciden cocinarlas y vieron su delicioso sabor, desde allí se lo consume como acompañante, para elaborar tortas, galletas y los famosos tamales.

**e. Caldo de Caracha**

**Cuadro N.- 19**

<b>Caldo de caracha</b>	<b>Fecha:7/11/2013</b>
	<b>#PAX: 6</b>

			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 5 días Cong. 15 días	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNID.</b>	<b>CANT.</b>	<b>VALOR UNIT.</b>	<b>VALOR TOTAL</b>
1.Caracha	Unid	6	1.00	6.00
2.Cebolla blanca	Gr	35	0.10	0.10
3.Culantro	Gr	15	0.05	0.05
4.Achiote	Ml	10	0.05	0.05
5.Ajo	Gr	5	0.05	0.05
1. limpiar 2. brunoise 3. brunoise 5. brunoise		<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>6.25</b>
		<b>5% VARIOS</b>		<b>0.31</b>
		<b>COSTO TOTAL</b>		<b>6.56</b>
		<b>COSTO POR PAX</b>		<b>1.10</b>
<b>Técnica:</b> hervido y reducción				
<b>Tiempo de cocción:</b> 20min.				

## Historia

En los antiguos tiempos en épocas de fuertes veranos existía sequía, por lo cual los peces emigraban, los indígenas desesperados comenzaban a

cavar o meter las manos debajo de las piedras para ver si encontraban algo y ahí fue que capturaron a esta clase de peces que eran las carachas, estos peces necesitan poca cantidad de agua y se alimentan de musgos que se encuentran por lo general en las piedras, de allí su supervivencia, al descubrir esto los indígenas decidieron capturarlas y tratar de sobrellevar las dificultades por las que atravesaban.

**f. Dulce de papaya**

**Cuadro N.- 20**

<b>Dulce de Papaya</b>	<b>Fecha:7/11/2013</b>
	<b>#PAX: 6</b>

			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 1 mes Cong. 6 meses	
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1.papaya	Gr	800	0.80	0.80
2.azuar	Gr	800	0.80	0.80
3.Canela	Gr	10	0.05	0.05
4.agua	Lt	½		
1.cuadros		<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>1.65</b>
2. caramelo		<b>5% VARIOS</b>		<b>0.08</b>
<b>Técnica:</b> hervir, reducción.			<b>COSTO TOTAL</b>	<b>1.73</b>
<b>Tiempo de cocción:</b> 20-30min.			<b>COSTO POR PAX</b>	<b>0.29</b>


## Historia

La agricultura era y sigue siendo uno de los recursos más importantes del Cantón, su tierra era muy fértil y producía muchos alimentos, uno de estos es la papaya, se la encontraba en cualquier parte y no era necesario sembrarla, con solo votar sus semillas estas nacían, se la utilizaba como tal a la fruta pero se cansaron y decidieron mezclarla con miel de caña y vieron que era delicioso, en la actualidad se la utiliza con azúcar, aunque hay gente q si lo hace con la miel.

**g. Muchines de Yuca**

**Cuadro N.- 21**

<b>Muchines de Yuca</b>	<b>Fecha:7/11/2013</b>
-------------------------	------------------------

			<b>#PAX: 6</b>	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 3 días Cong. 15 días	
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1.Yuca	Gr	600	0.05	0.30
2.Queso	Gr	300	0.10	0.30
3.Huevos	Unid.	4	0.10	0.40
1. Rayada 2. Desmenuzado 3. Enteros			<b>COSTO VARIABLE</b>	
			<b>1.00</b>	
			<b>5% VARIOS</b>	
<b>Técnica:</b> Fritura			<b>0.05</b>	
			<b>COSTO TOTAL</b>	
<b>Tiempo de cocción:</b> 20-30min.			<b>1.05</b>	
			<b>COSTO POR PAX</b>	
			<b>0.18</b>	

**Historia**

La yuca es un tubérculo que se da mucho en el oriente ecuatoriano en especial en el cantón Sucua, por ello en la actualidad se exporta a otros lugares debido a su abundancia. Se elaboró este plato ya que los shuar solo comían cocinada la yuca, pero los colonos de la región decidieron dar un cambio y probar otras cosas con la yuca, es donde nace los muchines de yuca, su elaboración fue muy fácil ya que se utilizan las manos delicadas de las mujeres para la forma y tamaño adecuado de estas.

#### **h. Chonta Cocinada**

##### **Cuadro N.- 22**



Chonta Cocinada			Fecha:7/11/2013	
			#PAX: 6	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 3 días Cong. 15 días	
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1.Chonta	Gr	1200	0.10	1.20
2.Sal	Gr	20	0.01	0.01
1.Lavar			<b>COSTO VARIABLE</b>	<b>1.21</b>
Técnica: hervido			<b>5% VARIOS</b>	<b>0.06</b>
Tiempo de cocción: 20-30min.			<b>COSTO TOTAL</b>	<b>1.27</b>
			<b>COSTO POR PAX</b>	<b>0.21</b>

**Historia**

La chonta es un fruto que se lo ha venido consumiendo desde hace mucho tiempo, su descubrimiento lo realizaron los indígenas shuar ya que a todo la planta en general la utilizaban para su supervivencia, sus hojas y el tallo para elaborar sus casas y la fruta para su alimentación. Esta fruta era muy abundante y rica en fuente energética, ya que al no tener nada que comer solo se alimentaban de la chonta y se sentían fuertes para elaborar sus tareas y poder salir a cazar.

**i. Pincho de Mayon**

**Cuadro N.- 23**

Pincho de Mayon			Fecha:7/11/2013	
			#PAX: 4	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 1 días Cong. 5 días	
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1.Chontacuro	Gr	400	1.00	2.00
2.Pinchos de guadua	Unid.	4	0.05	0.20
3.Sal	Gr	20	0.01	0.01
1.Lavar 2.Limpiar			<b>COSTO VARIABLE 2.21</b>	
			<b>5% VARIOS 0.11</b>	
<b>Técnica:</b> A la parrilla			<b>COSTO TOTAL 2.32</b>	
<b>Tiempo de cocción:</b> 8-10min.			<b>COSTO POR PAX 0.58</b>	

## Historia

El gusano mayon o muquindi o chontaduro se lo encuentra en la palmera de la chonta de allí su nombre, los indígenas shuar utilizaban todo lo que les daba la tierra y eran muy agradecidos porque toda planta se le utilizaba como alimento y supervivencia para ellos. Antiguamente creían que los espíritus les mandaban y les decían que debían consumir todo lo que les da y descubrieron que dentro de esta palmera se encontraban unos gusanos, decidieron probar ya que se alimentaba del palmito que se encuentra dentro del tallo de la palmera, su sabor era inigualable ya que todo el gusano posee grasa, brindándoles una fuente energética y un sabor exótico. Ha estos gusanos se los consume como un lujo porque para los indígenas es un privilegio y un honor que exista este alimento.

**j. Chica de chonta**

**Cuadro N.- 24**

<b>Chicha de Chonta</b>	<b>Fecha:7/11/2013</b>
-------------------------	------------------------

			<b>#PAX: 8</b>	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 5 días	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNID.</b>	<b>CANT.</b>	<b>VALOR UNIT.</b>	<b>VALOR TOTAL</b>
1.Chonta	Gr	1200	0.10	1.20
2.Azúcar	Gr	30	0.10	0.10
1.Lavar		<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>1.30</b>
<b>Técnica:</b> hervido, fermentación		<b>5% VARIOS</b>		<b>0.07</b>
		<b>COSTO TOTAL</b>		<b>1.37</b>
<b>Tiempo de cocción:</b> 45min./ 2-3 días		<b>COSTO POR PAX</b>		<b>0.17</b>

## Historia


Bebida muy común entre los miembros de la etnia shuar, ya que utiliza ingredientes comunes de su zona. La tradición dice que los hombres de

la etnia shuar no salían al bosque o a sus faenas diarias sin tomar, en dos grandes "pilches" de casi un litro. Con este único alimento trabajan, caminan o cazan. Esta bebida típica es brindada a personas de otras etnias que visiten comunidades shuar, como símbolo de aprecio y fraternidad de esta cultura. Se sirve en un recipiente típico shuar llamado pilche, fabricado a base de un fruto llamado poto.

**k. Chicha de Yuca**

**Cuadro N.- 25**

<b>Chicha de Yuca</b>	<b>Fecha:7/11/2013</b>
-----------------------	------------------------

			<b>#PAX: 8</b>	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 5 días	
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1.Yuca	Gr	1200	0.05	0.60
2.Azúcar	Gr	30	0.10	0.10
1.Limpiar y lavar		<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>0.70</b>
<b>Técnica:</b> hervido, fermentación.		<b>5% VARIOS</b>		<b>0.04</b>
		<b>COSTO TOTAL</b>		<b>0.74</b>
<b>Tiempo de cocción:</b> 45min./ 2-3 días		<b>COSTO POR PAX</b>		<b>0.09</b>

### Historia

Bebida muy común entre los miembros de la etnia shuar, ya que utiliza ingredientes comunes de su zona. La tradición dice que los hombres de

la etnia shuar no salían al bosque o a sus faenas diarias sin tomar, en dos grandes "pilches" de casi un litro. Con este único alimento trabajan, caminan o cazan. Esta bebida típica es brindada a personas de otras etnias que visiten comunidades shuar, como símbolo de aprecio y fraternidad de esta cultura. Se sirve en un recipiente típico shuar llamado pilche, fabricado a base de un fruto llamado poto.

## **I. Hormigas Ucui o Añangas**

**Cuadro n.- 26**



<b>Hormigas Ucui o Añangas</b>			<b>Fecha:7/11/2013</b>	
			<b>#PAX: 6</b>	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 1 días Cong. 5 días	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNID.</b>	<b>CANT.</b>	<b>VALOR UNIT.</b>	<b>VALOR TOTAL</b>
1.HormigasUcui	Gr	400	0.05	0.20
2.Mantequilla	Gr	50	0.10	0.10
3.Sal	Gr	15	0.05	0.05
<b>1. Limpiar</b> <b>2. Derretir</b>			<b>COSTO VARIABLE</b>	<b>0.35</b>
			<b>5% VARIOS</b>	<b>0.02</b>
<b>Técnica:</b> Salteado			<b>COSTO TOTAL</b>	<b>0.37</b>
<b>Tiempo de cocción:</b> 5min			<b>COSTO POR PAX</b>	<b>0.06</b>

**Historia**

Estas hormigas no se las puede encontrar siempre, debido a que vuelan por temporadas. Son hormiga macho que buscan a las hembras que se encuentran debajo la tierra, estas vuelan en cantidades masivas, debido a su abundancia los shuar les molestaba porque hacían mucho ruido e hicieron varias trampas para atraparlas y matarlas. Una vez recogidas vieron que poseen un rabo muy grande y grueso, les llamo mucho la atención porque no habían visto a una hormiga así y descubrieron que ahí es donde almacenaban la grasa de ellas, lo probaron y se dieron cuenta del exquisito sabor que poseía. A partir de ese momento todos esperan las temporadas de junio y julio que sobrevuelan la ciudad.

### **m. Buñuelos de Yuca**

#### **Cuadro N. 27**

Buñuelos de Yuca			Fecha:7/11/2013	
			#PAX: 6	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 3 días Cong. 15 días	
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1.Yuca	Gr	800	0.05	0.40
2.Huevos	Unid.	2	0.10	0.20
3.Mantequilla	Gr	100	0.35	0.35
4.Manteca de chancho	Gr	100	0.35	0.35
5.Miel	Gr.	100	0.15	0.15
1. Limpiar y lavar 3. Derretir 4. Derretir			<b>COSTO VARIABLE</b>	
			<b>1.45</b>	
			<b>5% VARIOS</b>	
			<b>0.07</b>	
<b>Técnica:</b> Fritura			<b>COSTO TOTAL</b>	
			<b>1.52</b>	
<b>Tiempo de cocción:</b> 5 – 8min			<b>COSTO POR PAX</b>	
			<b>0.25</b>	

## Historia

La yuca es un tubérculo que se da mucho en el oriente ecuatoriano en especial en el cantón Sucua, por ello en la actualidad se exporta a otros lugares debido a su abundancia. Se elaboró este plato ya que los shuar solo comían cocinada la yuca, pero los colonos de la región decidieron dar un cambio y probar otras cosas con la yuca, es donde nace los buñuelos de yuca, se lo elabora principalmente en fechas especiales como es la navidad ya que es una costumbre brindar a sus visitas estas delicias acompañados de miel de caña de azúcar.

#### **n. La Rambuela**

#### **Cuadro N. 28**

La Rambuela			Fecha: 7/11/2013	
			#PAX: 6	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 1 días Cong. 5 días	
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1. Yuca	Lb	3	0.30	0.90
2. Costilla de res	Lb	4	1.00	4.00
3. Cebolla	Gr	250	0.35	0.35
4. Comino	Gr	4	0.05	0.05
5. Ajo	Gr.	10	0.05	0.05
1. Lavar y limpiar 2. Picar 3. Brunoise 5. Brunoise			<b>COSTO VARIABLE</b>	<b>5.35</b>
			<b>5% VARIOS</b>	<b>0.27</b>
			<b>COSTO TOTAL</b>	<b>5.62</b>
<b>Técnica:</b> hervido, reducción.			<b>COSTO POR PAX</b>	<b>0.94</b>
<b>Tiempo de cocción:</b> 30-40min.				

## Historia

Este plato es muy propio de la gente colona, debido a que al llegar a colonizar trajeron animales para explotar la tierra y poblarla. Uno de los animales fueron las vacas y como no sabían cazar decidieron matar para alimentarse y poder sobrevivir, de allí salió este delicioso plato que al mezclar con alimentos propios de la región como la yuca vieron el resultado de algo único y propio de ellos.

#### **o. Maito de Trucha**

#### **Cuadro N. 29**

Maito de Truchas			Fecha:7/11/2013		
			#PAX: 4		
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 2 días Cong. 5 días		
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL	
1.Trucha	Unid	4	0.60	2.40	
2.Cebolla blanca	Gr	100	0.10	0.10	
3.Hoja de bijao	Unid	4	0.05	0.20	
4.Ajo	Gr.	10	0.05	0.05	
1. Lavar 2. Brunoise 3. Brunoise			<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>2.75</b>
			<b>5% VARIOS</b>		<b>0.14</b>
<b>Técnica:</b> A la parrilla			<b>COSTO TOTAL</b>		<b>2.89</b>
<b>Tiempo de cocción:</b> 30-40min.			<b>COSTO POR PAX</b>		<b>0.72</b>


**Historia**

Su elaboración se produjo porque en la antigüedad los shuar eran nómadas y vivían principalmente en las orillas de los ríos, por lo que al trasladarse de lugar en lugar se vieron en la necesidad de elaborar algo para su alimentación, se les facilitó poner al fuego el pescado ya que en ese tiempo existía una abundante cantidad de peces, decidieron envolverlo en hoja para evitar que se quemara y de allí salió este delicioso y exquisito plato.

**p. Guayusa**



**Cuadro N.- 30**

<b>Guayusa</b>			<b>Fecha:7/11/2013</b>	
			<b>#PAX: 6</b>	
			<b>Tiempo de vida Refrig. 5 días</b>	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNID.</b>	<b>CANT.</b>	<b>VALOR UNIT.</b>	<b>VALOR TOTAL</b>
1.Guayusa	Unid	15	0.03	0.45
2.Azúcar	Gr	200	0.25	0.50
1.Lavar		<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>0.95</b>
		<b>5% VARIOS</b>		<b>0.05</b>
<b>Técnica: Hervido</b>		<b>COSTO TOTAL</b>		<b>1.00</b>
<b>Tiempo de cocción: 30-40min.</b>		<b>COSTO POR PAX</b>		<b>0.17</b>

**Historia**

Es un árbol pequeño que crece en la amazonia ecuatoriana de sabor suave y aroma agradable, sus grandes hojas son ricas en cafeína y al mismo tiempo contienen L-teanina un aminoácido que transmite una sensación de agradable tranquilidad. La combinación de los dos crea un estímulo suave y placentero. Las hojas de guayusa han sido históricamente utilizadas por las tribus indígenas de la zona. La ofrecen como bebida de hospitalidad y bienvenida. Entre los shuar (jíbaros) la bebida de la guayusa es un hecho cotidiano y ritual al alba. Hervidas las hojas en una olla, beben mientras cuentan sueños e historias que refuerzan las costumbres y relaciones de comunidad. También se conoce como “vigilante nocturno”, por su capacidad para mantener despierto. Tradicionalmente se ha utilizado como bebida medicinal atribuyéndosele innumerables virtudes desde diurético y desintoxicante natural, hasta efectiva para problemas de fertilidad.

q. Caldo de Guanta

Cuadro N.- 31

Caldo de Guanta			Fecha:7/11/2013	
			#PAX: 4	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 1 días Cong. 5 días	
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1.Guanta	Gr	1200	3.00	6.00
2.Cebolla	Gr	250	0.35	0.35
3.Cebolla blanca	Gr	250	0.20	0.20
4.Aceite	Ml	4	0.05	0.05
5.Ajo	Gr.	10	0.05	0.05
1. Lavar y limpiar 2. Brunoise 3. Chiffonade 5. Brunoise			<b>COSTO VARIABLE 6.65</b>	
			<b>5% VARIOS 0.33</b>	
			<b>COSTO TOTAL 6.98</b>	
<b>Técnica:</b> hervido, reducción.		<b>COSTO POR PAX</b>		<b>1.75</b>
<b>Tiempo de cocción:</b> 30-45min.				

## **Historia**

Este animal es muy difícil de cazar pero los indígenas shuar como solo se alimentaban de la caza para ellos nada era imposible y les podían capturar, es muy exótico y su sabor se asemeja a la gallina, es muy difícil de conseguir pero en la actualidad se elaboran granjas de estos animales para evitar su extinción y poder hacer probar a los turistas este delicioso y exótico plato que solo se lo puede encontrar en este Cantón.

r. Sinchicara

Cuadro N.- 32

Sinchicara			Fecha:7/11/2013	
			#PAX: 8	
			<b>Tiempo de vida</b> Refrig. 1 días Cong. 5 días	
INGREDIENTES	UNID.	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
1.Agua ardiente	Lit.	3	0.45	1.35
2.Chugchuguazo	Gr	800	0.25	2.00
3.Guayusa	Unid	10	0.03	0.30
4.Hierbaluisa	Unid	10	0.03	0.30
5.Uña de gato	Unid	5	0.35	1.75
6.Esencia de vainilla	Lit.	1/2	0.25	0.25
1-5. Lavar		<b>COSTO VARIABLE</b>		<b>5.95</b>
<b>Técnica:</b> hervido, reducción, fermentación.		<b>5% VARIOS</b>		<b>0.30</b>
		<b>COSTO TOTAL</b>		<b>6.25</b>
<b>Tiempo de cocción:</b> 3hrs / 3 días		<b>COSTO POR PAX</b>		<b>0.78</b>

## **Historia**

Su elaboración se produjo porque los antepasados creían mucho en los Dioses y que los Dioses mandaban a una persona sabia y con poderes curativos, se lo conocía como curandero, esta persona recolectaba ciertas plantas medicinales para calmar el dolor y que se propaguen las enfermedades, la preparación consta de las mezclas de alucinógenos y plantas medicinales que curan ciertas enfermedades. Actualmente el Cantón explota esta mezcla y la vende a centros naturistas medicinales.

## **V. CONCLUSIONES**

1. El estudio Antropológico del Cantón Sucúa es la base fundamental para determinar el significado social de las preparaciones gastronómicas, ya

que la cocina en la actualidad se ha convertido en nuestra identidad y cultura puesto que con la evolución del hombre evolucionan todo a su alrededor.

2. Existen una diversidad de platos ancestrales ya que poseen una rica e interesante tradición que se ha forjado con el paso de los años, en el caso del arte de la cocina, se lo ha heredado de generación en generación.
3. El nivel de aceptabilidad de las preparaciones gastronómicas es de su agrado, ya que hace dar cuenta lo importante que es el explotar todos sus potenciales tanto turísticos, económicos que traen beneficio a los habitantes del Cantón.
4. Se evidencio como una herramienta muy importante en el desarrollo y promoción de la gastronomía autóctona del Cantón la creación de una Guía Gastronómica con lo cual se busca fomentar el interés de los habitantes.

## **VI. RECOMENDACIONES**

1. La Gastronomía forma parte de la cultura del pueblo, se lo identifica como tal y permite diferenciarlo de los demás, es muy importante que la gente debe comenzar a preocuparse y darse cuenta que no existe mucho

interés, ni conocimientos en las preparaciones de los platos autóctonos del Cantón.

2. Se recomienda que los habitantes del Cantón no solo deben esperar que las autoridades den el primer paso, sino buscar información en personas mayores para incrementar sus conocimientos y así no dejar que se pierda esta pequeña tradición.
3. Se recomienda que las autoridades deben fomentar e incentivar a sus habitantes ofreciendo charlas, cursos, casas abiertas sobre donde se inició, donde podemos encontrar y como preparar los platos autóctonos.
4. Se recomienda que debe haber información específica de donde podemos conseguir los productos para realizar los diferentes platos autóctonos e indicar en donde podemos consumirlos.

## **VII.REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS**

1. **Harris, M.**Introducción a la Antropología General. Barcelona: Alianza Editorial. 2004.



**2. ANTROPOLOGIA (CONCEPTO)**

<http://www.liceus.com>

2013-04-02

**3. ANTROPOLOGÍA CULINARIA (CONCEPTO)**

<http://vizuite.lacoctelera.net>

2013-04-02

**4. GASTRONOMÍA (CONCEPTO)**

<http://es.wikipedia.org>

2013-04-05

**5. GASTRONOMÍA (HISTORIA)**

<http://es.wikipedia.org>

2013-04-05

**6. GASTRONOMIA (IMPORTANCIA)**

<http://www.wiikipedia.org>

2013-04-05

**7. GASTRONOMIA (TIPOS)**

<http://www.wikipedia.org>

2013-04-05

**8. GASTRONOMIA (CULTURA)**

<http://www.gastronomiacultura.tumblr.com>

2013-04-05

**9. GASTRÓNOMO (CONCEPTO)**

<http://www.gastronomiaycia.com>

2013-04-05

**10. GASTRONOMÍA ECUATORIANA (CONCEPTO)**

<http://www.ecuaworld.com.ec>

2013-04-06

**11. MORONA SANTIAGO (CONCEPTO)**

<http://www.wikipedia.org>

2013-04-12

**12. MORONA SANTIAGO (CULTURA)**

<http://www.wikipedia.org>

2013-04-12

**13. MORONA SANTIAGO (POBLACION)**

<http://macas.gov.ec/>

2013-04-18

**14. MORONA SANTIAGO (GASTRONOMIA)**

<http://blog.espol.edu.ec/>

2013- 04-18

**15. SUCUA (CIUDAD)**

<http://www.sucua.gov.ec/>

2013-04-20

**16. SUCUA (TURISMO)**

<http://www.viajandox.com/>

2013-04-20

**17. SUCUA (GASTRONOMIA)**

[http://www.viajandox.com](http://www.viajandox.com/)

2013-04-20

**VIII. ANEXOS**

**Anexo 1**

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD DE SALUD PÚBLICA**

## ESCUELA DE GASTRONOMÍA

### ENCUESTA APLICADA A UNA DETERMINADA POBLACIÓN DEL CANTÓN SUCUA

**OBJETIVO:** Determinar la necesidad de realizar el Estudio Antropológico Culinario del Cantón Sucúa.

1. ¿Conoce la cultura ancestral gastronómica del Cantón Sucúa?

Si .....  
No .....

2. La difusión y promoción turística existente en el Cantón Sucúa es:

Excelente .....  
Muy buena .....  
Buena regular .....  
Mala

3. Según corresponda subraye los productos autóctonos que usted conoce:

Chonta  
Yuca  
Membrillo  
Frutipan  
Guayusa

4. ¿Cuál de las siguientes preparaciones gastronómicas autóctonas es de su mayor satisfacción?

Ayampaco .....  
Caldo de caracha .....  
Tamal de papachina .....  
Pan de frutipan .....

Buñuelos de yuca .....

5. ¿Conoce usted la forma de preparación de los ayampacos y el caldo de caracha?

Si .....  
No .....

6. ¿Cuáles de las siguientes bebidas típicas considera usted que pertenece a nuestro Cantón?

Chicha de chonta .....  
Chicha de yuca .....  
Kimis natural .....  
Guayusa

7. ¿Cree usted que la gastronomía ancestral influye en la economía y turismo del Cantón?

Si .....  
No .....

8. ¿Cuenta con los ingredientes básicos para la elaboración de las preparaciones de los platos típicos del Cantón?

Siempre .....  
Casi siempre .....  
Nunca .....

9. ¿Conoce usted los utensilios autóctonos utilizados para la elaboración de las preparaciones gastronómicas?

Conozco mucho .....  
Conozco poco .....  
No conozco .....

10. ¿Promueve las preparaciones ancestrales que en el Cantón Sucúa se preparan?

Siempre .....  
Casi siempre .....  
Nunca .....

11. ¿Cree usted que el costo de las preparaciones gastronómicas del Cantón es un factor para que los turistas consuman sus platos típicos?

Siempre .....  
Casi siempre .....  
Nunca .....

12. Cree usted que hace falta mayor apoyo por parte de las autoridades para difundir y promocionar la gastronomía del Cantón Sucúa?

Mucho .....  
Poco .....  
Nada .....

## Anexo 2

### SUCUA

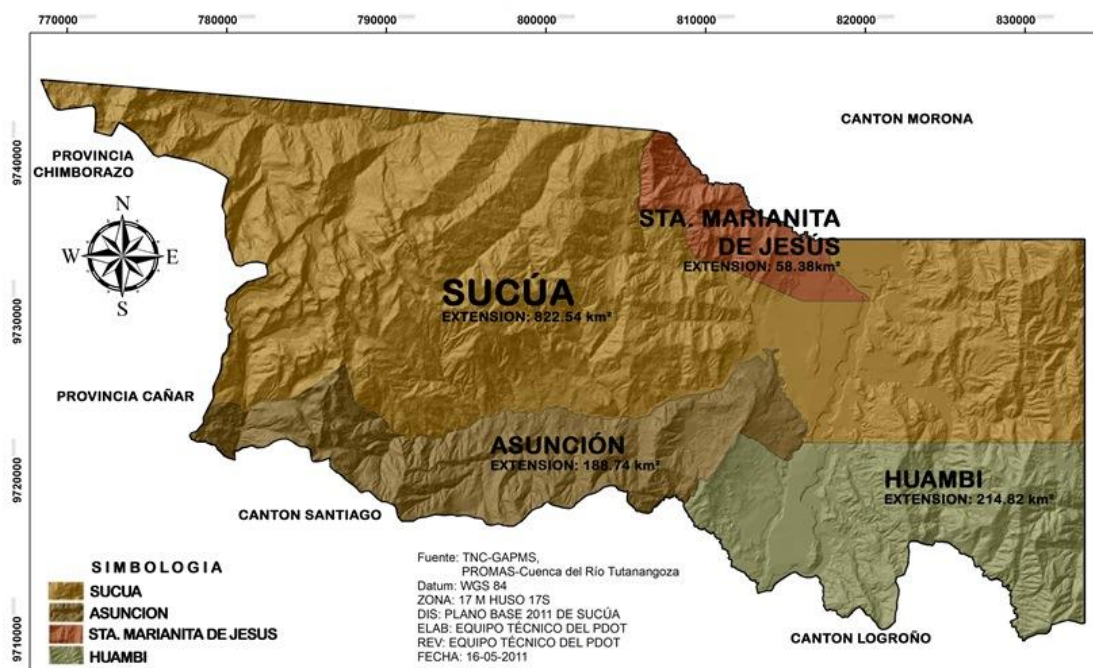
#### Bandera



#### Escudo



## Mapa



### DATOS POBLACIÓN, DENSIDAD Y SUPERFICIE

COD.POS TAL	PROVIN CIA	CANT ON	PARROQU IAS	AREA Km2	PORCENT AJE	POBLACI ON	DENSID AD
140650	Morona Santiago	Sucúa	Sucúa	822.54_K m <sup>2</sup>	68.89%	12619	15.34
140652	Morona Santiago	Sucúa	Huambi	214.82_K m <sup>2</sup>	15.78%	2891	13.46
140655	Morona Santiago	Sucúa	Sta. _Mariani ta	58.38_Km <sup>2</sup>	4.94%	905	15.50

### DATOS POBLACIÓN, DENSIDAD Y SUPERFICIE

COD.POS TAL	PROVIN CIA	CANT ON	PARROQU IAS	AREA Km2	PORCENT AJE	POBLACI ON	DENSID AD
140651	Morona Santiago	Sucúa	Asunción	188.74_K m <sup>2</sup>	10.39%	1903	10.08
			<b>TOTAL</b>	1284.48_Km <sup>2</sup>	100%	18318	14.26

### Festival de la chonta



### Atractivos turísticos

La unión

Parque central







**Redondel principal**



**Puente la unión**



**Mirador**



**Piscinas**



### Diversidad de culturas





## Flora y Fauna





### Anexo 3

### Preparaciones gastronómicas



