



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y
ECONÓMICAS
CARRERA DE GASTRONOMÍA

TRABAJO DE TITULACIÓN, PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA

“REVALORIZACIÓN E INNOVACIÓN DE LOS PLATOS
TRADICIONALES DE LA PROVINCIA DE ORELLANA,
MEDIANTE LA COCINA FUSIÓN”

AUTORA: URBINA AGUILA GERALDINE NATHALI

DIRECTOR: ECHEVERRIA CACHIPUENDO GALO OSWALDO MSc.

IBARRA, 2018

Hoja de autorización



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	220006967-8		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Urbina Aguila Geraldine Nathali		
DIRECCIÓN:	Isla Santa Fe y Baltra - Azaya		
EMAIL:	Ge3.00000001@gmail.com		
TELÉFONO FIJO:	2899833	TELÉFONO MÓVIL:	0997037607

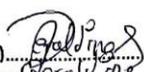
DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	REVALORIZACIÓN E INNOVACIÓN DE LOS PLATOS TRADICIONALES DE LA PROVINCIA DE ORELLANA, MEDIANTE LA COCINA FUSIÓN
AUTOR (ES):	Urbina Aguila Geraldine Nathali
FECHA: DD/MM/AAAA	8 de febrero del 2019
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciada en Gastronomía
ASESOR /DIRECTOR:	lic. Oswaldo Echeverría

2. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 8 días del mes de Febrero del 2019

EL AUTOR:

(Firma) 
Nombre: Geraldine Urbina



Scanned with
CamScanner

Aprobación del director del trabajo de grado

Yo, GALO OSWALDO ECHEVERRIA CACHIPUENDO, en calidad de Director de Trabajo de Titulación denominado "REVALORIZACIÓN E INNOVACIÓN DE LOS PLATOS TRADICIONALES DE LA PROVINCIA DE ORELLANA, MEDIANTE LA COCINA FUSIÓN", de autoría de la señorita GERALDINE NATHALI URBINA AGUILA, tengo a bien manifestar que el documento contiene los requisitos académicos e investigativos pertinentes para que sea sometido a defensa pública, por lo que autorizo que se realicen los tramites consiguientes.

Ibarra, 19 de febrero de 2018



Oswaldo Echeverria MSc.

DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO

Autoría de Responsabilidad

Yo, GERALDINE NATHALI URBINA AGUILA, portadora de la cedula de ciudadanía Nro. 220006967-8, declaro que la tesis que presento sobre el tema: "REVALORIZACIÓN E INNOVACIÓN DE LOS PLATOS TRADICIONALES DE LA PROVINCIA DE ORELLANA, MEDIANTE LA COCINA FUSIÓN", que no ha sido presentado para ningún grado ni calificación profesional: y se han presentado las diferentes fuentes y referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

Ibarra, 19 de febrero de 2018


GERALDINE NATHALI URBINA AGUILA,
AUTORA

Autorización (publicación biblioteca virtual)

Yo GERALDINE NATHALI URBINA AGUILA, con cedula No. 220006967-8 autorizo a la Universidad Técnica del Norte a que publique el presente documento de trabajo de titulación de mi autoría denominado "REVALORIZACIÓN E INNOVACIÓN DE LOS PLATOS TRADICIONALES DE LA PROVINCIA DE ORELLANA, MEDIANTE LA COCINA FUSIÓN".

Ibarra, 19 de febrero de 2018



Geraldine Nathali Urbina Aguila,
AUTORA

Dedicatoria

Mi tesis se la dedico con todo cariño y amor a mi madre Ana Águila, por quererme y creer en mí y por siempre apoyarme. Mamá gracias por darme una carrera para mi futuro, todo esto te lo debo a ti y a Dios nuestro señor.

A mi padre y hermanos que estuvieron cuando los necesite, quienes con sus palabras hicieron que continuara adelante y siempre sea perseverante y cumpla con mis ideales.

Gracias a todos.

Agradecimiento

Doy gracias a Dios a mi familia, mi madre y padre a mis hermanos, tíos, abuelita y en especial a mi madre por el apoyo incondicional que ella me brinda y porque sin sus palabras de aliento y esperanza no hubiera sido capaz de cumplir esta meta, gracias mamá te quiero un montón, a mi universidad por permitirme convertirme en una profesional en lo que más me apasiona, a todas las personas, maestros que fueron partícipes de este proceso integral de formación de manera directa o indirecta y como recuerdo y prueba latente de la historia: esta tesis, que permanecerá dentro de los conocimientos de las futuras generaciones.

Gracias a la vida por este nuevo triunfo gracias.

CONTENIDO

CAPÍTULO I	16
1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	16
1.1. Enunciación del Problema	16
1.1.1. Antecedentes	16
1.1.2. Planteamiento del Problema.....	17
1.2. Formulación del Problema	18
1.3. Preguntas de Investigación.....	18
1.4. Objeto de estudio y campo de acción.....	18
1.5. Objetivos	19
1.5.1. Objetivo General	19
1.5.2. Objetivos específicos	19
1.5.3. Justificación	19
CAPITULO II.....	21
2. MARCO TEÓRICO.....	21
2.1. Teoría existente	21
2.1.1. Gastronomía	21
2.1.2. Cocina ancestral	22
2.1.3. Cocina Tradicional	23
2.1.4. Cocina típica	23
2.1.5. Gastronomía Ecuatoriana	23
2.2. Provincia de Orellana.....	30
2.2.1. Hidrografía	31
2.2.2. Clima.....	31
2.2.3. Flora	31
2.2.4. Fauna.....	32
2.2.5. Turismo de Orellana.....	32
2.2.6. Gastronomía de Orellana	33
2.3. Gastronomía de Guadalajara.....	35
2.3.1. Productos.....	38
2.3.2. Técnicas de cocción	40
2.4. Cocina Fusión	41
2.5. Revalorización Gastronómica.....	45

2.5.1.	Gestión de la Calidad	46
2.5.2.	Innovación Gastronómica	47
2.5.3.	La gastronomía como patrimonio	47
2.6.	Marco Jurídico	48
CAPITULO III.....		49
3.	METODOLOGÍA	49
3.1.	Diseño de la Investigación	49
3.1.1.	Diseño	49
3.1.2.	Temporalidad	49
3.1.3.	Naturaleza	49
3.1.4.	Tipo de dato	49
3.2.	Población y Muestra	50
3.2.1.	Población.....	50
3.2.2.	Muestra	50
3.3.	Métodos de investigación.....	51
3.3.1.	Inductivo	51
3.3.2.	Analítico- Sintético	51
3.4.	Técnicas, estrategias e instrumentos	51
3.4.1.	Técnica.....	51
3.4.2.	Estrategias.....	52
3.4.3.	Instrumento	52
CAPÍTULO IV.....		53
4.	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	53
4.1.	Orellana y su Gastronomía.....	53
4.1.1.	Alimentos propios del territorio	54
4.1.2.	Utilización de ingredientes y condimentos en preparaciones tradicionales ...	56
4.1.3.	Técnicas tradicionales de las preparaciones.....	56
4.1.4.	Tipos de utensilios utilizados	57
4.1.5.	Forma de preparar las recetas.....	60
4.1.6.	Estandarización de recetas tradicionales.....	61
4.2.	Orellana y Guadalajara (México).....	72
4.2.1.	Características de la gastronomía de Guadalajara.....	72
4.2.2.	Gastronomía de Orellana fusión Gastronomía de Guadalajara.....	72
4.2.3.	Propuesta de técnicas de fusión	75
4.3.	Recetas plasmadas en un recetario.....	78
4.3.1.	Formato recetas fusionadas.....	78

CAPITULO V	89
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	89
5.1. Conclusiones	89
5.2. Recomendaciones	90
GLOSARIO DE TÉRMINOS.....	92
BIBLIOGRAFÍA	94
ANEXOS	97
ANEXO 1: Entrevista	98
ANEXO 2: FICHA GASTRONOMICA	99
ANEXO 3: RECETA ESTANDAR.....	100
ANEXO 4: FOTOGRAFÍAS ENTREVISTAS	101
ANEXO 5: URKUND	104
ANEXO 6: RECETARIO DIGITAL – LINK	105

Índice de figuras

Figura 1: Mentefacto Gastronomía	22
Figura 2: Mapa Político de Orellana	30
Figura 3 : Cultivos Principales.....	39
Figura 4 : Productos De Mercado	39
Figura 5: Receta tradicional chicha de chonta	62
Figura 6: Receta tradicional chicha de yuca	63
Figura 7: Receta tradicional guayusa	64
Figura 8: Receta tradicional pincho de mayon.....	65
Figura 9: Receta tradicional Maito de tilapia.....	66
Figura 10: Receta tradicional seco de guanta.....	67
Figura 11: Receta tradicional seco de armadillo	68
Figura 12: Receta tradicional caldo de Carachama.....	69
Figura 13: Receta tradicional Ceviche de Palmito.....	70
Figura 14: Receta tradicional Dulce de Chapil	71
Figura 15: Receta Fusión Maito.....	79
Figura 16: Receta Fusión Torta Ahogada Guanta.....	80
Figura 17: Receta Fusión Taco de mayon en espuma de salsa mexicana	81
Figura 18: Receta Fusión Cazuela de chicha de yuca	82
Figura 19: Receta fusión Espuma de Guayusa.....	83
Figura 20: Receta fusión Gelificación de chicha de chonta	84
Figura 21: Receta fusión Ceviche de Palmito	85
Figura 22: Receta fusión Pozole de Armadillo	86
Figura 23: Receta fusión Caldo de Carachama	87
Figura 24 : Jericalla cubierto de caramelo de chapil.....	88

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: DIVISIÓN POLÍTICA DE ORELLANA.....	31
Tabla 2: TÉCNICAS DE COCCIÓN.....	35
Tabla 3: MANJARES DE GUADALAJARA	37
Tabla 4: TÉCNICAS DE COCCIÓN DE GUADALAJARA.....	40
Tabla 5: UTENSILIOS - COCINA FUSIÓN	43
Tabla 6: TÉCNICAS DE COCCIÓN- COCINA FUSIÓN.....	44
Tabla 7: ALIMENTOS DE OTRAS REGIONES ECUADOR.....	53
Tabla 8: TIPOS DE PLATOS TRADICIONALES DE ORELLANA	54
Tabla 9: ALIMENTOS PROPIOS DEL TERRITORIO	55
Tabla 10: ESCACES DE CONSUMO.....	56
Tabla 11: TÉCNICAS DE COCCIÓN TRADICIONAL DE LAS PREPARACIONES	57
Tabla 12: UTENSILIOS	58
Tabla13: ANÁLISIS COMPARATIVO FORMA DE PREPARACIÓN DE CADA RECETA	60
Tabla 14: CUADRO COMPARATIVO ORELLANA - GUADALAJARA.....	74
Tabla 15: PROPUESTA DE TÉCNICAS DE FUSIÓN	75

Resumen

La presente investigación se realizó en las cabeceras cantonales de la provincia de Orellana, con la finalidad de generar una tendencia positiva hacia su gastronomía, la cual está enfocada en buscar y brindar una nueva imagen a las recetas tradicionales, la misma que se ejecutó mediante la fusión culinaria con la ciudad de Guadalajara, que cuenta con un reconocimiento gastronómico internacional, además presenta características similares a la provincia Orellana, permitiendo el uso de técnicas y preparaciones, dio la posibilidad de enriquecer y mejorar la gastronomía tradicional, y así obtener una apetitosa y gama de preparaciones.

Esta investigación de tipo descriptiva con observación de campo, facilitó conocer la situación actual de la gastronomía de Orellana y de acuerdo a los resultados obtenidos se propuso nuevas técnicas de preparación e ingredientes mediante la fusión culinaria, permitiendo la creación de recetas vanguardistas, a las que se les ha aplicado técnicas como: la cocción a bajas temperaturas, de construcción, esferificación, gelificación, espumas y preparaciones como guacamole, pico de gallo, salsas, cazuela de Jalisco y el dulce característico de Guadalajara la jericalla (lleva ese nombre en honor a una monja de Jaque, España).

Además se implementó técnicas de montaje tales como minimalista, tradicional y lineal, con el objetivo de revalorizar e innovar, logrando de esta manera nuevas formas de presentar y preparar las recetas tradicionales sin perder el sabor propio de la cocina de Orellana, considerando que la gastronomía es uno de los elementos tangibles que forma parte de una sociedad y en la mayoría de los casos describe a una civilización, es por ello que este trabajo de investigación conserva como aporte final la creación de un recetario digital con una fusión gastronómica entre Orellana- Guadalajara, sus técnicas de preparación, métodos y productos; teniendo como base la cocina tradicional de la Provincia de Orellana.

Palabras Clave

Fusión, vanguardia, tradición, técnicas, revalorización.

Abstract

The present investigation was carried out in the cantonal headwaters of the province of Orellana, with the purpose of generating a positive trend towards gastronomy, which is focused on finding and offering a new image to traditional recipes, the same one that was executed through the fusion with the gastronomy of Guadalajara, in view that it has an international culinary recognition, also presents characteristics similar to the Orellana province, allowing the use of techniques and preparations gave the possibility of enriching and improving its cuisine, in order to provide an appetizing and varied range of dishes.

In this descriptive investigation with field observation that facilitated knowing the current gastronomic situation of Orellana and according to the results obtained, it was possible to propose preparation techniques and ingredients through culinary fusion, thus obtaining the creation of new recipes, to the same ones they have been applied techniques such as: cooking at low temperatures, construction, esterification, gelling foams.

In addition to assembly techniques such as minimalist, traditional and linear, with the aim of revaluing and innovating, thus achieving new ways of presenting and preparing traditional recipes without losing the flavor of Orellana's cuisine, considering that gastronomy is one of the tangible elements that are part of a society and in most cases describe a civilization, therefore this research work to preserve as a final contribution to create a recipe book with innovative preparations without isolating the techniques or basis of traditional cooking of this territory.

“REVALORIZACIÓN E INNOVACIÓN DE PLATOS TRADICIONALES DE LA
PROVINCIA DE ORELLANA MEDIANTE LA COCINA FUSIÓN”

CAPÍTULO I

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Enunciación del Problema

1.1.1. Antecedentes

La provincia de Orellana conocida como la tierra del oro negro, no solo se ha definido por minerales como el petróleo, sino también el sector gastronómico ha influenciado para que la provincia se destaque, en ella se puede encontrar una variedad de productos propios de la zona. Con el pasar del tiempo se ha descuidado su cocina tradicional, es decir, que tanto la población nativa como la mestiza la han dejado en un segundo plano en comparación con el resto de provincias del Ecuador, ya que su gastronomía no se ha innovado, es decir, se la ha mantenido de una forma rústica, para realizarla únicamente en casa, razón por la cual no ha logrado el reconocimiento que se merece a nivel nacional e internacional.

Esto se debe a que la población nativa se muestra tímida de hablar de su cultura gastronómica y tradiciones sea ante turistas locales como nacionales y esto ha provocado el deterioro parcial de sus hábitos y prácticas culinarias. Es por ello que no se ha explotado de una manera diferente su gastronomía en beneficio del turismo de la provincia.

Turismo, (2017) nos dice que

El turista conoce a profundidad la identidad de un destino mediante una experiencia sensorial que involucra sus productos alimenticios, recetas, tradiciones y prácticas culinarias. Este tipo de turismo enmarca varias actividades participativas desde el campo a la mesa, en busca de nuevos sabores que rescaten la tradición, cultura, autenticidad e historia del país (Turismo, 2017)

Sin embargo, en los últimos años, con el fomento del turismo en nuestro país se ha generado el compromiso de fortalecer la gastronomía a nivel nacional, es así como se ha evidenciado el interés por los estudiantes de la cocina y chefs, de crear nuevos caminos que generen a corto y mediano plazo una gastronomía con estándares de calidad. Tal es el caso de la gastronomía mexicana en particular, Guadalajara que

se la considero por características como: el uso de técnicas, su reconocimiento a nivel internacional y lo exótico de sus recetas, para realizar una fusión con la cocina de Orellana y de esta manera lograr un realce a sus preparaciones tradicionales y que sea su arte culinario quien resalte; no solo la explotación petrolera.

1.1.2. Planteamiento del Problema

Orellana es una provincia que ha sido conocida principalmente por la explotación petrolera, siendo uno de los centros administrativos, económicos y financieros de la Amazonía, que provee en grandes cantidades este mineral, controladas por el estado y por grandes empresas multinacionales, generando riqueza económica a costa de la contaminación del medio ambiente.

El posicionamiento económico de pocos sectores involucrados en la actividad turística, hotelera y gastronómica crea un ambiente individual de competencia y rivalidad, provocando que esta última no evolucione considerablemente, los emprendimientos gastronómicos con conocimientos empíricos no han permitido la innovación y diversificación de los productos que oferta, la carencia a oportunidades de enriquecer con nuevas alternativas a los involucrados en la elaboración de los alimentos, acompañado de la poca cultura gastronómica que tienen sus habitantes, provoca la escasa innovación y creatividad al momento del montaje de platos, dando como resultado bajas expectativas a los visitantes a la hora de consumir la gastronomía local.

Esta investigación pretende que la provincia no solamente sea reconocida por sus atractivos turísticos y su explotación petrolera, sino también busca fortalecer su gastronomía, esta debería ser un complemento importante de empoderamiento de Orellana para impulsar y dar a conocer sus productos y recetas tradicionales.

Con este argumento es necesario brindar alternativas a la gastronomía nacional y en este caso específico a la cocina tradicional de la provincia de Orellana, tratando de fusionar técnicas, productos y preparaciones desde un punto de vista internacional como es el caso de la gastronomía mexicana, de una manera representada por el arte

culinario de Guadalajara debido a que tiene el mismo reconocimiento internacional que el país como tal.

Sin modificar la esencia de los sabores e identidad de cada una de las recetas con alternativas existentes y consolidadas tomadas de una gastronomía extranjera que se aplicará a esta maravillosa provincia Orellana de gente amable y encanto natural.

1.2. Formulación del Problema

¿Cómo logrará un realce e innovación la aplicación de la cocina fusión a la gastronomía tradicional de la provincia de Orellana?

1.3. Preguntas de Investigación

- ¿Cuál es la situación actual de la gastronomía tradicional de la provincia de Orellana?
- ¿Cómo proponer técnicas de fusión con la gastronomía de Guadalajara para realzar la gastronomía de Orellana?
- ¿Cómo diseñar un recetario digital de la gastronomía de Orellana adaptado la fusión culinaria?

1.4. Objeto de estudio y campo de acción

Objeto de Estudio: Revalorización e Innovación de platos tradicionales

Campo de Acción: Cocina fusión

Lugar: Provincia de Orellana

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

- Innovar los platos tradicionales de la provincia de Orellana para lograr un reconocimiento total de sus preparaciones, mediante la fusión culinaria con Guadalajara.

1.5.2. Objetivos específicos

- Diagnosticar la situación actual de la gastronomía de la provincia de Orellana
- Proponer técnicas de fusión con la gastronomía de Guadalajara para realzar la gastronomía de Orellana
- Diseñar un recetario digital de la gastronomía de Orellana adaptando la fusión gastronómica

1.5.3. Justificación

Hoy en día la gastronomía, busca nuevas alternativas que garanticen su factibilidad, un continuo desarrollo y estar al nivel de otros sectores, en la actualidad los grupos inmersos en la actividad turística, hotelera y por ende en el arte culinario deben encaminar ideas hacia el reconocimiento y estabilidad, de forma que garantice y satisfaga las expectativas de cada uno de los visitantes.

Para la provincia de Orellana su gastronomía debería ser de gran importancia ya que crea fuentes de empleo adicionales a las actividades cotidianas que realizan las familias, esto se debe a que se interesan en áreas como agricultura y comercio. El tema gastronómico queda en un segundo plano, al existir la opción de una continua preparación en esta área la población se motiva a conocerla y así contribuir a dinamizar la economía del sector, aprovechando los productos que brinda, permitiendo revalorizar y fortalecer su tradición como lo determina la Constitución del Ecuador en su Art. 13 “ Las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y

permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales”.
Constitucion del Ecuador, (2008)

Una de las razones para la fusión de culturas culinarias es decir Orellana y Guadalajara es el reconocimiento que posee la cocina de Guadalajara a nivel internacional además de una conexión en el clima cálido y técnicas de cocción como las preparaciones que son hechas en piedras calientes, conocida como pachamanca, es por ello y por su reconocimiento que se tomó la decisión de esta fusión ya que esto es un factor que complementara para renovar la gastronomía tradicional de Orellana y así poder llegar a ser una cocina con reconocimiento internacional.

Es así, que la investigación sobre la “revalorización e innovación de los platos tradicionales de la provincia de Orellana, mediante la cocina fusión” tiene como objeto de estudio desarrollar un diagnóstico de la situación actual de la gastronomía tradicional de la provincia de Orellana y de esta manera tener una base para poder proponer la fusión gastronómica Orellana – Guadalajara dando como resultado nuevas preparaciones gastronómicas y brindar un realce a la gastronomía tradicional de Orellana y como sustento tendrá la creación de un recetario digital en el que conste la aplicación de la cocina fusión, para así poder alcanzar un alto reconocimiento en cuanto a su cocina ya que permitirá satisfacer las expectativas de los comensales locales, nacionales e internacionales que llegan a este lugar en busca de una gastronomía diferente, Orellana puede encaminarse porque goza de una diversidad de cultura, tradición y de una forma indirecta esto será favorable para la provincia, al contar con una mención tendrá un efecto positivo en los visitantes, es decir que podrá ser el primer lugar que sea de su interés en conocer y descubrir su gastronomía. Y así poder generar ingresos económicos para mejora de la provincia.

Entonces, se requiere de forma inmediata generar nuevas alternativas para potencializar y fomentar la gastronomía local, en donde cada persona, familia, comunidad, parroquia, cantón, sean parte fundamental de esta actividad.

CAPITULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Teoría existente

2.1.1. Gastronomía

El concepto de gastronomía, surge en el siglo XIX, como un término derivado de las raíces griegas "Gáster", que equivale a vientre o estómago y "Nomos", ley o regla, traducido como una norma que el gastrónomo debe conocer acerca de que tipos de alimentos son beneficiosos para su estómago. Su origen y definición abarca dos elementos importantes y de gran connotación, por lo que se le confiere la categoría de ciencia. Mestayer de Echagüe, (2014)

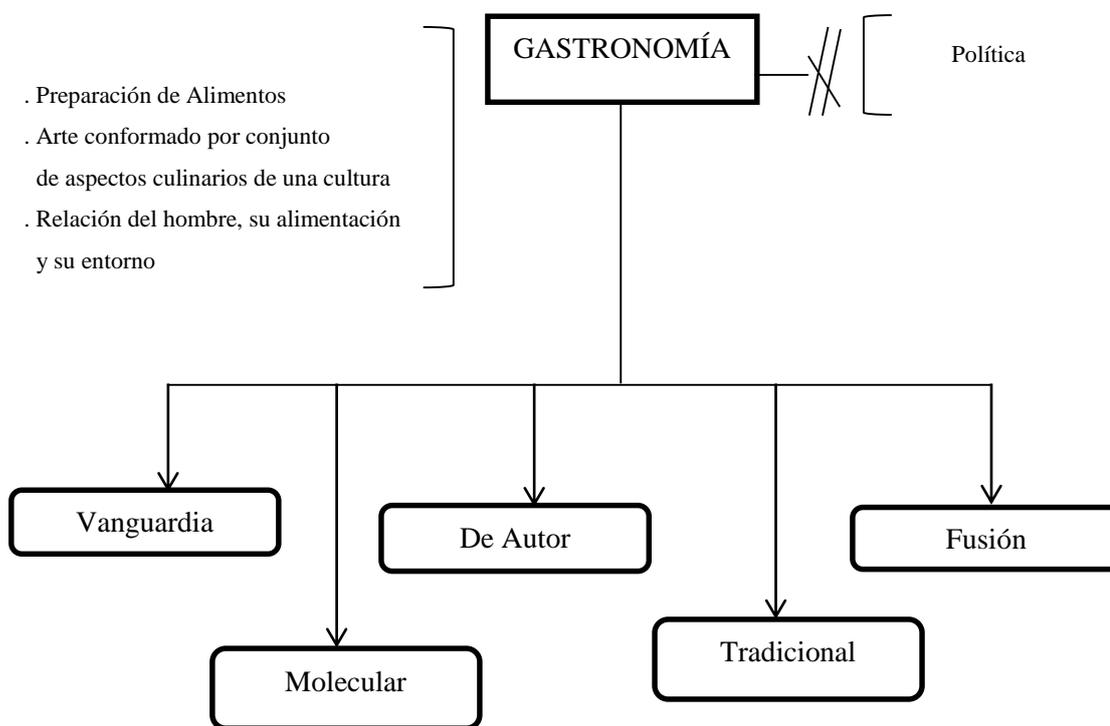
Según Cecilia, (2012) define a la gastronomía como:

La ciencia que dedica sus esfuerzos para comprender la relación que existe entre los humanos y la forma que se alimentan, con base a los productos presentes en el entorno, con lo que se elabora los platillos, convirtiéndose en verdaderos referentes de la cultura de un lugar, abandonado la concepción tradicional, que limita su definición a la preparación de los alimentos. Cecilia, (2012)

Argumentado al concepto de gastronomía, se la puede considerar como la esencia especial que puede definir a un lugar, refiriéndose a su sabor y estilo particular tal es el caso de la provincia de Orellana que posee tradiciones culinarias, las cuales han sido empleadas desde que existió un contacto con los nativos, mismas que representan a las nuevas generaciones y a la población mestiza que habita en la provincia.

Por otro lado la gastronomía también puede ser la evidencia de una combinación de productos, técnicas, recetas que identifican las costumbres culturales de un sector.

Figura 1: Mentefacto gastronomía



Fuente: Becerril, (2014)

Elaboración propia.

2.1.2. Cocina ancestral

De acuerdo a la secretaria de arte y cultura nos dice que,

“La palabra ancestral proviene del latín y a partir del francés. Su raíz procede del francés antiguo ancestre, actualmente ancêtre cuyo significado es ancestro. Ancestral se refiere a lo tradicional o que proviene de los antepasados, son los orígenes de un pueblo”. (Secretaría de Arte y Cultura, Alcaldía Mayor de Bogotá D.C, 2014, pág. 5)

Lo que quiere decir que la gastronomía ancestral es la que proviene de nuestros ancestros, lo que ha perdurado de generación en generación, manteniendo la cultura de un pueblo o simplemente de un grupo familiar.

2.1.3. Cocina Tradicional

Para Mestayer de Echagüe, (2014) manifiesta que,

“Es un arte culinario de forma creativa de preparar los alimentos y depende mucho de la cultura, en términos de conocimientos respecto a los alimentos, su forma de prepararlos, así como de los rituales sociales establecidos alrededor de la comida” (p. 190).

La cocina tradicional es el arte de crear una gastronomía basada en las costumbres de los pueblos que ha venido siendo elaborada por la creatividad y habilidades culinarias, que las personas han desarrollado de una manera empírica como la forma de preparación, ingredientes y presentación que se ha mantenido en cada uno de los hogares resaltando su identidad y permitiendo ser la base para la creación de nuevas cocinas que en la actualidad son reconocidas a nivel mundial, tal es el caso de la cocina fusión que es el resultado de combinar una gastronomía tradicional mediante el uso de técnicas de preparación o productos de una cocina opuesta.

2.1.4. Cocina típica

De acuerdo con la real academia española es,

Característico o representativo de un tipo. Peculiar de un grupo, país, región, época, etc. (Real Academia Española, 2014)

La gastronomía típica es propia de un país, región o lugar, fecha especial; depende de aspectos culturales propios de un lugar.

2.1.5. Gastronomía Ecuatoriana

Antecedentes

Según Barrera, (2010) indica que,

“Así como la mayoría de las cocinas de los diferentes países, la de Ecuador está formada por la influencia de otras culturas que llegaron a nuestro país en la época de la conquista después y durante el siglo XIX y XX” (p. 88).

Mediante la investigación en el presente trabajo se ha evidenciado que estas culturas mencionadas por Barrera fueron, para el siglo XVII y XVIII, los pueblos aborígenes, llegada de españoles. Y para el siglo XIX llegaron los franceses y los ingleses, los cuales, enseñaron su gastronomía aplicando a toda clase de platillos e ingredientes.

El Ministerio de Turismo afirma que:

La gastronomía ecuatoriana se ha visto enriquecida por la pluriculturalidad, la diversidad de climas, así como la variedad de especias y productos que existen en el país. Además, la herencia tanto indígena como europea ha cimentado un sincretismo que se centra en la sazón y creatividad constantemente renovada a través de las nuevas generaciones de cocineros y comensales. A esta combinación tan singular se la ha definido como Comida Criolla (Ministerio de Turismo, 2012)

La gastronomía ecuatoriana ha logrado proporcionar una variedad de técnicas culinarias e ingredientes, conservada por la tradición de siglos, se han cocido alimentos, condimentos y experiencias tanto del país como de otros lugares.

Gracias a la tradición gastronómica que posee se la considera exótica, debido a que es apreciada por muchos, y considerando a la cocina de la región amazónica que posee cualidades empíricas, es decir que, está vinculada a su ambiente autóctono.

Ecuador, posee una rica, abundante y variada cultura gastronómica, una comida auténtica conservada por cada uno de nuestros ancestros, cocida en cazuelas de barro y en viejos ahumados peroles. Esta gastronomía se la puede encontrar en las distintas regiones del país, denominadas como: (Costa, Sierra, Región Insular y Amazonía) un territorio tan pequeño, pero con miles de costumbres y tradiciones, evidenciando su diversidad gastronómica, resaltando la cocina tradicional lo que ha permitido conservar sus platillos en cada región, logrando así mantener su tradición.

Con la experiencia ancestral de cada región, ha permitido al país contar con una diversidad de platos que se puede mostrar en todo el territorio ecuatoriano.

Región Costa

Jason Halberstadt habla de la región costa como: “Conformada por una franja alargada y estrecha a lo largo de la costa del pacífico ecuatoriano, esta región podría definirse como una combinación de balnearios turísticos, manglares, marismas, estuarios, y pequeñas poblaciones pesqueras” (Jason Halberstadt, 2013)

La región litoral o costa está situada entre la cordillera de los andes y el océano pacífico, sus paisajes son llanos con presencia de manglares en el Golfo de Guayaquil y en la costa norte.

La región costa tanto como su gastronomía y su gente tienen un distintivo es decir a su gente se la reconoce por su dialecto y a su gastronomía por el uso de mariscos en sus preparaciones, mismas que motivan su consumo al turista nacional o extranjero. Al degustar de un plato de la costa uno se puede transportar a lugares inimaginables quedando asombrado por la mezcla de sabores en una preparación

Los platos costeños más importantes de esta región son:

- Encebollado de pescado.- sopa típica de la región costa, se la hace a base de albacora o atún, yuca, cebolla, tomate, cilantro, y condimentos se cree que se orino en las provincia del Guayas o Los Ríos.
- Muchines de yuca.- hecho a base de yuca, se cree que se originó en la provincia de Esmeraldas debido a la alta producción del tubérculo.
- Patacón.- se elabora a base de plátano verde en cortes pequeños, los cuales se fríen y son guarniciones de recetas típicas de la región costa.
- Sopa marinera.- sopa hecha con mariscos de la costa ecuatoriana
- Arroz guayaco.- elaborado con mariscos los cuales se mezclan con el arroz previamente cocido.
- Ceviche.- elaborado a base de pescado o camarón o mixto que es la mezcla de los dos, se sirve acompañado de patacones, algunos lugareños lo consumen acompañado de arroz.

- Corviche.- preparación a base de verde rallado con relleno de pescado conocido como una receta de origen manabita.
- Encocado.- se originó en la provincia de Esmeraldas su nombre se debe a su ingrediente principal "el coco".
- Sancocho de bagre.- una sopa con una textura espesa hecha con ingredientes como yuca, verde y el bagre.

Región Sierra

Jason Halberstadt dice que: "Es difícil no enamorarse a primera vista de esta región con sus páramos, sus nevados, sus ruinas incas, sus mercados artesanales, su aun floreciente cultura indígena y por encima de todo ello: sus majestuosos cóndores" (Jason Halberstadt, 2013)

La gastronomía de la región sierra es muy variada, pero tiene en común un ingrediente como lo es la papa, la población perteneciente a esta región utiliza este ingrediente casi en todas sus preparaciones, además también se encuentra el maíz que es uno de los granos más utilizados, la lista de comidas y bebidas que se preparan con él es extensa, las papas son también un elemento indispensable para la elaboración de los distintos platos de la región sierra como el molo, llapingachos, locro y yahuarlocro. Otros platos muy importantes que forman parte de la gastronomía de la sierra están elaborados a base de carne de cerdo, por ejemplo; la fritada, hornado, carne colorada, patas de chanco, este último, preparado de diversas formas: chamuscado, reventado y seco para ser utilizado en locros. El cuy asado por su parte constituye un plato típico y es consumido principalmente en fiestas, en la sierra los dulces son a base de zambo, guayaba, babaco, durazno, membrillo, manzana, pera, capulí y el arropo de mora; los higos cocidos con panela y servido con queso son muy típicos en la región sierra. Sin importar el tiempo, ni los años que lleve esta gastronomía siempre será una ventana para el mundo, es decir que gracias a su rica gastronomía el Ecuador es y será reconocido a nivel mundial.

Región Insular

Jason Halberstadt, describe a la región como:

Jardín del Edén moderno y un verdadero laboratorio de evolución, no se les puede calificar de nada menos que de espectaculares. Están formadas por los picos de enormes volcanes subacuáticos. Y al no haber estado conectadas con el continente, la flora y la fauna de las islas evolucionaron en total aislamiento (Jason Halberstadt, 2013)

Moma, (2017) nos dice que “La gastronomía de las islas Galápagos puede definirse como variada, si bien predomina un amplio abanico de recetas cuyos ingredientes principales proceden del mar”

Su gastronomía se basa en el uso de alimentos provenientes del mar. Además, no solo se encontrará pescados y langostas, sino también podrá conocer al famoso pepino de mar; pero eso sí, esta especie no está incluida en el menú diario de estas islas, pues ya ha sido bastante explotado su consumo en preparaciones como: pepino relleno bañado en salsa agri dulce y espardeñas con puré de albedo.

La forma más común en la que son preparadas sus recetas que tienen como ingrediente principal el pescado son a manera de ceviche, es decir marinados con el zumo de limón. Entre las preparaciones más importantes que posee Galápagos se encuentran:

Arroz marinero.- también conocido como arroz con mariscos, es un plato muy popular no solo en las islas Galápagos y Ecuador, sino en toda América Latina. Es un plato tradicional de las zonas costeras y, por este motivo, se encuentra entre los principales de Galápagos.

El ceviche.- ya sea de canchalagua (es un molusco endémico de unos 5 cm formado por una concha en forma de caparazón y de color negro) o con otro molusco o pescado, se encuentra entre las principales recomendaciones.

Encebollado.- sopa sencilla a base de pescado, yuca y cebolla

Langostas.- las típicas de esta zona son la langosta espinosa, langosta roja y la langosta verde, distinguiéndose por su tamaño.

Sopa marinera.- o sopa de mariscos es una receta muy típica y tradicional de las islas Galápagos. Al igual que en el caso del arroz marinero, en una sopa de

mariscos, se pueden añadir todo tipo de alimentos del mar, es decir, pescados y mariscos. Es un plato que actualmente se consume en todo el país.

Región Amazónica

Es una región natural del país conformada por un área aproximada de 120.000 km². Está formada por seis provincias (Sucumbíos, Orellana, Napo, Pastaza, Morona Santiago, Zamora Chinchipe), se extiende sobre una exuberante vegetación, propia de los bosques húmedos-tropicales, representa el 48% del territorio ecuatoriano. Sus límites están marcados por la Cordillera de los Andes en la parte occidental mientras que en el límite meridional y oriental se encuentra Perú y Colombia.

Jason Halberstadt nos dice que,

La selva amazónica es, sin lugar a dudas, el más alto logro de la Creación. El Oriente ecuatoriano, también conocido como Amazonia, es una región bendecida con algunas de las áreas más prístinas y biodiversas del planeta. Se podría comparar con una impresionante sinfonía de vida al natural (Jason Halberstadt, 2013)

Dentro de esta región se puede encontrar una extensa variedad de flora y fauna además de su gastronomía que caracteriza a la Amazonia.

Su gastronomía es una reserva fabulosa de especies animales y vegetales de consumo generalizado en el que se destaca la guayusa, planta de apariencia similar al café de la cual se utiliza sus hojas y realizar una infusión para obtener energía y así cumplir con trabajos que exigen fuerza física; el chuchuguazo, es un árbol recto y ramificado con una altura de 25m su corteza es puesta a macerar con aguardiente y caña, en un barril de roble arrojando un color marrón es utilizado para curar contusiones, dolores musculares ya que posee efectos antirreumáticos.

También cuenta con bebidas como la chicha de chontaduro es elaborada a base de la chonta, chica de yuca como su nombre lo dice esta preparación utiliza la yuca estas bebidas son importantes en las ceremonias que realizan los indígenas ya que se brinda a invitados como bienvenida.

En tiempos pasados existía un consumo mayor de carnes consideradas exóticas por los visitantes, Zhagüil dice que:

Los grupos indígenas tienen una cocina típica, caracterizada por la utilización de los recursos disponibles de caza y pesca y productos de la zona, como la yuca, variedades de pescado, carne guanta y guatusa, preparados de mono y lagarto son la base de una comida nutritiva y sabrosa, que se acompaña con chicha de yuca (Zhagüil Jenny, 2011)

Cabe mencionar que lo descrito antes por la autora era practicado por los distintos grupos indígenas de la amazonia en sus orígenes. Pero con la civilización se dejó de incluir al mono en su dieta diaria ya que no era bien visto ingerir su carne, pero se continuó con el consumo de los alimentos que hoy forman parte de su cocina típica, es muy común que las personas mestizas en sus hogares o los indígenas en sus comunidades preparan sus recetas ya sea para su dieta diaria o para cualquier tipo de evento que tengan, acompañado de sus bebidas típicas la chicha de yuca, chonta y la guayusa.

En la actualidad ya no se comercializa la guanta, armadillo debido a que proviene de animales silvestres que se encuentran protegidos por organizaciones que están en contra del maltrato animal pero en las comunidades indígenas y las personas que viven de la caza no han dejado de consumir de forma ilícita y de uso personal dichos animales.

2.2. Provincia de Orellana

Figura 2: Mapa político de Orellana



Fuente: Gobierno Provincial de Orellana (2017)

La provincia de Orellana está ubicada en el centro norte del Ecuador, su capital es Prto Fco de Orellana más conocida como el Coca. Es una de las provincias más nuevas del país, fue creada en 1998 al ser separada de la provincia de Napo; inicialmente su nombre iba ser provincia Amazonas, pero ante un potencial reclamo de Perú se decidió denominarla Orellana. La población es de 136.396 habitantes; sus habitantes nativos pertenecen a las nacionalidades waorani, schuar y kichwa. Esta provincia tiene una superficie de 21.675 km² aproximadamente.

Sus límites son al norte con Sucumbíos, al sur con Pastaza, al este con Perú y al oeste con Napo.

La división política de esta provincia es de la siguiente manera; tiene cuatro cantones: Francisco de Orellana, Joya de los Sachas, Aguarico y Loreto y a su vez tiene 33 parroquias entre urbanas y rurales.

Tabla 1: División política de Orellana

Cantón	Población	Área (km²)	Cabecera Cantonal
Aguarico	4.847	11.358	Tiputini
Orellana	72.795	6.995	Puerto Francisco de Orellana
La Joya de los Sachas	37.591	1.195	La Joya de los Sachas
Loreto	21.163	2.127	Loreto

Fuente: Gobierno Provincial de Orellana (2017)

Elaboración propia

2.2.1. Hidrografía

Los ríos más importantes que bañan a esta provincia son: Payamino, Napo, Tiputini, Yasuní, Coca, Nashiño, Rumiyaçu, Pinoloyacu. Todos estos ríos alimentan al Napo que llega al océano Atlántico, de igual forma existen unas hermosas lagunas como las de Añangucocha, Zancudococha, Jatumcocha, entre otras.

2.2.2. Clima

El clima es cálido húmedo, la temperatura varía entre los 20° y 40° C. Debido a su altitud (254 msnm), predomina el tropical húmedo, con lluvias persistentes que originan intensa evaporación y consecuentemente altas temperaturas de un promedio de 25° grados centígrados.

2.2.3. Flora

Las investigaciones sobre flora al igual que su astronomía son escasas, sin embargo, especies propias de este tipo de hábitat están presentes: los guarumos, el árbol de balsa, la sangre de drago con propiedades medicinales, el palmito y la tagua

usada para elaborar artesanías; todas estas especies son aprovechadas en el quehacer diario por las comunidades asentadas fundamentalmente en el área de influencia del Parque.

2.2.4. Fauna

La revista Orellana en el año 2011, nos dice que:” La diversidad de la Provincia de Orellana no es fácilmente cuantificable debido a su extensión, a la diversidad de ecosistemas, caducidad y difícil acceso a la información” (Gobierno A.Prov.Orellana, 2015)

Dentro de la mega diversidad de fauna existente en esta provincia se puede mencionar a las siguientes: dantas, jaguares, tigrillos, nutrias, oso de anteojos, tucanes multicolores, tangaras, colibríes y una infinidad de anfibios, reptiles. En resumen, hay alrededor de 654 especies de aves y 470 de peces.

2.2.5. Turismo de Orellana

Lombardi, H. (2010) manifiesta que “etimológicamente el termino turismo procede de las raíces latinas tour y turn ya sea del sustantivo tornus (torno) o del verbo tornare (girar, en el latín vulgar) sinónimo de viajes circular. Además, se menciona que el vocablo tour posiblemente sea de origen hebreo, utilizado como sinónimo de viaje de vanguardia, reconocimiento o exploración”, (p.12)

En términos generales se puede decir que el turismo es la forma de convivir con otras personas, costumbres, tradiciones, de una manera eventual, donde se prioriza el interés de conocer su entorno en el cual disfrutan de su cotidianidad cada una de las personas que habitan en determinado lugar. Razón por la cual se pone énfasis en mantener una cultura gastronómica para ofertar a los turistas que permita generar un desarrollo sustentable para familias inmersas en la actividad turística.

En este sentido la provincia de Orellana entre sus principales atractivos se puede mencionar:

- Parque Yasuní, declarado por la UNESCO como Reserva Mundial de Biosfera, es uno de los sitios con mayor diversidad biológica en el mundo.
- Volcán Sumaco rodeado de una extensa biodiversidad y un mirador natural de la meseta amazónica.
- La Catedral Nuestra Señora del Carmen.
- Museo de Cicame y el jardín botánico.
- El río Napo.

2.2.6. Gastronomía de Orellana

Barrera Julio, nos dice que la gastronomía del oriente es:

“Sobre la base de una misma cultura, difundidas por incas y españoles, cada región desarrollo tradiciones nuevas. El resultado es lo que tenemos hoy: pueblos con utensilios y técnicas culinarias similares que se emplean para la elaboración de preparaciones diferentes” (Barrera Pazos Julio, 2010)

La gastronomía de la provincia de Orellana se caracteriza por su diversidad, siendo una las impulsoras de mantener sus productos nativos para el consumo de las familias y de las personas que disfrutan de esta gastronomía, durante los últimos años se han realizado ferias gastronómicas denominadas “Festival Gastronómico Ancestral”. Según la revista El Comercio (2016 citado por Veintimilla Ana), el primer puesto se lo lleva esta majestuosa provincia con la preparación del plato de pescado ahumado y secado, demostrando diversidad gastronómica que tiene para ofrecer a nivel nacional e internacional.

Orellana ha incentivado el emprendimiento gastronómico que permita a las familias dar a conocer su cocina de forma natural y espontánea, las asociaciones que provienen de las diferentes comunidades de los cantones venden comidas típicas y

buscan experimentar en la cocina con nuevas variaciones a las recetas que le permitan dar ese valor agregado a la gastronomía local.

Son pocos los lugares que en sus menús ofertan a sus comensales comida típica pero lo hacen de una manera empírica sin ninguna técnica de montaje lo cual la hace ver como una cocina para realizarla únicamente en casa, es por ello que este trabajo de investigación busca la manera de que este tipo de cocina tenga un cambio favorable para la provincia como para su gastronomía mediante la fusión de la cocina de Orellana con la de la ciudad de Guadalajara se pretende lograr una aceptación total y un reconocimiento a nivel tanto nacional como internacional.

Entre sus principales platos, bebidas que tiene la provincia de Orellana Zhagiül Jenny, menciona que:

Los platos tradicionales de la selva son elaborados a base de pirañas y bagres que abundan en los ríos, monos, loros, manatí o vaca marina y la danta, yuca verde, papa china y frutas. Los condimentos básicos se reducen al ají y a la sal (Zhagiül Jenny, 2011)

El consumo de los animales ha disminuido debido a que existe grupos los cuales los protegen para que no desaparezcan pero existen comunidades que los crían para consumirlos con el tiempo ya que los grupos indígenas son quienes mantienen sus tradiciones gastronómicas y esto solo podemos encontrar en sus comunidades, pero la población mestiza también ha mantenido parcialmente las tradiciones ya que podemos encontrar en restaurantes platos tradicionales como el maito, la chicha de yuca, chonta, y los pinchos de mayones.

También es importante resaltar las técnicas de cocción de la cocina tradicional de la Amazonia, a continuación, se muestra una tabla con las técnicas de cocción utilizadas en su cocina tradicional:

Tabla 2: Técnicas de cocción

Técnica		Definición
Asar	<ul style="list-style-type: none"> • Asar a la parrilla • Asado dentro de una caña • Asar en las cenizas • Pachamanca 	Es la cocción de exponer los alimentos directamente al fuego
Hervir	<ul style="list-style-type: none"> • Cocción con abundante agua • Estofado 	El agua es el elemento indispensable para hervir los alimentos, se emplea en la mayoría de sus preparaciones.
Asoleado	<ul style="list-style-type: none"> • Asoleado 	Se ponían al sol ciertos tubérculos partidos en la mitad para incrementar su dulce sabor.
Ahumado	<ul style="list-style-type: none"> • Cocción sin líquido 	Se encerraban las carnes únicamente con sal en un lugar con humo

Fuente: Rosario Olivas Weston

Elaboración propia.

2.3. Gastronomía de Guadalajara

De acuerdo con Aragonés, A. (2016) dice que,

“Guadalajara es una ciudad que está articulada a su comida, su gastronomía forma parte de las costumbres de los tapatíos y se han extendido por todo México, esta gastronomía es muy antigua, desde la época precolombinos y otras, de ultramar, traídas por los españoles” (p.32).

Es decir, que la gastronomía de Guadalajara es una comida que ha sido articulada de dos culturas, en la Guadalajara de Indias ya se evidenció los fogones, metales y los pretilos. Con el pasar del tiempo aparecieron mesas largas de donde se

derivaron los comedores mismos que aparecieron a finales del siglo XVII y se comía en la cocina.

De igual forma en el siglo XVI empezó a fundirse la cocina española con la local, recalcando que eran muy diferentes entre sí. Los españoles comenzaron a descubrir la cocina local acudiendo a los tianguis comenzando a convivir con los indígenas. Algunos de los alimentos indígenas eran el guajolote, el venado, palomo, codornices, liebres, gallinas de la tierra, el maíz, frutas y el cacao, que lo transformaban en una bebida llamada chocolate amenizado con maíz tostado y molido, miel y se bebía con mucha espuma, mientras que los alimentos españoles eran, la res, el cerdo, el arroz, el garbanzo, entre otros.

Es importante señalar que, en la gastronomía de Guadalajara en la actualidad, la torta ahogada es casi un emblema gastronómico de la ciudad principalmente ya que el "birote" (pan) salado no se elabora en ninguna otra parte, ni de México ni del mundo. Esto es debido a la altitud, temperatura, humedad, presión atmosférica y clima de Guadalajara. De esta manera el mérito pareciera llevarse el pan de Guadalajara, cuya diferencia con el pan de otras ciudades y países, es notoria.

A todo esto, se añade la Birria es otro platillo también muy tapatío y está, generalmente, hecho de carne de chivo y se baña en una salsa de chiles y especias, luego se envuelve en hojas de maguey y se coloca en recipientes de barro que sirven para depositar el platillo en un hoyo, bajo la tierra, donde se cocina sobre piedras calientes durante unas 4 o 5 horas. La Birria se puede comer en tacos, deshebrada y acompañada por alguna salsa, o en el rico caldo que resulta de su cocimiento y como postre se destaca la Jericalla (es un flan usando leche, huevos, azúcar y canela).

Finalmente se puede concluir indicando que en Guadalajara se puede encontrar todo tipo de comida de los lugares más remotos del mundo, en cada restaurante que se encuentre en la ciudad, razón por la cual se ha visto la importancia de mostrar algunos platos y bebidas que sobresalen en su gastronomía, a continuación, se presenta una tabla que describe las preparaciones típicas de la ciudad de Guadalajara:

Tabla 3: Manjares de Guadalajara

NOMBRE PREPARACIÓN	DESCRIPCIÓN	ALIMENTOS	TÉCNICAS DE PREPARACIÓN
Tejuino	Es una bebida refrescante de a base de maíz no fermentado, se la pide con nieve de limón y una tradición en los días de calor	Masa de maíz Piloncillo (panela) Limón Sal de grano Chile piquin	Hervir
Jericalla	Es un postre típico de Guadalajara, está hecho a base de leche, huevos, vainilla, canela y azúcar	Leche Huevos Canela Vainilla Azúcar	Baño maría Cocción baja
Torta Ahogada	Es uno de los platillos más típicos y representativos de Guadalajara, con carne o buche, ahogada, media ahogada o sin salsa	birote (pan salado) Carne de cerdo, frejol, tomate, cebolla, pimienta, orégano, azúcar, hojas de laurel, vinagre blanco	Hervir Sofrito
Pozole	Es un platillo con carne, lechuga, cebolla y limón para dejarlo en el punto de gusto del cliente	Costillas de cerdo- cabeza, maíz pre- cocido (mote), chile, ajo, laurel, cebolla, pimienta, orégano, agua, sal	Hervir Baño maría
Cazuela	Es una bebida preparada tradicionalmente con rodajas de toronja, limón, naranja, refresco de toronja y en otras ocasiones con tequila	Naranja, toronja, lima, limón, sal, hielo, jugo de toronja agua mineral, tequila blanco	Corte mirepoa

Birria	Es un plato a base de carne de chivo o res preparada en salsa de muchas especies y chiles cocinados al horno.	Pierna de chivo, tomate, ajo, chile, chile de árbol, vinagre blanco	Sofreír Hervir
Carne en su jugo	Consiste en un guiso de carne de res picada y asada en su propio jugo, frijoles y trozos de tocino previamente dorado.	Tocino, carne de res, tomates verdes, ajo, chile serrano, cebolla, frejol	Cocción al vapor Sofreír

Fuente:(solaris, 2011)

Elaboración propia

2.3.1. Productos

Entre los principales productos que se cultivan y que se pueden encontrar en los mercados de Guadalajara tenemos los siguientes:

Figura 3 : Cultivos Principales

CULTIVOS PRINCIPALES				
Volumen de Producción (miles de toneladas)				
	2008 ^a	2009	Var. Anual %	Lugar Nal 2007
RIEGO				
Jitomate	108.7	122.4	12.6	4°
Maíz	248.1	231.2	-6.8	10°
Chile verde	63.9	76.7	20.0	6°
Trigo	179.4	165.7	-7.6	5°
Sandía	135.9	131.2	-3.5	2°
Maíz forrajero	590.9	774.8	31.1	3°
TEMPORAL				
Maíz	2,871.2	2,957.4	3.0	1°
Avena Forraj.	115.1	119.2	3.6	7°
PERENNES				
Caña de azúcar	6,202.7	6,251.9	0.8	2°
Mango	53.0	49.6	-6.4	9°
Agave	1,137.9	1,153.7	1.4	1°
Alfalfa verde	792.2	838.8	5.9	10°
Papaya	28.2	29.3	3.9	7°

Fuente: (Jalisco, 2009)

Productos que se puede encontrar en los mercados de la ciudad y que son de consumo diario se encuentran los siguientes:

Figura 4 : Productos De Mercado

MERCADOS		
Prod. competitivos en el mercado externo	Prod. con potencial para sustituir importaciones	Prod. básicos en la política agroalimentaria
<i>Tomate rojo (jitomate)</i>	<i>Carne de ave</i>	<i>Maíz grano</i>
Pepino	<i>Carne de porcino</i>	<i>Sorgo grano</i>
Espárrago	<i>Carne de bovino</i>	Frijol
Aguacate	Algodón	Trigo grano
Chile	Arroz	<i>Azúcar</i>
Mango	Uva	
Fresa	Manzana	
Cebolla	Aceite de oliva	
Papaya	Avena	
Lechuga	Aceite de palma	
<i>Brócoli y coliflor</i>		
Berenjena		
<i>Producido competitivamente</i>	Producido con competitividad marginal	No producido en el estado

Fuente: (Jalisco, 2009)

2.3.2. Técnicas de cocción

Guadalajara al igual que Orellana aún mantiene algunas de sus técnicas ancestrales, en la siguiente tabla se muestran las técnicas culinarias utilizadas en las preparaciones de Guadalajara:

Tabla 4: Técnicas de cocción de Guadalajara

Técnica	
Asado	
	El alimento es llevado directamente a la brasa podemos encontrar carnes y pescados a la brasa
Comal	
	Una especie de disco, es decir tiene la forma cilíndrica y es utilizada para la preparación de las tortillas
Hervir	
	Calentar el agua hasta los 100°C, se utiliza para preparaciones como sopas, caldos y guisos
En cenizas (rescoldo)	
	Residuo del carbón o la madera que queda de la cocción o preparación de algunos alimentos. Se utiliza con varios fines: para conservar, secar y cocinar alimentos
Al vapor	
	Se realizan preparaciones como los tamales envueltos para conservar los jugos naturales de la preparación y lograr presentaciones sin grasa
Pib	
	Horno bajo tierra, hecho por excavación de un hoyo en el piso en el cual se ponen piedras con leña para calentar, al poner la olla dentro se

tapa con tierra y hojas, la cocción durara de 3h a 12h dependiendo de la receta	
Tatemado	
	Asar los alimentos en un comal o directo en el fuego, utilizado para la elaboración de salsas ya que brinda un sabor ahumado a las preparaciones
Barbacoa	
	Cocción lenta bajo tierra, es decir se hace un agujero en la tierra, se coloca leña y encima se coloca la olla, se cubre con hojas de maguey su cocción dura de 6 a 9 horas, se prepara carnes o tamales

Fuente: (Alicia, 1988)

Elaboración propia.

2.4. Cocina Fusión

(Negri, n.d.) Manifiesta que “se emplea en la gastronomía para indicar la mezcla de estilos culinarios de varias culturas y la utilización de los ingredientes más representativos de cada país” (p.98).

Hernando, (2016) indica que la “cocina fusión es un estilo culinario que incorpora, mezcla o “fusiona” ingredientes o métodos culinarios de por lo menos dos diferentes estilos regionales o étnicos distintos” (p.54).

De acuerdo a los dos autores a manera de conclusión se puede decir que es la adaptación técnica, de productos, especies, ingredientes de cualquier parte del mundo con la gastronomía local, con el fin de obtener un plato que cumpla con las exigencias del cliente tanto en sabor, cantidad, valor nutricional, calidad, sin dejar de utilizar los productos ancestrales, que da sentido cultural a un país. El secreto de la preparación está en lograr un balance de colores, cantidades y calidad.

La fusión de las cocinas se realiza por diversas vías, en algunos casos puede ser motivada por la creatividad de una comunidad de gastronómicos, como ocurrió a comienzos de 1970 en Oceanía, que se empezó con mezclas culinarias basadas en abundantes frutas y verduras que eran acompañantes de guisos esta tendencia empezó a ser conocida como la “nuevelle cuisine” de Escoffier, por la simple fusión de culturas

debidas a desplazamientos físicos de las mismas, por influencias geográficas o económicas. Es importante recalcar que el concepto se define formalmente en los Estados Unidos, ensayando platos de contraste entre occidente-orientes y buscando la aceptación del cliente.

Se atribuye el nacimiento de la cocina fusión a Australia que es un país de gran mezcla de diferentes culturas y etnias.

También se expresa que es posible fusionar cocinas o ingredientes, pero se debe tomar en cuenta que la idea no es mezclar porque sí. Siempre se debe buscar un excelente resultado sin irrespetar las culturas. Se debe tener presente que cuando se mezcla dos gastronomías ninguna tiene preponderancia sobre la otra, si no es, sacar el máximo provecho de la combinación y así, enriquecer con una mayor cantidad de productos y de técnicas.

Cocina fusión es la mezcla de productos, alimentos, técnicas de preparación de un platillo de determinada región o lugar con la de otra de la misma región o de diferente país, es decir una mezcla de culturas gastronómicas ya sea para realzar o recrear una receta utilizando los productos que estén al alcance del chef.

Se considera que es la expresión del gusto personal de un cocinero que rompe con los esquemas tradicionales y reinterpreta los sabores, dando un toque personal y diferente, es decir firma sus platos con su propio estilo, modificando sus formas de preparación y la manera en la que se los presenta al comensal.

En resumen, se puede decir que la convivencia de estas distintas culturas culinarias hace que, los unos adapten sus elaboraciones a los gustos de la clientela local, y los otros tomen y adapten ideas de los anteriores para modificar y renovar sus cartas también se puede decir que la cocina es la manera de hablar de un cocinero, el en sus platos puede contar una historia o una vida entera de ser posible todo esto se refleja en la forma de presentar sus platos los ingredientes y las técnicas de preparación que utiliza y así poder dejar sin palabras al comensal.

También es importante resaltar las técnicas de cocción y utensilios que existen para aplicar, dentro de la cocina fusión, en los siguientes cuadros se explica cuáles son los utensilios y técnicas que se utilizan dentro de la cocina fusión:

Tabla 5: Utensilios - cocina fusión

Nombre de utensilio	Definición
Clarimax	Clarificar caldos con filtros de algas, lo que se consigue sin pérdida alguna de sabor ni aroma
Gastrovac	Es una olla rápida que produce la ebullición a 35°C y en condiciones de vacío
Obulato	Finísimo papel transparente hecho con fécula de patata. Se adapta a cualquier formato y preparación, es muy neutro
Pacojet	Sirve para hacer helados principalmente, pero también mouse y pate
Roner	Termostato para controlar las temperaturas de las cocciones a baja temperatura, pasteurización de líquidos y sólidos, regenerar y controlar cocciones largas
Rotaval	Un destilador más eficiente que el tradicional alambique y que consigue concentrar y mejorar todos los aromas
Sifón iSi	Sifón al aplicar presión con el nitrógeno y produce la espuma, de idéntico sabor y aroma que el líquido normal
Soplete	Es el soplete manual y se usa para caramelizar o tostar superficies de preparaciones saladas o dulces

Fuente:(Castaño, 2013)

Elaboración propia.

Tabla 6: Técnicas de cocción- cocina fusión

Técnica	Definición	Característica	
La deconstrucción	Consiste en romper para volver a construir de una forma diferente	La única norma de la deconstrucción es respetar el espíritu del plato, la armonía que siempre debe permanecer en cualquier creación culinaria	
La esferificación	<p>Esferificación inversa, baño de algin</p> <p>Esferificación básica, se obtienen esferas diminutas como caviar o garbanzo</p>	utilización de alginatos para que el líquido que rellena las esferas gelifique exteriormente y se obtengan texturas diferentes	Crea una sensación táctil sumamente grata, que explota en la boca simplemente por acción de la diferencia de temperatura o del movimiento de la lengua
Espumas y sifones iSi	Se inyecta en cualquier líquido (caldo, zumo, infusión, etc.) óxido nitroso, se usa el sifón	Produce texturas ligeras a partir de líquidos sin que estén alteradas sus cualidades organolépticas por el uso de otros ingredientes	
Aires	espumas más estables, mantienen su estructura durante un periodo de tiempo largo, se usa la lecitina de soja	Producir texturas ligeras a partir de líquidos sin que estén alteradas sus cualidades organolépticas por el uso de otros ingredientes	
Gelificación	Se hacen con agar-agar, es de sabor neutro y color transparente, similar a las otras gelatinas	Obtención de una textura gelatinosa, o muy blandas hasta firmes para áspic o guarniciones muy sólidas	
Nitrógeno líquido	Un montaje con humo que produce el nitrógeno en contacto con el aire por la diferencia de temperatura	Es la aplicación de frío extremo que produce el nitrógeno, cuya temperatura de utilización es de 195°C bajo cero	

Liofilización	deshidratación ultracongelación (muy rápida y a bajísima temperatura).	extraer todo el líquido de los alimentos, de forma que se mantienen en excelentes condiciones durante mucho tiempo	Mantiene los productos sin agua, evita las fermentaciones y, por tanto, las bacterias y el deterioro.
Cocción a bajas temperaturas		temperaturas inferiores a 100°C, realizando la cocción siempre durante un tiempo prolongado, que es lo que consigue el cocinado final	La baja temperatura es respetuosa con el producto, lo mantiene jugosa y combina de forma excelente todas sus propiedades

Fuente: (Castaño, 2013)

Elaboración propia.

2.5. Revalorización Gastronómica

Torres Antonio Mortecino, (2012) manifiesta que “el termino revalorización gastronómica implica que la gastronomía está debilitada, que las manifestaciones están desapareciendo o están siendo avasalladas por otras tendencias culturales externas dominantes” (pág. 72).

Es importante resaltar que, en la provincia de Orellana, se valoriza toda su historia ancestral y sus costumbres de convivencia entre comunidades. No cabe duda que para que el turismo tenga su verdadero crecimiento e importancia se debe empezar por la conservación gastronómica, ya que es, una estrategia de desarrollo para la evolución de cada provincia y mantener sus costumbres; razón por la cual es importante empezar a revalorizar la gastronomía de esta maravillosa provincia.

En los últimos años la gastronomía se ha convertido en un elemento indispensable para conocer la cultura y el estilo de vida de un territorio. De hecho, encarna los valores tradicionales del respeto a la cultura asociados a la tradición, un estilo de vida saludable, la autenticidad y la sostenibilidad, entre otros. Los turistas gastronómicos forman parte así de las nuevas tendencias de consumo cultural: buscan

la originalidad de los lugares que visitan a través de su gastronomía; se interesan por el origen de los productos; y reconocen el valor gastronómico como un medio de socialización y espacio para el intercambio de experiencias.

Por lo tanto, la gastronomía no puede convertirse en un producto anónimo es decir que debe tener carácter porque de lo contrario será vulnerable ya que es primordial para el sector turístico por ello es importante definir qué recursos del gasto en la oferta turística se destina a la alimentación para identificar la importancia de la gastronomía en la experiencia vacacional de los visitantes. Cada vez adquiere más fuerza como motivación al momento de elegir un destino, dicho esto es importante mencionar los puntos que son interesantes revalorizar en la provincia:

Revalorar sus principios y valores ancestrales que sustentan las relaciones de las familias.

- Retomar sus símbolos ancestrales de la gastronomía.
- Recuperar la sabiduría y técnicas ancestrales de su gastronomía.
- Promover relaciones respetuosas basadas en la interculturalidad de los pueblos de la provincia.

2.5.1. Gestión de la Calidad

De acuerdo con Evans, J; Lindsay, W. (2011) manifiestan que “es el compromiso de toda organización para hacer bien las cosas, es decir, afecta a cada persona en una organización y, por lo tanto, para que la gestión sea próspera y exitosa, debe ser aceptada por todos los integrantes” (p. 342).

Es importante recalcar que en la provincia de Orellana existe buenas prácticas alimenticias, empezando desde la producción de los alimentos al ser tratados de manera orgánica, contribuyendo a la salud de los comensales y del medio ambiente, esto ha permitido ir creando organizaciones concientizadas en pensar que el bienestar del cliente es lo primero.

2.5.2. Innovación Gastronómica

Según Ballina, (2017) dice que la “innovación gastronómica cada día cobra más importancia, con la aplicación de nuevas técnicas, la mejora de procesos y la investigación en el campo culinario” (p. 92).

Para (Aduriz & Rabo, 2008) enfatiza que “la innovación debe partir del deseo de diferenciarse de la competencia, de crear mejoras de los procedimientos o simplemente del juego de la materia prima” .

Es decir, que la innovación gastronómica es la que permite abrirse a nuevos campos, en este sentido la cocina de Orellana debería de apoyarse en estos conceptos para que exista una mejor gestión como mayor desarrollo en el ámbito culinario de esta región, improvisar nuevas necesidades que logren dar una transformación a lo tradicional. Se busca introducir nuevas técnicas para mejorar procesos, que durante largo tiempo se han mantenido sin brindar un valor agregado. Se debe tomar en cuenta que la innovación no necesariamente debe suplantar lo natural, sino más bien, debe complementar a las iniciativas de proyectos, se debe entender a la innovación como el aliado perfecto para impulsar nuevos platillos.

2.5.3. La gastronomía como patrimonio

La revista Patrimonio Alimentario nos dice que: “La cultura alimentaria es la suma de las prácticas y conocimientos en la producción de alimentos, preparación de recetas propias de los territorios y consumo de las mismas” (Alimentario, 2013)

El uso, representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas, acompañado de utensilios y espacios culturales que le son relativos y las comunidades o grupos de individuos reconocen como elementos importantes de su patrimonio cultural. Teniendo en cuenta esto, lo que se pretende hacer es buscar nuevas formas de presentación y preparación sin perder la tradición de sabores y productos que convierten a una gastronomía en patrimonio ya que son propios del lugar y le brindan identidad única.

2.6. Marco Jurídico

El presente trabajo de investigación se sustenta en la constitución de la República del 2008 y su reglamento que permitieron seguir un lineamiento legal en esta investigación de fortalecimiento de la gastronomía de Orellana, a través de la aplicación de los siguientes artículos:

CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR (2008) (pág. 29).

Sección Primera.

Agua y alimentación.

Art. 13.- Las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales. El estado ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria.

Art. 21.- Las personas tienen derecho a construir y mantener su propia identidad cultural, a decidir sobre su pertenencia a una o varias comunidades culturales y a expresar dichas elecciones; a la libertad estética; a conocer la memoria histórica de sus culturas y a acceder a su patrimonio cultural; a difundir sus propias expresiones culturales y tener acceso a expresiones culturales diversas.

No se podrá invocar la cultura cuando se atente contra los derechos reconocidos en la Constitución. (Constitución, 2008, pág. 26)

Art. 377.- El sistema nacional de cultura tiene como finalidad fortalecer la identidad nacional; proteger y promover la diversidad de las expresiones culturales; incentivar la libre creación artística y la producción, difusión, distribución y disfrute de bienes y servicios culturales; y salvaguardar la memoria social y el patrimonio cultural. Se garantiza el ejercicio pleno de los derechos culturales. (Constitución, 2008, pág. 170)

De acuerdo a los artículos el tema de investigación no viola ningún parámetro ya que lo que busca es modernizar las preparaciones existentes, sin cambiar la cultura del lugar brindando una mayor acogida y reconocimiento.

CAPITULO III

3. METODOLOGÍA

3.1. Diseño de la Investigación

3.1.1. Diseño

Esta investigación es de tipo cualitativo porque se utilizó técnicas como: la observación de campo, ficha gastronómica y entrevista con preguntas abiertas dirigida a mujeres de edades de 40-54 años. Nos permitió describir la situación actual gastronómica de Orellana, determinando características como: productos, recetas, utensilios, condimentos y sobre todo se pudo conocer el estado de su cocina tradicional, es decir, si ha tenido un cambio o se la ha mantenido de una forma íntegra.

3.1.2. Temporalidad

Esta investigación de tipo transversal se realizó en un grupo específico de mujeres indígenas de las cabeceras cantonales de Orellana, se centró en observar y recopilar la información requerida para el cumplimiento de cada objetivo descrito durante el período septiembre- marzo del 2017.

3.1.3. Naturaleza

La presente investigación realizada no experimental de naturaleza cualitativa por cuanto se describen elementos gastronómicos que se requieren para buscar un realce a la gastronomía tradicional.

3.1.4. Tipo de dato

Los datos son obtenidos mediante la observación de campo directa, la recopilación de datos bibliográficos, en el primer caso, se aplicaron entrevistas las cuales buscan recopilar la información existente sobre las preparaciones tradicionales

de la provincia de Orellana, las opiniones sobre la innovación de la presentación de los platos tradicionales; el sustento teórico que se buscó fue sobre la gastronomía de Guadalajara, en dónde se encontraron técnicas, recetas, materia prima de consumo y tendencias de consumo.

3.2. Población y Muestra

3.2.1. Población

La población de la investigación es de 535 mujeres indígenas, que comprenden las edades de 40 a 54 años, de las caberas cantonales de la provincia de Orellana de acuerdo a los datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC, 2010).

Dicho esto, se las incluyó a las mujeres de origen nativo es decir indígena, aquellas mujeres se las consideró como una fuente verídica en cuanto a la tradición de las recetas para que de esta manera se pueda llevar a cabo el tema de investigación, partiendo desde su originalidad en la búsqueda de lo trascendental de sus recetas tradicionales.

3.2.2. Muestra

Para una mayor argumentación y validación sobre la recopilación de la información el método de muestreo aplicado fue el sistemático, es decir, que este proyecto fue elaborado a base del muestreo de informante clave, desarrollado de la siguiente manera 20 entrevistas realizadas en las cabeceras cantonales de la provincia de la siguiente manera 10 a mujeres de la población indígena en edades de 40-54 años, 10 dirigidas a personas encargadas de puestos gastronómicos tradicionales.

3.3. Métodos de investigación

3.3.1. Inductivo

El método inductivo nos permitió verificar de forma ordenada la factibilidad de la aplicación en cuanto a la fusión de la gastronomía de Orellana con la de Guadalajara por medio de la aplicación de entrevistas y observación de campo directa, en cada una de las recetas tradicionales y contribuyó al realce armónico en beneficio de quienes aprecian el arte culinario.

3.3.2. Analítico- Sintético

El método analítico-sintético fue aplicado ya que se contó con datos bibliográficos y de campo para ser sintetizada en forma de redacción además se utilizó cuadros, tablas como estrategia de síntesis de la información la cual permitió sentar las bases y fundamentación teórica.

3.4. Técnicas, estrategias e instrumentos

3.4.1. Técnica

3.4.1.1. *Observación*

Para el levantamiento del inventario gastronómico en las cabeceras cantonales, se visitaron los principales lugares que tengan que ver con platos tradicionales para identificar su valor histórico y cultural. La información se recogió a través de la observación y plasmándolas en fichas de gastronómica.

3.4.1.2. *Entrevista*

La entrevista permitió recopilar información sobre la situación actual de la gastronomía de Orellana y la viabilidad de crear una fusión gastronómica. Esta técnica fue aplicada a mujeres indígenas de edades de 40 a 54 años y personas encargadas de puestos gastronómicos tradicionales. Se elaboró un cuestionario con preguntas

relacionadas al tema de investigación, las cuales estaban enfocadas a la entrevista para lograr una mayor comprensión y recopilar información verídica.

3.4.2. Estrategias.

3.4.2.1. *Personal*

Las entrevistas se realizaron en las cabeceras cantonales de la provincia de Orellana, entrevistando uno por uno, a 10 habitantes mujeres indígenas de edades de 40 – 54 años y 10 a personas encargadas de puestos gastronómicos tradicionales.

3.4.3. Instrumento

3.4.3.1. *Cuestionario*

Grupo de preguntas debidamente estructuradas que fueron formuladas en la entrevista dirigida a aquellas personas que aportarán información relevante para la elaboración del tema de investigación.

3.4.3.2. *Ficha gastronómica*

Para la investigación del inventario se utilizó una ficha de recolección de datos turísticos, para la inclusión de datos técnicos propios de la elaboración, como alimentos, técnicas, recetas, tradiciones.

3.4.3.3. *Fotografías*

Aplicación de las fotografías como fuentes y soporte de la investigación.

CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Orellana y su Gastronomía

Una de las herencias que los padres de familia dejan a sus hijos son los conocimientos tanto culturales como gastronómicos, para mantener los saberes culturales.

Dentro de la gastronomía tradicional de Orellana, se hallan alimentos propios y provenientes de las demás regiones del país, los últimos se los puede encontrar por medio del comercio en los mercados locales. Los alimentos de la región sierra son los que más se han introducido debido a que el clima es diferente, también se encuentra los mariscos provenientes de la región costa.

En la siguiente tabla se enlistan los alimentos provenientes de las demás regiones del país:

Tabla 7: Alimentos de otras regiones Ecuador

Tipo de alimento	Nombre
Tubérculos	Papas, mellocos, zanahorias, remolacha, rábano, cebolla paiteña, cebolla larga, cebolla perla, tomate de res, pimientos, papa nabo, rábano
Mariscos	Camarón, cangrejo.
Leguminosas, verduras	Lechuga, acelga, coliflor, brócoli, apio, cilantro, col.
Granos	Chocos, alverja, frejol tierno, vainita, choclo, haba.
Frutales	Uva, frutillas, mora, manzana, durazno, pera, reina claudia, mango, sandia, taxo, tomate de árbol, maracuyá, babaco, naranjilla, piña.

Elaboración propia.

Se evidencio nombre y tipo de preparación tradicional de la Provincia de Orellana, se llegó a la conclusión, que las siguientes recetas en la tabla son consideradas tradicionales para la población:

Tabla 8: Tipos de platos tradicionales de Orellana

Sopa	Fuerte/Principal	Bebida	Postre
Caldo de carachama (raspa)	Maito de tilapia	chicha de yuca	dulce de chapil
	pincho de mayones	chicha de chonta	
	seco de guanta	bebida de guayusa	
	seco de armadillo		
	ceviche de palmito		

Elaboración propia.

4.1.1. Alimentos propios del territorio

Los productos utilizados para la elaboración de las recetas son propios del lugar además se encontró que algunos alimentos no se los puede conseguir en cualquier fecha del año y existen otros alimentos que son adaptaciones provenientes de pobladores de distintas regiones del país.

En la siguiente tabla se describe de una mejor manera dichos alimentos autóctonos:

Tabla 9: Alimentos propios del territorio.

Estacionales	Cualquier época
<p>Chonta</p>  <p>Es un alimento que no se lo puede conseguir fácilmente, consumir en cualquier fecha del año se la consume fines de diciembre y comienzos de enero debido a que este alimento solo se da una vez al año.</p>	<p>De siembra</p> <p>Palmito Chonta camote papa china yuca verde</p>
<p>Carne de Guanta</p>  <p>Aunque esta proviene de un animal salvaje no se la puede encontrar con facilidad ya que estas al nacer tienen que esperar alrededor de 7 meses para poder ser consumida de igual manera solo se tiene una cría al año.</p>	<p>Carne</p> <p>Mayones tilapia carachama (raspa) bagre de agua dulce</p>
<p>Carne de Armadillo</p>  <p>Proveniente de un animal de tipo salvaje lo que la convierte en un alimento especial debido a que para poder consumirla se tiene que salir de cacería.</p>	<p>Frutales</p> <p>Uva de monte Zapote Cauge Guayaba puma rosa carambolas guabas</p>
<p>Chapil o Unguragua</p>  <p>Se lo conoce como unguragua o chapil se cosecha en los meses de julio y agosto, su planta es semejante la palmera de coco se da en clima húmedo, se puede elaborar chicha y dulce como es elaborado comúnmente o consumir la fruta como tal. Es de color morado por fuera y su interior de color blanquecino.</p>	<p>Hiervas</p> <p>culantro del monte hierbaluisa guayusa</p>

Elaboración propia.

4.1.2. Utilización de ingredientes y condimentos en preparaciones tradicionales

Se concluyó que en la mayoría de preparaciones los ingredientes principales y básicos son el verde y la yuca como guarnición de una receta, se determinó el uso de ajo, cebolla, culantro, sal, palmito, chonta, carnes, pecados, etc., en muchas de las preparaciones de Orellana. Se describe a mayor detalle en la estandarización de las recetas, además se encontraron productos que se han ido perdiendo su consumo a continuación se detalla dichos productos.

Tabla 10: Escases de consumo

Nombre	Utilización
Culantro de pozo (hediondo)	En la elaboración del maito, sopa, carnes.
Ajo de monte	Ayudaba al sabor de las preparaciones
Achiote en pepa	Se recolectaba directamente del árbol y se utilizaba para brindar color a las preparaciones.
Paico	se utilizaba para sopas

Elaboración propia

Nota: en la actualidad no se utiliza dichos productos debido a la industrialización, existen productos accesibles y dejan como segundo plano lo natural y tradicional.

4.1.3. Técnicas tradicionales de las preparaciones

Después de identificar las preparaciones, se determinó las técnicas de elaboración que se emplean dentro de la gastronomía tradicional de Orellana.

En la siguiente tabla se detalla de una mejor manera dichas técnicas:

Tabla 11: Técnicas de cocción tradicional de las preparaciones.

Nombre de la técnica	Descripción
Hervir	Esta técnica se la realiza a base de agua la cual debe sobre pasar a los alimentos que se van a cocinar y la misma que al llegar al punto de ebullición es la señal de que la preparación ya está lista aquí podemos mencionar preparaciones tales como el seco de armadillo, guanta, caldo de cara chama, chicha de yuca, chonta y la guayusa.
Asar	Este tipo de técnica puede variar ya sea desde asar en cenizas, dentro de una caña y asar en parrilla; que es como más común se ve ahora debido a su simplicidad y la rapidez de cocción mediante esta técnica se prepara el maito y pincho de mayones.
Pachamanca	Es una técnica ancestral que se la puede describir como una cocción bajo tierra con base de piedras calientes o carbón, esto se cubre en su totalidad y se deja que actúe y cocine el alimento con el calor de las piedras, lastimosamente en la actualidad ha bajado su práctica, y se ve con más frecuencia, especialmente en festividades, de poblaciones autóctonas, la Pachamanca es una preparación que requiere de al menos 4 horas de cocción.

Elaboración propia.

4.1.4. Tipos de utensilios utilizados

A continuación se detalla los utensilios que eran utilizados con frecuencia para la preparación de la comida tradicional, manteniendo de esta manera su forma original y natural al ser elaboradas.

Por la interrelación con los mestizos y la modernidad, actualmente se está utilizando cocinas, hornos a gas y demás.

En el siguiente cuadro se detalla los tipos de utensilios tanto modernos como tradicionales:

Tabla 12: Utensilios

Tradicional	Descripción	Moderno	Descripción
<p>Mate</p> 	<p>Este utensilio se lo obtiene cuando la badea está madura de él se puede elaborar desde instrumentos para recolectar agua hasta una especie de cuchara, todo depende del ingenio de la persona. En la actualidad se lo sigue haciéndolo.</p>	<p>Ollas</p> 	<p>Antiguamente solo se utilizaba ollas de barro, pero en la actualidad se utiliza las ollas de aluminio porque tienen un tiempo de vida útil duradero.</p>
<p>Cuchillo</p> 	<p>Los antepasados los elaboraban a base de metal y para lograr obtener el filo es decir la parte para cortar, la realizaban mediante la utilización de una piedra rocosa y abundante agua con el fin de obtener un buen filo ya sea para cazar o para preparar los alimentos.</p>	<p>Cuchillo</p> 	<p>Este tipo de utensilio actualmente lo compran.</p>
<p>Cucharones (de madera)</p> 	<p>Hechos por su propias manos a base de madera se los utiliza para logara que las preparaciones se mezclen de mejor manera.</p>	<p>Cocina</p> 	<p>Hechas a base de metal y para ser usadas a gas o electricidad utilizadas por lo practica que es en la actualidad</p>
<p>Piedras (utilizadas como maso para aplastar)</p> 	<p>Las piedras las escogen de los ríos y depende de la forma y apariencia que estas tengan se les ve de qué manera serán utilizadas. En la actualidad existe un sin fin de artículos para afilar.</p>	<p>Horno</p> 	<p>Hechos a base de metal y para ser usados a gas o electricidad son más fáciles de usar que un horno a leña</p>

<p>Tablas de picar</p>  <p>(de madera)</p>	<p>Hechos por sus propias manos a base de madera, su función es como su nombre lo dice, picar ya sea yucas, verdes o carnes.</p>	<p>Tablas de picar</p> 	<p>Aun se sigue utilizando tablas a base de madera, pero más estilizadas de igual manera se utilizan a base de plástico y clores</p>
<p>Ralladores</p> 	<p>Antiguamente los elaboraban a base de metal el cual era perforado para poder utilizarlo como rallador, actualmente los compran porque estos tienen una mayor duración de vida útil.</p>	<p>Ralladores</p> 	<p>Existen diferentes modelos de ralladores hasta de cortes diferentes para una mejor estética</p>
<p>Madera (para carbón)</p> 	<p>Se obtiene ya sea de las ramas que se caen de los árboles o utilizan un hacha para cortar el tronco del árbol, se utiliza como carbón para la cocción de las preparaciones.</p>	<p>Carbón</p> 	<p>En la actualidad se compra el carbón vegetal</p>
<p>Parrilla</p> 	<p>Esta herramienta cumple la función de sostener ya sea una preparación directa como el caso del maito y pincho de mayones u ollas utilizadas para la elaboración de chichas, sopas, secos.</p>	<p>Parrilla</p> 	<p>Cumplen las mismas funciones que en la antigüedad solo se ha mejorado su presentación</p>
<p>Sartenes</p> 	<p>Antiguamente elaboradas a base de hierro fundido al igual que las parrillas</p>	<p>Sartenes</p> 	<p>En las comunidades usan sartenes de gran tamaño, puesto que estos tienen un mayor espacio para preparar los alimentos y les ayuda a optimizar el tiempo.</p>

Elaboración propia.

4.1.5. Forma de preparar las recetas

En general su procedimiento es similar porque se ha venido transmitiendo la información de forma verbal de generación en generación por lo cual existen semejanzas y variaciones entre las personas entrevistadas por ello no se puede decir que de una sola manera se realiza todas las preparaciones pero si se puede mencionar que todas y cada una de las preparaciones utilizan ingredientes básicos que ya fueron descritas, detallándose con mayor comprensión el desarrollo de cada preparación en el proceso de estandarización de cada una de las recetas.

Tabla 13: Análisis comparativo forma de preparación de cada receta.

Característica / receta	Ingredientes	Corte/ Técnica	Método de cocción	Utensilios
Chicha de chonta	Agua Camote blanco Chonta Azúcar (opcional)	Fermentación	Hervir (costa 100°C) Determina por la consistencia del alimento	Olla Mate Rallador Cucharon Cuchillo Vaso- pilche jarra
Chicha de yuca	Agua Camote blanco Yuca Azúcar (opcional)	Fermentación Mirepoix (cortes grandes)	Hervir (costa 100°C) Determina por la consistencia del alimento.	Olla Mate Rallador Cucharon Jarra Vaso- pilche cuchillo
Guayusa	Agua Hoja de guayusa Azúcar (opcional)	S/C Infusión	Hervir	Olla Mate Vaso Jarra Cucharon colador
Pincho de mayón (chontacuro)	Mayón (chontacuro) Palillo (rama de árbol) sal	Asar en parrilla	Asar	Mate Parrilla
Maito	Pez Hoja de bijao Palmito Ajo	Brunoise Asar en parrilla Asar en cenizas	Asar	Parrilla Carbón Olla Cuchillo

	Sal			
Seco de armadillo	Armadillo Ajo Sal Yuca Verde	Estofado Mirepoa	hervir	Cuchillo Tabla de picar Olla Sartén
Seco de guanta	Guanta Ajo Sal Yuca Verde	Estofado Mirepoa	hervir	Cuchillo Tabla de picar Olla Sartén
Caldo de carachama	Carachama (pez) Agua Ajo Sal Verde Culantro	Brunoise	hervir	Olla Cuchillo Tabla de picar
Ceviche de palmito	Palmito Agua Sal Tomate Cebolla paiteña Hierbita verde	Brunoise pequeño Concase	Baño maría hervir	Olla Mate o tazón Cucharon Sartén Cuchillo Tabla de picar Colador
Dulce de chapil	Chapil Harina Leche Panela Canela Aniz	S/C	Hervir	Olla Mate Cuharón Colador Tazón

Elaboración propia.

4.1.6. Estandarización de recetas tradicionales

Las siguientes recetas fueron identificadas a través de las entrevistas aplicadas a la población femenina nativa de las cabeceras cantonales de Orellana, mismas que se estandarizó mediante la realización de cada una de las recetas con procedimientos de cocción, peso de cada ingrediente y fotografía para una mejor comprensión técnica de las mismas:

Receta tradicional chicha de chonta

La chicha de chonta es una bebida que tradicionalmente es preparada por la población Shuar a mediados del mes de diciembre y fines de enero, temporada en que se puede encontrar la chonta esta se la puede disfrutar en festividades de la población que coincidan con los meses en que se producen.

Figura 5: Receta tradicional chicha de chonta.

NOMBRE				CATEGORIA	N° PAX
CHICHA DE CHONTA				BEBIDA	4
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN	
Identificar la materia prima					
Identificar proceso de elaboración					
Método de cocción					
Uso de temperatura,					
Tiempo de cocción,					
MONTAJE					
Servir en un vaso de cristal o en un mate					
No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN	
chonta	500	g	sin cascara y pepa	Retirar la corteza y semilla de la chonta En una olla verter agua cantidad suficiente para cocinar la chonta dejar sobre el fuego unos 30' o más Aplastar la chonta cocinada hasta obtener una especie de masa En una olla colocar a hervir un litro de agua con la chonta y rallar el camote blanco dejar a fuego lento 10' Remover en lapsos de dos minutos para evitar que se asiente la chicha En caso de que falte dulce se agrega un poco de azúcar Una vez listo se retira del fuego y se deja reposar Para obtener una mayor fermentación guardar por 3 días en un lugar sin luz.	
camote blanco	250	g	retirar la corteza y lavar		
agua	1	l			
azucar			solo si hace falta dulce		
UTENSILLOS		TECNICAS DE PREPARACION			
olla			hervir		
mate					
batea (wol)					
cuchillo					
cucharon de madera					
rallador					
jarra					

Elaboración propia.

Receta tradicional chicha de yuca.

Las mujeres indígenas cuentan que los hombres no salen a la selva o a la caza diaria sin tomar la chicha de yuca porque les brinda energía ya que es el único alimento que ingieren antes de empezar con sus trabajos, caminan o cazan hasta el mediodía cuando la toman otra vez. Además, esta bebida se ofrece a los visitantes al momento de ingresar a una comunidad como símbolo de permiso o se la puede encontrar en la feria de los domingos en los puestos de comida preparada por la población indígena.

Figura 6: Receta tradicional chicha de yuca

NOMBRE				CATEGORIA	Nº PAX
CHICHA DE YUCA				BEBIDA	4
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN	
Identificar la materia prima					
Identificar proceso de elaboración					
Método de cocción					
Uso de temperatura,					
Tiempo de cocción,					
MONTAJE					
Servir en un vaso de cristal o en un mate					
No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN	
yuca	500	g	sin cascara y corazon	Retirar la corteza y corazon de la yuca y lavar En una olla verter agua cantidad suficiente para cocinar la yuca dejar sobre el fuego unos 30 ' o más Aplastar la yuca cocinada hasta obtener una especie de masa En una olla colocar a hervir un litro de agua con la yuca y rallar el camote blanco dejar a fuego lento 10' Remover en lapsos de dos minutos para evitar que se asiente la chicha En caso de que falte dulce se agrega un poco de azúcar Una vez listo se retira del fuego y se deja reposar Para obtener una mayor fermentación guardar por 3 días en un lugar sin luz.	
camote blanco	250	g	retirar la corteza y lavar		
agua	1	l			
azucar			solo si hace falta dulce		
UTENSILLOS		TECNICAS DE PREPARACION			
olla		hervir			
mate					
batea (wol)					
cuchillo					
cucharon de madera					
rallador					
jarra					

Elaboración propia.

Receta tradicional guayusa.

La guayusa es un árbol pequeño que crece en la selva lejanamente emparentado con la yerba mate. Su sabor es suave y su aroma agradable, esta bebida es un acto cotidiano y ritual al alba, para su elaboración únicamente se utiliza sus hojas y se la puede ingerir caliente o fría esto varía dependiendo ya sea del estado del clima o del gusto de la persona.

Figura 7: Receta tradicional guayusa

NOMBRE				CATEGORIA	Nº PAX
GUA YUSA				BEBIDA	4
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN	
Identificar la materia prima					
Identificar proceso de elaboración					
Método de cocción					
Uso de temperatura,					
Tiempo de cocción,					
MONTAJE					
Servir en un vaso de cristal o en un mate					
No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN	
guayusa	10	un	hojas	En una olla dejar hervir un litro de agua Después se agregan las hojas de guayusa se tapa la olla y se deja por 5' a fuego bajo y apagar Una vez que haya hervido se retira del fuego se deja reposar unos minutos Colar el líquido ya en una jarra Agregar azúcar esto es opcional de igual manera el limón Esta bebida tiene la opción de ser fría o tibia	
agua	1	l			
limon	10	g	opcional zumo		
azucar			opcional		
UTENSILLOS		TECNICAS DE PREPARACION			
olla		hervir			
jarra					
cuhara					
colador					
cucharon de madera					

Elaboración propia.

Receta tradicional pincho de mayon.

El mayon es un gusano que crece en el árbol de la chonta, se asemeja a una oruga y es fundamental dentro de la dieta de los pueblos indígenas ya que se le atribuye poderes curativos y es considerado un animal limpio ya que su único alimento es la palma, se los puede consumir vivos o cocinados, se caracteriza por ser rico en grasa.

Figura 8: Receta tradicional pincho de mayon

NOMBRE				CATEGORIA	Nº PAX		
PINCHO DE MAYON				PRINCIPAL	4		
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN			
Identificar la materia prima							
Identificar proceso de elaboración							
Método de cocción							
Uso de temperatura,							
Tiempo de cocción,							
MONTAJE							
Servir en un plato base el pincho de mayon							
Acompañar con yuca o verde al vapor y encurtido							
No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje							
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN			
mayon	16	un	limpios	Lavar los mayones y verter en un mate Agrega sal al gusto Después en un palillo se insertan cuatro mayones Encender el carbón y pone la parrilla Limpiar y engrasar la parrilla con la cebolla más el aceite Poner los pinchos sobre la parrilla Deja en la parrilla alrededor de 15' Retira del fuego y servir			
sal			al gusto				
palillo de pincho	16	un					
aceite	20	g					
cebolla larga	1	un	utiliza como brocha				
UTENSILLOS		TECNICAS DE PREPARACION					
parrilla			asar				
mate							
cuchillo							
carbon							

Elaboración propia.

Receta tradicional maito de tilapia.

Maito en kichwa significa envuelto, este es un plato que se prepara a base del pez (tilapia) el cual se envuelve en hojas de bijao y puestos en las cenizas del carbón sobre la parrilla, las mujeres indígenas lo realizaban para los hombres que regresaban de la caza ya que saciaba su apetito.

Figura 9: Receta tradicional maito de tilapia

NOMBRE				CATEGORIA	Nº PAX		
MAITO				PRINCIPAL	4		
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN			
Identificar la materia prima							
Identificar proceso de elaboración							
Método de cocción							
Uso de temperatura,							
Tiempo de cocción,							
MONTAJE							
Servir en un plato base el maito							
Acompañar con yuca o verde al vapor y encurtido							
No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje							
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN			
tilapia	4	un	limpiar y lavar	Limpiar y lavar las tilapias En un mate o una lavacara se vierten para sazonar Pasar por el fuego a la hoja de bijao Después se envuelve la tilapia y se amarra con una tira paja toquilla Encender el carbón y poner la parrilla Dejar el maito sobre la parrilla 20' estará listo el maito Se puede asar el maito en las cenizas directamente			
sal							
ajo	8	un	dos por pez				
hoja de bijao	4	un	pasar por el fuego				
paja toquilla	4	un	seco				
UTENSILLOS		TECNICAS DE PREPARACION					
parrilla			asar				
mate			asar en las cenizas				
cuchillo							
lavacara							

Elaboración propia.

Receta tradicional seco de armadillo.

El amadillo es un animal silvestre se lo puede comparar con la tortuga porque ambos tienen un caparazón resistente y al igual que la guanta se alimenta de frutos naturales produciendo que la carne sea rica en proteína, la población actual ha creado otras formas de preparar este tipo de carne pero la preparación tradicional es el seco de armadillo.

Figura 10: Receta tradicional seco de guanta

NOMBRE				CATEGORIA	Nº PAX
SECO DE ARMADILLO				PRINCIPAL	4
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				IMAGEN	
Identificar la materia prima					
Identificar proceso de elaboración					
Método de cocción					
Uso de temperatura,					
Tiempo de cocción,					
MONTAJE					
En un plato base se sirve el seco de armadillo acompañar con arroz, yuca o verde al vapor y encurtido No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN	
armadillo carne	500	g	cortes medianos	En una olla se vierte la carne agregar agua hasta cubrir y tapar la olla, dejar sobre el fuego por 40' Hacer un refrito con la cebolla, achiote, sal y ajo Retira la carne del fuego y agregar al refrito sin votar el líquido de la cocción Licuar un verde con un poco del líquido de la cocción de la carne y agregar al refrito Mezclar constantemente para que no se asiente mantener a fuego lento por 10' Retirar del fuego agregar la hiervita y servir	
verde	50	g	licuar		
cebolla larga	250	g	picar		
ajo	15	g	picar		
hiervita	5	g	picar		
achiote	1	cdt			
UTENSILIOS		TÉCNICAS DE PREPARACIÓN			
mate		hervir			
cuchilo		refrito			
olla					
rallador					
licuadora					
sartén					

Elaboración propia.

Receta tradicional seco de guanta.

La guanta es de tamaño pequeño, su pelaje tiene un parecido al del cuy, su carne al provenir de un animal silvestre y al alimentarse con productos naturales posee grandes cantidades de proteína, al momento de ser preparada se desprende un sabor único. La guanta produce una cría, su gestación dura 3 meses y puede tener dos partos al año.

Figura 11: Receta tradicional seco de armadillo

NOMBRE				CATEGORIA	N° PAX
SECO DE GUANTA				PRINCIPAL	4
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN	
Identificar la materia prima					
Identificar proceso de elaboración					
Método de cocción					
Uso de temperatura,					
Tiempo de cocción,					
MONTAJE					
En un plato base se sirve el seco de guanta acompañar con arroz , yuca o verde al vapor y encurtido No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN	
carne de guanta	1	k		En una olla se vierte la carne agregar agua hasta cubrir y tapar la olla, dejar sobre el fuego por 40' Hacer un refrito con la cebolla, achiote, sal y ajo Retira la carne del fuego sin votar el líquido Licuar el refrito con un poco del líquido de la cocción Mezclar constantemente para que no se asiente mantener a fuego lento por 10' Retirar del fuego agregar la hiervita y servir	
cebolla colorada	50	g	picado		
achiote	5	g			
aji	20	g	picado		
ajo	5	g	picado		
sal			al gusto		
culantro	10	g	picado		
UTENSILIOS		TECNICAS DE PREPARACION			
olla		hervir			
cuhillo		refrito			
mate					
sarten					
cucharones					
tabla de picar					

Elaboración propia.

Receta tradicional caldo de carachama.

La carachama es un pez que crece en los ríos particularmente escondida en bajo las piedras. Su apariencia a primera vista no es muy agradable porque se asemeja a una roca, pero al momento de ser preparado adquiere un aroma y sabor que compensa todo en cuanto a la apariencia este tiene que ser limpiado desde el fin de la cabeza hasta terminar el esqueleto del pez otra característica es que tiene muchas espinas que no son tan visibles a primera vista y hay que tener cuidado antes de degustar.

Figura 12: Receta tradicional caldo de carachama

NOMBRE				CATEGORIA	N° PAX
CALDO DE CARACHAMA				SOPA	4
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN	
Identificar la materia prima					
Identificar proceso de elaboración					
Método de cocción					
Uso de temperatura,					
Tiempo de cocción,					
MONTAJE					
En un plato sopero se sirve el caldo de carachama acompañar con yuca o verde al vapor					
No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN	
carachama	4	un	limpiar	Limpiar y lavar la carachama En una olla poner agua agregar la carachama, cebolla, hierbita y ajo tapar la olla dejar a fuego medio por 35' Hacer un refrito con la cebolla, ajo, sal y achiote Retirar del fuego la olla y colar Licuar el verde y el refrito (mani opcional en lugar del verde) con un poco del caldo En la olla se agrega el restante del líquido, lo licuado anteriormente y la carachama dejar a fuego bajo por 15' Rectificar sabores Retirar del fuego agregar la hierbita picada y servir	
vede	100	g	licuado		
mani	40	g	opcional		
cebolla larga	100	g	picar para refrito		
ajo	15	g	picar para refrito		
hiervita	5	g			
achiote	1	cdt			
sal			al gusto		
UTENSILIOS		TECNICAS DE PREPARACION			
olla			hervir		
mate			refrito		
cuchillo					
cucharon de madera					
tabla de picar					

Elaboración propia.

Receta tradicional ceviche de palmito.

El palmito es el alimento que proviene del tallo de la palma, es de color crema y se caracteriza porque su corteza está llena de espinos por ello se debe de tener mucho cuidado cuando se valla a preparar se puede consumir ya sea únicamente lo que se encuentra en centro o por completo solo retirando la capa donde están los espinos y sea crudo o cocinado.

Figura 13: Receta tradicional Ceviche de Palmito

NOMBRE				CATEGORIA	N° PAX
CEVICHE DE PALMITO				PRINCIPAL	4
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN	
Identificar la materia prima					
Identificar proceso de elaboración					
Método de cocción					
Uso de temperatura,					
Tiempo de cocción,					
MONTAJE					
Servir el ceviche de palmito en un recipiente hondo un mate pequeño o en pocillo de vidrio o porcelana					
Acompañar con chifles					
No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN	
palmito	4	un	limpio sin espinas	Limpiar el palmito y picar en brunoise En una olla poner agua y blanquear el palmito colar el palmito y conservar el líquido concase de dos tomates y licuar con cebolla, zumo de limón y un poco del líquido del palmito Picar las cebollas y los tomates en brunoise Mezclar en un recipiente hondo el palmito, el líquido licuado, el tomate y cebolla en brunoise Rectificar sabores agregar el cilantro picado y servir	
cebolla	300	g	brunoise		
tomate	300	g	concase y brunoise		
hiervita	15	g	picado finamente		
sal			al gusto		
limon	2	un	zumo		
UTENSILLOS		TECNICAS DE PREPARACION			
cuhillo		hervir			
mate		baño maria			
olla		blanquear			
cucharones					
tabla de picar					
colador					

Elaboración propia.

Receta tradicional dulce de chapil.

El chapil o unguragua es una planta parecida a una palmera produce un fruto que lleva su mismo nombre, es de color morado oscuro en su exterior y su interior es blanquecino, la temporada en que se la puede conseguir es en los meses de julio y agosto, la forma de consumir este fruto puede ser como chicha, el fruto como tal y el dulce de chapil; su textura es como la de una mermelada y de un aroma dulce.

Figura 14: Receta tradicional dulce de chapil

NOMBRE				CATEGORIA	N° PAX
DULCE DE CHAPIL				POSTRE	4
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN	
Identificar la materia prima					
Identificar proceso de elaboración					
Método de cocción					
Uso de temperatura,					
Tiempo de cocción,					
MONTAJE					
Servir el dulce de chapil en un mate pequeño, pocillo de vidrio o porcelana Acompañar con pan No tiene ningún tipo de complejidad al momento del montaje					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN	
chafil	5	un		Lavar al chapil y poner en una olla Retirar antes de que llegue al punto de ebullición aplastar las pepas en el agua para obtener la pulpa colar y verter en una olla a hervir con las especies aromáticas hasta que reduzca a la mitad Agrega harina disuelta leche, Dejar a fuego lento hasta obtener una contextura parecida a la mermelada	
canela	3	un			
agua	3	l			
clavo de olor	3	un			
panela	400	g			
harina	3	cdtas			
leche	1	lt			
UTENSILIOS		TECNICAS DE PREPARACION			
cuhillo		hervir			
mate		blanquear			
olla					
cucharones					
colador					

Elaboración propia.

4.2. Orellana y Guadalajara (México)

La información que se obtuvo en este cuestionamiento, es decir, en la investigación, permitió identificar la viabilidad del tema, descubriendo que ambas cocinas cuentan con clima y formas de preparaciones similares, además del renombre que posee la gastronomía mexicana a nivel internacional, se destaca a Guadalajara perteneciente al estado de Jalisco, es una de las ciudades más grandes del país, su gastronomía está conformada de una variedad de recetas entre las que sobresale las tortas ahogadas, el pozole, la cazuela de tequila y su dulce típico la jericalla (tiene la consistencia, apariencia de un flan) además de ser la cuna del mariachi, tequila símbolo mexicano.

4.2.1. Características de la gastronomía de Guadalajara

“La cocina de Guadalajara representa una carga cultural por cada uno de los sabores; al mexicano le gusta el picante y mucha de la comida de Guadalajara tiene ese ingrediente, aunque en diferentes grados” (Milenio, 2018)

Lo que caracteriza no solo a la gastronomía de Guadalajara sino a toda la república mexicana es el gusto por lo picante además de ser una cocina colorida y llamativa a simple vista, algunos visitantes la consideran una obra de arte, que se refleja en las presentaciones de sus platos, estos aspectos han convertido a la cocina de Guadalajara como un referente del país.

La gastronomía de Guadalajara se la puede describir como el conjunto de sus preparaciones y costumbres culinarias.

4.2.2. Gastronomía de Orellana fusión Gastronomía de Guadalajara

El concepto Cocina Fusión es reciente en la gastronomía y tiene como objetivo la creación de nuevas preparaciones en base a la mezcla de dos cocinas pueden ser regionales o internacionales, con el propósito de brindar un mayor realce a las preparaciones ya existentes.

La gastronomía de la ciudad de Guadalajara no solamente es consistente y variada además posee un reconocimiento a nivel internacional debido a su sabor y forma de elaboración. El clima cálido con el que cuenta es similar a la provincia de Orellana; una creencia que comparte la población “dice que no es lo mismo preparar un maito en la sierra que en el oriente porque el sabor cambia ya que no tienen el mismo clima, la calidez tiene algo que no lo pueden descifrar”. Igualmente tienen técnicas de preparación como la pachamanca, asar, hervir y cocinar en leña, por estos motivos y por la simpatía de la investigadora hacia la gastronomía mexicana y por lo antes descrito, se consideró a Guadalajara para proporcionar una innovación a la cocina tradicional de la provincia de Orellana, puesto que la fusión nace, sea por la necesidad de crear nuevas recetas o por gusto propio de un chef.

En base a la investigación sobre la gastronomía de Guadalajara, y para lograr el propósito de la revalorización de la gastronomía tradicional de Orellana, fue escogida y así mediante la implementación de preparaciones como: guacamole, pico de gallo, salsa picante, salsa de jalapeño, pozole, torta ahogada, taco, etc. Y para brindar un mayor realce e innovación a las recetas tradicionales de la provincia se aplicó técnicas de cocina fusión como: gelificación, espumas esferificación, deconstrucción, cocción al vacío, etc., las cuales brindaron una nueva forma y apariencia a las recetas, mediante reactivos como: algin, calcin, santana, etc. Todo esto en conjunto aportó para realzar la presentación final de las recetas, dando como resultado una gastronomía novedosa y única que apoya al turismo de la provincia.

Por ello se buscó consolidar una fusión con la gastronomía Guadalajara país México; Pero porque fusionar, que une a Guadalajara con Orellana, a simple vista uno dice “nada” pero conforme se estudia un poco de ambas cocinas se puede dar cuenta que poseen aspectos similares que, si bien es cierto no son muy altas pero si se las puede asemejar, con esta investigación se busca una mezcla de técnicas de preparación y alimentos, por ejemplo quien nos dice que el Maito únicamente se lo puede realizar a la parrilla, o que solo puede ir acompañado de yuca, palmito o verde. Es así que nace la necesidad de buscar técnicas innovadoras para brindar un mayor realce a la gastronomía tradicional de Orellana.

En la siguiente tabla se realizó una comparación de materia prima, productos, técnicas de cocción, clima entre Orellana-Guadalajara:

Tabla 14: Cuadro comparativo Orellana - Guadalajara

	Orellana	Guadalajara
Materia prima	Productos de cultivo nativo y de exportación de otras regiones del país	Productos nativos e influenciados por estados vecinos
Productos	Verde, yuca, camote, palmito, aguacate, limón, cebolla, tomate, entre otros	Maíz, aguacate, chile, cebolla, limón, jitomate, entre otros
Técnicas de preparación	La pachamanca, asar en cenizas, hervir	Pib (La pachamanca), a la brasa, hervir, asar en cenizas
Clima	Cálido – húmedo	Cálido – tropical
Similitudes	Aquí podemos constatar que ambas gastronomías poseen parecido en técnica y productos, lo cual hizo que el proceso de fusión sea mucho más práctico.	

Elaboración propia.

Con base a lo descrito se puede decir que tanto las preparaciones como las técnicas son aplicables a la gastronomía de Orellana porque no se estará agregando ningún sabor nuevo que altere la tradición de las recetas.

Dando como resultado preparaciones innovadoras con las que se busca atraer al turista, además de brindar un reconocimiento a la gastronomía y productos propios de la provincia.

Un claro ejemplo en cuanto a la aplicación de la fusión culinaria es la comida tex-mex, es decir, la mezcla de la gastronomía de Texas (USA) con la mexicana, esta al igual que cualquier creación en un inicio no fue del agrado de todos, pero en la actualidad es una de las gastronomías más apetecidas por los comensales, debido a que esta incorporó los tipos de salsas que posee la gastronomía mexicana a las preparaciones a base del ganado bobino que es por lo que se distingue Texas.

4.2.3. Propuesta de técnicas de fusión

La versatilidad de la cocina tradicional de Orellana y Guadalajara permitió la ejecución de las técnicas de la cocina fusión como la deconstrucción, espumas, gelificación, esferificación, cocción al vacío, las mismas que ayudaron a mejorar la calidad de las preparaciones, puesto que son aplicables para esta fusión culinaria, ya que brindaron una imagen diferente para las recetas tradicionales de Orellana, no se puede definir porque una técnica es aplicable o no, solamente a una única preparación, ya que una sola técnica es aplicable a un sin número de preparaciones pero el resultado es el mismo buscar una revalorización e innovación a una cocina.

Al realizar la fusión culinaria se busca que tanto la población local como nacional conozcan de la gastronomía y cultura con la que cuenta Orellana, a través de fusión con Guadalajara, brindando una nueva manera de preparar los platillos tradicionales de provincia sin perder su sabor típico porque de eso se trata la cocina fusión, acompañando de la aplicación de técnicas de montaje modernas como: minimalista, lineal, sintético, tradicional, para poner a la vista del mundo actual la riqueza de esta región.

Tabla 15: Propuesta de técnicas de fusión

Guadalajara preparación/ técnica	Fusión	Orellana receta
Guacamole	El beneficio que apporto al plato fue dar color sin opacar al producto principal esto se logró por la cocción al vacío a baja temperatura ya que esta técnica hace que la preparación se mantenga intacta estéticamente y conserva los sabores	Maito
Taco	Lo que hace que el taco sea apetecible, es la combinación de la tortilla blanca con los jugos, producto de las carnes que se utilizan, sobresaliendo el sabor de las carnes, es decir, su relleno. Por ello se fusiono con los mayones ya	Mayones

	que ellos son muy jugosos y para contrarrestar se utilizó tortilla de yuca tipo llapingacho pero de menor grosor	
Pozole	El pozole conserva el sabor de la carne con la que se realice, ya que el caldo es el resultado de la cocción de la carne. Por ello se fusiono con la carne de armadillo para preservar su sabor acompañado de una presentación vistosa ya que esta sopa puede ser roja, verde o amarilla dependiendo del picante que se utilice.	Armadillo
Cazuela de tequila (al estilo Jalisco)	Debido a que en Guadalajara la mayor parte de preparaciones se realizan en recipientes de barro se creó esta bebida dentro de una cazuela de allí s nombre. Es un líquido incoloro adornado con frutas y combinado con el zumo de las mismas añadido hielo para hacer de la bebida más refrescante. Por ello se escogió a la chicha de yuca ya que esta es una bebida refrescante que al ser combinada con e zumo de las frutas cambio un poco de color, pero no de sabor y al estar dentro de una cazuela y estar cubierta de espuma de tequila da la apariencia de ser un granizado y esto llama la atención al comensal.	Chicha de yuca
Gelificación	Este tipo de técnica de la cocina fusión se aplicó a la bebida chicha de chonta, tomando como base la textura de la jericalla postre característico de Guadalajara. Buscando una nueva presentación y apariencia para la chicha, pero manteniendo su sabor original y para ayudar a la imagen estética del plato se incorporó una cama de espuma de guayusa, brindando un mayor realce a la gelificación de la chica de chonta.	Chicha de chonta
Espumas	La técnica de la cocina fusión espumas se incorporó a la bebida de guayusa, transformando su estado líquido a espumas, dando una apariencia de nieve por su color	Guayusa

	blanco, haciendo que sea más vistosa para el turista – comensal.	
Torta ahogada	<p>La torta ahogada es un plato característico de Guadalajara siendo una preparación sin mucha dificultad al momento de prepararla y además de su colorida presentación y sabor único, hacen que sea pedida por muchos. La fusión con la carne de la guanta ayudo a que no se tome tanto en cuenta del tipo de carne sino más bien en su sabor e imagen, haciendo que el plato final sea bien recibido por los comensales.</p> <p>Y como toque final para una mejor armonía de colores se incorporó como guarniciones guacamole (verde) y palmito (blanco).</p>	Guanta
Deconstrucción	<p>Al aplicar la deconstrucción al ceviche de palmito, es decir, darle una nueva forma de emplatado hará que este sea más vistoso y organizado.</p> <p>Y como aporte extra de la cocina de Guadalajara está la opción de utilizar chile o ají y guacamole.</p>	Ceviche de palmito
Pico de gallo	<p>El aporte que brinda el pico de gallo a la deconstrucción del caldo de carachama, es el dar viveza alegría al plato además se dio un toque novedoso al utilizar espuma de limón, logrando que el resultado final sea un emplatado armónico tanto de colores como de texturas.</p>	Caldo de carachama
Jericalla	<p>La jericalla es un postre representativo de Guadalajara su textura se asemeja a un flan (gelatinoso) en cuanto a la fusión con el dulce de chapil este ayudara siendo la base para una cobertura de caramelo de chapil, resaltando el dulce de chapil.</p> <p>Para darle una mejor presentación e, es decir, estética al emplatado se aplicó la técnica de montaje minimalista todo en conjunto hace que sobresalga el chapil.</p>	Chapil

Elaboración propia.

Con este ejemplo se busca fomentar la creación de recetas innovadoras que aporten al crecimiento del turismo gastronómico de la provincia.

4.3. Recetas plasmadas en un recetario

Con base a los conocimientos adquiridos en el transcurso de la presente investigación y a los obtenidos previamente gracias a las horas de estudio y práctica en la carrera de gastronomía, adquirí la facultad de dar cumplimiento total con respecto al tema de investigación propuesto, tomando en cuenta que no todas las personas pueden realizar una fusión culinaria, para ello se debe contar con conocimientos y practica previa acerca de lo que es la cocina fusión y de lo que conlleva realizarla; es así que a continuación presento las nuevas recetas, enfocadas tanto a profesionales como estudiantes de gastronomía y para mayor comprensión de personas que disfrutan cocinar, se detalla cuidadosamente gramajes, ingredientes y el proceso de elaboración con el fin de que se las pueda realizar desde una cocina profesional o en las cocinas de las amas de casa.

4.3.1. Formato recetas fusionadas

En este punto se encuentran 10 recetas que forman parte del recetario digital aplicando la fusión culinaria con la gastronomía de la ciudad de Guadalajara, más técnicas de montaje y cocina fusión, tomando como base los platillos totalmente tradicionales, es decir autóctonos de la provincia, consiguiendo la revalorización e innovación de las preparaciones para beneficio propio del turismo gastronómico de Orellana, a continuación se presenta las rectas aplicando la fusión con la gastronomía de Guadalajara.

Maito Deconstrucción

La palabra “maito” es el nombre de la técnica de una de las recetas tradicionales de Orellana, el cual consiste en envolver con hojas un alimento en este caso es la tilapia y se lo hizo con hoja de bijao, se preparó de la forma tradicional.

Para lograr el toque moderno de esta receta se aplicó la técnica cocción al vacío, técnica propia de la cocina fusión ,es decir, que la cocción fue con su propio vapor y a baja temperatura para conseguir que el pez quede intacto y su olor y sabor sea el que resalte y para cumplir con la fusión se incorporó preparaciones tradicionales de Guadalajara como es el pico de gallo (cebolla, tomate, jalapeño, sal y limón), guacamole manteniendo el uso de guarniciones propias de Orellana, el palito y plátano verde.

Figura 15: Receta fusión maito

Receta: Maito cocción al vacío					
					
<h3>Maito cocción al vacío</h3>					
<table border="1"> <thead> <tr> <th>INGREDIENTES</th> <th>INSTRUCCIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> maito 800 g tilapia filete 400 g palmito limpio 20 g de ajo 10 g de sal 4 u hoja de bijao pico de gallo 250 g de cebolla paiteña 250 g de tomate 5 g chile jalapeño 10 ml limón, zumo 10 g de sal 10 g de cilantro picado 10 g de aceite de oliva guacamole 250 g de aguacate 25 g cebolla paiteña 10 g de sal 15 ml de zumo de limón </td> <td> Primero se pasa por el fuego la hoja de bijao En un recipiente se colocan los filetes y se los sazona Se envuelve al filete en la hoja de bijao junto con el palmito en rodajas y el ajo después ponemos en cocción al vacío el filete (para lograr esta técnica se necesita de una funda ziploc) en una olla se pone agua a hervir y dentro de ella se pone al envuelto dentro de la funda ziploc sin aire y bien sellada se deja a baja temperatura por uno 15' Para el pico de gallo, si pican en brunoise pequeños todos los ingredientes y se mezcla con un poco de aceite de oliva y sal Para el guacamole se procede a triturar al aguacate y picar la cebolla para mezclar todo al final se agrega la sal y el zumo de limón Una vez que esté listo el filete de pescado retiramos cuidadosamente la hoja de bijao y procedemos a cortar en cuadrados grandes y los pasamos por la plancha procedemos y finalmente el montaje del plato </td> </tr> </tbody> </table>		INGREDIENTES	INSTRUCCIONES	maito 800 g tilapia filete 400 g palmito limpio 20 g de ajo 10 g de sal 4 u hoja de bijao pico de gallo 250 g de cebolla paiteña 250 g de tomate 5 g chile jalapeño 10 ml limón, zumo 10 g de sal 10 g de cilantro picado 10 g de aceite de oliva guacamole 250 g de aguacate 25 g cebolla paiteña 10 g de sal 15 ml de zumo de limón	Primero se pasa por el fuego la hoja de bijao En un recipiente se colocan los filetes y se los sazona Se envuelve al filete en la hoja de bijao junto con el palmito en rodajas y el ajo después ponemos en cocción al vacío el filete (para lograr esta técnica se necesita de una funda ziploc) en una olla se pone agua a hervir y dentro de ella se pone al envuelto dentro de la funda ziploc sin aire y bien sellada se deja a baja temperatura por uno 15' Para el pico de gallo, si pican en brunoise pequeños todos los ingredientes y se mezcla con un poco de aceite de oliva y sal Para el guacamole se procede a triturar al aguacate y picar la cebolla para mezclar todo al final se agrega la sal y el zumo de limón Una vez que esté listo el filete de pescado retiramos cuidadosamente la hoja de bijao y procedemos a cortar en cuadrados grandes y los pasamos por la plancha procedemos y finalmente el montaje del plato
INGREDIENTES	INSTRUCCIONES				
maito 800 g tilapia filete 400 g palmito limpio 20 g de ajo 10 g de sal 4 u hoja de bijao pico de gallo 250 g de cebolla paiteña 250 g de tomate 5 g chile jalapeño 10 ml limón, zumo 10 g de sal 10 g de cilantro picado 10 g de aceite de oliva guacamole 250 g de aguacate 25 g cebolla paiteña 10 g de sal 15 ml de zumo de limón	Primero se pasa por el fuego la hoja de bijao En un recipiente se colocan los filetes y se los sazona Se envuelve al filete en la hoja de bijao junto con el palmito en rodajas y el ajo después ponemos en cocción al vacío el filete (para lograr esta técnica se necesita de una funda ziploc) en una olla se pone agua a hervir y dentro de ella se pone al envuelto dentro de la funda ziploc sin aire y bien sellada se deja a baja temperatura por uno 15' Para el pico de gallo, si pican en brunoise pequeños todos los ingredientes y se mezcla con un poco de aceite de oliva y sal Para el guacamole se procede a triturar al aguacate y picar la cebolla para mezclar todo al final se agrega la sal y el zumo de limón Una vez que esté listo el filete de pescado retiramos cuidadosamente la hoja de bijao y procedemos a cortar en cuadrados grandes y los pasamos por la plancha procedemos y finalmente el montaje del plato				
TIEMPO DE PREPARACIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN				
RENDIMIENTO					
ETIQUETAS DE LA RECETA					
filete de tilapia, pico de gallo, guacamole					

Elaboración propia.

Torta ahogada de guanta

La torta ahogada es una receta que caracteriza a Guadalajara, la cual es hecha a base de un pan salado relleno de carne, lechuga, cebolla y completamente cubierto por una salsa picante.

Para esta receta se transformó la salsa picosa en esferificaciones (técnica de la cocina fusión) y se tomó al verde para la base de la carne, es decir, que se hizo un molido con el verde (plátano cocinado aplastado) dándole la forma del pan, utilizando la guanta(carne) para el relleno de la torta y acompañando de salsa a base de tomate con la que es bañada la torta, se agregó unos cortes de palmito.

Figura 16: Receta fusión torta ahogada guanta

Receta: Torta ahogada de Guanta		Torta ahogada de Guanta	
		INGREDIENTES	INSTRUCCIONES
TIEMPO DE PREPARACIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN		En una olla con cebolla, ajo cocinamos la carne por unos 40' luego la ponemos en un bowl y reservamos un poco del líquido de la cocción
RENDIMIENTO		500 g de carne de guanta 500 g de verde salsa de jitomate 200 g de tomate 150 ml de agua 100 g de cebolla perla 15 g de ajo 15 g de orégano 10 g de sal	desmechamos la carne y la salteamos con un poco de aceite, sal y ajo. Para la salsa de jitomate cortamos en cuadros todos los ingredientes lastemos un poco y procedemos a licuar y cernir. En una olla se pone a cocinar el verde cubriéndolo totalmente de agua por 30' con sal después se cola y aplasta la el verde hasta lograr una especie de masa homogénea listo para dar la forma a un pan tipo bolillo
ETIQUETAS DE LA RECETA		esferas de salsa picosa	Para la salsa picosa el chile se pasa por el fuego y se licua con los demás ingredientes.
Masa a base de plátano verde, carne de guanta		salsa picosa	Para realizar las esferas se licua la salsa picosa con un poco del líquido que reservamos y se vierte en recipiente hondo y se agrega santana y mezclamos con la ayuda del mixer y en bowl con agua se agrega el alguin de la misma manera mezclamos con el mixer
		esferas	Con una jeringuilla se toma un poco de la mezcla de la salsa y se la vierte poco a poco en el bowl con agua y alguin y allí se formaran las esferas
		salsa picosa	Para ya emplatar cortamos el bolillo por la mitad agregamos la carne con cebolla, tomate y cilantro picados finamente y cubrimos totalmente con la salsa de jitomate y con cuidado agregamos las esferas
		10 g de alguin	
		10 g de santana	
		500 ml de agua	

Elaboración propia.

Taco de mayones

En esta preparación se tomó el nombre y forma del taco, es una preparación de origen mexicano el cual consta de tortilla de maíz rellena de carne y vegetales-, acompañado de salsas como el guacamole, salsa verde, roja.

Mayón es la traducción al castellano de la palabra kichwa “chontacuro” el cual es un gusano que se encuentra en el tallo de la palma se lo puede consumir frito o asados en brochetas.

Para la fusión culinaria se utilizó la yuca para la tortilla, teniendo como ingrediente principal el mayón (reemplazando a la carne) aplicando la técnica de refrito que es utilizada para las carnes del taco y se acompañó de salsa mexicana transformada en espuma (técnica de la cocina fusión), que para nosotros sería una especie de ají, puré de frejol y guacamole con el propósito de mejorar la estética del producto y consumo.

Figura 17: Receta Fusión taco de mayon en espuma de salsa mexicana

Receta: Taco de Mayones		Taco de Mayones	
TIEMPO DE PREPARACIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN	INGREDIENTES	INSTRUCCIONES
		400 g de yuca 16 u de mayones 250 g de frejol rojo 30 g de cebolla piteña 10 g de ajo espuma de salsa mexicana 50 g de tomate verde 15 g de chile serrano 20 g de cebolla piteña 15 g de ajo 15 g de cilantro 10 g de sal 20 g de textura sucro guacamole 250 g de aguacate 25 g de cebolla piteña 10 g de sal 15 ml de zumo de limon	<p>Una vez lavado el mayon, se procede en un sartén sin nada de grasa se doran con una pisca de ajo y sal luego se hace cortes pequeños teniendo cuidado con la grasa del mayon</p> <p>En una olla se pone a cocinar el frejol previamente remojado por unos 40' después en un sartén se hace un refrito con la cebolla el ajo y se agrega el frejol</p> <p>Una vez listo se hace una especie de puré con el frejol esto es ara untar en las tortillas de maíz</p> <p>En una olla se pone a cocinar la yuca cubriéndola totalmente de agua por 30' después se cola y aplasta la yuca hasta lograr una especie de masa homogénea lista para las tortillas</p> <p>Para la espuma de salsa mexicana se hace un tipo refrito con todo los ingredientes y una vez listo se procede a licuar y se deja reposar unos 5' después se agrega una cucharadita de texto a surco para lograr la espuma utilizando un mixer</p> <p>Para el guacamole se procede a triturar al aguacate y picar la cebolla para mezclar todo al final se agrega la sal y el zumo de limón</p> <p>Todo listo se procede a untar del puré de frejol a la tortilla se agrega los mayones y cebolla, tomate y cilantro picados en cuadritos pequeños se dobla por la mitad a la tortilla y se la pasa por la plancha 2' por lado</p> <p>Listo para emplatar</p>
RENDIMIENTO			
ETIQUETAS DE LA RECETA			
mayon, salsa mexicana			

Elaboración propia.

Cazuela de chicha de yuca

Debido a que en Guadalajara la mayor parte de preparaciones se realizan en recipientes de barro se creó esta bebida dentro de una cazuela de allí su nombre. Es una bebida incolora, adornado con frutas y combinado con el zumo de estas, añadido hielo para hacer de la bebida más refrescante.

La chicha de yuca es una bebida refrescante de color blanquecina que al ser combinada con el zumo de las frutas como la naranja y el limón cambió un poco de color, más no de sabor y al estar dentro de una cazuela y estar cubierta de espuma de tequila da la apariencia de ser un granizado llamando la atención del comensal.

Figura 18: Receta fusión cazuela de chicha de yuca

Receta: Cazuela de chicha de yuca		Cazuela de chicha de yuca	
		INGREDIENTES	INSTRUCCIONES
			
TIEMPO DE PREPARACIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN	chicha de yuca 400 g de yuca 250 g de camote blanco 1 l agua c/n azúcar 10 ml zumo de naranja 10 ml zumo de toronja 10 ml zumo de limón c/n hielo	Retirar la corteza y corazón de la yuca y lavar En una olla verter agua cantidad suficiente para cocinar la yuca dejar sobre el fuego unos 30' o más Aplastar la yuca cocinada hasta obtener una especie de masa En una olla colocar a hervir un litro de agua con la yuca y rallar el camote blanco dejar a fuego lento 10' Remover en lapsos de dos minutos para evitar que se asiente la chicha En caso de que falte dulce se agrega un poco de azúcar Una vez listo se retira del fuego y se deja reposar Para obtener una mayor fermentación guardar por 3 días en un lugar sin luz.
RENDIMIENTO		espuma de tequila 100 ml tequila 10 g textura surco	Lavar las frutas, cortar y exprimir para obtener el zumo Mezclar el zumo con la chicha y los hielos en la Cortar rodajas de la naranja Para la espuma verter el tequila en un recipiente hondo y agregar la textura surco y con el mixer mezclar colocar sobre los hielos la espuma de tequila Servir
ETIQUETAS DE LA RECETA			
chicha de yuca, espuma de tequila			

Elaboración propia.

Espuma de guayusa

La guayusa es un árbol pequeño que crece en la selva lejanamente emparentado con la yerba mate. Su sabor es suave y su aroma agradable de color café.

Se aplicó la técnica de la cocina fusión espumas, para lograr una nueva forma de presentación y consumo, es decir, que a la infusión (agua de guayusa) se mezcló con el reactivo (textura surco) produce espuma, la cual le brinda una nueva textura y forma de presentación a la bebida tradicional de la guayusa.

Figura 19: Receta fusión espuma de guayusa

Receta: Espuma de guayusa		Espuma de guayusa	
		INGREDIENTES	INSTRUCCIONES
			
TIEMPO DE PREPARACIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN	espuma de guayusa 10 hojas guayusa 1 l agua 10 ml limón c/n azúcar 10 g textura surco	En una olla dejar hervir un litro de agua Después se agregan las hojas de guayusa se tapa la olla y se deja por 5' a fuego bajo y apagar Una vez que haya hervido se retira del fuego se deja reposar unos minutos Colar el líquido ya en una jarra Agregar azúcar esto es opcional de igual manera el limón en un recipiente hondo verter la bebida y agregar la textura surco y con la ayuda de un mixer mezclamos hasta obtener una consistencia espumosa
RENDIMIENTO			
ETIQUETAS DE LA RECETA			
hoja de guayusa, espuma,			

Elaboración propia.

Gelificación de chicha de chonta

La chicha de chonta es una bebida que tradicionalmente es preparada por la población Shuar y mestiza.

Para la aplicación de la técnica de la cocina fusión, se tomó como base a la receta tradicional de la elaboración de la chicha de chonta, en busca de una nueva forma para ofertar a la chicha, se aplicó la técnica de gelificación, es decir modificar la textura de la chicha, implementando un montaje minimalista y como acompañante una porción de madura frito con una cama (base) de espuma de guayusa.

Figura 20: Receta fusión gelificación de chicha de chonta

Receta: Gelificación de chicha de chonta		Gelificación de chicha de chonta	
			
TIEMPO DE PREPARACIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN	INGREDIENTES	INSTRUCCIONES
			Retirar la corteza y semilla de la chonta En una olla verter agua cantidad suficiente para cocinar la chonta dejar sobre el fuego unos 30' o más Aplastar la chonta cocinada hasta obtener una especie de masa En una olla colocar a hervir un litro de agua con la chonta y rallar el camote blanco dejar a fuego lento 10' Remover en lapsos de dos minutos para evitar que se asiente la chicha En caso de que falte dulce se agrega un poco de azúcar Una vez listo se retira del fuego y se deja reposar Para obtener una mayor fermentación guardar por 3 días en un lugar sin luz. Disolver la gelatina sin sabor a baño maría Mezclar con la chicha de chonta Verter en un molde para llevar al refrigerador dejar alrededor de 50' Retirar del refrigerador para servir En una olla dejar hervir un litro de agua Después se agregan las hojas de guayusa se tapa la olla y se deja por 5' a fuego bajo y apagar Una vez que haya hervido se retira del fuego se deja reposar unos minutos Colar el líquido ya en una jarra Agregar azúcar esto es opcional de igual manera el limón en un recipiente hondo verter la bebida y agregar la textura surco y con la ayuda de un mixer mezclamos hasta obtener una consistencia espumosa.
RENDIMIENTO		chicha de chonta 800 g chonta 250 g camote blanco c/n azúcar 2 l agua 30 g gelatina sin sabor	
ETIQUETAS DE LA RECETA		espuma de guayusa 10 hojas guayusa 1 l agua 10 ml limón c/n azúcar 10 g textura surco	
gelificación, chonta			

Elaboración propia.

Ceviche de palmito

El ceviche de palmito un producto propio de Orellana, el palmito es de color blanco proveniente del tallo de la planta del mismo nombre.

Al elaborar la fusión de técnica y preparación, se aplicó la deconstrucción del ceviche, conservando sabor y uso de productos autóctonos. Modificando la forma de emplatado de la presentación buscando hacerla más llamativa.

Aplicando una variación en el jugo con el que es cubierto, tiene dos opciones picante y no picante. Acompañado de chifles, cotes de tortilla de maíz frita, guacamole y pico de gallo.

Figura 21: Receta fusión ceviche de palmito

Receta: Ceviche de palmito deconstrucción	
	
Ceviche de palmito deconstrucción	
INGREDIENTES	INSTRUCCIONES
<p>700 g de palmito 10 g de cebolla paiteña 25 g de tomate 10 g de sal 30 ml de zumo de limón</p> <p>pico de gallo 250 g de cebolla paiteña 250 g de tomate 5 g chile jalapeño 10 ml limón, zumo 10 g de sal 10 g de cilantro picado 10 g de aceite de oliva</p> <p>guacamole 250 g de aguacate 25 g cebolla paiteña 10 g de sal 15 ml de zumo de limón</p>	<p>Una vez que esté limpio el palmito se comienza a cortar en brunoise pequeño para después blanquearlos en baño maría, después se pasa por un colador y se deja enfriar y conservamos un poco del líquido de cocción</p> <p>Para el pico de gallo, si pican en brunoise pequeños todos los ingredientes y se mezcla con un poco de aceite de oliva y sal</p> <p>Para el guacamole se procede a triturar al aguacate y picar la cebolla para mezclar todo al final se agrega la sal y el zumo de limón</p> <p>Para el jugo del ceviche al tomate lo hacemos concase y procedemos a picar la cebolla y cuando este el tomate licuamos con el líquido reservado de la cocción del palmito agregando sal y zumo de limón</p> <p>El verde se procede a hacer cortes redondos para freír</p> <p>Una vez que este frío el palito en un recipiente se mezcla junto con el pico de gallo</p> <p>Y listo para emplatado</p>
<p>TIEMPO DE PREPARACIÓN</p>	<p>TIEMPO DE COCCIÓN</p>
<p>RENDIMIENTO</p>	
ETIQUETAS DE LA RECETA	
<p>palmito, pico de gallo</p>	

Elaboración propia.

Pozole de armadillo

El pozole es una receta (sopa) de Guadalajara a base de maíz amarillo.

El pozole conserva el sabor de la carne con la que se realice, ya que el caldo es el resultado de la cocción de la carne.

Por ello se fusiono (se reemplazó su carne) por la carne de armadillo para preservar su sabor (carne de armadillo) la sopa puede ser roja, verde o amarilla dependiendo del picante que se utilice dando como resultado una presentación alegre, colorida.

Como guarnición plátano y palmito en bastones utilizando la técnica de baño maría.

Figura 22: Receta fusión pozole de armadillo

Receta: Pozole de armadillo		Pozole de armadillo	
		INGREDIENTES	INSTRUCCIONES
TIEMPO DE PREPARACIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN	600 g de carne de armadillo 240 g de mote 50 g de chile 80 g de palmito 80 g de verde 40 g de cilantro 20 g de ajo 30 g de cebolla 1 l de agua	En una olla se pone a cocinar la carne del armadillo con cebolla picada y cilantro por unos 40' cuando este listo se pone en un recipiente reservando un poco del líquido de cocción Picar en brunoise medianos la carne del armadillo Aparte en otra olla poner a cocinar el maíz previamente remojado Quemar al chile y después de limpiarlo licuar con un poco del líquido de la carne Se pone a cocinar el verde en bastones medianos y picar en bastones el palmito sin cocinar Al final mezclar la carne junto al maíz agregando un poco del líquido en el que se cocino Mas el chile licuado para que tome color, se rectifica sabores y se retira del fuego para servir
RENDIMIENTO			
ETIQUETAS DE LA RECETA			
carne de armadillo, chile			

Elaboración propia

Caldo de Carachama

La carachama es un pez de apariencia rocosa se encuentra en ríos de la amazonia, la forma en la que se degusta este tipo de pez es retirando su superficie rocosa y en caldo.

Para la deconstrucción caldo de carachama primero se elaboró el caldo de carachama de forma tradicional, modificando la forma de emplatar de la preparación, también se incorporó una espuma de limón ya que este tipo de caldo los comensales usan limón y para estar acorde a la fusión astronómica se incorporó guarniciones como el pico de gallo aportando a la fusión una imagen vistosa, agradable al paladar.

Figura 23: Receta fusión caldo de carachama

Receta: Caldo de carachama deconstrucción	
Caldo de carachama deconstrucción	
	
INGREDIENTES	INSTRUCCIONES
<p>500 g de carachama 50 g de cebolla 1 buquet de hiervas 20 g de pimienta 200 g de verde</p> <p>pico de gallo 250 g de cebolla paiteña 250 g de tomate 5 g chile jalapeño 10 ml limón, zumo 10 g de sal 10 g de cilantro picado 10 g de aceite de oliva</p> <p>espuma de limón 100 ml de zumo de limón 30 g de textura surco</p>	<p>Limpiar y lavar la carachama En una olla poner agua agregar la carachama, cebolla, hierbita y ajo tapan la olla dejar a fuego medio por 35' Hacer un refrito con la cebolla, ajo y sal Retirar del fuego la olla y colar Licuar el refrito (verde y maní opcional) con un poco del caldo En la olla se agrega el restante del líquido, lo licuado anteriormente y la carachama dejar a fuego bajo por 15' Rectificar sabores Retirar del fuego Picar en brunoise la cebolla, tomate, chile para el pico de gallo mezclar con un poco de aceite de oliva y sal Para la espuma de limón en un recipiente hondo mezclar con el mixer el zumo de limón y la textura sucro Una vez listo el pescado limpiar y cortar la cabeza Servir</p>
TIEMPO DE PREPARACIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN
RENDIMIENTO	
ETIQUETAS DE LA RECETA	
deconstrucción, palmito, carachama	

Elaboración propia

Jericalla cubierta de chapil

El chapil o unguragua es una planta parecida a una palmera produce un fruto que lleva su mismo nombre, es de color morado oscuro en su exterior y su interior es blanquecino. se elaboró la Jericalla, es decir una textura muy parecida al flan cubriéndola de caramelo de chapil se mantuvo la preparación tradicional de ambas recetas variando con la técnica de caramelo o la textura del almíbar para el dulce de chapil.

Figura 24 : Jericalla cubierto de caramelo de chapil

Receta: Jericalla cubierto de chapil	
Jericalla cubierto de chapil	
	
TIEMPO DE PREPARACIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN
RENDIMIENTO	ETIQUETAS DE LA RECETA
<p>Jericalla</p> <p>1l leche 250g huevos c/n canela 100g azúcar 2ml esencia de vainilla</p> <p>caramelo de chapil</p> <p>500g chapil c/n canela 1l agua 2u clavo de olor 200g panela 1l leche</p>	
<p>INGREDIENTES</p>	
<p>INSTRUCCIONES</p> <p>En una olla mezclar el azúcar, vainilla y canela poner a fuego medio por 4'</p> <p>Retirar del fuego y dejar enfriar</p> <p>Batir el huevo agregar 4 cucharadas de la leche tibia y seguir batiendo</p> <p>Colar y mezclar con la preparación de la leche</p> <p>Colocar en un molde y dentro de un molde grande para hornear puesto agua por la mitad para hacer a baño maría</p> <p>Hornear por 20' hasta q la superficie se haya dorado</p> <p>Lavar al chapil y poner en una olla</p> <p>Retirar antes de que llegue al punto de ebullición</p> <p>aplantar las pepas en el agua para obtener la pulpa colar y verter en una olla a hervir con las especias aromáticas hasta que reduzca a la mitad</p> <p>Agregar la leche,</p> <p>Dejar a fuego lento hasta obtener una contextura de almíbar</p>	
<p>chupil, almíbar</p>	

Elaboración propia

CAPITULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

La gastronomía de Orellana oferta productos propios como: palmito, yuca, plátano verde, mayones, tilapia, carachama, camote, papa china, zapote, uva de monte, cauje, chapil, pechiche, chonta, además se puede encontrar productos adoptados de otras regiones del país tales como: chochos, mellocos, papas, berro, lechuga, camarón, cangrejo, zanahorias, remolacha, rábano, cebolla, tomate de res, pimientos, alverja, frejol tierno, vainita, choclo, haba, uva, frutillas, mora, manzana, durazno, pera, reina claudia, mango, sandia, taxo, tomate de árbol, maracuyá, babaco, naranjilla, piña, etc. Estos alimentos ya son parte de la alimentación diaria de los amazónicos. En cuanto a la explotación de sus productos para beneficio propio de la provincia tenemos al verde y a la yuca como mayores exportaciones internas, después de haber realizado un análisis se pudo evidenciar 10 recetas tradicionales de la Provincia de Orellana, cabe mencionar que la población ha adoptado preparaciones tales como seco de pollo, arroz con camarón, ceviche, encocado entre otras como propias. Sus recetas tradicionales han sido preparadas gracias a los conocimientos heredados de sus antepasados mismas que se han convertido en herencia cultural con el pasar del tiempo, lastimosamente en los restaurantes no se oferta ninguna preparación tradicional más que sus bebidas como la chicha de yuca y la guayusa, resaltando que en los puestos de comida que pertenecen a las personas nativas se puede encontrar el Maito y pincho de mayones.

La propuesta de técnicas de fusión con la gastronomía de Guadalajara para realzar la gastronomía tradicional de Orellana, es decir, aplicar técnicas de la cocina fusión a la propuesta de la mezcla gastronómica, misma que se obtuvo mediante el aporte de técnicas e ingredientes de ambas cocinas además se aplicó la deconstrucción de recetas, se incorporó la gelificación, esferificación y espumas pertenecientes a las técnicas de la cocina fusión y se utilizó técnicas de montaje, es decir, formas de diseñar la presentación para cada receta como minimalista, sintética, lineal, tradicional, todo esto con el propósito de enriquecer la cocina de Orellana, así de esta manera evitar que siga en el olvido de la población ecuatoriana con esta propuesta se buscó un cambio en el punto de vista de las personas hacia las preparaciones empíricas, lo cual se logró

en este trabajo de investigación al aplicar técnicas de la cocina fusión y la combinación gastronómica de Guadalajara con la gastronomía tradicional de Orellana, manteniendo los sabores de la cocina tradicional con el fin de ser reconocida a nivel nacional y por ende el arte culinario sea una atracción turística.

El recetario es el resultado de la fusión culinaria Orellana-Guadalajara el cual ha sido diseñado de la siguiente manera: portada, índice, introducción general y de cada receta, proceso de elaboración, cantidad específica de cada alimento, materiales e insumos, cantidad de pax (cuantas personas), tiempo de cocción e imagen del plato, todo detallado y distribuido de la mejor manera para una buena comprensión de los profesionales en gastronomía y estudiantes.

Además del propósito de investigación de revalorizar a la gastronomía de Orellana mediante la innovación a través de la aplicación de la cocina fusión, es que un futuro el producto de lo investigado sirva como base o ejemplo para buscar un emprendimiento gastronómico y de esta manera continuar con la conservación de la gastronomía tradicional para quien disfrute de la cocina y la investigación.

5.2. Recomendaciones

Es de importancia mencionar que la gastronomía es un aspecto que identifica a un pueblo, es la herencia que se va dejando y es por ello que se recomienda buscar vías alternas para brindarle una revalorización sin perder su sabor tradicional.

Desarrollar proyectos que impulsen la cría de animales silvestres como guanta, armadillo y mayon: implantar un criadero de dichos animales en las comunidades como alternativas de auto sustentabilidad y desarrollo económico de la población, esto se lograría con el apoyo de la municipalidad y los representantes de las comunidades.

Es aconsejable dar a conocer el cómo, porque, para que, de una propuesta para determinar el grado de aceptación y viabilidad del tema a investigar, esto dará como resultado una investigación limpia y coherente. Manteniendo el respeto al tema de investigación como a las personas involucradas.

El recetario debe contener información específica y clara en cuanto a cantidades, preparación, técnicas de cocción mismas que darán como resultado la aplicación sin dificultad al momento de elaborar una receta tanto para la persona profesional como para quien está empezando en este arte de cocinar.

GLOSARIO DE TÉRMINOS

Vincular.- Atar o unir con vínculos una cosa con otra. (Oceano, 2010, pág. 1688)

Cubierto.- se llama así a cada plaza destinada a un solo comensal; también se suele decir al precio de una comida en algunas fondas. Además se llama plato de cubierto o bajo plato como al plato especialmente grande en su mayoría de metal dorado, que sirve para montar mesas de gran elegancia en banquetes especiales. (Jordá, 2007, pág. 372)

Chontaduro.- Este alimento se encuentra en la zona oriental, donde se le utiliza para diferentes preparaciones como: la chicha, ceviche, y jugos, es un fruto nutritivo, tiene alto aporte proteico, aceites, vitaminas minerales. (Hora L. , 2015)

Contextualizar.- Situar en un determinado contexto. (Sousa, 2001, pág. 191)

Cognición.- Del conocimiento o relación con él. (Sousa, 2001, pág. 174)

Esterificación.- Reacción química entre un alcohol y un ácido, mediante la cual se obtiene un éster y agua. (Oceano, 2010, pág. 641)

Gramíneas.- Aplíquese a plantas monocotiledóneas que tienen tallos cilíndricos, flores dispuestas en espigas y grano cubierto por las escamas de la flor. (Oceano, 2010, pág. 761)

Inocua.- Que no hace daño. (Lengua, 2015)

Interdisciplinaria.- Que establece relaciones entre varias disciplinas o ciencias. (Oceano, 2010, pág. 873)

Liviandad.- Cualidad de liviano. (Lengua, 2015)

Liofilización.- Procedimiento de eliminación del agua de ciertos materiales orgánicos, mediante la congelación deshidratación por sublimación al vacío. Se emplea para conservar vacunas sueros plasmas, también alimentos. (Oceano, 2010, pág. 966)

Organoléptico.- Son las propiedades de los cuerpos que se pueden percibir por los sentidos. (Oceano, 2010, pág. 1168)

Vanguardia.- Representa un empuje de los límites de lo que se acepta como la norma o statu quo, sobre todo en el ámbito cultural. La noción de la existencia del vanguardismo es considerado por algunos como una característica del modernismo, a diferencia de la posmodernidad. (Wikiipedia, 2016)

Chontacuro.- es el nombre kichwa del gusano de la palma (Entrevistas)

Mayón.- es el traducido al castellano de la palabra kichwa chontacuro(Entrevistas)

Fusión.- En términos literales, la cocina fusión es un concepto usado para definir la mezcla de condimentos o ingredientes representativos de varias zonas de un mismo país, o de diferentes países o culturas entre sí, así como diversos modos de preparar y presentar los alimentos (Guzman, 2017)

BIBLIOGRAFÍA

- Jorda, J. M. (2011). *Diccionario Práctico de Gastronomía y Salud*. Madrid: Ediciones. Díaz de Santos, S.A.
- Blanco, C; Fandos C. (2011). *Turismo Gastronómico. Estrategias de Marketing y Experiencias de éxito*. Zaragoza.
- Quezada, N. (2010). *Metodología y Diseño Muestral*.
- Barrera, H; Muños, R. (2011), *Manual de turismo rural para micro, pequeños*.
- Barrera, J. P. (2010). *Cocinas regionales andinas*. Quito Ecuador: Corporación Editora Nacional.
- Evans, James; Lindsay, William. (2011), *Administración y Control de la Calidad*. 7ma ED.
- Ramirez, Teran, M. (2011), *Metodología de la Investigación Científica*. 4ta ED. Quito, Ecuador.
- Leiva, Zea, F. (2012), *Nociones de Metodología de Investigación Científica*, 5ta ED.
- Brillat, Savarin. (2010). *Fisiología del Gusto*. Editorial, Maxtor.
- Almudena, V. B. (2014). *Cocina Creativa o de Autor*, Nuevas Tendencias Gastronómica. España.
- Martínez, I. (2011). *La implementación de un Sistema de Gestión de Calidad en base a la norma ISO 9001:2000 en una organización a través de la consultoría y capacitación*.
- Torres, A. M. (2012). *Planificación del Turismo Gastronómico Sostenible*. México: CEGAHO.
- Flores, P. (2010), *Ecoturismo Cultural. Sin perder el sentido a lo tradicional*. Primera Edición. Perú.
- Aduriz, A. L., & Rabo, Á. (2008). *Los bajos de la alta cocina*. Imagen Mab, S.L. Retrieved from <https://books.google.com.ec/books?id=KGTTcQAACAAJ>
- Ballina, F. J. de la B. (2017). *Marketing turístico aplicado*. Madrid.
- Barrera Pazos Julio. (2010). *Cocinas Regionales Andinas*. Quito: Corporacional Editorial Nacional.
- Becerril, A. V. (2014). *Cocina creativa o de autor: Nuevas tendencias gastronómicas*. Ideaspropias Editorial. Retrieved from <https://books.google.com.ec/books?id=9c7BCAAAQBAJ>
- Castaño, V. P. (2013). *Cocina creativa o de autor*. Ediciones Paraninfo. S.A. Retrieved

- from <https://books.google.com.ec/books?id=IKBQAqAAQBAJ>
- Cecilia, G. (2012). *Historia, de la Gastronomía Red Tercer Milenio*.
- CONSTITUCION DEL ECUADOR. (2008). Constitución del Ecuador - 2008. *Registro Oficial*, 449(Principios de la participación Art.), 67. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Gobierno Autónomo Provincial de Orellana. (2015). Gobierno Autónomo Provincial de Orellana. Retrieved from <https://www.gporellana.gob.ec/historia/>
- Hernando, A. (2016). *Cocina creativa. CCT Murcia*, 1–38.
- Jason Halberstadt. (2013). Ecuador Explore. Retrieved from <http://www.ecuadorexplorer.com/es/html/comidas.html>
- Mestayer de Echagüe, M. (2014). *HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA. SMONARDE* (Vol. 53). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Ministerio de Turismo. (2012). La gastronomía Ecuatoriana al alcance de todos. Retrieved from <http://www.turismo.gob.ec/la-gastronomia-ecuatoriana-al-alcance-de-todos/>
- Negri, N. (n.d.). *Un toque etnico la cocina fusion*. Everest.
- solaris. (2011). *Jalisco Mexico en tu bolsillo*, pag.56.
- Tamayo, M. (2004). *El proceso de la investigacion cientifica*. Mexico.
- Torres Antonio Mortecino. (2012). *Planificacion del Turismo Gastronomico Sostenible*. Mexico D.F: CEGAHO,S.C.
- Zhagüil Jenny. (2011). Comidas típicas del Oriente Ecuatoriano. Retrieved from <http://amvisitaecuador.blogspot.com/2011/11/comidas-tipicas-del-oriente-ecuatoriano.html>
- Ecuatoriana, r. (02 de 2014). *Receta Ecuatoriana*. Recuperado el 14 de 6 de 2016, de <http://recetaecuatoriana.com/2014/02/carne-colorada/>
- Everest. (2003). *Toda la gastronomía de la A a la Z*. España: Evergraficas,S.A.
- Hora. (17 de 10 de 2015). *la hora*. Recuperado el 17 de 06 de 2016, de <http://lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101874814#.V2P9hfnhDIU>
- Jordá, M. J. (2007). *Diccionario practico de gastronomia y salud*. España: Edigrafos.
- Lengua, R. A. (2015). *Diccionario*. Recuperado el 17 de 06 de 2016, de <http://dle.rae.es/?id=LhhnHI9>

Milenio. (4 de marzo de 2018). *milenio.com*. Obtenido de milenio.com:
http://www.milenio.com/jalisco/Sabores-Jalisco-cocina-tradicional_0_149985022.html

Oceano, E. (2010). *oceano*. España: oceano.

Sousa, J. M. (2001). *Diccionario de usos y dudas del español actual*. España: SPES EDITORIAL.S.A.

Alicia, J. D. (1988). *El gran libro de la cocina mexicana*. Mexico: Larousse.

Jalisco, M. a. (Abril de 2009). Monitor agroeconomico del Estado de jalisco . Gualajara, Guadalajara, Mexico.

Moma, B. (20 de Abril de 2017). *Conoce mi Ecuador - Galapagos*. Obtenido de Conoce mi Ecuador - Galapagos:
<https://conocemiecuador.wordpress.com/2017/04/20/conocecuador-galapagos/>

Turismo, M. d. (2017). *Proyecto del Prorama Nacional para la Excelencia Turistica*. Quito.

Wikiipedia. (10 de 06 de 2016). *wikipedia*. Recuperado el 17 de 06 de 2016, de <https://es.wikipedia.org/wiki/Vanguardismo>

ANEXOS

ANEXO 1: Entrevista



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y
ECONÓMICAS
CARRERA DE GASTRONOMIA

Entrevista

Tema: revalorización e innovación de los platos tradicionales de la provincia de Orellana mediante la cocina fusión

Objetivo: Determinar que alimentos, utensilios, técnicas de preparación y recetas pertenecen a Orellana.

DATOS PERSONALES		
EDAD:	FECHA:	SEXO:
DIRECCION:		

Cuestionario

¿Qué tipo de preparación tradicional usted conoce?

¿Cuáles son los ingredientes para la preparación?

¿Cuál es la forma de cocción de la preparación?

¿Qué utensilios utiliza a la hora de prepararlo?

¿Cómo prepara este platillo?

¿Conoce una reseña histórica-cultural acerca del plato?

¿Este plato se prepara en alguna festividad especial?

¿Enliste los alimentos propios de Orellana?

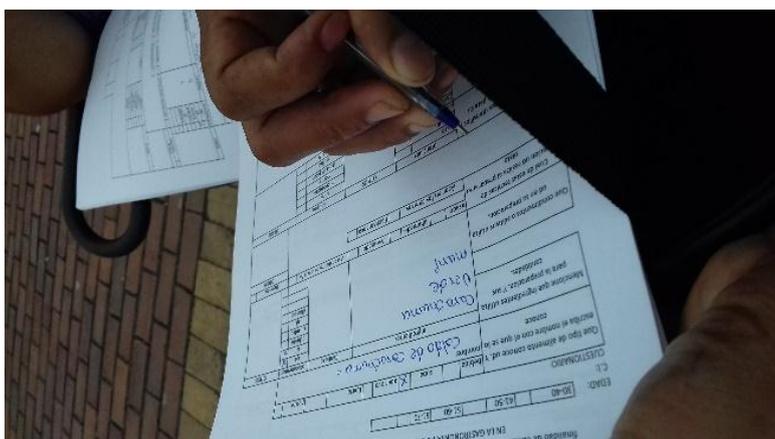
¿Está de acuerdo en que a esta receta sea fusionada con la gastronomía de la ciudad de Guadalajara (México) ¿Por qué?

¿Compraría un libro en él se encuentren las recetas tradicionales aplicadas técnicas de vanguardia?

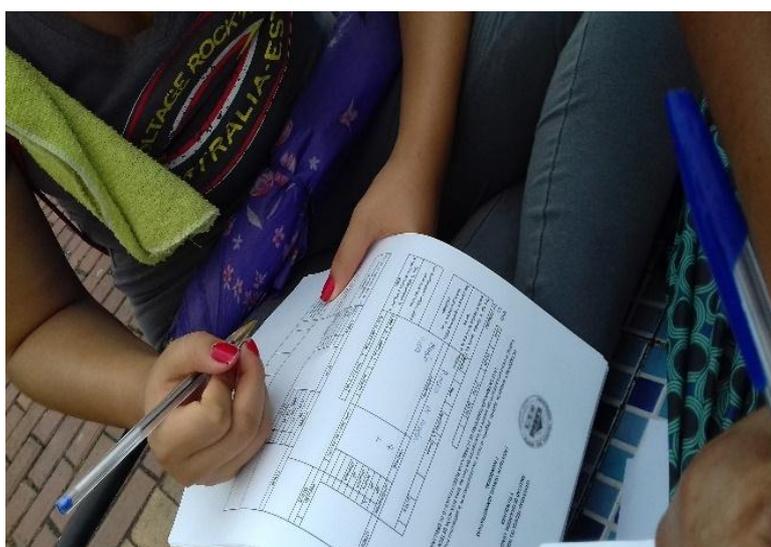
ANEXO 2: FICHA GASTRONOMICA

FICHA N°	CLASE	NOMBRE		CATEGORIA	N° PAX
ARGUMENTACIÓN TECNICA				IMAGEN	
Identificar la materia prima Identificar proceso de elaboración Método de cocción Uso de temperatura, Tiempo de cocción,					
MONTAJE					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES	PROCESO DE PREPARACIÓN	
TECNICAS DE PREPARACION		RESEÑA			

ANEXO 4: FOTOGRAFÍAS ENTREVISTAS







ANEXO 5: URKUND

Urkund Analysis Result

Analysed Document: tesis norma apa2.1.pdf (D35644932)
Submitted: 2/15/2018 3:25:00 PM
Submitted By: goecheverria@utn.edu.ec
Significance: 1 %

Sources included in the report:

http://www.milenio.com/jalisco/Sabores-Jalisco-cocina-tradicional_0_149985022.html

Instances where selected sources appear:

3

ANEXO 6: RECETARIO DIGITAL – LINK

<https://www.flipsnack.com/ge3raldine/orellana-arte-culinario.html>