



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE



FACULTAD DE POSGRADO

MAESTRIA EN GASTRONOMÍA

**“ACERCAMIENTO A LA COCINA TRADICIONAL QUITENA,
RELACIÓN DEL CHAMPÚS Y LOS BUÑUELOS CON LOS RITUALES
RELIGIOSOS”**

Trabajo de Investigación previo a la obtención del Título de Magister en

Gastronomía

DIRECTOR:

MSc. Mónica Patricia Buenaño Allauca

AUTOR:

Carlos Enrique Ortiz Guerrero

IBARRA – ECUADOR

2022

APROBACIÓN DEL TUTOR

En calidad de tutor(a), del trabajo de grado, presentado por Carlos Enrique Ortiz Guerrero para optar por el título de Magister en Gastronomía, doy fe que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

En la ciudad de Ibarra a 3 de mayo del 2022



Mónica Patricia Buenaño Allauca
CC. 0603964073
TUTOR(a)

DEDICATORIA

A Dios,

Quien me ha guiado y me ha fortalecido con perseverancia para culminar este trabajo.

A mi esposa Cecy y mi hija Abril,

Por brindarme el apoyo y comprensión y ser la razón de mi existencia.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por darme una familia, que cree y tiene fe en mí, son mi soporte y motor para salir adelante.

A mis profesores, amigos y compañeros que siempre han estado pendientes del proceso para culminar este trabajo, gracias mil.

Carlos.



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	0602934788		
APELLIDOS Y NOMBRES	Ortiz Guerrero Carlos Enrique		
DIRECCIÓN	Julio César Villacrés 10 58 y pasaje N68B		
EMAIL	ceortiz@utn.edu.ec		
TELÉFONO FIJO	02 450 7441	TELÉFONO MÓVIL:	0995802947

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	ACERCAMIENTO A LA COCINA TRADICIONAL QUITEÑA, RELACIÓN DEL CHAMPÚS Y LOS BUÑUELOS CON LOS RITUALES RELIGIOSOS
AUTOR (ES):	Ortiz Guerrero Carlos Enrique
FECHA: DD/MM/AAAA	3 de mayo del 2022
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA DE POSGRADO	Maestría en Gastronomía
TÍTULO POR EL QUE OPTA	Magister en Gastronomía
TUTOR	MSc. Mónica Patricia Buenaño Allauca

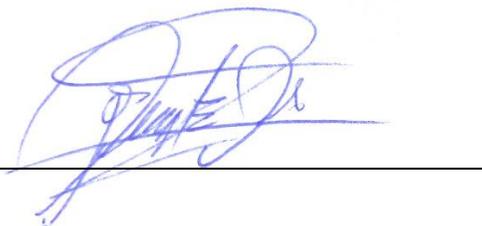
2. CONSTANCIA:

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 28 días del mes de julio del año 2022

EL AUTOR:

Firma _____

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Carlos Enrique Ortiz Guerrero', written over a horizontal line.

Nombre: Carlos Enrique Ortiz Guerrero

INDICE

CAPÍTULO I	16
EL PROBLEMA	16
1.1. Problema de investigación	16
1.2. Antecedentes	18
1.3. Objetivos	21
1.4. Justificación	21
CAPÍTULO 2	24
MARCO TEÓRICO	24
2.1. Acercamiento a la cocina tradicional quiteña	24
2.1.1 Influencia de los conventos y monasterios católicos de la colonia en la cocina tradicional quiteña	28
2.1.2 La Navidad y las octavas.....	29
2.2. La alimentación, la cocina y la gastronomía	30
2.1.3 Cocina tradicional	34
2.1.4 La cocina ritual y su representación cultural.....	35
CAPÍTULO 3	38
METODOLOGÍA	38
3.1. Descripción del área de estudio/Grupo de estudio	38
3.2. Enfoque y tipo de investigación	38
3.3. Consideraciones éticas de la investigación.	39
3.3.1 Procedimiento.....	39
3.4. Técnicas para recolectar datos	40
3.5. Diseño del instrumento	41
3.6. El instrumento y proceso para restauración de platos	42
3.7. Tablas de comparación de recetas para análisis	43
3.8. Participantes	43
CAPÍTULO 4	44
RESULTADOS	44
4.1. Resultados de la investigación documental	44
4.1.1 El champús y los buñuelos: productos, origen, influencias culinarias (española, árabe, indígena)	44
4.1.2 Comparación de recetas de fuentes documentales	50

4.2. Resultados de la investigación de campo	53
4.2.1 Datos sociodemográficos del estudio de campo.....	53
4.2.2 Formación culinaria en comidas típicas tradicionales de la ciudad de Quito.....	54
4.2.3 Años de experiencia en la preparación de platos típicos.....	55
4.2.4 Temporada de preparación y venta de los Buñuelos y Champús.....	57
4.2.5 Cambios en las técnicas y utensilios de preparación.....	58
4.2.6 Comparación de resultados de entrevistas sobre vínculo religioso y alimentos.....	60
4.2.7 Ingredientes, Utensilios, Procesos y Equipos para Preparar Buñuelos.....	61
4.2.8 Ingredientes, utensilios, procesos y equipos para preparar champús.....	62
4.2.9 Información complementaria.....	63
4.3. Restauración de las recetas del champús y los buñuelos	64
4.3.1 Receta antigua de champús (mercado central).....	64
4.3.2 Receta actual de champús (mercado central).....	71
4.3.3 Receta antigua de buñuelos de harina de maíz.....	76
4.3.4 Receta antigua de buñuelos de harina de trigo.....	80
4.3.5 Receta actual de buñuelos de harina de trigo.....	85
4.3.6 Análisis de las preparaciones restauradas.....	89
4.4. Análisis Comparativo de las Recetas Antigua y Actual de los Buñuelos	91
CAPÍTULO 5	92
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	92
5.1. Discusión	92
5.2. Conclusiones	93
Bibliografía	96

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Comparación Documental del Champús y los Buñuelos	99
Tabla 2 Comparación de Recetas de Fuentes Documentales	50
Tabla 3 Comparación de Resultados de Entrevistas	58
Tabla 4 Comparación de Resultados de Entrevistas sobre Vínculo Religioso y Alimentos	60
Tabla 5 Ingredientes, Utensilios, Procesos y Equipos para Preparar Buñuelos	61
Tabla 6 Ingredientes, Utensilios, Procesos y Equipos para Preparar Champús	62
Tabla 7 Receta Antigua de Champús (mercado central).....	64
Tabla 8 Receta Actual de Champús (mercado central)	71
Tabla 9 Receta Antigua de Buñuelos de Harina de Maíz.....	76
Tabla 10 Receta Antigua de Buñuelos de Harina de Maíz.....	80
Tabla 11 Receta Actual de Buñuelos de Harina de Trigo	85
Tabla 12 Análisis Comparativo de las Recetas Antigua y Actual del Champús	90
Tabla 13 Análisis Comparativo de las Recetas Antigua y Actual de los Buñuelos	91

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Períodos de culturas precolombinas.....	26
Figura 2. Género de los emprendedores consultados	53
Figura 3. Nivel educativo de los emprendedores	54
Figura 4. Formación culinaria de los emprendedores	55
Figura 5. Años de experticia preparando platos típicos	56

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Ingredientes utilizados	65
Ilustración 2. Materiales utilizados	65
Ilustración 3. Encendido de la leña	66
Ilustración 4. Encendido de la leña	66
Ilustración 5. Tostado del maíz	66
Ilustración 6. Molido del maíz	67
Ilustración 7. Tamizar la harina de maíz	67
Ilustración 8. Cocer la harina con el agua caliente.....	67
Ilustración 9. Reposar y fermentar durante tres días	68
Ilustración 10. Revisión de fermento logrado.	68
Ilustración 11. Infusión de hojas y especias.	68
Ilustración 12. Agregar la infusión al fermento	69
Ilustración 13. Agregar la panela troceada.....	69
Ilustración 14. Agregar la cáscara de piña	70
Ilustración 15. Agregar el mote pelado.	70
Ilustración 16. Añadir la naranjilla desmenuzada.	70
Ilustración 17. Montaje del champús.	71
Ilustración 18. Ingredientes utilizados	72
Ilustración 19. Materiales utilizados	72
Ilustración 20. Agregar la harina y el agua caliente	73
Ilustración 21. Cocinar hasta espesar	73
Ilustración 22. Infusionar las hojas de naranja y especias.....	73
Ilustración 23. Agregar la infusión a la preparación.	74
Ilustración 24. Agregar la infusión a la preparación.	74
Ilustración 25. Licuar la naranjilla y agregar.	74
Ilustración 26. Agregar el mote pelado.	75
Ilustración 27. Montaje del plato.....	75
Ilustración 28. Ingredientes utilizados	76
Ilustración 29. Materiales utilizados	77
Ilustración 30. Mezcla de harina de maíz con secos y huevos	77
Ilustración 31. Incorporar los huevos, la manteca y mantequilla.	77
Ilustración 32. Incorporar la leche y agua de rosas.	78

Ilustración 33. Amasar hasta obtener textura adecuada.	78
Ilustración 34. Freír en suficiente manteca caliente.	79
Ilustración 35. Preparar la miel de panela.	79
Ilustración 36. Preparar la miel de panela.	79
Ilustración 37. Montaje de los buñuelos de maíz.	80
Ilustración 38. Ingredientes utilizados.	81
Ilustración 39. Materiales utilizados.	81
Ilustración 40. Mezcla de harina de trigo con secos y huevos.	82
Ilustración 41. Incorporar los huevos, manteca y mantequilla.	82
Ilustración 42. Incorporar la leche y agua de rosas.	82
Ilustración 43. Amasar hasta obtener textura adecuada.	83
Ilustración 44. Freír en suficiente manteca caliente.	83
Ilustración 45. Preparar la miel de panela.	83
Ilustración 46. Preparar la miel de panela.	84
Ilustración 47. Montaje de los buñuelos de trigo.	84
Ilustración 48. Ingredientes utilizados.	85
Ilustración 49. Materiales utilizados.	86
Ilustración 50. Mezcla de harina con los secos y los huevos.	86
Ilustración 51. Incorporar la leche y mezclar.	86
Ilustración 52. Incorporar la mantequilla derretida.	87
Ilustración 53. Batir hasta obtener la consistencia correcta.	87
Ilustración 54. Colocar al fuego la sartén para fritura.	87
Ilustración 55. Freír en aceite a temperatura media.	88
Ilustración 56. Colocar los ingredientes para hacer la miel de panela.	88
Ilustración 57. Hervir y reducir la miel hasta obtener la consistencia adecuada.	88
Ilustración 58. Montaje del plato de buñuelos de trigo.	89
Ilustración 59. Plato terminado de buñuelos con miel de panela.	89

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Comparación Documental del Champús y los Buñuelos.....	99
Anexo 2 Identificación de Informantes Clave.....	100
Anexo 3 Ficha de entrevista	101
Anexo 4 Ingredientes para buñuelo común.....	104
Anexo 5 Visita Heladería San Agustín	105
Anexo 6 Entrevista al dueño de la Heladería San Agustín.....	105
Anexo 7 Visita a emprendedor Tío Bola.....	105
Anexo 8 Visita a emprendedora.....	106

ACERCAMIENTO A LA COCINA TRADICIONAL QUITEÑA, RELACIÓN DEL CHAMPÚS Y LOS BUÑUELOS CON LOS RITUALES RELIGIOSOS

Autor: Carlos Enrique Ortiz Guerrero

Tutor: MSc. Mónica Patricia Buenaño

Año: 2022

RESUMEN

En la actualidad, lo que se encuentra escrito o documentado sobre la cocina tradicional quiteña es insuficiente, temas como: la forma de preparar los alimentos, los rituales alrededor de la cocina y su relación no han sido estudiados con detenimiento desde una óptica histórica de las preparaciones en el ámbito coquinaro y lo que se ha construido como cultura culinaria, se pierde cada día debido a la falta de información, ya que, aparte de que existen muy pocos estudios, la información está dispersa. Por lo que, en este trabajo de investigación se analiza la relación que existe entre el champús y los buñuelos con los rituales religiosos, dos preparaciones que se consideran parte de la cocina tradicional quiteña; en este contexto, se plantea la siguiente pregunta: ¿Cómo estos platos de la cocina quiteña se vincularon con la fe católica?, sobre la base de esta pregunta el objetivo general fue conocer la relación de dos preparaciones de la cocina tradicional quiteña con los rituales religiosos de la fe católica para contribuir con la revalorización patrimonial de estas preparaciones; utilizando metodologías cualitativas, investigación-acción, exploración, recopilación documental y de campo, con el apoyo de materiales bibliográficos-documentales y la entrevista como instrumento de recolección de datos; asimismo, se realizó la restauración de recetas antiguas y actuales para el análisis; se pudo observar los cambios que han surgido en estas preparaciones con el paso del tiempo, las recetas actuales no tienen la composición ni la estructura de ingredientes, ni utensilios, así como el proceso de preparación que tenían las recetas antiguas, pero su valor tradicional y cultural permanece vigente gracias al vínculo ritual y/o religioso que se guarda y vive en la memoria de las personas.

Palabras clave: cocina tradicional, buñuelos, champús, rituales religiosos.

**APPROACH TO QUITENA TRADITIONAL CUISINE, RELATIONSHIP OF
CHAMPÚS AND BUÑUELOS WITH RELIGIOUS RITUALS**

Author: Carlos Enrique Ortiz Guerrero

Tutor: MSc. Mónica Patricia Buenaño

Year: 2022

ABSTRACT

Currently, what is written or documented about the traditional cuisine of Quito is insufficient, topics such as: the way of preparing food, the rituals around the kitchen and their relationship have not been studied carefully from a historical perspective of the preparations in the cooking field and what has been built as a culinary culture, is lost every day due to lack of information, since, apart from the fact that there are very few studies, the information is scattered. Therefore, this research work analyzes the relationship between champús and fritters with religious rituals, two preparations that are considered part of the traditional cuisine of Quito; In this context, the following question arises: How were these Quito cuisine dishes linked to the Catholic faith? Based on this question, the general objective was to know the relationship between two preparations of the Quito traditional cuisine with the rituals religious of the Catholic faith to contribute to the patrimonial revaluation of these preparations; using qualitative methodologies, research-action, exploration, documentary and field compilation, with the support of bibliographic-documentary materials and the interview as a data collection instrument; Likewise, the restoration of old and current recipes was carried out for analysis; I can see the changes that have arisen in these preparations over time, the current recipes do not have the composition or structure of ingredients, or utensils, as well as the preparation process that the old recipes had, but their traditional value and culture remains in force thanks to the ritual and/or religious bond that is kept and lives on in people's memory.

Keywords: traditional cuisine, fritters, champús, religious rituals.

CAPÍTULO I.

EL PROBLEMA

1.1. Problema de investigación

La gastronomía de Ecuador es conocida actualmente por la pluriculturalidad, la multiplicidad de climas, la diversidad de especias y productos existentes en el territorio nacional. De la misma forma, la herencia indígena y la europea, ha fortalecido y generado una fusión concentrada tanto en la sazón como en el ingenio y creatividad consecutivamente rejuvenecida por el aporte de las herencias generacionales tanto de cocineros como de los comensales. Por lo que en este análisis se propone investigar la relación que existe entre el champús y los buñuelos con los rituales religiosos, dos preparaciones que se consideran parte de la cocina tradicional quiteña

La cocina nacional se caracteriza por la variedad de platos que posee cada región, con sus características particulares, por ende, esta variación de suelos climáticos favorecen las múltiples tipologías de recursos alimenticios, como por ejemplo las especies marítimas provenientes del litoral del Océano Pacífico, de las islas Galápagos; seguidas de los recursos culinarios de la región andina y finalmente por aquellas especies de la selva amazónica ecuatoriana (Baquero, 2020).

Quito, capital de la república, y la más antigua de América, cuna de gestas libertarias y resultado del sincretismo cultural, de donde proviene nuestra culinaria nacional, citando a Baquero (2020) quien menciona que: la cocina de la ciudad de Quito es resultado de una inigualable unión de aromas, sabores e ingredientes cuyos orígenes son prehispánicos, llegándose a sincretizar en los tiempos de la colonia, transformándose en la era republicana y el añadido de procesos y fusiones de la actualidad, a lo cual se agrega el aporte del mestizaje, que durante el transcurso del tiempo, las familias quiteñas han añadido a las receta originales adaptándola a gustos, tradiciones y costumbres de su entorno.

De allí han nacido los recetarios populares, los cuales relatan y detallan los ingredientes y su forma de utilizarlos en la cocina quiteña, exponiendo el contexto natural, religioso e histórico desde el cual son oriundos los alimentos; revelando las diferentes técnicas de su

preparación, los utensilios y tiempos para cocinarlos, de modo que sabores y texturas expresen la cultura ancestral, que pareciera estar olvidadas y excluidas de la actualidad. En este sentido, el objetivo de los recetarios es procurar y trasladar al usuario a las experiencias y los enlaces emocionales que generaban estos alimentos al ser originados por sus creadores en la historia. Esta descripción intenta crear en aquel que va a preparar los alimentos la imagen sensorial del sabor, el olor y sentir como se escucha, se ve, se transforma y combina un ingrediente al ser cocinado con otros para reproducir un determinado platillo (Vernot, 2019).

La cocina tradicional refiere a los platos típicos, que en esta oportunidad son el buñuelo y los champús de la cocina quiteña, los cuales se preparan con productos propios de la región de la Sierra, por ende, no son humildes y sencillos elementos o recursos alimenticios aborígenes, pues conllevan un legado cultural, emblemático y simbólico, que al instante de concederles valor agregado garantizan la supremacía alimentaria, balance nutricional, y legitimidad social resultado de la convivencia, para la preparación y consumo de estos, forjando un verdadero ritual en la oportunidad de la elaboración de estos platos típicos transformando los preparativos tradicionales en una tertulia, costumbre y protocolo familiar (Guevara F. , 2019).

En consecuencia, estos platos de la cocina de la sierra ecuatoriana son elaboradas actualmente con una multiplicidad de productos endémicos de su región y con la aplicación de diferentes técnicas y procesos propios de la costumbre y del lugar. Por ello, se debe concienciar que el origen interesa y concierne, tanto como, la procedencia de los productos, no permitiendo agregar aditivos y otros productos químicos, en resumen, debe procurarse al uso de las técnicas agrícolas autóctonas de las poblaciones originales rurales del Ecuador, sin dejar a un lado el plus de la óptima presentación y montaje de la comida típica de la ciudad de Quito (ibídem 91).

En este orden de ideas, es preciso considerar que actualmente, lo que se encuentra escrito o documentado sobre la cocina tradicional quiteña es insuficiente, en temas como: la forma de preparar los alimentos, los rituales alrededor de la cocina y su relación no han sido estudiados con detenimiento desde una óptica histórica de las preparaciones en el ámbito coquinario y lo que se ha construido como cultura culinaria, se pierde cada día debido a la

falta de información, ya que, aparte de que existen muy pocos estudios, la información está dispersa. Por lo que en este análisis se propone investigar la relación que existe entre el champús y los buñuelos con los rituales religiosos, dos preparaciones que se consideran parte de la cocina tradicional quiteña¹, como lo menciona Julio Pazos, el champús era consumido en Corpus Christi y los buñuelos en navidad (Pazos, 2008).

En este contexto, se plantea la siguiente pregunta: ¿Cómo estos platos de la cocina quiteña se vincularon con la fe católica?, sobre la base de esta pregunta el objetivo será estudiar la relación del champús y los buñuelos con los rituales religiosos, como un posible aporte a la re-valorización patrimonial de las preparaciones y como un aporte a la comunidad académica y científica y para todos aquellos que indaguen sobre la relación cultural religiosa cronológica con estos platos de la comida tradicional de la ciudad de Quito.

1.2. Antecedentes

A continuación, se presentan algunas investigaciones que se consideraron importantes como referentes teóricos y metodológicos para el presente estudio. A este respecto, Salas (2014), en su estudio titulado Estudio de la cocina conventual quiteña como elemento innovador de la cocina contemporánea de la ciudad de Quito, tuvo como objetivo investigar cuáles son las raíces culinarias quiteñas a partir de la influencia de la cocina de los monasterios religiosos ubicados en el centro histórico de la ciudad de Quito. El estudio se enmarcó en una revisión documental de las comidas típicas y tradicionales que se servían en los monasterios y conventos de la época colonial y que generaron una cultura culinaria y la preparación de platillos típicos asociados a festividades religiosas.

¹ Champús: Refresco popular. Tradicionalmente consumido en la festividad religiosa católica del día de Corpus Christi. Está hecho con una colada bastante fluida de maíz, con azúcar, y mezclada con granos de mote. En la clase acomodada se consume ese mismo día un manjar análogo con el nombre de rosero. Buñuelo: Fruto de sartén. Ofrecida tradicionalmente en la navidad, hecha de masa a base de harina de trigo, leche, huevos y puede ser preparada con varias técnicas, la más común en fritura profunda. Pazos, J. (2008). *El sabor de la Memoria - historia de la cocina quiteña* . (p. 253,257,305). Quito: FONSA.

El estudio concluye que los platos traídos de España se fusionaron con los ingredientes autóctonos de Quito, transformando los platillos europeos en la comida cotidiana quiteña. Igualmente señala a modo de conclusión que la conquista y la colonización religiosa española, únicamente no trajo doctrinas católicas y un nuevo estilo de vida, sino una innovadora forma de alimentación, pues las monjas religiosas españolas se mezclaron con las religiosas indígenas, mestizas, afrodescendientes y bajo esta perspectiva fusionada preparaban 5 tipos de comidas diarias como el desayuno, el refrigerio de la mañana, el almuerzo, el café a media tarde y la merienda.

Mosquera (2019), en su investigación titulada a influencia de la Iglesia Católica en la repostería tradicional de Quito, época colonial, en el 2019, en la cual se propuso como objetivo fundamental la caracterización de la incidencia de la Iglesia Católica desde la perspectiva humana en la repostería tradicional quiteña, en aspectos como la aculturación, combinación y diversidad de productos, asimismo como el conocimiento aportado desde España y relacionado a los símbolos del catolicismo derivaron en la repostería actual de la ciudad de Quito.

La investigación de Mosquera (2019), pretendió aclarar datos históricos e identificar la influencia del catolicismo en la repostería tradicional de Quito durante la época de la colonia. El diseño fue descriptivo – explicativo. Los hallazgos más relevantes son que los productos de repostería elaborados en los conventos y monasterios de la colonia fueron los siguientes: Obleas, Canarias, Turrónes, Colaciones, Mistelas, Quesadillas, Pristiños, Amor con Hambre, Ante de Arroz, Limones rellenos de manjar blanco. Algunos de estos han sobrevivido en el tiempo y han cambiado no solo los ingredientes sino las formas de preparación. De la misma manera identificó algunos dulces tradicionales que se encuentran en peligro de desaparecer pues casi no se preparan sino en lugares muy concretos y no populares.

Este estudio concluye que la gastronomía quiteña tiene dos orígenes muy diferenciados el indígena y español, La repostería quiteña tiene una tradición centenaria, pero que se ha modernizado tanto en ingredientes, utensilios para su preparación y en las técnicas de cocción. Actualmente, la religión ya no está vinculada a la cotidianidad como en el pasado, sin embargo, sigue invisiblemente marcando la preparación de ciertos postres y platillos, resaltando su influencia de larga data histórica.

Otro importante estudio es el realizado por Pazos (2019), tuvo como objetivo general estudiar a los buñuelos oriundos de la región ecuatoriana Sierra Centro, se basó en la revisión de la literatura proveniente de diferentes fuentes, para determinar una aproximación al origen de la cocina romana de los buñuelos, para así evaluar cronológicamente los cambios de las recetas originales en cuanto a ingredientes y técnicas culinarias en el periodo correspondiente entre los siglos XIV y XVII.

Como producto de su investigación, desarrolló la restauración de cinco recetas ancestrales de buñuelos, también se efectuó una periodización culinaria de la ciudad de Quito, analizando los manuales de Juan Pablo Sanz y de Adolfo Gehin para establecer a través de un inventario de recetas y una serie de entrevistas a expertos culinarios, las influencias y vínculos de estos dos manuales de cocina con las recetas de buñuelos de fines del siglo XIX hasta comienzos del siglo XXI.

Igualmente, Pazos (2019) investigó la vinculación del ritual como la fruta de sartén con las conmemoraciones religiosas del catolicismo llegando a concluir que el buñuelo quiteño en el periodo colonial y en las primeras décadas de la República tenía un consumo popularizado y, desde mediados del siglo XIX, se relacionó con la Navidad (Pascua de Nacimiento). Conjuntamente, se analizó, mediante el documento de la Convención del 2003 de la UNESCO², la receta de la Srta. Eulalia Noroña para evidenciar la riqueza del patrimonio cultural de este postre y, el estudio finalizó explicando lo que verdaderamente consiste un modelo culinario, alimenticio y de alojamiento u hospedaje.

Otro referente teórico y metodológico para este estudio es el propuesto por Chicango (2020), que fue titulada Propuesta de ruta gastronómica de productos emblemáticos para la difusión del patrimonio cultural inmaterial en el Centro Histórico de Quito, tuvo como objetivo general plantear una ruta gastronómica de productos representativos para difundir el patrimonio cultural inmaterial del Centro Histórico de la ciudad de Quito, como una ruta estratégica innovadora para promover el turismo gastronómica mediante el patrimonio culinario quiteño. Metodológicamente, se aplicaron dos instrumentos para recolectar la

² UNESCO es la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Busca construir la paz a través de la cooperación internacional en Educación, Ciencias y Cultura. La Constitución de la UNESCO fue adoptada en Londres en 1945, entró en vigor en 1946. (UNESCO, 2022)

información, como lo fueron la ficha de observación para el inventario de recursos turísticos situados en el Casco Colonial, el segundo instrumento fue una entrevista aplicada a los administradores de restaurantes destinados al expendio de comida quiteña, entre ellos tres productos representativos del Ecuador; dos de ellos: papa y maíz destacan la tradicional cocina quiteña mientras un tercero que fue el cacao no perteneciente a la cocina tradicional de Quito.

En este estudio, se presentan algunas principales preparaciones culinarias propias de la cocina de la época republicana quiteña como los Buñuelos de papa, que aún se siguen reparando, algunas con las recetas originales otras con variaciones para estimular el turismo gastronómico del Centro Histórico de Quito.

1.3. Objetivos

Objetivo General

- Estudiar la relación de dos preparaciones de la cocina tradicional quiteña como el champús y los buñuelos con los rituales religiosos de la fe católica para contribuir con la re-valorización patrimonial de estas preparaciones.

Objetivos específicos:

- Realizar una recopilación de los procedimientos de elaboración del champús y los buñuelos, mediante fuentes de investigación primarias y secundarias.
- Comparar las recetas del champús y los buñuelos, para conocer si han sufrido cambios en los métodos y técnicas con el vínculo religioso.
- Restaurar las recetas del champús y los buñuelos y determinar mediante un análisis, si han sufrido cambios a lo largo del tiempo.

1.4. Justificación

La presente investigación tiene como objetivo la elaboración de un registro documental que pueda ser utilizado por la comunidad académica, científica y estudiantil para evidenciar

los cambios y modificaciones en una línea de tiempo de la comida tradicional quiteña, especialmente el champús y los buñuelos en el marco de las festividades católicas y su influencia sobre la elaboración, los ingredientes, utensilios y técnicas de cocción.

Del mismo modo, se pretende determinar los orígenes de ambos platos, no solo desde la vertiente europea, sino de la indígena y probablemente desde sus ancestros árabes debido a la dominación de estos durante varios siglos de dominio sobre España.

El estudio de los acontecimientos en la historia de la cocina tradicional, son un aporte importante para las futuras generaciones que se interesen en investigaciones acerca de temas relacionados a la cocina y a la gastronomía ecuatoriana en general, conformando un círculo virtuoso en donde los profesionales compartan y debatan el conocimiento a través de los diferentes espacios que se pueden desarrollar en la academia.

La cocina tradicional al igual que todas las cocinas varían a través del tiempo y, durante ese proceso, hay preparaciones, como el champús y los buñuelos que guardan relación estrecha con las conmemoraciones litúrgicas, preparaciones que en el transcurso del tiempo se han ido transformando, según las tradiciones y las influencias externas. En este contexto, esta propuesta de investigación pretende contribuir con información y conocimientos que aporten a comprender lo tradicional de estos platos; para ello, se investigará cómo se elaboran estas preparaciones y principalmente qué significado tiene preparar estos platos en cada conmemoración litúrgica, se indagará sobre la relación existente entre estos dos platillos de la cocina tradicional quiteña y los rituales religiosos en los que se los prepara, se analizarán conceptos, métodos y técnicas propias de la culinaria tradicional, arribando a resultados y conclusiones que sean de aporte para futuras investigaciones.

Es importante la investigación de este tipo de temas que forman parte de la historia y también de la identidad ecuatoriana, pues, es necesario abordar los temas relacionados a los cambios de la cultura culinaria para esclarecer cuáles han sido los cambios a través del tiempo, tratando de responder a las incógnitas propias de este estudio y a las que se presenten en el futuro. La motivación para este aporte investigativo responde a la necesidad de generar una comunidad más amplia, dedicada a estos trabajos académicos direccionados y desarrollados con base en el ámbito gastronómico y, de esta manera, expandir el

conocimiento para futuras generaciones y aportando al fácil entendimiento e interpretación de estos contenidos.

En el área educativa, el país necesita generar más profesionales especialistas dedicados e interesados en ampliar los conocimientos en gastronomía, no solamente desde el desarrollo de recetarios, sino, también, desde el abordaje de temas poco estudiados y que enriquecerán valiosamente a la educación y apropiación de la cocina tradicional, generando con esto más interés y aportando al impulso de la cocina ecuatoriana a nivel nacional e internacional.

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO

2.1. Acercamiento a la cocina tradicional quiteña

2.1.1. Historia gastronómica de Quito.

La cocina tradicional quiteña es prehispánica, su origen es anterior al periodo colonial y su desarrollo proviene de los primeros habitantes que se asentaron en lo que hoy se conoce como la ciudad de Quito. Estos habitantes confeccionaron, sus propios utensilios, usaron lo que la naturaleza le ofrecía, generaron formas de preparar sus alimentos y además sus propias técnicas y métodos de conservación.

Expertos sostienen que la gastronomía quiteña se desarrolló históricamente en varias fases, pero en esta oportunidad se hará énfasis solo en dos, la gastronomía prehispánica y la colonial (Pazos, 2008):

1. . Cocina prehispánica 1000 A. C. – 1533 D. C.

Situada desde los inicios de la civilización en Ecuador, estableciendo su agricultura, sembrando especies de plantas alimenticias, medicinales y rituales, así como la domesticación de animales, lo cual generó la base fundamental de la alimentación prehispánica en el país, caracterizando a su vez a las diversas culturas radicadas en el territorio.

En estas etapas primigenias de la historia gastronómica ecuatoriana, el cocinero o *Huaycuy Camayoc*, quien era encargado del representante inca, para estas labores, mientras las mujeres en sus hogares eran las encargadas de esta faena, ya con el paso del tiempo se generó una categorización de utensilios de cocina, de manera que facilitara el trabajo culinario en dos grupos claramente diferenciados: los que estaban directamente cocinando con el fuego y utilizaban vasijas y diferentes tiestos; y aquellos que no estaban cocinando con el fuego sino que eran los responsables de moler y para ello usaban piedras (Pazos, 2008).

Antes de la conquista ecuatoriana por parte de los Incas, en el periodo aborigen, los pueblos afianzaban sus trabajos en grupo, construyendo aldeas y templos, realizando cultivos y centros de trueque o de cambio. En tal sentido, la comida no fue la excepción, y se generó la *Pamba*, especie de mesa donde los integrantes de las comunidades aborígenes aportaban un alimento para compartir con el resto posterior a un día de trabajo, una festividad religiosa, no usaban mesa, sino que habitualmente comían sentados en el piso sobre una manta, preparando los alimentos, mayormente tubérculos y granos, en fogones de leña o a través de distintas técnicas de elaboración culinaria como Huaita o Pachamanca (Minchala, 2017).

En esta época, de acuerdo a lo sostenido por Minchala (2017), comienzan a usar el hervido y simultáneamente el rallador generando las primeras masas fajadas en hojas de achira y maíz. Los primeros envueltos surgen en esta etapa envolviendo tubérculos, masas preparadas en oportunidades con ralladores ancestrales, y carnes recubiertas por hojas de achira o maíz, ubicándolas directamente sobre las brasas, o hirviéndolas al vapor utilizando para ello la paja.

En la época prehispánica, los aborígenes para cocinar empleaban cantaros, ollas polípodas y trípodas, jarras, metates y morteros³, se piensa que no solo cocinaron platos sólidos, sino también líquidos como chicha que se preparaba en un cántaro fermentándola, y otra proveniente de la papa y el maíz llamada tocosh en un manantial de agua para posteriormente deshidratarla y usarla como medicina.

El maíz, al igual que la quinua y la papa, constituyeron alimentos de la cultura Inca siendo usado como base del calendario por las épocas de siembra y recolección, estableciéndose el origen divino del maíz.

A continuación, se presenta una figura contentiva de los diferentes periodos de la cultura precolombina en América y los alimentos usados, así como herramientas o utensilios para cocinar (Ver Figura 1).

³ Los utensilios mencionados tienen en común el barro como elemento de composición, las diferencias se relacionan a la cantidad de patas que poseían los recipientes, por ejemplo, en las polípodas (varias patas), trípodas de tres patas, además, el uso de utensilios de piedra para moler como son los metates y morteros y los cantaros de barro más conocidos como pundos.

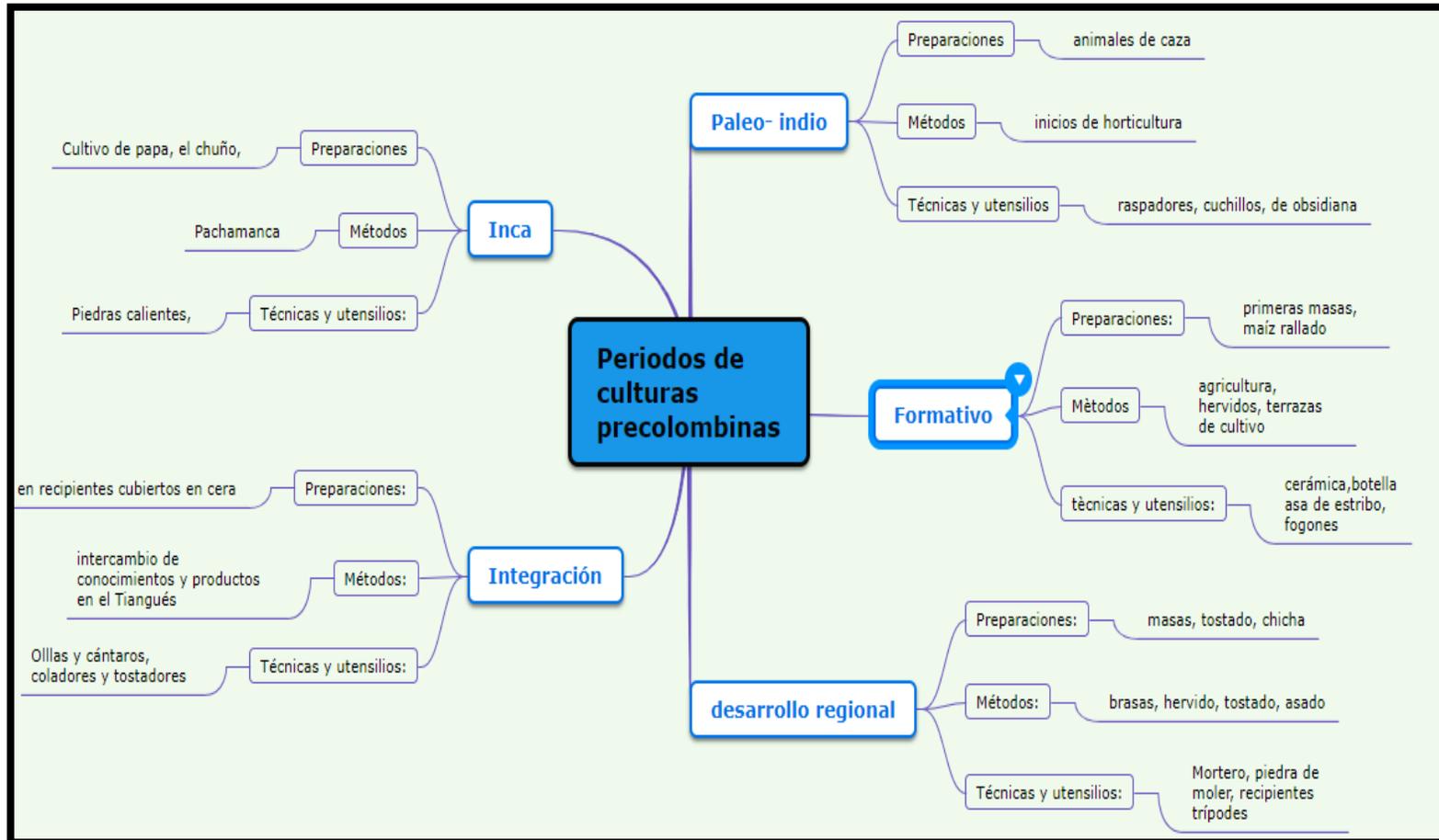


Figura 1 Períodos de Culturas Precolombinas
 Fuente: (Mosquera, 2019)

En el territorio ecuatoriano se fueron creando asentamientos nativos con sus diferentes manifestaciones culturales, en promedio eran de 50 personas y progresivamente modificaron no solo el área geográfica con la agricultura, sino que, además el clima jugó un papel muy importante en estos procesos de cambio y desarrollo, especialmente en la alimentación, abarcando los periodos de los primeros cazadores que datan de 10.000 años A.C., consolidando incluso fuertes cultura e imperios regionales (Mosquera, 2019).

Mientras tanto en España, en el marco de la conquista del llamado Nuevo Mundo, se constituyen empresas dirigidas por Francisco Pizarro arribando estos colonos al Reino de Quito y en primera instancia ejecutan a Atahualpa, a la postre de dos expediciones más comandadas por Pedro de Alvarado y Sebastián de Benalcázar para conquistar Quito que era defendida por sus habitantes quienes sometidos vieron fundar en el año 1534 a la ciudad de San Francisco de Quito.

2. Cocina colonial siglos XVI A XIX

Esta etapa corresponde al periodo comprendido entre el año 1534 a 1809, y se inicia cuando el Imperio Español se agranda en el continente americano, bajo el dominio de la Monarquía Española, recibiendo así el nombre de Real Audiencia. En la ciudad de Quito, este periodo abarca desde la segunda mitad del siglo XV hasta principios del siglo XVIII y con el comienzo de la era barroca, estableciendo cambios importantes en la población de los monasterios y conventos de la época, lo cual generó un aumento del comercio y los alimentos.

El choque de culturas que surgió producto del arribo de los colonos españoles, fue impresionante para el contexto religioso indígena, donde estos asumían la cosmovisión del todo, comprendida como la naturaleza, el ser humano y la *Pachamama*, (madre Tierra) quienes viven vinculados “entre sí donde cada uno posee una fuerza de vida que convergen entre *kay pacha* como la tierra, lo frio y las enfermedades negativas y *hahua pacha* como el cosmos lo positivo y caliente” (Mosquera, 2019, pág. 29).

Los cambios en el sistema de alimentación de los indígenas fueron producto de la aculturación, donde España trajo a tierras quiteñas nuevos alimentos, modos de elaboración, conservación y conocimientos que actualmente se continúan usando, mientras que llevó a la Península Ibérica alimentos aun que hoy son considerados parte fundamental de su gastronomía, como el caso de la bebida del cacao. El cambio de saberes

fue significativo para ambas partes de la ecuación culinaria, y actualmente destacan aspectos asumidos para cada contraparte (Academia Aragonesa de Gastronomía, 2014).

En esta etapa de la colonia, es en los conventos y los monasterios donde se inicia la repostería, especialmente dulces y confitería, más que platos de comida. Actualmente la venta de dulces quiteños en los conventos ha decaído por la crisis económica que atraviesan las congregaciones religiosas y la misma Iglesia Católica, sin embargo, en su época de auge ofertaban una innumerable variedad de productos. Como el caso del Convento del Carmen Alto, donde 21 religiosas de velo negro que formaban parte de la sociedad pudiente de la capital ecuatoriana que producían vinos, miel y hierbas aromáticas para la venta. A la postre en este mismo convento se empezaría la elaboración de turrónes, caca de perro, colaciones y otros dulces legendarios (Burbano, 2016) .

De acuerdo con Pazos (2008), la dieta de los españoles en la colonia incluía productos como trigo, azúcar, carnes vacunas, porcinas y de aves. No obstante, señala que en virtud de que la cocina de estos estaba bajo la responsabilidad de mujeres autóctonas de Quito, los platos se preparaban con técnicas nativas y su preparación incluyó productos de los Andes. La cocina tradicional quiteña fue influenciada por productos extranjeros como la cebada, col, arvejas, habas, y la manteca de cerdo. Es a través de este contacto cultural que pueden ubicarse los principios de la cocina criolla: entre tareas nativas y aportes españoles, con una enérgica presencia de pan y gachas propias de la gastronomía popular; “de puchero, asado, empanadas, dulces, quesos de la cocina burguesa española, y, como se ha mencionado, algunos productos nativos como el maíz, la papa, el fréjol, sambo, zapallo y frutas diversas” (pág. 103). Igualmente fue adoptado el pisco de origen peruano, cuyo consumo se centralizó en las clases sociales altas, y se popularizó el consumo de aguardiente de caña en la totalidad de las clases sociales de Ecuador.

2.1.1 Influencia de los conventos y monasterios católicos de la colonia en la cocina tradicional quiteña

En el transcurrir del siglo XVI el cabildo de la ciudad de Quito, concedió a diferentes órdenes religiosas importantes extensiones de terrenos para construir sus conventos y monasterios, iniciando por la orden de los franciscanos y la de los mercenarios, para posteriormente concederles solares ciudadanos a los agustinos, y los jesuitas, la mayoría de

las superficies de estos terrenos se destinaron al cultivo de productos nativos y españoles (Anchapaxi, 2015).

Tanto los conventos como los monasterios fueron formados por españoles y criollos, en los conventos de monjas ingresaron las hijas de los blancos criollos, las cuales gozaban de buena posición social y económica, cada una de ellas entraba al convento con su correspondiente empleada quien era responsable de los servicios personales de la postulante, por tanto, es muy probable que estas intercambiaran conocimientos culinarios al interior de los conventos.

La dieta cotidiana dentro de los conventos consistía en un desayuno formado por una taza de chocolate y un pan, el cual lo compraban no lo preparaban, el almuerzo consistía en sopas que podían ser de morocho o de “chuchuca, de legumbres o de papas y ocas, o a su vez, menestras de fréjol o de lenteja. El cerdo, res, pescado y camarones eran de consumo para fechas especiales. El ají fue uno de los alimentos más consumidos” (Anchapaxi, 2015, pág. 32).

En la preparación de los guisos usaban manteca, maní, quesos y quesillos, endulzaban con azúcar o panela, compraban cacao para hacer chocolate, el cual vendían a la comunidad. Las monjas desarrollaron una destreza culinaria para cocinar desde simples potajes diarios hasta la más fina repostería; durante el almuerzo compartían postres lácteos como helados de almendras que usaban en las elecciones priorales. Sin embargo, los tentempiés más distinguidos como los bizcochos, bizcochuelos, tortas, alfajores, tamales, dulces, empanadas, postres de leche, hostias con maní, entre otros, se reservaban para las celebraciones anuales más importantes (Anchapaxi, 2015)

La misma fuente documental señala que los conventos de monjas de Santa Clara, San Francisco, Santa Catalina, de la Compañía y el Hospital recibían el agua a través de acueductos exclusivos. La influencia de los conventos, con una misma confesión religiosa trajo conmemoraciones católicas en fechas especiales y con estas muchas preparaciones culinarias concretas para cada una de ellas como por ejemplo la fanesca guarnecida de Molog o zumo de patatas, durante la Semana Santa, el pan de pascua, la cena de navidad los pristiños y buñuelos, cuyas preparaciones demandan numerosos ingredientes.

2.1.2 La Navidad y las octavas

La tradición de la navidad para la mayoría de las personas tiene un significado fiesta, de regalos, de reuniones familiares, de adornar el árbol y luces de colores, dejando en

segundo plano la fe, que es la conmemoración del nacimiento de Jesucristo que es realmente de donde se deriva el significado de la navidad, según el diccionario de la Real Academia Española.

Los significados de esta palabra están relacionados con un ámbito litúrgico de conmemoración, como lo menciona Karl Rahner, en este día, en esta noche sagrada, se trata del niño, de un niño en especial. Se trata del Hijo de Dios que se hizo hombre, de su nacimiento. Todo lo demás en esta fiesta vive de ello, pues de lo contrario muere y se convierte en algo ilusorio. La Navidad significa que Él ha venido, que Él ha iluminado la noche.

Según el antiguo testamento las octavas tienen un significado en el antiguo testamento, de celebración de parte de los judíos durante ocho días, asimismo, tal como se lee en el Génesis (17, 9-14), hace muchos siglos Dios hizo una alianza con Abraham y su descendencia cuyo signo es la circuncisión al octavo día después del nacimiento.

Entonces Jesús como todo judío, también fue circuncidado al octavo día y resucitó el “día después del séptimo día de la semana”. Es por esto que, la Octava (ocho días) sigue siendo una tradición muy importante en la Iglesia y por ello se ha establecido solo dos en el calendario litúrgico: la “Octava de Navidad” y la “Octava de Pascua”.

Según la tradición de la Iglesia católica, la noche del 24 de diciembre se empieza a celebrar de manera solemne la Natividad del Señor y luego siguen ocho días llamados “Octava de Navidad”, que comienza el 25 de diciembre y concluye el 1 de enero, en los que igualmente se celebra el nacimiento del Niño Jesús.

2.2. La alimentación, la cocina y la gastronomía

En relación a la alimentación, en la cocina del Ecuador puede ubicarse muchos aspectos legados por las generaciones anteriores, por ello, el país cuenta con una extraordinaria gastronomía típica que es reconocida tanto a nivel nacional como internacional porque se caracteriza por su diversidad, sabores, textura, y presentación, lo cual la hace apetecible como un destino turístico (Torres y otros, 2018).

Al hablar de gastronomía, no se opina y concibe exclusivamente el grupo de alimentos o la serie de platos típicos de una determinada comunidad o región, sino que incluye un conocimiento más extenso que comprende las bebidas, costumbres y hábitos

alimentarios, tradiciones, procesos de recolección y elaboración de platos típicos, los sujetos y sus estilos de vida que definidos en torno a la misma.

La gastronomía constituye una valiosa ocasión y coyuntura para intensificar, fortalecer y diferenciar actividades como el turismo, promover el desarrollo y crecimiento económico de las localidades, involucrar a diferentes sectores actores y gestores profesionales como emprendedores, productores de alimentos, cocineros, mercados, entre otros, y agregar usos novedosos al sector primario de la economía (Falcón, 2014).

En este orden de ideas, Oliveira (2011), indica que alimentarse es imprescindible para la supervivencia del ser humano. Con todo, en la medida del desarrollo y evolución del hombre, el alimento ha adquirido un rol distinto. Por lo tanto, el hombre ya no se alimenta para calmar el hambre, sino por deleite.

La alimentación discrepa de una cultura a otras por factores como el clima, la calidad y disposición de los suelos, los productos agrícolas y especies animales, por tanto, el hombre cocina acorde a lo ofrecido por su entorno natural en el cual vive, siendo posible que a través de la gastronomía puedan identificarse aspectos culturales, religiosos, épocas de la humanidad, sucesos, entre otros.

La alimentación es una necesidad fisiológica en donde la elección de cierto tipo de alimentos, la transformación con la repetición a la que se incurre con el pasar del tiempo, se consideran costumbres y cotidianidad, que finalmente se sujetan a la cultura culinaria; es decir, a la forma cómo se seleccionan y se cocinan los alimentos para hacerlos más agradables, este ritual cotidiano, es traspasado de generación en generación, costumbres que se convierten en códigos⁴ y símbolos, la mayoría de alimentos se presentan con similitudes en sus preparaciones.

La cocina es importante en la construcción de la cultura tiene una periodización histórica, sincrónica (devenir cultural)⁵ y mientras avanza ocurren cambios generados por la época, la transformación de los alimentos y las costumbres culinarias y gastronómicas; como lo menciona Gramsci en su ensayo “Qué es el hombre” “ las

⁴ Códigos. Se refieren a la combinación de diferentes sabores considerando cuatro principales y su interpretación semiótica referente a las siguientes combinaciones: salado y agrio, salado y dulce, salado y picante, dulce y agrio y agrio y picante.

⁵ Devenir: Hacer referencia a llegar en cierto punto a transformarse o desarrollarse, y eso es lo que ha hecho la gastronomía ecuatoriana, tener una evolución en cuanto a la utilización de los diferentes productos y también la diversidad de preparaciones que se pueden realizar, debemos entender en este punto, que los comensales nacionales están acostumbrados a un sabor específico, enmarcado en costumbres propias, pero es ahí, donde se puede buscar el cómo llegar a proponer nuevas alternativas gastronómicas.

revoluciones y el complejo desarrollo histórico han modificado la alimentación y creado los “gustos” sucesivos en la elección de los alimentos”⁶; Lo que el hombre crea con la interacción de sus semejantes, deriva en la construcción de cultura.

El autor Julio Pazos (2008) en su obra “El sabor de la memoria: historia de la cocina quiteña”, comparte su perspectiva con un análisis del autor Lévi-Strauss, la cocina propiamente dicha y tal como en la actualidad se la piensa, se inició con la confección de artefactos adecuados para realizar la cocción, comienzo asimilado a la capacidad de producir símbolos, es decir, al proceso de la cultura. Lévi-Strauss distingue dos prácticas tangibles en torno al tema: el trabajo de la cocina y el protocolo, y una intangible, que sería la mitológica: en muchos pueblos se involucran profundamente estos contenidos (p. 27)

El antropólogo Levi-Strauss en 1970 propuso el triángulo culinario, en el que se considera lo crudo, lo cocido y lo podrido, presentando a lo crudo y lo podrido como un aspecto natural, ya que, en este interviene la naturaleza; y lo cocido lo propone como un elemento producto de la cultura porque se requiere de un utensilio (elemento cultural) como intermediario para la conclusión de la cocción, en este escenario de comparaciones, se deriva la oposición en referencia con los tres estados de los alimentos antes mencionados, haciendo un extenso análisis de los cuales se puede tomar como ejemplo y referencia lo siguiente:

Quemado, por un lado, crudo por el otro, o tostado por fuera, sangrante por dentro, el asado encarna la ambigüedad de lo crudo y lo cocido, de la naturaleza y la cultura, que, para hacer coherente la estructura, lo ahumado y lo hervido deben ilustrar a su manera. Pero la razón que los constriñe no es puramente formal: por este medio el sistema atestigua que el arte de la cocina no reside por entero del lado de la cultura. Respondiendo a las exigencias del cuerpo, y determinada en cada uno de sus modos por la manera particular como, aquí y allá, se inserta el hombre en el universo, situada así entre la naturaleza y la cultura, la cocina garantiza más bien su necesaria articulación. Participa de ambos dominios y refleja esta dualidad en cada una de sus manifestaciones (p. 427).

Con esto se entendería que para el autor la cocina se inició de una forma natural, utilizando para el acto lo que la naturaleza le ofrecía, entendiendo que el fuego es parte natural y que el proceso de cocción de los alimentos se inicia a partir de la búsqueda de transformar los alimentos de otra forma que no sea con el fuego directo con el alimento,

sino que, se basa en la creatividad e imaginación para construir utensilios que le ayuden a resolver sus necesidades de transformación para el alimento.

La cocina se transforma y evoluciona se construye a la par del avance e innovación tecnológica, nuevas formas de procesar los alimentos, el mejoramiento en los métodos de conservación, los alimentos modificados genéticamente; la cocina evoluciona, por ejemplo: las modas, denominadas así, ya que, afectan de alguna manera la percepción del tipo de alimentos que se consumen a diario, esto afecta nuestro equilibrio alimentario, por un desface en los horarios para alimentarnos, ya que, comer es parte de nuestra actividad social, y esto genera una influencia de selección grupal y posiblemente se termine consumiendo alimentos que no eran de preferencia, esta realidad, no es ajena a la cocina en el aspecto de la producción, porque, se van dejando de preparar ciertos platos que no son requeridos a causa de estas modas y va generando su impacto, en la cocina tradicional, hay preparaciones que después de todo lo antes mencionado, prevalecen y perduran en el tiempo por el valor que tienen estos platos culturalmente, ya que estos poseen un vínculo mucho más profundo y arraigado como es la tradición, y que en variadas preparaciones se presume, tienen alguna relación con la religión.

La cocina por ser cultura tiende a manifestaciones relacionadas con la fe y lo sagrado, como en “La Geografía de lo Sagrado”, en donde Ferro (2004) menciona:

Cada cultura será poseedora y concebirá un tipo de sagrado desde la cual asignará y nombrará con sus categorías, los contrarios. En la disputa o en el escenario de batalla, de la historia americana, lo sagrado para el conquistador, será la entidad maléfica. "La mirada del colonizador colocó sobre lo indígena la red reductora pero eficaz y cómoda de lo demoníaco"⁷ Lo sagrado se transformará históricamente, de modo que lo demoníaco- condensación de lo sagrado del otro – transitará con nuevos ropajes y buena parte de ellos serán de estrategias y modos de control político. (p. 21-22)

De modo que la actividad de las relaciones y los vínculos entre lo profano y lo sagrado, tienen significados diferentes en todas las personas; en este contexto, se menciona el razonamiento que hace el antropólogo Mintz (2003) quien menciona que:

La comida puede representar diferentes significados para la mayoría de las personas, ya que, la relación con los alimentos no es una actividad puramente

⁷ Serge Gruzinski. La guerra de las imágenes. P 31. Fondo de Cultura Económica. México 1994

biológica. Los alimentos que se comen tienen historias asociadas con el pasado de quienes los comen; las técnicas empleadas para encontrar, procesar, preparar, servir y consumir esos alimentos varían culturalmente y tienen sus propias historias. Y nunca son comidas simplemente; su consumo siempre está condicionado por el significado. Estos significados son simbólicos y se los comunica simbólicamente; también tienen sus historias. Éstas son algunas de las formas en que los humanos volvemos muchísimo más complicada esta actividad "animal" presuntamente simple. En cierto sentido la asignación simbólica de significado en la comida tiene poco que ver con la misma. (p. 28)

La cocina tradicional ecuatoriana es costumbre, tradición y cultura, para aportar a este entendimiento, Pazos (2014) menciona que:

“la cocina tradicional está vinculada con cinco fundamentos básicos, que son: a. tiene antecedentes remotos; b. conciernen a una región determinada; c. han sido heredadas; por tanto, responden a un colectivo y a una oralidad; d. están vivas; e. no se rige a un medio económico, en cuanto que repite sus códigos alimentarios, culturales y sociales”. (p. 129).

2.1.3 **Cocina tradicional**

A este respecto, Torres y Cañez (2021) afirman que:

La cocina tradicional es en donde se concretan aquellos saberes y prácticas alimentarias y culinarias que permanecen como parte de nuestra herencia e identidad cultural, ella comprende los saberes culinarios, las costumbres y los rituales, así como las formas de preparación de los alimentos reconocidas y transmitidas de generación en generación. (p. 186).

Es menester conocer algunas definiciones para tener un enfoque integral del campo en donde se inserta el problema a investigar; así, según el Diccionario de Real Academia Española de la lengua, se define como tradicional: 1. adj. Perteneciente o relativo a la tradición; 2. adj. Que se transmite por medio de la tradición; 3. adj. Que sigue las ideas, normas o costumbres del pasado (RAE, 2020).

Según Campo (2013), en el marco de la tradición se define a la religión como “un sistema de prácticas y creencias fundamentadas en la fe de un mundo ordenado por una voluntad suprema, que instaaura el modo espiritual y social de vida” (p. 136); y la

costumbre como “reglas o hábitos que determinan el comportamiento social, permitiendo organizar la vida dentro de las sociedades. Las costumbres se aprenden principalmente durante el período de endoculturación o socialización” (p. 49).

La relación que existe entre la cocina tradicional quiteña con los rituales de la fe católica podría definirse como un acto de reverencia religiosa que se expresa a través de ciertas preparaciones gastronómicas. Carrillo (1996), postula a “La cocina tradicional como una cultura hegemónica con la reivindicación, producto de la creación colectiva y el valor y significado que se incrementa en los periodos o fechas ceremoniales, papel que es destacado y continuamente renovado por sus actores” (p. 9).

Los rituales son herencia desde el tiempo de *Huayna Capac* cuando regía el *Tahuantinsuyo* y la presencia de estos rituales superviven representados en los alimentos que se reparten en las mingas a pesar de la superposición cristiana y este ancestro ritual actúa en el inconsciente; según menciona Guevara (1960), “El uso de alimentos y bebidas rituales en los pueblos no conoce fronteras. Los griegos, judíos, los romanos y los indios americanos lo mantuvieron con similitud de procedimientos que sorprende a los investigadores de causalidades” (p. 9).

Por consiguiente, debe comprenderse que la identidad cultural y sus tradiciones en Ecuador, se mueven en torno a los rituales religiosos, durante todo el año se atiende y respeta un calendario con numerosas festividades y celebraciones a lo largo de la provincia de Pichincha, para honrar a santos con emblemas y distintivos que en el pasado diferenciaban una clase social de otra, utilizando a la gastronomía popular y tradicional como una manifestación de la cultura quiteña, y que con el transcurrir del tiempo, ha variado; acontecimientos mundiales como la modernidad y la globalización, han influido en las culturas, especialmente en la cocina y la gastronomía fusionando platos tradicionales y actuales (Pincay, 2018).

2.1.4 La cocina ritual y su representación cultural

La cocina ritual está íntimamente ligada a la fe y costumbres de los pueblos, estos comportamientos culturales han sido aprendidos de generación en generación y estos rituales guardan una combinación entre la idolatría y la fe católica, Guevara (1960), en su libro ‘*Expresión ritual de comidas y bebidas ecuatorianas*’, menciona que:

Los indios del Incario acostumbraban utilizar determinadas clases de maíz para sus bebidas o comidas rituales, según la fiesta o ceremonia que fijaba el calendario

religioso. ¿No será legado de esa costumbre el empleo de maíz blanco o de morocho, tal vez del mismo color, para el rosero? ¿Acaso no recuerda un rito aborígen también la celebrada chicha de Yamor que, en ocasión festiva, beben en Otavalo? Pues la chicha - yamor se la prepara con diversas clases de granos de maíz, como si los diferentes ritos cumplidos con vino rubio, se congregaron a solemnizar uno que sintetizo el potencial divino de Mama Zara. Que el maíz, en comidas y bebidas, sirvió para ofrendas y símbolos divinos en el culto solar, está fuera de duda. (p.34)

Hay alimentos catalogados como cocina ritual, pues tienen una determinada fecha para su preparación y consumo dentro de una actividad o festividad religiosa y que se rige por el calendario ritual católico, esta cocina debe tener ciertas particularidades que se relacione con un acto religioso, que su composición sea por variedad de alimentos y especias, los sabores de estos platos se mezclan, sus presentaciones pueden ser complejas en el aspecto decorativo, con porciones grandes, son recetas con fuerte carga simbólica ya que, el alimento se convierte en algo sagrado.

En su preparación material y simbólica la cocina tradicional admite y sobrelleva una contribución histórica, de transferencia de ritos, usos, hábitos, sabores, procedimientos, conocimientos, heredados y que facultan a hablar no exclusivamente de una cocina ecuatoriana, o una cocina quiteña, serrana, costeña o amazónica, sino que posibilita aludir a las cocinas, inclusive a las familiares, en virtud de la diversidad de costumbres de cada colectividad y cada grupo familiar. Esta perspectiva, enfrenta a un escenario de una elevada riqueza simbólica y material, de mucha variedad cultural, que es incuestionable su carácter y atributo patrimonial (Unigarro, 2010).

En el ámbito de patrimonio cultural, las cocinas se alinean a las prácticas vinculadas al desarrollo socioeconómico y cultural de las naciones, y sus conexiones de interdependencia, favorecen el reconocimiento de una similar dependencia entre el patrimonio inmaterial, el material cultural y natural. Esta convergencia generó una respuesta institucional para exhortar a los Estados a asumir disposiciones propensas a su protección y garantía, por eso la UNESCO promulgó en el 2003 la Convención de salvaguardia del Patrimonio Inmaterial que intenta convertirse en un instrumento multilateral vinculante para proteger bienes no tangibles de las culturas del mundo.

Este Instrumento considera, una útil definición de patrimonio inmaterial, para deliberar en las trascendencias de su reconocimiento obligatorio por parte de los Estados, entendiéndose como patrimonio cultural inmaterial, aquellos

usos, representaciones, expresiones, saberes y técnicas -junto con los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales que les son inherentes- que las comunidades, los grupos y en ciertos los identifiquen como parte integral de su patrimonio cultural. Este patrimonio cultural inmaterial, transmitido generacionalmente, es recreado continuamente por las comunidades y grupos en función de su entorno, su interacción con la naturaleza y su historia, infundiéndoles un sentimiento de identidad y continuidad y contribuyendo al respeto de la diversidad cultural, el ingenio y la creatividad del ser humano (Unigarro, 2010, pág. 206).

Las cocinas son hábitos vivos, que ocupan un lugar predilecto en la consolidación de hábitos alimentarios, y que conjuntamente permiten profundizar en el rico patrimonio de saberes, culturas, destrezas que se han establecido como elementos de coherencia social, desarrollo económico, e identidad. A pesar de esto, aún persiste cierta reserva a aceptarlas como patrimonio cultural del todo.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA

3.1. Descripción del área de estudio/Grupo de estudio

La presente investigación aborda aquella cocina tradicional quiteña que se encuentra relacionada con el ámbito sagrado, específicamente el champús (Corpus Christi) y los buñuelos (Navidad); y se desarrolla en la parroquia Centro Histórico, considerando los barrios La Merced y San Roque.

Se menciona que la selección de este sector en el centro histórico de Quito, y los barrios escogidos para el presente estudio, representan la cuna de tradiciones culinarias típicas, que las expenden en fechas de festividades católicas relacionadas con su preparación y que el centro histórico de la ciudad de Quito es un fiel guardián de estas tradiciones ancestrales de la coquinaria quiteña.

3.2. Enfoque y tipo de investigación

El enfoque de este estudio será cualitativo, partirá desde la antropología culinaria y utilizará el estudio etnográfico como un método de investigación – acción, que se basa en una exploración, recopilación documental y de campo. La modalidad de investigación será de carácter bibliográfico, documental, con un nivel exploratorio, descriptivo. Según Bonilla y Rodríguez en Bernal (2010), los métodos cualitativos también son denominados como “no tradicionales” y estarían orientados a profundizar sin pretender generalizar dichos resultados, a describir fenómenos por medio de los propios rasgos particulares, según sean percibidos en su contexto, por tanto, no pretenden medir, sino cualificar estos hallazgos (pág. 60).

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), el enfoque cualitativo puede concebirse como un conjunto de prácticas interpretativas que hacen al mundo “visible”, lo transforman y convierten en una serie de representaciones en forma de observaciones, anotaciones, grabaciones y documentos. Es naturalista (porque estudia los fenómenos y seres vivos en sus contextos o ambientes naturales y en su cotidianidad) e interpretativo (pues intenta encontrar sentido a los fenómenos en función de los significados que las personas les otorgan).” (pág. 9)

3.3. Consideraciones éticas de la investigación.

Las consideraciones éticas del presente estudio radican en la obtención del consentimiento informado de las partes de los informantes claves del estudio, esto en virtud de que como técnica de obtención de información se aplicará un instrumento diseñado para tal fin, por tanto como consideración ética deberá respetarse la confidencialidad de las opiniones de los consultados, hasta no manipularlos para obtener las respuestas que espera el investigador, así como considerar viable que si al momento del inicio de la entrevista y una vez avanzada si desea no continuar, no se le obligará a terminar la entrevista.

En tal sentido, los informantes firmaron una carta de consentimiento denominado requerimiento informando y menciona que, su participación es exclusivamente de orden académico, detallando los objetivos del estudio.

3.3.1 Procedimiento

El desarrollo de este trabajo es de carácter cualitativo, se pretende estudiar la relación del champús y los buñuelos con los rituales religiosos en los que se los preparan, para la recolección de datos se utilizó la revisión documental, en tanto que, para analizar la correspondencia de estos platos con los rituales religiosos, se usó la observación no estructurada. Para indagar las razones por las que el champús y los buñuelos son consumidos en Corpus Christi, se realizaron entrevistas estructuradas y para investigar cómo se elaboran estos platillos de la cocina tradicional quiteña, se desarrolló una selección de las preparaciones tomando como referencia la información de recetas recabadas en las entrevistas.

Se restauraron las recetas para replicar estos platillos, utilizando para este efecto, los métodos y técnicas antiguos y actuales que utilizan quienes se encargan de su preparación en lugares conocidos que se determinen tradicionales, ha sido elegida la parroquia centro histórico, considerando los barrios La Merced y San Roque. Todas las preparaciones deben observar las buenas prácticas de manufactura, higiene⁸ y seguridad alimentaria

⁸ Según Requena (2014), para la Organización Mundial de la Salud (OMS), la higiene alimentaria comprende todas las medidas necesarias para garantizar la inocuidad sanitaria de los alimentos, manteniendo a la vez el resto de cualidades que les son propias, con especial atención al contenido nutricional. La Higiene de los alimentos abarca un amplio campo que incluye la cría, alimentación,

correspondientes, poniendo el máximo cuidado, considerando las circunstancias de pandemia por la COVID-19. Adicionalmente, se utilizó el conocimiento informado para la realización de entrevistas y procesamiento de la información.

3.4. Técnicas para recolectar datos

A efectos de recolectar la información se aplicó un instrumento diseñado para tal fin en el cual las categorías de las preguntas van en sintonía del conocimiento de las recetas y de los postres y bebidas objeto del presente estudio, las entrevistas son semi-estructuradas. Para efectos de su aplicación y facilidad de recabar la información de ser necesario, se consideró las plataformas digitales a fin de minimizar el riesgo de contagio del COVID19, concediendo a los participantes un tiempo prudencial pero expedito para sus respuestas y envió al centro de acopio de la información.

Oportunamente, en vista del levantamiento de las restricciones por la pandemia, se aplicaron las entrevistas de forma presencial con el instrumento impreso. El análisis estadístico es descriptivo y se utilizaron todas las medidas de tendencia central y de dispersión que se consideraron necesarias para generar los resultados que se esperaron del presente estudio.

Es importante señalar que otra técnica de investigación es la revisión documental de fuentes relacionadas con el problema objeto de estudio, estas incluyen información referente a las recetas culinarias de los dos platillos considerados en el presente estudio.

Se menciona además que los barrios escogidos para el presente estudio, son portadores de tradiciones culinarias típicas y que las expenden en fechas de festividades católicas relacionadas con su preparación y que el centro histórico de la ciudad de Quito es un fiel guardián de tradiciones ancestrales de la comida quiteña.

En consecuencia, los emprendimientos seleccionados son denominados informantes clave a efectos de la presente investigación, para ello se elaboró un listado de los mismos

comercialización y sacrificio de los animales, así como todos los procesos sanitarios encaminados a prevenir que las bacterias de origen humano lleguen a los alimentos. (p. 5).

En tanto que, Mondragón, (2009), sobre el consentimiento informado manifiesta es un proceso, no solo un formato, que consiste en la manifestación expresa de una persona competente (cuya capacidad física, mental y moral le permite tomar una decisión) de participar en una investigación, en condiciones tales que pueda conocer los riesgos, beneficios, consecuencias o problemas que se puedan presentar durante el desarrollo de la investigación en la cual participa. (pp. 73-82)

con los siguientes detalles de los informantes seleccionados tal como se puede apreciar en el Anexo 1.

3.5. Diseño del instrumento

El instrumento para la recolección de datos para esta investigación fue el cuestionario de una entrevista semiestructurada (ver Anexo 2), para su diseño se elaboró una ficha de entrevista, se seleccionó las preguntas, estas se sometieron a una validación por dos docentes de la Universidad Técnica del Norte en calidad de pares.

El cuestionario contiene dos secciones: en la primera se pide al informante proporcionar datos demográficos como: género, edad, etnia, nivel académico y lugar de residencia y en la segunda parte se solicita al informante que mencione de donde obtuvo sus conocimientos, si estudió o se capacito en alguna institución, si el traspaso fue de sus familiares o conocidos, o es un autodidacta y/o empírico, los años de experiencia que tiene haciendo las preparaciones, estableciendo rangos en años, se pregunta si el conocimiento fue heredado o no y en observaciones se almacena la información brindada, luego se pregunta directamente cuál de los dos alimentos suele preparar buñuelos o champús y se enlistan temporadas para selección como: Carnaval, Semana Santa, Finados, Corpus Christi, Navidad, algunos meses o todo el año, también se indaga sobre el consumo y la frecuencia de estos productos, estableciendo varios rangos de temporalidad y selección para cada aspecto. Se pregunta sobre la percepción de cambios que se hayan generado en las preparaciones usando la comparación entre las recetas antiguas y las actuales, enlistando aspectos como: los ingredientes usados, los utensilios, las técnicas de cocción y el gusto de las nuevas generaciones, asimismo, se pregunta al informante sobre si dispone de algún recetario heredado o mantiene el conocimiento en la memoria por el traspaso verbal, dando varias elecciones como: recetario heredado, recetario nuevo o actual y si recibió el conocimiento verbal, por ende, se indaga sobre posibles cambios que el entrevistado pudo haber hecho en las recetas originales o antiguas que las recibió heredadas, proponiendo un listado de selección como: cambios en los ingredientes, en el proceso de preparación, en los utensilios usados, en las técnicas de cocción usadas, y se fija el ítem observaciones para reunir lo que se proponga en la entrevista, también, se solicita un listado de ingredientes a modo de cuadro comparativo, las dos versiones de recetas antiguas y recetas actuales, ordenando consideraciones como:

ingredientes, utensilios, procesos y equipo, finalmente se pregunta si considera que estas preparaciones tienen algún vínculo o carácter y simbolismo religioso, y sobre el acceso a los ingredientes según la temporada para hacer estas preparaciones, guardando las respuestas en observaciones.

Para concluir, se estableció un tiempo para las entrevistas y se agendaron cuatro fechas para las visitas de campo, también se buscó información a través de internet sobre los posibles lugares dedicados a las actividades culinarias que interesan a este estudio, con el afán de hacer citas previas.

3.6. El instrumento y proceso para restauración de platos

De las recetas registradas por medio de la entrevista, se seleccionaron cinco recetas, éstas debían cumplir ciertos criterios para su selección, como: la variedad de ingredientes y el complejo proceso que estas tenían para su elaboración, por ello también, para compararlas entre sí, se escogió una receta antigua y una actual del champús, y con referencia a los buñuelos se eligieron tres recetas dos que corresponden a recetas antiguas, ya que, hay una versión con harina de maíz tostado y otra con harina de trigo y para la receta actual solo se consideró la que tiene harina de trigo.

El proceso para la restauración de las recetas se dio de la siguiente manera, primero se estudiaron detenidamente las características de las recetas, revisando sus ingredientes, utensilios, materiales y equipo utilizados, fuentes de calor y las técnicas aplicadas para los procesos de transformación de los alimentos.

Seguido de esto, se consiguieron los materiales, utensilios y equipo correspondiente a las recetas antiguas, en este caso se usaron utensilios de hierro, barro y madera, materiales con características ancestrales, muy acorde para que la restauración se pueda desarrollar de la manera más tradicional posible, como fuente de calor se utilizó como equipo un bracero con leña de madera de eucalipto y para la preparación se usaron: un molino manual, un tamiz de madera tejido con pelo de crin de caballo, un tiesto y olla de barro, cucharas de madera, platos y taza de barro para el montaje y presentación del plato.

Por último, para la compra de los ingredientes se visitó varios mercados de la capital entre ellos San Roque, Santa Clara, Mercado La Carolina (Iñaquito) se consiguió todos los ingredientes y materia prima para el desarrollo de la restauración de las recetas, por

último, se procede a la restauración de las recetas apoyado de la captura y recopilación de evidencias fotográficas, antes, durante y después del proceso de restauración, imágenes que se pueden revisar en los anexos de este trabajo.

3.7. Tablas de comparación de recetas para análisis

Se genera una tabla (Ver Anexo 1) para aportar a un mayor entendimiento de la información documental recabada acerca de los diferentes criterios de los autores y sus puntos de vista acerca de estas preparaciones, asimismo, una mejor organización para el análisis y comparación de lo encontrado en las fuentes bibliográficas, para lo cual, se presenta el formato de tabla a continuación.

3.8. Participantes

La población objeto de estudio está compuesta por los dueños de emprendimientos culinarios de postres y bebidas ubicados en la parroquia Centro Histórico, considerando los barrios La Merced y San Roque. El muestreo será no probabilístico, la selección de los informantes es intencional y por conveniencia en virtud de la cercanía de los sujetos a investigar y por su conocimiento en tradiciones de la cocina quiteña. (Otzen & Manterola, 2017).

Una vez efectuada las visitas de rigor al área objeto de estudio, contactados la mayoría de los emprendedores ubicados en esta, y escuchada la opinión de los informantes clave y observado los puestos de venta donde se expenden platos típicos y considerando el deseo voluntario de participar en el estudio, se seleccionó a 12 emprendedores, Ver Anexo 1.

A efectos de recabar la información de los emprendedores a entrevistar, se efectuaron 4 visitas a los barrios seleccionados para observar e identificar los caracterizados con comidas típicas de la ciudad, dichas visitas para la aplicación de las entrevistas se realizaron los días 26 y 27 de marzo y 2 y 3 de abril. En consecuencia, los emprendedores seleccionados fueron denominados informantes claves para efectos de la presente investigación.

CAPÍTULO 4

RESULTADOS

4.1. Resultados de la investigación documental

4.1.1 El champús y los buñuelos: productos, origen, influencias culinarias (española, árabe, indígena)

Julio Pazos (2008 c) menciona que:

El (...) champús era de consumo popular y se lo consumía a propósito de la fiesta de Corpus Christi. El rosero también se preparaba para esta ocasión; son denominados come y bebe; el rosero debió crearse en algún claustro, porque su refinada elaboración incluye zumos de frutas, mote sin membrillas, especias, almíbares, frutas troceadas y las aguas aromáticas que elaboraban las monjas, como agua de ámbar, agua de rosas, agua de azahares, agua rica y agua carmelitana. El rosero indica las diferencias de clase, puesto que también el champús es una preparación que incluye harina de maíz y zumo de naranjilla, especias y hojas de naranjo, raspadura, además de mote entero. (p. 181,182).

Acerca de la misma preparación se encuentra otra descripción como la de Guevara (1960), en donde menciona que:

El (...) champús tiene un sustento ritual en la tradición funeraria y hace una descripción de Alejandro Mateus sobre “el champús criollo” es una gacha o mazamorra de harina de maíz; con dulce, jugo de naranjilla, granos de mote y especias, todo cocido con hojas de naranjo. Presenta también la versión del Dr. Alfonso Cordero Palacios, en su “Léxico de Vulgarismos Azuayos” otra modalidad del champuz perteneciente a su región “Champús - dice: especie de mazamorra dulce y fermentada. Se hace de varias harinas, echándolas pimiento y maíz descortezado, cocido y entero. Se toma fría. No es propiamente gacha como quiere el diccionario.” (p. 32, 33)

En este sentido, Jara (2013), que en el marco de la celebración del día de los difuntos en la cultura Cañarí, *AYAMARCA RAYMI* en el mes de noviembre de cada año, se conmemora a los difuntos mediante canticos fúnebres acompañados de la ingesta de alimentos rituales a base de harina de trigo y maíz como los buñuelos y el champús, como una parte de la ofrenda a los difuntos.

De acuerdo a las fuentes documentales consultadas, a comienzo del siglo XX, Carlos R. Tobar, en 1907 comentaba sobre el champús, asociándolo a fiestas religiosas lo siguiente:

El Champús es una Mazamorra o gacha de harina de maíz, mote (o sea maíz entero cocido), raspadura (azúcar prieta), y jugo de naranjilla, que come el pueblo de Quito el día de Corpus y los que le preceden y le siguen; pues ha de saber el lector que por estas tierras hay comidas peculiares á determinadas épocas: así la juanesca es de Jueves santo, los chigüiles son de Domingo de Ramos, las guaguas de pan y la mazamorra morada de Día de Difuntos y los buñuelos y pestiños de Pascua de Nacimiento (Tobar, 1907, pág. 150).

Para Coba (2016), el Champús es considerado una bebida ceremonial junto con otros alimentos como la fanesca, la colada morada, guaguas de pan, buñuelos, tamales, chigüiles, arroz con leche y pristiños. De la misma forma, para Proaño (2019), el Champús, es una bebida “tradicional en la época de finados o día de los muertos, la cual es preparada con colada de harina de maíz, piña y mote. Se lo sirve con panes que representan caballitos, formas humanas y muñecas, denominados guaguas de pan” (pág. 24).

En este orden de ideas, Naula y Salazar (2018), señalan que el rosero quiteño era una bebida tradicional quiteña desde la colonia, consumida por toda la comunidad indígena al celebrar el Corpus Christi y bebían una bebida típica y tradicional llamada Champús, que la consumían las personas de bajo estatus social, por ello las Monjas de los Claustros, de origen quiteñas, preparaban muchas variedades partiendo de esta bebida para servir las a personas de un status social más alto, es así como el rosero llegó a convertirse en la vista predilecta del Chulla Quiteño, de modo que en las viviendas de Quito se preparaba la bebida rosero quiteño como una parte de las tradiciones para celebrar las festividades familiares y populares.

Para Guayguacundo (2018), el Champús, tiene un valor simbólico y religioso, de origen prehispánico. Como valor simbólico el Champús es una Colada preparada “con harina de maíz crudo, canela, clavo de olor, ishpingo, arrayán, panela, y mote cocinado aparte. Su consumo es eventual que aporta energía para la jornada de trabajo” (pág. 52). En el aspecto religioso su valor se lo concede su consumo “en mayor cantidad en las fiestas de la Virgen del Cinto. Bebida que se consume en la procesión que se la realiza

año a año” (pág. 52). Para este autor sus ingredientes principales son harina de maíz, clavo de olor, canela, mote y panela.

Otro referente teórico a este respecto es el de Moya (2010), quien refiere que, en el día de los muertos, se consume “champús blanco o morado. Se prepara con harina de maíz blanco o morado, panela, piña, toronjil, hierbaluisa, hoja de naranja, cedrón y naranjilla. Esto da cuenta de la importancia del maíz en la alimentación de esta comunidad” (pág. 48).

Vistas las fuentes consultadas, se cree que el Champús es era una bebida prehispánica que consumían los indígenas, sin embargo, diversos de los autores creen que se gestó en los conventos de la época colonial y otros aseguran que su origen era africano y que arribó a Ecuador con las oleadas de negros esclavos. Sin embargo, sea cual sea su origen la receta ha variado con ingredientes nativos, pero se han mantenido la panela, la harina de maíz que puede ser blanco o morado, el mote, la canela, los clavos de olor, naranjilla, ingredientes como la piña, toronjil, hierbaluisa, hoja de naranja se han mantenido en el tiempo. Evidentemente es una bebida popular que se consume en el marco de las celebraciones católicas del día de los difuntos y del Corpus Christi, no obstante, es usado en bautizos, bodas y a veces en carnaval.

Los buñuelos, de acuerdo a la información suministrada por Moya (2010), es un plato típico de la culinaria quiteña que se consume especialmente en Navidad, y son unas “masitas fritas de harina de trigo, que llevan huevos, leche, azúcar, mantequilla y queso rallado. Se les acompaña con miel” (pág. 48).

Para Anchapaxi (2015), en la Semana Santa, son consumidos el pan de pascua, en la cena de navidad los pristiños y buñuelos, que son preparaciones de incidencia barroca por los numerosos ingredientes requeridos para su elaboración, actualmente persisten en esta tradición. Los buñuelos también son conocidos como pedos de nona.

Los buñuelos comunes se preparan de la siguiente forma:

Se prepara agua hirviendo con sal, azúcar, una cucharada de manteca y anís: a tiempo de hervir se va poniendo la harina de maíz, y se cuece hasta que quede bien consistente: se separa del fuego y se amasa hasta el temple de mantequilla; se mezcla con tres cuartas partes de huevos y una de solo yema, vino, aguardiente, anís, almidón y agua de azahar: se bate á golpe por horas, y se fríe en mucha manteca poniendo con una cuchara y cuidando á este tiempo de moverlos incesantemente hasta que doren. Cuídese de freír a

fuego lento para que el cocimiento se verifique hasta el interior (Anchapaxi, 2015, pág. 115). Ver Anexo 3.

Para Pazos Santiago (2019), en su cronología de recetarios de buñuelos, en el año de 132 en un recetario catalán anónimo titulado *Llibre de Sent Soví* fue descrito el buñuelo de la siguiente manera:

Buñuelos

Si usted desea preparar buñuelos de masa y huevo, tome buena y fresca grasa de puerco, y póngalo en un tazón que esté bueno y limpio. Luego tome la masa de trigo leudada y mézclelo con huevo, para los buñuelos, en un mortero. Cuando esté bien mezclado, tome queso rallado para que la masa se haga gruesa. Después de esto, ponga un poco en la sartén hasta cuatro cucharas grandes por huevo [nota aclaratoria 3: probablemente debe entenderse que el máximo, de masa prepara con un huevo debe ser dividida en cuatro cucharas grandes, para que los buñuelos tengan el tamaño correcto, y no sean muy pequeños] a fuego bajo, retírelo del fuego, y luego dele la vuelta; y regrese por un momento a llama baja, hasta que esté cocinado. Después, retírelos de la sartén y póngalos en un plato elegante, y cúbralos de bastante azúcar por encima y debajo. Y sírvalos lo más caliente posible al final de la comida, en vez de queso (Pazos, 2019, pág. 10).

De acuerdo al recetario del *Llibre de Sent Soví*, se afirma que esta fruta de sartén es equivalente a los buñuelos de la actualidad, pues conservan los mismos ingredientes (harina de trigo, agua o leche, aceite o manteca de cerdo, miel) y las técnicas culinarias de su preparación (cocido y frito, medida mediante cuchara, a cocción más bien baja o lenta).

En la Cocina española de los siglos XVI Y XVII, los buñuelos eran similares a los propuestos por Ruperto de Nola en 1525, en su recetario culinario conocido como *Libro de guisados y potajes intitulado libro de cozina*: en el qual ehta el regimieto de las cafas de los reyes y grandes feñores: y los oficiales de las cafas dellos cada uno como an de fervir su officio. Nola describe a la masa de buñuelos dentro de la receta “Lozonjas de Xarina quec fon almojavanas (Pazos, 2019, pág. 16)

En 1614, Diego Granado publica las recetas de las frutas de sartén y de los Ingredientes y cantidades, en su *Libro del arte de cozina*: en el qual se contiene el modo

de guisar de comer en cualquier tiempo, assi de carne como de pescado, para sanos y enfermos y convalecientes, assi de pasteles, tortas y salsas como de conservas a la usança española, italiana y tudesca de nuestros tiempos (Pazos, 2019, pág. 17).

La receta de Granado para elaborar los buñuelos es la siguiente:

- Levadura granulada o en bloque g 30 Diluido en 50 cc de agua tibia
- Harina de trigo g 450 Hasta 550 g, dependerá de la harina y la textura de la masa
- Sal pizca 1
- Azúcar g 50
- Agua de rosas cc 50 O también era conocida como agua rosada
- Piñones g 30
- Vino blanco cc 60
- Aceite de oliva cc 50 Para la masa
- Aceite de oliva cc 100 Para la fritura (Pazos, 2019, pág. 17).

Para la Navidad, Unigarro (2010), señala que se hacen también buñuelos de maíz, con los siguientes ingredientes:

- ½ libra de harina de maíz calentado
- 4 onzas de manteca de cerdo
- 2 tazas de agua
- 1 taza de leche
- 8 huevos
- 1 cucharadita de sal
- 1 copa de aguardiente anisado
- 1 cucharada de anís chiquito macerado en el aguardiente (pág. 195).

La elaboración considera lo siguiente:

Se pone al fuego en una paila de bronce el agua, la leche, la manteca y la sal. Cuando hierve se agrega la harina, revolviendo con una cucharada de madera evitando que se formen grumos. Una vez la harina cambia de color, se retira del fuego y se traspasa a otro recipiente para dejarla orear. Batiendo vigorosamente, se incorporan uno a uno los huevos, hasta que se consiga una masa suelta y cremosa. Finalmente se añade el aguardiente y el anís. En una lata engrasada, se colocan porciones de la mezcla con la ayuda de dos cucharas. Se lleva al horno caliente. Una vez horneados, se sirven con miel de panela perfumada con higo y canela (Unigarro, 2010, pág. 195).

Igualmente, para la ocasión navideñas elaboran buñuelos fritos, cuyos ingredientes se detallan a continuación:

- 1 libra de harina de trigo
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- ½ taza de leche
- 2 huevos
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 cucharada de aceite (Unigarro, 2010, pág. 196)

Para su elaboración el procedimiento es el siguiente:

Se baten los huevos, la sal y el azúcar hasta obtener una mezcla cremosa. Se añade poco a poco la leche. Luego, se incorpora la harina y el polvo de hornear, evitando que se formen grumos, hasta formar una masa cremosa y resistente. Con la ayuda de dos cucharas, se toman porciones de masa que se fríen en aceite caliente. Se doran los buñuelos haciendo una incisión en cada uno para evitar que queden crudos por dentro. Los buñuelos se sirven bañados de almíbar de azúcar (Unigarro, 2010, pág. 196).

Los buñuelos definitivamente son platos ceremoniales en Ecuador, son preparados y consumidos especialmente en el día de Navidad, en cuanto a su origen evidente su incidencia española y árabe, sus ingredientes pueden variar de acuerdo a la modalidad que se pretenda usar para el consumo, sin embargo, la técnica es similar para las diferentes modalidades de elaboración. Su origen se cree fue en los conventos de la colonia ecuatoriana.

4.1.2 Comparación de recetas de fuentes documentales

Tabla 1

Comparación de Recetas de Fuentes Documentales

AUTOR	RELIGIÓN	SIMBOLISMO	CARACTERÍSTICAS SIMILARES	CARACTERÍSTICAS DIFERENTES	INGREDIENTES	EQUIPO Y UTENSILIOS	PROCESOS DE ELABORACIÓN	CITA
CHAMPÚS								
Julio Pazos	Se lo consumía a propósito de la fiesta de Corpus Christi	Ritual	Era de consumo popular y clases bajas		Harina de maíz y zumo de naranjilla, especias y hojas de naranjo, raspadura, además de mote entero	No hay descripción	No hay descripción	(Pazos J. , 2008)
Darío Guevara haciendo una descripción de Alejandro Mateus y del Dr. Alfonso Cordero Palacios		Sustento ritual en la tradición funeraria	Es una gacha o mazamorra Descripción sobre otros autores: Especie de mazamorra dulce y fermentada	No es propiamente gacha	Harina de maíz; con dulce, jugo de naranjilla, granos de mote y especias, todo cocido con hojas de naranjo. Descripción: Se hace de varias harinas, echándolas pimienta y maíz descortezado, cocido y entero	No hay descripción	No hay descripción	(Guevara D. , 1960)

AUTOR	RELIGIÓN	SIMBOLISMO	CARACTERÍSTICAS SIMILARES	CARACTERÍSTICAS DIFERENTES	INGREDIENTES	EQUIPO Y UTENSILIOS	PROCESOS DE ELABORACIÓN	CITA
Clara Jara		Ingesta de alimentos rituales		Se usa en la celebración del día de los difuntos en la cultura Cañarí, <i>AYAMARCA RAYMI</i>	Alimentos rituales a base de harina de trigo y maíz	No hay descripción	No hay descripción	(Jara, 2013)
Carlos R. Tobar	Que come el pueblo de Quito el día de Corpus		Mazamorra o gacha (producto popular no muy refinado, pero de buen sabor)		Harina de maíz, mote (o sea maíz entero cocido), raspadura (azúcar prieta), y jugo de naranjilla	No hay descripción	No hay descripción	(Tobar, 1907)
Pablo Proaño		Tradicional		Bebida tradicional en la época de finados o día de los muertos	Es preparada con colada de harina de maíz, piña y mote. Se lo sirve con panes que representan caballitos, formas humanas y muñecas, denominados guaguas de pan	No hay descripción	No hay descripción	(Proaño, 2019)
Diego Guayguacundo	De carácter Religioso Bebida que se sirve en las fiestas de la Virgen del Cinto	Simbólico de origen prehispánico			Colada preparada “con harina de maíz crudo, canela, clavo de olor, ishpingo, arrayán, panela, y mote cocinado aparte	No hay descripción	No hay descripción	(Guayguacundo, 2018)
Alba Moya	Celebraciones católicas	Rituales difuntos		En el día de los muertos, se consume “champús blanco o morado.	Harina de maíz blanco o morado, panela, piña, toronjil, hierbaluisa, hoja de naranja, cedrón y naranjilla	No hay descripción	No hay descripción	(Moya, 2010)

AUTOR	RELIGIÓN	SIMBOLISMO	CARÁCTERÍSTICAS SIMILARES	CARACTERÍSTICAS DIFERENTES	INGREDIENTES	EQUIPO Y UTENSILIOS	PROCESOS DE ELABORACIÓN	CITA
BUÑUELOS								
Santiago Pazos hace una descripción del recetario del <i>Llibre de Sent Soví</i> y de Diego Granado 1614	Navidad		Masas fritas	Conocidos con varios nombres como: pedos de beata o nona, fruta de sartén, buñuelos de jeringa	Harina de trigo, agua o leche, aceite o manteca de cerdo, queso, azúcar y miel Harina de trigo, levadura granulada, azúcar, sal, agua de rosas, piñones, vino blanco, aceite de oliva.	No hay descripción	Cocido y frito, medida mediante cuchara, a cocción más bien baja o lenta.	(Pazos S. , 2019)
Catalina Unigarro	Navidad		Buñuelos de trigo horneado	Buñuelos de maíz	Harina de maíz, manteca de cerdo, leche, agua, huevos, sal, agua ardiente anisado, miel de panela perfumada con higo y canela Harina de trigo, polvo de hornear, leche, huevos, azúcar, aceite, almíbar de azúcar	Paila de bronce	Cocido, amasado y horneado Mezcla y fritura	(Unigarro, 2010)
Evelyn Anchapaxi descripción de Juan Pablo Sanz	Navidad		Masas fritas	Buñuelos de maíz	Harina de maíz, huevos, agua ardiente, vino blanco, almidón, agua de azar, aceite, anís, sal, azúcar y agua.	Utensilios cotidianos	Cocido, amasado y frito	(Anchapaxi, 2015)

4.2. Resultados de la investigación de campo

4.2.1 Datos sociodemográficos del estudio de campo

La información recolectada permite presentar los siguientes resultados:

- En la muestra seleccionada prevaleció el sexo femenino (70%) sobre el masculino (30%), lo que da cuenta que en el país se sigue manteniendo la trasmisión de conocimientos del aspecto culinario de abuelas a madres y a hijas.

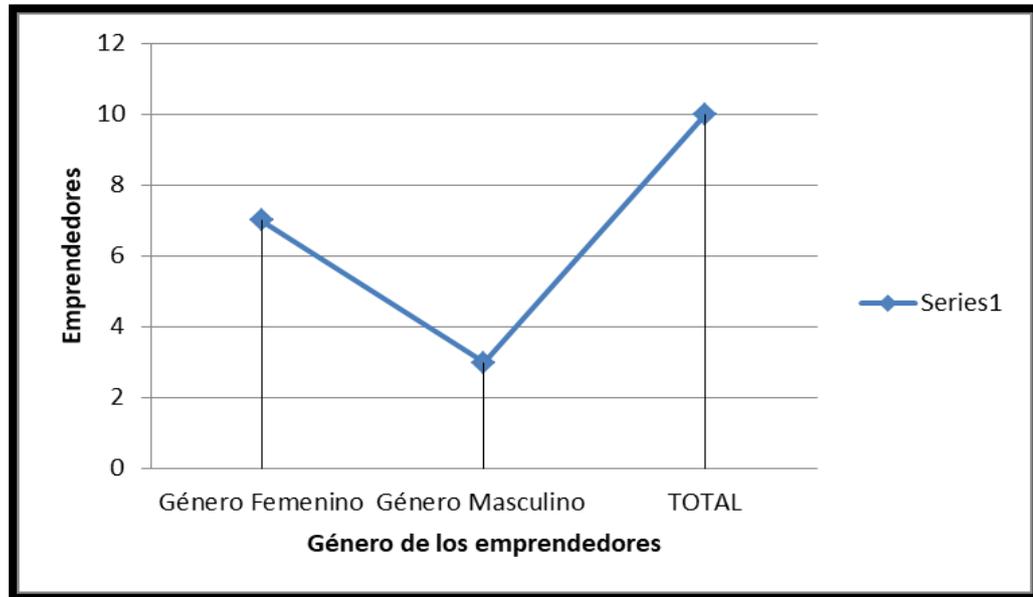


Figura 2. Género de los emprendedores consultados

- La edad promedio fue 51.87 ± 8.3 años, el emprendedor más joven cuenta con 43 años y el de mayor edad con 65 años, lo que advierte que, las personas que se dedican a la actividad culinaria relacionada con las preparaciones de estudio, son gente que tiende hacia la tercera edad, mostrando que, ya no hay mucho interés de las nuevas generaciones por estas actividades relacionada con la cocina.

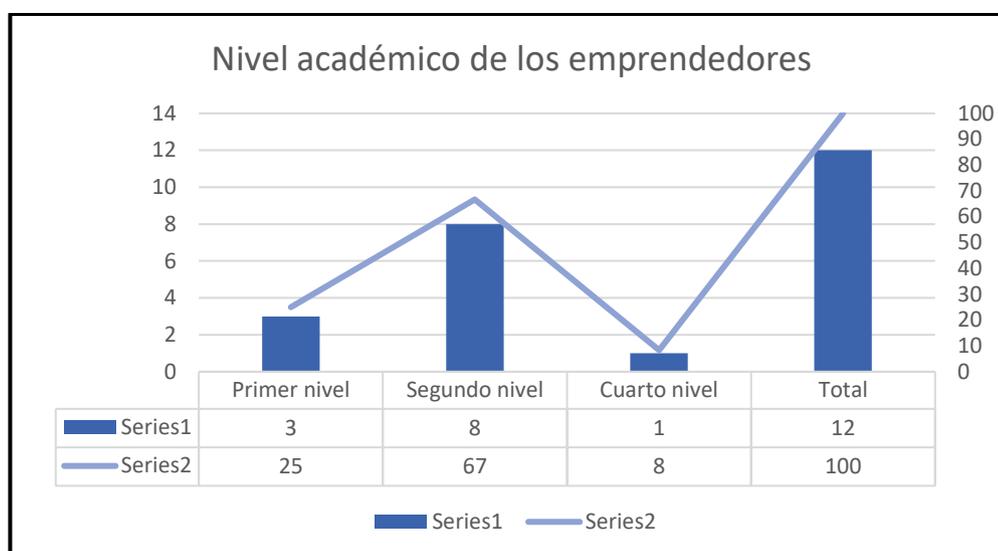


Figura 3 Nivel académico de los emprendedores

- El 67% de muestra tiene un nivel educativo correspondiente a la educación secundaria, el 25% cuenta con educación primaria y un 8% alcanzo un nivel de educación superior a nivel de posgrado, estos datos claramente evidencian que la mayoría de los entrevistados, decidieron dedicarse a las actividades laborales desde muy temprano, dejando de lado continuar con estudios de niveles superiores, cabe resaltar que en la entrevista se marcó secundaria, pero no todos los participantes la culminaron.

El 100% de los informantes claves son residentes en la ciudad de Quito, en localidades como: San Juan, Centro de Quito, San Bartolo, San Blas, San Juan, La Magdalena, La Comuna y El Pintado.

- Asimismo, el 100% de la muestra tiene emprendimientos donde expenden platos típicos tradicionales de la comida quiteña durante las correspondientes temporadas.
- El 100% de la muestra refiere ser étnicamente mestizo

4.2.2 Formación culinaria en comidas típicas tradicionales de la ciudad de Quito

Los hallazgos más importantes, en este sentido que se muestran en la Figura 4. a continuación:

- El 75% de la muestra recibió la formación culinaria heredada de sus abuelas y madres; demostrando de esta manera que, las actividades relacionadas a las prácticas culinarias en nuestro país, aún siguen siendo guiadas y enseñadas por las abuelas y madres que poseen este conocimiento de recetas antiguas, este traspaso

de conocimiento familiar generacional, muchas veces tienen recetas y procesos propios y particularidades que las diferencian de las recetas de los demás y que estas variaciones, ya sea en ingredientes, en algún proceso o técnica aplicada sea también el resultado del cambio en la cocina al paso del tiempo.

- El 17% de los consultados recibió formación en institutos oficiales de la ciudad de Quito y en universidades a través de su grado académico en Gastronomía; y el 8% de la muestra evaluada recibió la información heredada (abuelas y madres). Pero gran parte del conocimiento lo obtuvieron siendo autodidactas, es decir, sus familiares les transmitieron algo de conocimiento, pero también, aprendieron por cuenta propia.

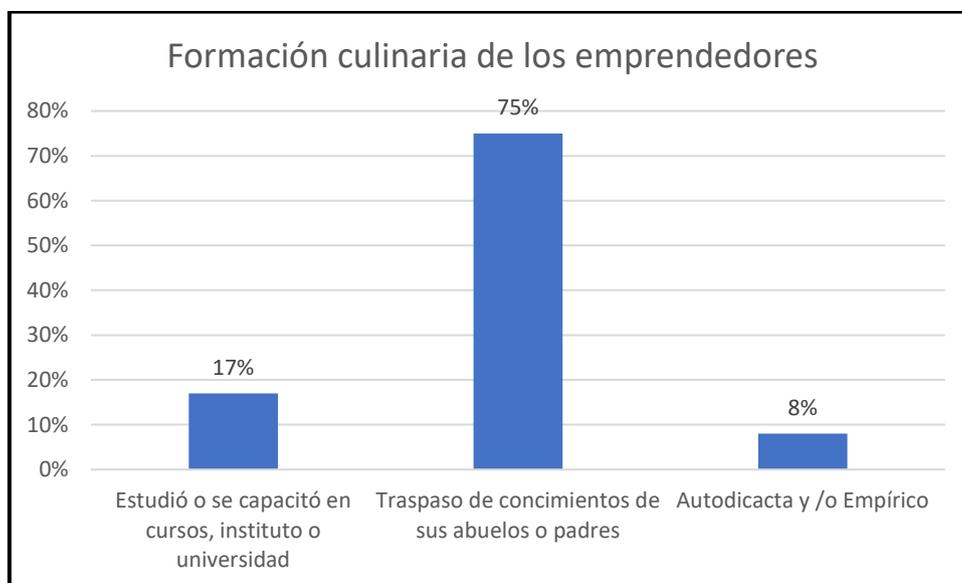


Figura 4. Formación culinaria de los emprendedores

4.2.3 Años de experiencia en la preparación de platos típicos

- En este sentido, el 42% de la muestra que se refiere a los que tienen más de 25 años de experiencia en preparación de platos típicos de la comida tradicional quiteña; el 33% tiene entre 5 a 15 años y el 25% tiene entre 15 a 25 años de experiencia.



Figura 5. Años de experiencia en preparaciones

- Haciendo la interpretación, estos datos no indican que las personas mantienen un arraigo con las actividades de la culinaria quiteña, preservan las costumbres familiares heredadas, son persistentes en el tiempo y han visto una oportunidad como fuente de ingresos, dedicándose a lo que se dedicaban sus abuelos y padres, a la preparación y venta de este tipo de alimentos tradicionales.
- Indistintamente del grupo etario cinco de los entrevistados se dedican a la preparación única de buñuelos, esto muestra que esta preparación lleva ventaja comparada con el champús, ya que, haciendo una comparación, se pudo evidenciar que solo cuatro de ellos se dedican a este plato en ferias y eventos relacionados con este tipo de alimentos
- Para concluir solo tres de los entrevistados se dedican a la preparación conjunta de buñuelos y champús en las épocas que correspondan, ya que, han intentado expender estos platos en diferentes épocas del año, si son acogidas, pero en un bajo volumen de ventas, y esto no es rentable desde el punto de vista empresarial.

4.2.4 Temporada de preparación y venta de los Buñuelos y Champús

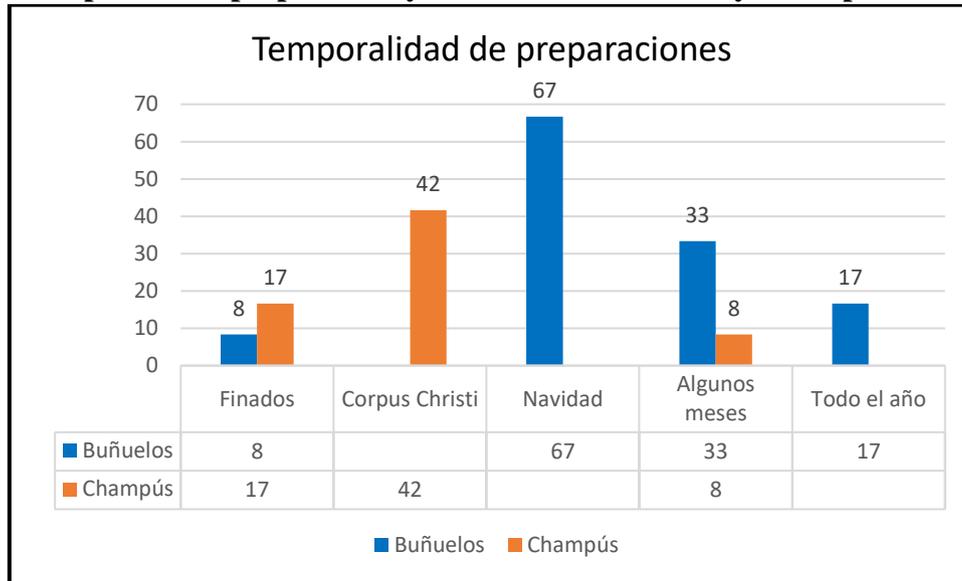


Figura 6. Temporalidad de preparaciones

Los resultados a este respecto revelan que:

- El 67% de los emprendedores que venden, exclusivamente, buñuelos identifican que la temporada de preparación, demanda y venta de estos, es la navidad, esta fecha es la ideal por las costumbres y relación de la época con la venta de estos alimentos. También dedican otras fechas para la venta de buñuelos algunos meses cercanos a la navidad, finados o día de los difuntos y otros aprovechan y ofertan esta preparación introduciéndolo de manera cotidiana durante todo el año, las ventas no son muy altas, pero siempre hay clientes que deciden degustar esta preparación en cualquier época.
- Algunos emprendedores se dedican a la producción conjunta de Buñuelos y Champús, revelan que los primeros son demandados mayoritariamente en Navidad, pero muchos clientes los requieren todo el año con la misma receta que se usa para las festividades navideñas. Los segundos son requeridos en Corpus Christi, funerales y en el día de los difuntos.
- Un 42 % que solo se dedica a la preparación única de Champús, informa que son demandados, elaborados y vendidos en la festividad de Corpus Christi, época preferida por el vínculo que tiene esta bebida con la fe y creencias religiosas.
- Algunos de los emprendedores que se dedican solamente a la producción de buñuelos reportan que los venden todo el año en distintas fechas, ya que, participan en algunas ferias organizadas por el Municipio de Quito o por el Ministerio de Cultura y Patrimonio, algunos mencionaron que modificaron algunos ingredientes de la masa para que fuera un plato típico de consumo habitual

y la modificación tiene el propósito de que el producto sea más económico, comercial, versátil, con buen sabor y fácil de preparar.

4.2.5 Cambios en las técnicas y utensilios de preparación

Como un recurso necesario para una mejor comprensión de los datos recabados en las entrevistas, se presenta a continuación una tabla comparativa de resultados acerca de esta investigación.

Comparación de Resultados de Entrevistas

Tabla 2

Comparación de Resultados de Entrevistas

Frecuencia en la que gente elige o solicita la preparación	Buñuelos	Champús
Rara vez (1 vez por mes)	33,30%	33,30%
Ocasional (2 veces por mes)	8,33%	8,33%
Siempre (1 vez por semana)	50%	16,66%
La gente que consume estos productos		
Gente fiel	33,30%	41,66
Gente nueva	16,66%	-
Combinación ente ambas	66,66%	16,66%
Cambios en cómo se hacían antes estas preparaciones, comparadas con las actuales		
En los ingredientes	91,66%	58,33%
En los utensilios	91,66%	58,33%
En la técnica de cocción	58,33%	33,30%
En el gusto de las nuevas generaciones	75%	50%
Recetario heredado, nuevo o fue traspasado de forma verbal		
Recetario heredado	58,33%	33,30%
Recetario nuevo o actual	8,33%	-
Recibió el conocimiento verbal	66,66%	58,33%
Cambio en las recetas originales que recibió de sus antepasados		
Cambios en ingredientes	66,66%	50%
Cambios en el proceso de preparación	16,66%	25%
Cambios en los utensilios usados	58,33%	41,66%
Cambios en las técnicas de cocción	16,66%	25%

La interpretación de los hallazgos más relevantes de la investigación de campo referente a cambios en las técnicas y utensilios de preparación fueron los siguientes:

- Los emprendedores de la muestra evaluada que exclusivamente producen buñuelos en la mayoría, creen que ha habido cambios en los ingredientes y así como también en los utensilios para su preparación; un porcentaje menor cree que ha habido cambios en lo mencionado anteriormente asimismo en las técnicas de cocción y en el gusto de las nuevas generaciones que ciertamente no han tenido un acercamiento con este tipo de preparaciones y que desbordados por la información a través de diferentes medios electrónicos, son conquistados por modas y tendencias extranjeras, hablando en el ámbito culinario.
- Los emprendedores mencionan que cuando de vender su producto se trata, la oferta con las descripción de que poseen los auténticos y tradicionales platos, son su mejor estrategia para atraer la atención de sus comensales, así como también, presentar un producto agradable a la vista del cliente, es aquí en donde se pierde un poco la tradición porque optan por cambiar ingredientes para poder obtener un producto más económico, rendidor y sabroso, revelan que para prepararlos acuden a una receta nueva y actual, también manifiestan que aunque heredaron las recetas de sus familiares acompañados de instrucciones verbales, cuando es la época adecuada para la venta, aparece la competencia y sobre esto no hay mucho que pensar, si se desea salir adelante con un negocio.
- En aquellos emprendedores que solo preparan champús creen también que ha habido cambios en ingredientes, utensilios, técnicas de cocción y asimismo, en el gusto de las nuevas generaciones; sobre los emprendedores abocados a la preparación conjunta de estos dos platos típicos de la cocina tradicional quiteña, también piensan que ha habido cambios significativos en el uso de ingredientes y utensilios y técnicas de cocción, sobre todo para la elaboración del champús, refieren que, ya casi nadie usa ollas de barro, ni pondos, ni se tuesta y ni se muele el maíz a mano, ya no se fermenta la masa, y tampoco se utilizan tantos ingredientes como antes, ahora todo está expuesto a la modernidad y tecnología.

4.2.6 Comparación de resultados de entrevistas sobre vínculo religioso y alimentos

Tabla 3

Comparación de Resultados de Entrevistas sobre Vínculo Religioso y Alimentos

	Buñuelos	Champús
Consideraciones de que las preparaciones tienen algún vínculo o carácter religioso	100%	100%
Consideraciones de que las preparaciones tienen un simbolismo religioso	91,67%	100%
Acceso o facilidad para conseguir los ingredientes para el desarrollo de las preparaciones en la época que necesite	100%	100%

- La mayoría de los entrevistados con excepción de uno que mencionó ser agnóstico, profesan la religión católica, es decir son fieles creyentes, esta gran mayoría conoce que los buñuelos guardan un vínculo con la fe por las costumbres que les enseñó el entorno en el que crecieron, sabiendo que en Navidad siempre se consumía este alimento, y muchas de las veces ellos eran encargados de hacer los preparativos para la puesta a punto de los materiales a utilizar, que era como un ritual en donde cada ingrediente debía tener ciertas características porque sin esto, la receta no podría salir bien, esto es parte de las creencias que aún se siguen manifestando en cada fecha conmemorativa, sobre todo cuando se junta la familia.
- Fue evidente que al preguntar por las creencias sobre los vínculos, simbolismos o rituales de carácter religioso, se hayan mostrado varios criterios acerca del simbolismo que tienen los buñuelos con la imagen del Niño Jesús, haciendo varios comentarios sobre que se preparaban como ofrenda, la forma del buñuelo representa el cuerpo del Niño Jesús y la corona de este estaba representada por los pristiños, asimismo, con el champús se dio algo parecido, pero en este caso, la preparación tenía otro tipo de simbolismo adicional al religioso, ya que, este plato tiene una cosmovisión indígena, por las ofrendas a la *Pachamama*, derivado de las mazamoras de maíz fermentado que se utilizaban también en las ofrendas del día de los difuntos en la ancestralidad y este plato se presume es el resultado del sincretismo cultural, del cual se encargaron las religiosas en los conventos de

Quito en la época de la colonia, incluso se habla de un aspecto elitista, puesto que, el champús era para los indios y el rosero para los criollos o clase alta de la época.

- Finalmente se menciona que se puede encontrar los ingredientes para el desarrollo de esta preparación en cualquier época del año, sobre todo porque ahora se utilizan ingredientes mucho más versátiles y fáciles de encontrar en cualquier lugar del territorio.

4.2.7 Ingredientes, Utensilios, Procesos y Equipos para Preparar Buñuelos

Evaluadas todas las recetas, utensilios, procesos y equipos utilizados por los emprendedores que elaboran Buñuelos, así como sus experiencias iniciales con sus abuelas y madres en este oficio culinario, permitió obtener la información ancestral recibida junto con las modificaciones de acuerdo al contexto actual, por tanto, se presenta la siguiente Tabla.

Tabla 4

Ingredientes, Utensilios, Procesos y Equipos para Preparar Buñuelos

RECETAS ANTIGUAS		RECETAS ACTUALES	
Ingredientes	Utensilios	Ingredientes	Utensilios
Harina de trigo o de maíz	Batidor Manual	Harina de trigo	Tazones de acero
Leche	Pailas	Leche	Espumaderas
Huevos	Cucharas de madera	Huevos	Cucharas de madera
Azúcar	Ollas de Barro	Azúcar o panela	Sartén
Polvo de Hornear	Tulpa	Polvo de Hornear	
Mantequilla	Bracero	Manteca	
Anís	Batea	Agua	
Bicarbonato de sodio	Cernidor	Anís	
Miel o Panela		Sal	
Aceite		Especias	
Sal			
Especias			

RECETAS ANTIGUAS		RECETAS ACTUALES	
PROCESOS		EQUIPOS	
Antiguos	Actuales	Antiguos	Actuales
Cernir	Cernir	Cocina a gas o Fogones a leña	Freidoras a gas
Mezcla	Mezcla		Batidoras eléctricas
Reposo	Reposo		
Fritura	Fritura		
Hervir	Hervir		

Fuente: Investigación de Campo.

Como puede observarse, en cuanto a los ingredientes para la preparación de los Buñuelos, no hay variaciones significativas, sin embargo, donde sí se pueden advertir cambios importantes es los Utensilios, actualmente la tecnología ha permitido disminuirlos. Por otra parte, actualmente los procesos para la elaboración permanecen sin cambios, y es evidente que los equipos actuales reflejan no solo el cambio en lo energético (leña a gas y electricidad).

4.2.8 Ingredientes, utensilios, procesos y equipos para preparar champús

Evaluadas todas las recetas, utensilios, procesos y equipos utilizados por los emprendedores que elaboran champús, así como sus experiencias iniciales con sus abuelas y madres en este oficio culinario, permitió obtener la información ancestral recibida junto con las modificaciones de acuerdo al contexto actual, por tanto, se presenta la siguiente Tabla.

Tabla 5

Ingredientes, Utensilios, Procesos y Equipos para Preparar Champús

RECETAS ANTIGUAS		RECETAS ACTUALES	
Ingredientes	Utensilios	Ingredientes	Utensilios
Maíz Amarillo	Ollas de Barro	Harina de Maíz	Ollas de Metal
Panela	Cucharas de madera	Mote	Cucharones
Piña	Tiesto	Panela	Sartén
Naranjilla		Piña	
Canela		Naranjilla	

RECETAS ANTIGUAS		RECETAS ACTUALES	
Panela		Canela	
Especias		Babaco	
Mote		Mote	
Chamburo		Agua	
Arrayán			
Hojas de limón			
Mote			
Agua			
PROCESOS		EQUIPOS	
Antiguos	Actuales	Antiguos	Actuales
Tostar	Mezclar	Fogón de leña	Cocina a gas
Mezclar	Moler	Tulpa	Licudora
Moler	Fermentar	Molino manual	
Fermentar	Cocinar		
Cocinar			

Fuente: Investigación de Campo.

Es importante resaltar que en cuanto a ingredientes para la preparación de champús se observa una leve variación, uno de estos cambios es la sustitución actual del maíz amarillo por harina de maíz amarillo. En cuanto a utensilios los cambios evidenciables corresponden a los avances tecnológicos de sustitución de elementos de barro por metales, lo mismo sucede en los equipos. Los procesos siguen casi iguales en el tiempo, solo que ya no se requiere tostar el maíz amarillo pues este ha sido sustituido por la harina de este producto.

4.2.9 Información complementaria

Una información complementaria obtenida de la investigación de campo donde se les consultó si los Buñuelos y el Champús envuelven como platos tradicionales típicos de la comida tradicional de Quito tienen un simbolismo o significado religioso; y si tienen acceso a los ingredientes de ambos platos durante todo el año, la respuesta fue afirmativa por el 100% de los integrantes de la muestra seleccionada, aun cuando alguno de ellos no profesaba la fe católica. Las respuestas fueron variadas desde que los buñuelos y sus diferentes elementos (ya preparados) representan al niño Jesús, su cuerpo, su corona. En

el caso de los champús son tan variadas como las de los buñuelos, van desde el agradecimiento a Dios por la vida y a la *Pachamama* por los frutos de la tierra.

4.3. Restauración de las recetas del champús y los buñuelos

Para la restauración de estas recetas se tomó en consideración como fuente de información, la recabada y brindada por los informantes y/o expertos que fueron entrevistados, que poseen y mantienen vivo el conocimiento en su memoria sobre estas preparaciones, de toda la información valiosa recabada en las entrevistas, hay recetas que ameritan ser restauradas y comparadas con las actuales, y así, evidenciar los cambios ocurridos en el tiempo.

4.3.1 Receta antigua de champús (mercado central)

Tabla 6

Receta Antigua de Champús (mercado central)

Ingredientes	Unidad	Cantidad
Maíz amarillo	kg	0,500
Mote pelado	kg	0,200
Panela	kg	0,300
Piña	kg	0,300
Naranja	kg	0,300
Hojas de arrayán	kg	0,025
Hojas de congona	kg	0,025
Hojas de cedrón	kg	0,025
Hojas de naranja	kg	0,025
Rama de canela	kg	0,015
Agua de rosas	L	0,025
Ishpingo	kg	0,005
Clavos de olor	ud.	8
Pimienta de Jamaica	ud.	8

Fuente: entrevistas trabajo de campo
Elaboración propia

Ilustración 1.

Ingredientes utilizados



Fuente y elaboración propias

Materiales utilizados:

- Olla de barro
- Molino manual
- Tiesto
- Tamiz de madera tejido con crin de caballo
- Cuchara de madera
- Tabla de madera
- Carga de leña
- Bracero de metal

Ilustración 2. Materiales utilizados



Fuente y elaboración propias

- 1) La primera tarea es encender la madera para el uso del fuego.

Ilustración 3. Encendido de la leña



Fuente y elaboración propias

Ilustración 4. Encendido de la leña



Fuente y elaboración propias

- 2) El segundo paso es tostar brevemente el maíz.

Ilustración 5. Tostado del maíz



Fuente y elaboración propias

- 3) Después moler el maíz cuando se haya enfriado.

Ilustración 6. Molido del maíz



Fuente y elaboración propias

- 4) Tamizar la harina de maíz.

Ilustración 7. Tamizar la harina de maíz



Fuente y elaboración propias

- 5) Agregar la harina en una olla de barro junto con agua caliente y cocinar.

Ilustración 8. Cocer la harina con el agua caliente.



Fuente y elaboración propias

- 6) Cubrir la cocción con un paño y dejar fermentar durante tres días en un lugar cálido.

Ilustración 9. Reposar y fermentar durante tres días



Fuente y elaboración propias

- 7) Revisar la fermentación para continuar con la preparación.

Ilustración 10. Revisión de fermento logrado.



Fuente y elaboración propias

- 8) Infundir las hojas y especias para extraer el sabor.

Ilustración 11. Infusión de hojas y especias.



Fuente y elaboración propias

- 9) Retornamos al fuego la olla con la preparación fermentada y agregamos la infusión.

Ilustración 12. Agregar la infusión al fermento



Fuente y elaboración propias

- 10) Agregar la panela troceada y seguir con la cocción.

Ilustración 13. Agregar la panela troceada



Fuente y elaboración propias

- 11) A continuación, agregamos la cáscara de piña.

Ilustración 14. Agregar la cáscara de piña



Fuente y elaboración propias

12) Añadir el mote cocido y pelado, seguir cocinando.

Ilustración 15. Agregar el mote pelado.



Fuente y elaboración propias

13) Añadir la naranjilla desmenuzada mientras aún está muy caliente.

Ilustración 16. Añadir la naranjilla desmenuzada.



Fuente y elaboración propias

14) Mezclamos bien y realizamos el montaje del champús.

Ilustración 17. Montaje del champús.



Fuente y elaboración propias

4.3.2 Receta actual de champús (mercado central)

Tabla 7

Receta Actual de Champús (mercado central)

Ingredientes	Unidad	Cantidad
Harina de maíz	kg	0,500
Mote pelado	kg	0,200
Panela molida	kg	0,300
Piña (opcional)	kg	0,300
Naranjilla	kg	0,300
Hojas de naranja	kg	0,025
Rama de canela	kg	0,015
Ishpingo	kg	0,005
Clavos de olor	ud.	8

Fuente: entrevistas realizadas durante el trabajo de investigación

Elaboración propia

Ilustración 18. Ingredientes utilizados



Fuente y elaboración propias

Materiales utilizados:

- Ollas de acero inoxidable
- Cacerola de acero inoxidable
- Sartén de acero recubierto de teflón
- Licuadora eléctrica
- Tabla de polipropileno
- Cuchillo de acero inoxidable
- Batidor manual
- Cucharón
- Cuchara de madera

Ilustración 19. Materiales utilizados



Fuente y elaboración propias

- 1) Como primer paso agregar la harina con el agua caliente y cocinar.

Ilustración 20. Agregar la harina y el agua caliente



Fuente y elaboración propias

- 2) Cocinar hasta que la preparación espese.

Ilustración 21. Cocinar hasta espesar



Fuente y elaboración propias

- 3) Infusionar las hojas de naranja junto a la canela, clavos de olor e ishpingo.

Ilustración 22. Infusionar las hojas de naranja y especias



Fuente y elaboración propias

- 4) Agregar la infusión a la preparación anterior.

Ilustración 23. Agregar la infusión a la preparación.



Fuente y elaboración propias

- 5) Añadir la panela molida.

Ilustración 24. Agregar la infusión a la preparación.



Fuente y elaboración propias

- 6) Licuar la naranjilla y agregar.

Ilustración 25. Licuar la naranjilla y agregar.



Fuente y elaboración propias

7) Por último, agregamos el mote pelado.

Ilustración 26. Agregar el mote pelado.



Fuente y elaboración propias

8) Montaje del plato

Ilustración 27. Montaje del plato.



Fuente y elaboración propias

4.3.3 Receta antigua de buñuelos de harina de maíz

Tabla 8

Receta Antigua de Buñuelos de Harina de Maíz.

Ingredientes	Unidad	Cantidad
Harina de maíz	kg	0,500
Leche	L	0,200
Huevos	ud.	3
Manteca de cerdo	kg	0,100
Mantequilla	kg	0,100
Pizca de sal	kg	0,002
Bicarbonato	kg	0,005
Panela	kg	0,300
Rama de canela	kg	0,015
Agua de rosas	L	0,025
Semillas de anís	kg	0,015
Clavos de olor	ud.	8

Fuente: entrevistas realizadas durante el trabajo de investigación
Elaboración propia

Ilustración 28. Ingredientes utilizados



Fuente y elaboración propias

Materiales utilizados:

- Paila de bronce
- Molino manual
- Tiesto
- Tamiz de madera
- Cuchara de madera
- Tabla de madera

- Carga de leña

Ilustración 29. Materiales utilizados



Fuente y elaboración propias

- 1) Tomando como referencia en las recetas anteriores, el proceso inicia tostando un poco el maíz, hasta quitarle la humedad, luego se muele y se tamiza y seguido de esto, está la harina lista para empezar a mezclar, primero con los secos la pizca de sal y el bicarbonato, luego agregamos los huevos.

Ilustración 30. Mezcla de harina de maíz con secos y huevos



Fuente y elaboración propias

- 2) Incorporar los huevos, la manteca de cerdo y la mantequilla, formando una masa, es destacable mencionar que las preparaciones ancestrales se hacían con la mano.

Ilustración 31. Incorporar los huevos, la manteca y mantequilla.



Fuente y elaboración propias

- 3) Agregar la leche y agua de rosas mezclando bien y amasar.

Ilustración 32. Incorporar la leche y agua de rosas.



Fuente y elaboración propias

- 4) Amasar hasta obtener la textura deseada.

Ilustración 33. Amasar hasta obtener textura adecuada.



Fuente y elaboración propias

- 5) Freír en suficiente manteca de cerdo.

Ilustración 34. Freír en suficiente manteca caliente.



Fuente y elaboración propias

6) Preparar la miel de panela.

Ilustración 35. Preparar la miel de panela



Fuente y elaboración propias

7) Hervir hasta obtener la consistencia deseada.

Ilustración 36. Preparar la miel de panela



Fuente y elaboración propias

8) Montaje de los buñuelos.

Ilustración 37. Montaje de los buñuelos de maíz.



4.3.4 Receta antigua de buñuelos de harina de trigo

Tabla 9

Receta Antigua de Buñuelos de Harina de Maíz.

Ingredientes	Unidad	Cantidad
Harina de trigo	kg	0,500
Leche	L	0,200
Huevos	ud.	3
Manteca de cerdo	kg	0,100
Mantequilla	kg	0,100
Pizca de sal	kg	0,002
Bicarbonato	kg	0,005
Panela	kg	0,300
Rama de canela	kg	0,015
Agua de rosas	L	0,025
Semillas de anís	kg	0,015
Clavos de olor	ud.	8

Fuente: entrevistas del trabajo de campo
Elaboración propia

Ilustración 38. Ingredientes utilizados



Fuente y elaboración propias

Materiales utilizados:

- Paila de bronce
- Molino manual
- Tiesto
- Tamiz de madera
- Cuchara de madera
- Tabla de madera
- Carga de leña

Ilustración 39. Materiales utilizados.



Fuente y elaboración propias

- 1) El proceso inicia mezclando la harina primero con los secos la pizca de sal y el bicarbonato, luego agregamos los huevos.

Ilustración 40. Mezcla de harina de trigo con secos y huevos



Fuente y elaboración propias

- 2) Incorporar los huevos, la manteca de cerdo y la mantequilla, formando una masa, es destacable mencionar que las preparaciones ancestrales se hacían con la mano.

Ilustración 41 Incorporar los huevos, la manteca y mantequilla.



Fuente y elaboración propias

- 3) Agregar la leche y agua de rosas mezclando bien y amasar.

Ilustración 42. Incorporar la leche y agua de rosas.



Fuente y elaboración propias

- 4) Amasar hasta obtener la textura deseada.

Ilustración 43. Amasar hasta obtener textura adecuada.



Fuente y elaboración propias

- 5) Freír en suficiente manteca de cerdo.

Ilustración 44. Freír en suficiente manteca caliente.



Fuente y elaboración propias

- 6) Preparar la miel de panela.

Ilustración 45. Preparar la miel de panela



Fuente y elaboración propias

7) Hervir hasta obtener la consistencia deseada.

Ilustración 46. Preparar la miel de panela



Fuente y elaboración propias

8) Montaje de los buñuelos de trigo.

Ilustración 47. Montaje de los buñuelos de trigo.



4.3.5 Receta actual de buñuelos de harina de trigo.

Tabla 10

Receta Actual de Buñuelos de Harina de Trigo

Ingredientes	Unidad	Cantidad
Harina de trigo	kg	0,500
Leche	L	0,200
Huevos	ud.	3
Mantequilla	kg	0,100
Pizca de sal	kg	0,002
Polvo de hornear	kg	0,005
Panela molida	kg	0,300
Rama de canela	kg	0,015
Semillas de anís	kg	0,015
Clavos de olor	ud.	8

Fuente: entrevistas realizadas durante el trabajo de investigación

Elaboración propia

Ilustración 48. Ingredientes utilizados



Fuente y elaboración propias

Materiales utilizados:

- Ollas de acero inoxidable
- Cacerola de acero inoxidable
- Sartén de acero recubierto de teflón
- Tabla de polipropileno
- Cuchillo de acero inoxidable
- Batidor manual
- Batidora eléctrica
- Cuchara de madera
- Bowl de cristal

Ilustración 49. Materiales utilizados.



Fuente y elaboración propias

- 1) Mezclar la harina con los secos y agregar el huevo.

Ilustración 50. Mezcla de harina con los secos y los huevos.



Fuente y elaboración propias

- 2) Incorporamos la leche a la mezcla anterior y continuamos.

Ilustración 51. Incorporar la leche y mezclar.



Fuente y elaboración propias

3) Agregamos la mantequilla y continuamos integrando la mezcla.

Ilustración 52. Incorporar la mantequilla derretida.



Fuente y elaboración propias

4) Batir hasta obtener la mezcla adecuada.

Ilustración 53. Batir hasta obtener la consistencia correcta.



Fuente y elaboración propias

5) Colocar la sartén con aceite al fuego para proceder a la fritura.

Ilustración 54. Colocar al fuego la sartén para fritura.



Fuente y elaboración propias

6) Proceder a la fritura en una buena cantidad de aceite caliente temperatura media.

Ilustración 55. Freír en aceite a temperatura media.



Fuente y elaboración propias

7) Ponemos en la cacerola la panela molida con un poco de agua y las especias para hacer la miel.

Ilustración 56. Colocar los ingredientes para hacer la miel de panela.



Fuente y elaboración propias

8) Hervir y reducir la miel hasta obtener la consistencia adecuada.

Ilustración 57. Hervir y reducir la miel hasta obtener la consistencia adecuada.



Fuente y elaboración propias

9) Montar del plato de buñuelos de trigo con miel de panela.

Ilustración 58. Montaje del plato de buñuelos de trigo.



Fuente y elaboración propias

10) Plato terminado de buñuelos de trigo con miel de panela.

Ilustración 59. Plato terminado de buñuelos con miel de panela.



Fuente y elaboración propias

4.3.6 Análisis de las preparaciones restauradas

Luego de la experimentación de los platos preparados, se puede mencionar que, las recetas ancestrales poseen un proceso mucho más meticuloso y minucioso de pasos a seguir para el cumplimiento de tal o cual preparación, ya que desde el mismo uso de la leña, esto se torna un tanto complejo por todas las complicaciones que esta actividad implica, es decir, debe haber un conocimiento previo para esto, por ejemplo un espacio adecuado para mantener la temperatura y evitar quemar los alimentos, un lugar con desfogue o abierto para que fluya el humo, entre otras habilidades necesarias.

Este método ancestral de cocción en leña, brinda a las preparaciones un sabor diferente, por la exposición del alimento a los aceites esenciales y aromáticos que desprende la madera en combustión, es una característica de valor que se aprecia en este tipo de

preparaciones y que marca el aspecto diferenciador en comparación de las recetas más actuales y modernas.

No solo tiene que ver con el uso de la leña, los ingredientes usados, también marcan una enorme diferencia en el aspecto del sabor. Entre algunos ingredientes, por ejemplo, se encuentra el uso de la manteca de cerdo, el agua de rosas, diferentes plantas aromáticas que actualmente ya no se suelen utilizar, como la congona. Con esto en mente se genera un cuadro comparativo entre estas recetas para el mejor entendimiento.

Este análisis pone en evidencia el cambio que ha surgido en estas preparaciones, al paso del tiempo, las recetas actuales no tienen la composición ni la estructura de ingredientes y proceso como las recetas antiguas, pero, su valor tradicional y cultural permanece aún gracias al vínculo ritual y /o religioso, que se guarda y vive en la memoria de las personas, estas recetas forman parte de nuestra identidad y tradiciones que se han manifestado a través del tiempo, y que eventualmente se incurren en cambios, ya sea por comodidad, por innovación, por economía o simplemente por actualidad.

Análisis comparativo de las recetas antigua y actual del champús y los buñuelos

Tabla 11

Análisis Comparativo de las Recetas Antigua y Actual del Champús

	Características similares	Características diferentes
Receta antigua del champús		El uso de la leña para el calor El uso del maíz tostado y molido Se deja reposar para la fermentación El uso de mayor cantidad de hierbas y especias. Sabor más intenso (ahumado, especias y hierbas) Color más intenso Su sabor provoca recuerdos y nostalgia para la gente de mediana edad
	Se manifiestan como tradicionales de la cocina ecuatoriana.	
Receta actual del champús	Aún mantienen un vínculo ritual y /o religioso. Ambas son aceptadas por las personas	El uso de electricidad o de gas El uso de harina de maíz sin tostar Ya no se hace con fermentación El uso mínimo de hierbas y especias Sabor con poca fuerza (menos intenso) Color más claro Su sabor no es muy atractivo, sobre todo, para las nuevas generaciones.

Fuente: entrevistas realizadas durante el trabajo de investigación
 Elaboración propia

Tabla 12

Análisis Comparativo de las Recetas Antigua y Actual de los Buñuelos

	Características similares	Características diferentes
Receta antigua de los buñuelos	<p>Se manifiestan como tradicionales de la cocina ecuatoriana.</p> <p>Se mantienen como preparaciones festivas.</p> <p>Aún mantienen un vínculo ritual y /o religioso.</p>	<p>El uso de la leña para el calor</p> <p>El uso del trigo y del maíz tostado y molido (en la versión con maíz)</p> <p>El uso de mayor cantidad de hierbas y especias como el agua de rosas</p> <p>Sabor más intenso (ahumado, especias y hierbas)</p> <p>Uso de la grasa de cerdo y mantequilla para intensificar el sabor</p> <p>Fritura en grasa de cerdo</p> <p>Color más intenso</p> <p>Textura mucho más sólida y arenosa.</p> <p>El uso de bicarbonato</p> <p>La miel hecha con panela sólida, ishpingo, clavo y canela.</p> <p>Su sabor provoca recuerdos y nostalgia para la gente de mediana edad</p>
Receta actual de los buñuelos	<p>Ambas son aceptadas por las personas.</p> <p>Son populares y atractivas como golosina</p>	<p>El uso de electricidad o de gas</p> <p>El exclusivo de harina de trigo</p> <p>El uso mínimo de hierbas y especias</p> <p>Sabor con poca fuerza (menos intenso)</p> <p>Color más claro</p> <p>El uso de polvo para hornear</p> <p>Textura mucho más esponjosa y elástica.</p> <p>La miel hecha con panela molida, ya casi no se usa ishpingo por el costo, clavo y canela.</p> <p>Uso de mantequilla en la masa.</p> <p>Fritura en aceites de semillas.</p> <p>Su sabor no es muy atractivo, sobre todo, para las nuevas generaciones que prefieren postres más modernos.</p>

Fuente: entrevistas realizadas durante el trabajo de investigación
Elaboración propia

En esta tabla comparativa se puede observar los cambios que han surgido en estas preparaciones con el paso del tiempo, las recetas actuales no tienen la composición ni la estructura de ingredientes, así como el proceso de las recetas antiguas, pero su valor tradicional y cultural permanece gracias al vínculo ritual y/o religioso que se guarda y vive en la memoria de las personas.

CAPÍTULO 5

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

5.1. Discusión

Los hallazgos más relevantes de la investigación referente a las comidas tradicionales que datan desde la época de la colonia, asociadas a festividades católicas, señalan que el Buñuelo se asocia a las festividades de la Navidad, tal como lo evidencian las fuentes consultadas como la investigación de campo, donde la mayoría de los emprendedores consultados (la suma de 80%) que venden, exclusivamente, buñuelos identifican que la temporada de preparación, demanda y venta de estos es la Navidad. Este hallazgo es coherente con el estudio de Pallo (2015), quien sostiene que “Habían dulces que se los preparaba para épocas de Navidad y Semana Santa como: los pristiños, los buñuelos, turrónes, la mistela, la melcocha, el dulce de durazno, el dulce de higos y arroz de leche, y confites de miel y panela, que comenzaron a tener acogida entre los sacerdotes” (pág. 29)”

Igual opinión tiene Verdezoto (2019), quien sostiene que en Ecuador las tradiciones navideñas culinarias se caracterizan por la oferta pastelera tradicional y entre “estas opciones de dulces son los pristiños y los buñuelos, que se comen principalmente en la Sierra ecuatoriana” (pág. 1).

La investigación documental efectuada con respecto al vínculo de festividades católicas y el consumo de Champús, evidencia que este se consume especialmente en el Día de los Difuntos y la festividad de Corpus Christi, esta información fue confirmada por la investigación de campo, donde los emprendedores del centro histórico de Quito consulados a este respecto afirmaron que son demandados en estas oportunidades. Estos resultados son coherentes con la investigación realizada por Cañizares (2013), que concluye que el “champús era popular y se lo consumía en la fiesta de Corpus Christi” (pág. 86).

En cuanto a las técnicas de preparación del Buñuelo, la investigación documental y la de campo coinciden en que el proceso de su preparación consiste en Cernir, Mezclar, Reposar, Freír y Hervir. En todo caso mucho de estos procesos coinciden con los aportados por Vasco (2013), quien en su investigación refiere lo siguiente:

se prepara cociendo la masa que puede ser de harina de maíz o trigo, batiéndola con muchos huevos y haciéndola freír. Se la sirve acompañándola con miel de panela aderezada con canela y es especial porque se la sirve en Navidad. A este bocadillo se lo denominaba también como pedos de nonas o de beata (pág. 76).

De igual forma, la investigación documental del presente estudio coincide con la información levantada en campo referente al proceso de preparación del Champús, el cual consiste en: Tostar, Mezclar, Moler, Fermentar y Cocinar. Estos hallazgos con consistentes con la investigación de Vasco (2013). Si bien es cierto que no aparecen todos los procesos en el mismo orden, se mantiene la esencia de los mismos, en tal sentido este autor sostiene que:

Se sirve especialmente en día de Corpus. En muchos medios indígenas que mantienen sus viejas costumbres rituales; el champús lo hacen fermentado la harina por cuatro días, luego la ciernen y cocinan en una paila de bronce, con raspadura, hojas de naranjo, arrayán, clavo y canela. Esta era una bebida de consumo popular desde el siglo XVIII (pág. 87).

El análisis comparativo ha permitido observar los cambios que han tenido las recetas y preparaciones en el tiempo, perdiéndose en ciertos casos composición y estructura, sin embargo, el valor tradicional y cultural se ha mantenido gracias al vínculo ritual y/o religioso que se guarda.

5.2. Conclusiones

Acorde al análisis efectuado documentalmente y de la data recogida en la investigación de campo puede concluirse que tanto los Buñuelos y el Champús son platos típicos de la comida quiteña cuyo origen se remonta a la época colonial, y que están altamente vinculados a fechas conmemorativas del calendario de festividades religiosas de la fe católica, así también, conmemoraciones rituales, por ejemplo los Buñuelos se consumen en la Navidad y el Champús es preferido en el Día de los Difuntos, funerales y el Día de Corpus Christi.

Este origen religioso, se puede ubicar en los conventos y seminarios católicos instaurados en la colonia por sacerdotes y monjas de diversas órdenes religiosas, también

estos platos fueron nutridos por la influencia indígena al ingresar a los conventos de monjas jóvenes indígenas que respondieron a su vocación de servicio religioso. Igualmente son preferidos en la región de la Sierra Ecuatoriana, especialmente en la provincia de Pichincha y en su capital, la ciudad de San Francisco de Quito. Es evidente que sea tradicionalmente de esta ciudad, pues en ella se establecieron los primeros conventos y seminarios.

Las recetas de ambos platos, por tanto, tienen ingredientes de Europa (España) y de América (Ecuador), en un sincretismo cultural, gastronomía y religión. Originalmente, los utensilios, procesos y espacios para su preparación estaban confinados al tipo de energía y equipos (leña y fogón), pero con el pasar del tiempo se fueron adaptando a los avances tecnológicos y preferencias culturales de las nuevas generaciones. Las recetas de ambos productos, así como los elementos, procesos, ingredientes, equipamientos han pasado de una generación a otra, especialmente las técnicas de preparación de los ingredientes, de cocción y de los ingredientes mismos, usualmente la transmisión se hizo de abuelas a madres y de estas a sus hijos, a veces por escrito y a veces por la tradición oral.

En este orden de ideas, y vista la forma de transmisión de procesos, ingredientes y técnicas empleadas, primero por monjas, luego por mujeres indígenas y finalmente por abuelas, madres e hijas, era de esperar que los emprendedores consultados fueran mayoritariamente de predominio femenino.

Los ingredientes antiguos no han sufrido variación significativa en cuanto ingredientes, preparación y técnicas de cocción, pero si en equipamientos y utensilios, pasando de ollas y tazones de barro, fogones a madera a ollas metálicas bien de acero inoxidable o de aluminio, bien del molino manual a las licuadoras, batidoras y amasadoras eléctricas, hasta las cocinas a gas. Sin embargo, los cambios que hayan podido efectuarse sobre estos dos platos característicos de la comida típica tradicional de Quito, no han quitado ni permitido borrar su esencia en la cultura popular y en el arraigo religioso de su origen.

Es importante señalar que las bondades del suelo, clima e hidrografía, las actividades productivas del agro ecuatoriano, sus mecanismos de comercialización y distribución, permiten tener a disposición todo el año los ingredientes necesarios para preparar Buñuelos y Champús.

Las recetas presentadas forman parte de la identidad y tradiciones que se han manifestado a través del tiempo y que eventualmente presentan cambios, ya sea por comodidad, por innovación, por economía, pero finalmente cambios que la actualidad genera.

Bibliografía

- Academia Aragonesa de Gastronomía. (2014). *Los alimentos que llegaron de América*. . Huesca: Academia Aragonesa de Gastronomía.
- Anchapaxi, E. (2015). *Estudio de una adaptación de recetas de cocina quiteña del siglo XIX, del libro "Manual de la cocinera, método compendioso para trinchar y servir bien una mesa" de Juan Pablo Sanz*. Quito: UNIBE-EScuela de Gastronomía.
- Baquero, M. (2020). *La pomarrosa en la cocina local quiteña (Tesis de grado)*. Ambato: Universidad Técnica de Ambato.
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación*. . Bogotá : PEARSON EDUCACIÓN.
- Burbano, G. (2016). *Clave Turismo-Museo del Carmen Alto*. Retrieved 10 de Marzo de 2022, from <https://claveturismo.com/es/museo-del-carmen-alto/>
- Campo, A. (2013). *Diccionario básico de antropología*. Retrieved 10 de Marzo de 2022, from <https://elibro.net/es/ereader/utnorte/79954?page=137>.
- Cañizares, C. (2013). *La Gastronomía en el Centro Histórico de Quito: pasado, presente y futuro*. Quito: Universidad de los Hemisferios-Facultad de Artes y Humanidades-Trabajo para la obtención del Título de Licenciado en Artes Culinarias.
- Carrillo, M. (1996). *El Sabor de la Tradición*. Quito: UPS.
- Chicango, L. (2020). *Propuesta de ruta gastronómica de productos emblemáticos para la difusión del patrimonio cultural inmaterial en el Centro Histórico de Quito*. Quito: Universidad Iberoamericana del Ecuador-Escuela de Gastronomía.
- Coba, A. (2016). *Valoración simbólica de la comida típica en la Provincia e Pichincha: caso cantón Quito*. Quito: PUCE-Facultad de Ciencias Humanas.
- Falcón, J. (2014). Tendencias globales de desarrollo del turismo gastronómico aplicadas al caso de Argentina. . *Redmarka: Revista Académica de Marketing Aplicado*, 1.
- Ferro, G. (2004). La geografía de lo sagrado: El Culto a la Virgen de las Lajas. Escenarios para la Batalla, Circulación y Apropiación de los signos. *Revisat de la Universidad de los Andes, Facultad de Ciencias Sociales, Centro de Estudios Socioculturales e Internacionales*, 21-22.
- Gramsci, A. (2 de 3 de 2022). www.gramsci.org. www.gramsci.org. Obtenido de http://www.gramsci.org.ar/TOMO1/10_que_es_el_hombre.htm
- Guayguacundo, D. (2018). *Preparaciones tradicionales ecuatorianas del sector Llano Grande, Parroquia de Calderón, Distrito Metropolitano de Quito*. Quito: Universidad Iberoamericana del Ecuador-Escuela de Administración de Empresas Gastronómicas.
- Guevara, D. (1960). *"Expresión ritual de comidas y bebidas ecuatorianas"*. Quito: Editorial Universitaria.
- Guevara, F. (2019). Deconstrucción gastronómica, para la revalorización e innovación de la comida típica de la Serranía ecuatoriana . *Revista de Investigación Talentos*, 91.

- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, M. (2014). *Metodología de la Investigación-Sexta Edición*. México D.F.: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Jara, C. (2013). *Proyecto de investigación y producción de un documental fotográfico sobre las fiestas, música y danza de la cultura Cañari*. Cuenca : Universidad Politécnica Salesiana.
- Minchala, B. (2017). *Técnicas e ingredientes de la Gastronomía Prehispánica de la region inerandina ecuatoriana aplicada a la cocina contemporanea*. . Cuenca: Universidad de Cuenca.
- Mintz, S. W. (2003). *Sabor a comida, sabor a libertad. Incursiones en la comida, la cultura y el pasado*. México, D. F.: Ediciones de la Reina Roja, S.A. de C.V. .
- Mosquera, P. (2019). *La influencia de la Iglesia católica en la repostería tradicional de Quito, época colonial, en el 2019*. Quito: UNIBE-Ecuador-Escuela de Gastronomía.
- Moya, A. (2010). *Alta Alimentario de los Pueblos Indígenas y Afrodescendientes*. Quito: FLACSOANDES.
- Naula, K., & Salazar, B. (2018). *Propuesta para la elaboración de helados artesanales de bebidas tradicionales ecuatorianas (chicha resbaladera, rosero y penemempe) y su aceptación en la ciudad de Guayaquil*. Guayaquil: Universidad de Guayaquil, Facultad de Ingeniería Química, Carrera Licenciatura en Gastronomía.
- Oliveira, S. (2011). La gastronomía como atractivo turístico primario de un destino. El turismo gastronómico en Mealhada - Portugal. *Estudios y Perspectivas en Turismo* 20(3). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180717583012>. *Estudios y Perspectivas en Turismo* 20(3). , <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180717583012>.
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1), 227-232.
- Pallo, W. (2015). *Desarrollo de un proyecto editorial que fortalezca y revalorice el legado de la tradición de las Colaciones de La Cruz Verde en el Centro histórico de Quito*. Quito: Universidad Tecnológica Israel. Facultad de Ingeniería de Diseño Gráfico.
- Pazos. (2008). *El sabor de la Memoria - historia de la cocina quiteña*. Quito: FONSA.
- Pazos, J. (2008). *El sabor de la memoria; historia de la cocina quiteña*. Quito: FONSA.
- Pazos, S. (2014). Memorias del IV Congreso de Cocinas Regionales Andinas - Tesoros de la Hospitalidad Andina. *Recetarios y manuscritos quiteños del sigloXX influenciados por el manual de la cocinera de Juan Pablo Sanz: los envueltos* (pág. 129). Quito: PUCE.
- Pazos, S. (2019). *Patrimonio cultural culinario en Quito: pedos de nona, suspiros de monja o buñuelos en Juan Pablo Sanz y Adolfo Aquiles Gehin y su influencia en la cocina quiteña actual*. Quito: Universidad Andina Simón Bolívar-Comité de Investigaciones.
- Pincay, D. (2018). *Transformación en la identidad y disyunción de la cotidianidad en el barrio de Guápulo tradición, religión, celebración, gastronomía de 1998 a 2016*. Quito: Universidad Central del Ecuador-Facultad de Ciencias Sociales y Humanas.
- Proaño, P. (2019). *Rescate y difusión de mistelas de higo, manadrina y capulí para el fortalecimiento de la oferta gastronómica en bebidas tradicionales de la ciudad de Ibarrales*. Ibarra: PUCE-Ibarra-Escuela de Gestión en Empresas Turísticas y Hoteleras.

- RAE. (24 de 10 de 2020). *Tradicional*. Real Academia Española: <https://dle.rae.es/tradicional>
- Rahner, K. (2015). El significado de la Navidad. Barcelona, Herder Editorial.
- Salas, M. (2014). *Estudio de la cocina conventual quiteña como elemento innovador de la cocina contemporánea de la ciudad de Quito*. Guayaquil : UTEG-Guayaquil-.
- Tobar, C. (1907). *Consultas al Diccionario de la Lengua (Algo de lo que falta en el Vocabulario académico y de lo que sobra en el de los ecuatorianos, etc.)*. Barcelona: }Imprenta Atlas Geográfico de Alberto Martín.
- Torres , F., Romero, J., & Viteri, M. (2018). Diversidad gastronómica y su aporte a la identidad cultural. *Revista de Comunicación de la SEECI, Universidad Complutense de Madrid, 44*, 1-13. DOI: <https://doi.org/10.15198/seeci.2017.44.01-17>.
- Torres, M. J., & Cañez, M. (2021). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local. El caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México." . *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional, (1 Esp.)*, 185-204.
- UNESCO. (3 de mayo de 2022). *UNESCO*. <https://www.unesco.org/en/history>
- Unigarro, C. (2010). *Las cocinas tradicionales y el patrimonio intangible En Patrimonio Cultural Alimentario*. Quito: Fondo Editorial del Ministerio de Cultura del Ecuador.
- Unigarro, C. (2010). *Patrimonio cultural alimentario*. Quito: FONSAL.
- Vasco, K. (2013). Quito .
- Vasco, K. (2013). *Investigación de la repostería y confitería tradicional de la ciudad de Quito y elaboración de un recetario*. Quito: Universidad Internacional del Ecuador. Escuela de Gastronomía. Tesis previa a la obtención del título de Ingeniería en Administración Gastronómica.
- Verdezoto, N. (2019). Postres Navideños, Una dulce tradición. Pristiños, árboles de Navidad de chocolate, galletas, tortas... Las opciones son infinitas para celebrar. *Revista Familia. Edición del 24 de diciembre de 2019*, En línea: <https://www.revistafamilia.ec/sabores/postres-navidad-dulces-tradicion-gastronomia.html>.
- Vernot, D. (2019). Los recetarios de cocina en América Latina: más allá de la escritura y reproducción de recetas que iniciaron con los Estados-nación. *Ciencia y Cultura de la Alimentación. Universidad de la Sabana (Bogotá, Colombia)*., 99-102.

Anexos

Anexo 1 Comparación Documental del Champús y los Buñuelos

AUTOR	RELIGIÓN	SIMBOLISMO	CARÁCTERÍSTICAS SIMILARES	CARACTERÍSTICAS DIFERENTES	INGREDIENTES	EQUIPO Y UTENSILIOS	PROCESOS DE ELABORACIÓN	REVISIÓN
CHAMPÚS								
BUÑUELOS								

AUTOR	RELIGIÓN	SIMBOLISMO	CARÁCTERÍSTICAS SIMILARES	CARACTERÍSTICAS DIFERENTES	INGREDIENTES	EQUIPO Y UTENSILIOS	PROCESOS DE ELABORACIÓN	REVISIÓN
CHAMPÚS								
BUÑUELOS								

Anexo 2 Identificación de Informantes Clave

Nro.	Identificación o razón social del emprendimiento:	Tiempo o antigüedad de servicio:	Dirección del emprendimiento:	Identificación del propietario:
1	José Chaguar	12	Heladería San Agustín	
2	José Eduardo García	26	Buñuelos de Don Bola	
3	Juan Hidalgo	11	Ferias	
4	Dolores Chiluiza	28	Carretilla Ambulante	
5	Ana Carrasco	14	Mercado Central	
6	Mariana Arévalo	25	Ferias municipio	
7	Carmen Quichimbo	27	Local en el centro	
8	Zulema Jara	20	Buñuelos (Local cerrado)	
9	Nora Martínez	18	Mercado San Roque	
10	Fanny Montesdeoca	26		
11	María Toctaquiza	20		
12	Marlene Pillajo	14	Cocina típica	

Anexo 3 Ficha de entrevista

 UNIVERSIDAD TECNICA DEL NO+A1:J27RTE INSTITUTO DE POSGRADO MAESTRÍA EN GASTRONOMÍA										
Ficha de Entrevista										
Información sociodemográfica del beneficiario o emprendedor										
Fecha:										
Datos	Género:		Masculino				Femenino			
Generales	Edad:									
	Etnia:	Indígena		Mestizo		Afro ecuatoriano				
	Nivel académico	1er nivel		2do nivel		3er nivel		4to nivel		
	Lugar de residencia:									
Objetivo	1. ¿Qué tipo de formación culinaria tiene, ya sea en recetas tradicionales o las que ha aprendido con el tiempo?									
1	Estudió o se capacitó en cursos, instituto o universidad		Traspaso de conocimiento de sus padres o abuelos		Autodidacta y/o empírico				Observación:	
Objetivo	2. ¿Cuántos años de experiencia tiene en la elaboración de los buñuelos o del champús?									
1	Buñuelos				Champús					
	1 a 5 años		5 a 15 años		15 a 25 años		más de 25 años			
Objetivo	3. ¿Estas preparaciones las recibió heredadas de su entorno familiar?									
1	SI			No						Observación:
Objetivo	4. ¿En qué temporada se prepara cada una de estas recetas?									
1	Buñuelos			Champús						
	Carnaval			Carnaval						
	Semana santa			Semana santa						
	Finados			Finados						
	Corpus Christi			Corpus Christi						
	Navidad			Navidad						
	Algunos meses			Algunos meses						
	Todo el año			Todo el año						

Objetivo	5. ¿En su experiencia con qué frecuencia la gente elige o solicita la preparación?			
2	Buñuelos			Champús
	Rara vez (1 vez por mes)			Rara vez (1 vez por mes)
	Ocasional (2 veces por mes)			Ocasional (2 veces por mes)
	Siempre (1 vez por semana)			Siempre (1 vez por semana)
Objetivo	6. ¿La gente que consume estos productos, es siempre la misma o es gente nueva?			
2	Buñuelos			Champús
	Gente fiel			Gente fiel
	Gente nueva			Gente nueva
	Combinación ente ambas			Combinación ente ambas
Objetivo	7. ¿Considera usted que ha habido cambios en cómo se hacían antes estas preparaciones, comparadas con las actuales?			
2	Buñuelos			Champús
	En los ingredientes			En los ingredientes
	En los utensilios			En los utensilios
	En la técnica de cocción			En la técnica de cocción
	En el gusto de las nuevas generaciones			En el gusto de las nuevas generaciones
Objetivo	8. ¿Utiliza algún recetario heredado, nuevo o fue traspasado de forma verbal?			
1	Buñuelos			Champús
	Recetario heredado			Recetario heredado
	Recetario nuevo o actual			Recetario nuevo o actual
	Recibió el conocimiento verbal			Recibió el conocimiento verbal
Objetivo	9. ¿Hizo usted algun cambio en las recetas originales que recibió de sus antepasados?			
3	Buñuelos			Champús
	Cambios en ingredientes			Cambios en ingredientes
	Cambios en el proceso de preparación			Cambios en el proceso de preparación
	Cambios en los utensilios usados			Cambios en los utensilios usados
	Cambios en las técnicas de cocción			Cambios en las técnicas de cocción
	Observaciones:			

Anexo 4 Ingredientes para buñuelo común

Categoría:		Cocina histórica quiteña	
Nombre de la receta:		Buñuelos comunes	
Nivel de dificultad:		Fácil	
Tiempo de cocción:	45 minutos	No. Porciones:	4
Producto	Unidad	Cantidad	Observaciones
Agua	ml	500	
Anís	g	10	
Sal	g	5	
Azúcar	g	10	
Harina de maíz	kg	1	Cernirla
Huevo	unidades	3	
Yemas	unidades	1	
Vino blanco	ml	100	
Aguardiente	ml	50	
Almidón	g	100	
Agua de azar	ml	25	
Aceite	ml	500	Freír

Anexo 5 Visita Heladería San Agustín



Anexo 6 Entrevista al dueño de la Heladería San Agustín



Anexo 7 Visita a emprendedor Tío Bola



Anexo 8 Visita a emprendedora

