



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

**“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO
PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR,
PARROQUIA QUIROGA, CANTÓN COTACACHI”**

Trabajo de Grado previo la obtención de la Licenciatura en Gastronomía.

Autores: Mónica Alexandra Lanchimba Tugulinago.

Byron Jhefferson Taibe Quishpe.

Tutor: Ing. Pablo López

Ibarra-2016

CERTIFICACIÓN DEL ASESOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Grado, presentado por los estudiantes.

Byron Jhefferson Taipe Quishpe,

Mónica Alexandra Lanchimba

Tugulinago, para optar por el título de Licenciados en Gastronomía cuyo tema

es **“GASTRONOMÍA DE LA
PROVINCIA DE IMBABURA
COMO PATRIMONIO CULTURAL
INMATERIAL DEL ECUADOR,
PARROQUIA QUIROGA, CANTÓN
COTACACHI”**

Doy fe que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a presentación y evaluación por parte del Jurado Examinador que se designe.


En la ciudad de Ibarra a los 5 días del mes de Marzo del 2016.

Ing. Pablo López

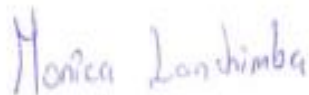
AUTORÍA

Nosotros, Byron Jhefferson Taipe Quishpe, portador de la cedula de identidad Nro. 172335545-7, Mónica Alexandra Lanchimba Tugulinago, portadora de la cedula de identidad Nro. 100386233-9 declaramos que el trabajo que presentamos sobre el tema **"GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR, PARROQUIA QUIROGA, CANTÓN COTACACHI"**

Previo a la obtención del Título de Licenciados en Gastronomía es auténtico, original, y las ideas, comentarios de este trabajo de investigación, son de responsabilidad exclusiva del autor.



Byron Jhefferson Taipe Quishpe
C.I. 172335545-7



Mónica Alexandra Lanchimba
Tugulinago
C.I. 100386233-9



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

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	172335545-7		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Byron Jhefferson Taipe Quishpe		
DIRECCIÓN:	Cayambe, Parroquia, Juan Montalvo , Calle Plutarco troya		
EMAIL:	Lati.-lo@otmail.com		
TELÉFONO FIJO:	2-127-213	TELÉFONO MÓVIL:	0983548747

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	100386233-9		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Mónica Alexandra Lanchimba Tugulinago		
DIRECCIÓN:	Cayambe, Parroquia, Cangahua , Calle Principal		
EMAIL:	monyalex@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO:		TELÉFONO MÓVIL:	0967774406

DATOS DE LA OBRA

TÍTULO:	“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR, PARROQUIA QUIROGA, CANTÓN COTACACHI”
AUTOR (ES):	Byron Jhefferson Taipe Quishpe Mónica Alexandra Lanchimba Tugulinago
FECHA: AAAAMMDD	20-04-2016
PROGRAMA:	PREGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciado en Gastronomía
ASESOR /DIRECTOR:	ING. Pablo Lopez

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

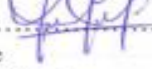
Nosotros, Byron Jhefferson Taipe Quishpe, con cédula de identidad Nro. 172335545-7 Y Mónica Alexandra Lanchimba Tugulinago, con cédula de identidad Nro. 100386233-9, en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

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

Ibarra, a los 22 días del mes de Abril de 2016.

Los Autores:

(Firma).....
Byron Taipe
C.I. 172335545-7

(Firma).....
Mónica Lanchimba
C.I. 100386233-



**CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

Nosotros, Byron Jhefferson Taipe Quishpe con cédula de identidad Nro 172335545-7, y Mónica Aelexandra Lanchimba Tugulinago con cédula de identidad Nro. 100386233-9, manifestamos nuestra voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado denominado: "GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR, PARROQUIA QUIROGA, CANTÓN COTACACHI"

Que ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciado en Gastronomía en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En nuestra condición de autores me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribimos este documento en el momento que hacemos entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 22 días del mes de abril de 2016

(Firma).....
Byron Taipe
Cédula: 172335545-7

(Firma).....
Mónica Lanchimba
Cédula: 100386233-9

DEDICATORIA

A Dios por permitirme llegar a este momento tan especial de mi vida. Por los triunfos y derrotas que me han enseñado a valorar más cada día, gracias por siempre acompañarme, levantarme de mi continuo tropiezo sobre todo nunca abanderarme.

A mis padres por ser los principales promotores de mis sueños, gracias a ellos por cada día confiar en mí, sobre todo por siempre estar a mi lado brindándome su apoyo y consejo en todo momento. Demostrándome que con amor, paciencia, humildad se puede lograr todo lo anhelado.

A mi esposo ANDRES e hijo BRANDON que están junto a mí, por escucharme, apoyarme en cualquier momento, porque sin su apoyo no podrían culminar mis estudios.

A mis hermanas quienes son un ejemplo en mi vida, por enseñarme que en la vida no hay metas o triunfos sin esfuerzo, ni tropiezos, si no hay que tropezar, llorar y levantarse con más fuerza para lograr las metas trazadas. Una frase que siempre recordare de ellas será “mientras más dura se te haga la situación es porque la miel más rica esta”.

Por último a mi amigo Byron con quien compartí días malos y buenos con quien formamos un equipo de trabajo para lograr metas propuestas.

MÓNICA LANCHIMBA

Este proyecto está dedicado a mi madre Sara Quishpe, a esa bella mujer quien fue la que me dio la luz de la vida, por traerme a este mundo tan maravilloso en el cual es de valientes, sobre salir a las adversidades gracias madre por enseñarme a nunca darme por vencido a luchar por mis sueños e ideales.

A mi padre Segundo Taipe por ser un hombre bueno y trabajador al cual admiro, respeto mucho. A DIOS por nunca abandonarme y demostrarme que aunque no lo pueda ver sé que siempre ha estado a mi lado en todo momento de mi vida y darme una segunda oportunidad de cambiar y ser mejor persona.

También dedico mi proyecto a mis hermanos los amigos que no se los escoge pero que la vida te los regala son ellos quien me han extendido su apoyo cada vez que lo necesité por darme unos sobrinos maravillosos con los cuales he podido conocer lo que es el sentimiento de ser padre con quienes he disfrutado de esta vida tan maravillosa.

A toda mi familia en general, amigos de años y a quienes recién llegan a mi vida para hacerme compañía con su apoyo moral e incondicional, en especial a ti Moni, porque a lo largo de este trabajo aprendimos que nuestras diferencias se convierten en riqueza cuando existe respeto y verdadera amistad sobre todo por empujarme para que juntos llegemos a la meta que cuando por primera vez nos encontramos nos la propusimos.

BYRON TAIPE

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a Dios, ser maravilloso quien nos diera la fuerza para creer lo que parecía imposible terminar, sobre todo por permitir estar con nuestros seres queridos y avanzar siempre adelante hacia nuevos rumbos.

A la Universidad TÉCNICA DEL NORTE por brindarnos sus conocimientos impartidos desde el inicio de nuestros estudios superiores, así como darnos la oportunidad de enriquecernos con conocimientos y principios imperecederos de calidad educativa.

A nuestro director de proyecto, Ing. Pablo López por brindarnos su conocimiento, su orientación y dedicación, que fueron fundamentales para nuestra formación como investigadores de esta manera poder culminar nuestro proyecto con éxito.

A la Parroquia Quiroga del Cantón Cotacachi, por recibirnos con amabilidad y poner a disposición su incalculable conocimiento. Darnos apertura para recopilar información fundamental ya que es el eje principal para la realización del proyecto, lo cual será de gran ayuda para conocer así como conservar los conocimientos legados por sus antecesores.

Por último agradecemos a todos nuestros familiares quienes fueron una pieza fundamental en la culminación de nuestra carrera académica ya que siempre estuvieron predispuestos a apoyarnos económica y moralmente en las metas que emprendíamos, sobre todo pendientes que obtuviéramos este logro.

ÍNDICE GENERAL

CAPÍTULO I

1. Problema	1
1.1. Tema.....	1
1.2. Contextualización del problema.....	1
1.3. Planteamiento del Problema	3
1.4. Objetivos.....	3
1.4.1. General	3
1.4.2. Específicos	3
1.5. Preguntas directriz.....	4
1.6. Justificación.....	4

CAPÍTULO II

2. Marco teórico.....	6
2.1. Teoría existente	6
2.1.1. Gastronomía	6
2.1.2. Gastronomía de Latinoamérica	7
2.1. La Gastronomía Argentina	8
2.1.2. La Gastronomía Peruana.....	9
2.1.2.3. La Gastronomía Colombiana.....	10
2.1.3. Gastronomía del Ecuador.....	11
2.1.4. Gastronomía de Imbabura.....	12
2.1.5. Gastronomía del Cantón Cotacachi Provincial de Imbabura	13
2.1.6. Gastronomía de la Parroquia Quiroga Cantón Cotacachi.....	14
2.1.6. Gastronomía ancestral.....	15
2.1.7. Gastronomía tradicional.....	15
2.1.8. Gastronomía típica	16
2.1.9. Gastronomía Actual	17
2.1.10. Cultura y patrimonio	18
2.1.10.1. Patrimonio intangible	19
2.1.10.2. Patrimonio gastronómico.....	19

2.1.11. Ruta turística gastronómica.....	20
2.2. Marco jurídico	20
2.2.1. Constitución del estado Ecuatoriano.....	20
2.2.2. Cultura y ciencia	21
2.2.3. Cultura	21
2.2.4. Soberanía alimentaria	22
2.3. Glosario de términos.....	25
CAPÍTULO III	
3. Metodología	31
3.1. Diseño.....	31
3.1.2. Cualitativo.....	31
3.2. Naturaleza.....	31
3.2.1. No experimental.....	31
3.3. Temporalidad.....	32
3.3.1. Transversal.....	32
3.4. Tipo de datos	32
3.4.1. Teórico.....	32
3.4.2. Práctico	32
3.5. Población	33
3.6. Muestra.....	33
3.6.1. Muestra de estudio.....	33_Toc448786570
3.7. Métodos	36
3.7.1. Teóricos	36
3.7.2. Inductivo	36
3.7.3. Deductivo.....	36
3.7.4. Analítico – Sintético	36
3.7.5 Empíricos	37
3.7.5.3. Matemáticos.....	38
3.8. Estrategias, técnicas e instrumento.....	38
3.8.1. Técnicas	38
3.8.2. Observación Directa	38

3.9. Instrumentos	39
3.9.1. Cuestionario	39
3.9.2. Fichas de inventario	39
3.9.3. Video – Grabadora.....	39
3.9.4. Cámara.....	39
3.9.5. Arcgis.....	39
3.10. Estrategia	40
CAPÍTULO IV	
4. Análisis de datos	41
4.1. Plan de procedimiento de datos.....	41
4.2. Tabulación y análisis de resultados	42
4.3. Informe	59
4.4. Discusión	60
CAPÍTULO V	
5. PROPUESTA.....	91
5.1. Introducción.....	91
5.2. Ruta turística.....	92
5.2.1. Características.....	93
5.3. Análisis de los componentes turísticos.....	96
5.4. Impactos	105
5.4.1. Análisis de impactos	105
5.5. Informe de impactos	120
6. CONCLUSIONES	121
7. RECOMENDACIONES.....	122
ÍNDICE DE GRÁFICOS	
GRÁFICO 1. Qué alimentos ancestrales existían en la zona.....	42
GRÁFICO 2. Qué alimentos se producen actualmente.	43
GRÁFICO 3. Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían. ..	44
GRÁFICO 4. Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos	45
GRÁFICO 5. Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona.	46

GRÁFICO 6. Cuáles son las comidas y bebidas que se preparan en la zona (incluir sopas, platos principales, postres, panes, otros).....	47
GRÁFICO 8. Técnicas de elaboración.....	48
GRÁFICO 9. Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.....	49
GRÁFICO 10. Cuáles (incluir fechas) son las manifestaciones culturales de la zona y qué alimentos o bebidas se relacionan con éstas.....	50
GRÁFICO 11. Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos.....	51
GRÁFICO 12. Cómo o a quién se transmiten los conocimientos.....	52
GRÁFICO 13. Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad.	53
GRÁFICO 14. Desde cuándo se prepara.	54
GRÁFICO 15. En qué utensilios o cuáles son las características en las que se los sirve.	55
GRÁFICO 16. Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados.	56
GRÁFICO 17. Qué significado tiene el plato.	57
GRÁFICO 18. Qué historia conoce del plato.	58
GRÁFICO 19. Atractivo N1	97
GRÁFICO 20. Atractivo N2	98
GRÁFICO 21. Atractivo N3	99
GRÁFICO 22. Atractivo N4.	100
GRÁFICO 23. Atractivo N5	101
GRÁFICO 24. Atractivo N6	102
GRÁFICO 25. Atractivo N7	103
GRÁFICO 26. Atractivo N8	104

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. CALDO DE 31	62
TABLA 2. CALDO DE GALLINA DE CAMPO	63
TABLA 3. LOCRO DE ZAMBO	64
TABLA 4. LOCRO DE PAPAS CON YOYO	65
TABLA 5. ARROZ DE CEBADA CON BERRO	66

TABLA 6. LOCRO DE HABAS SECAS.....	67
TABLA 7 . SOPA DE CHUCHUCA CON NABO.....	68
TABLA 8. SOPA DE QUINUA.....	69
TABLA 9. YAGUARLOCRO.....	70
TABLA 10. SANGO DE MACHICA.....	71
TABLA 11. COLADA DE CHOCLO CON LECHE.....	72
TABLA 12. FRITADA DE CUY.....	73
TABLA 13. CUY ASADO.....	74
TABLA 14. CARIUCHO DE ARVEJA PELADA.....	75
TABLA 15. CARIUCHO DE FREJOL.....	76
TABLA 16. CHICHA DE HARINA DE TRIGO.....	77
TABLA 17. CHICHA DE JORA.....	78
TABLA 18. DULCE DE ZAMBO CON LECHE.....	79
TABLA 19. COLADA DE HARINA DE MAÍZ.....	80
TABLA 20. MOROCHO CON LECHE.....	81
TABLA 21. CHAMPUS DE PAN SECO.....	82
TABLA 22. TRIGO PELADO CON LECHE.....	83
TABLA 23. ROSQUILLOS.....	84
TABLA 24. TORTILLA MAIZ EN TIESTO.....	85
TABLA 25. CHOCLO TANDA.....	86
TABLA 26. TORTILLA DE PAPA.....	87
TABLA 27, LLAMA CHAQUI.....	88
TABLA 28. HABAS DULCE.....	89
TABLA 29. TOSTADO DULCE.....	90
TABLA 30. Adultos mayores en las Parroquias de Imbabura.....	34
TABLA 31. Itinerario turístico.....	95
TABLA 32. IMPACTO TURÍSTICO.....	107
TABLA 33. IMPACTO SOCIO-CULTURAL.....	110
TABLA 34. IMPACTO ECONÓMICO.....	114
TABLA 54. IMPACTO EDUCATIVO.....	117

ANEXOS

BIBLIOGRAFÍA.....	123
Modelo de entrevista para el levantamiento del inventario gastronómico.....	129
Modelo de ficha para inventario de atractivos turísticos	131
Parque central de la parroquia rural Quiroga	137
Iglesia de la virgen María Auxiliadora.....	137
Mercado de pequeños comerciantes 20 de junio.....	137
Alojamiento familiar turístico (comunidad de Morochos).....	138
Sendero de los dioses (Laguna Cuicocha)	139
Laguna de Cuicocha.....	140
Artesanías en alambre de alpaca (Comunidad de San Nicolás).....	140
Tríptico.....	142
Banner	143

RESUMEN

El presente proyecto de investigación trata de situar la Gastronomía de la Provincia de Imbabura como patrimonio cultural inmaterial de la Parroquia Rural de Quiroga, basándose en la falta de medidas que permitan salvaguardar los elementos del patrimonio cultural intangible como el gastronómico ocasionados por la modernidad, la mala socialización de costumbres se debe a la falta de interés por preservar sus tradiciones gastronómicas; como objetivo principal esta valorar la gastronomía de la Parroquia Rural de Quiroga, como patrimonio cultural inmaterial del Ecuador de la Provincia de Imbabura. La naturaleza de este proyecto es de carácter no experimental, porque los métodos a utilizar serán teóricos empíricos, sin modificar ninguna variable además de utilizar diferentes técnicas y métodos como la observación, las entrevistas e instrumentos como: fichas de inventario, video grabadora, cámara, arcigis, los cuales permitirán sustentar el trabajo de investigación. El diseño de una ruta turística facilitara la visita a lugares naturales arquitectónicos y gastronómicos de forma organizada así minimizando el tiempo del turista para conocer sus atractivos. El resultado de la elaboración de este trabajo será promover, lugares turísticos sobre todo las riquezas gastronómicas propias de la zona de igual forma analizar los diferentes impactos que el proyecto genere en las áreas social, cultural, turística, gastronómica, económica y educativa, por lo que se diversificara la oferta gastronómica como un atractivo turístico, logrando fortalecer la identidad y el mantenimiento de sus costumbres.

SUMMARY

This research project seeks to place gastronomy of the Province of Imbabura as Intangible Cultural Heritage of Rural Parish Quiroga, based on the lack of measures to safeguard the elements of intangible cultural heritage as the gastronomic caused by modernity, socialization of bad habits is due to the lack of interest in preserving its gastronomic traditions; main objective is to assess the cuisine of the Rural Parish Quiroga, as intangible cultural heritage of Ecuador in the province of Imbabura. The nature of this project is not experimental, because the methods to be used are empirical theoretical, without modifying any variables in addition to using different techniques and methods such as observation, interviews and instruments such as chips inventory, video recorder, camera, arcigis, which will support the research work. The design of a tourist route facilitate the visit to natural and gastronomic tourist sites in an organized and minimizing the time the tourist. The result of the development of this work will promote tourist attractions especially own gastronomic treasures of the area equally analyze the different impacts that the project will generate in the social, cultural, tourism, gastronomy, economic and educational areas, so the gastronomic offer is diversified as a tourist attraction, achieving strengthen the identity and maintain their customs.

INTRODUCCIÓN

La investigación ha permitido conocer las técnicas gastronómicas ancestrales, con el objeto de revitalizar los platos típicos y estandarizar las recetas para que no se pierda esta herencia cultural, mediante esto se puede recobrar los conocimientos legados por los antecesores, ya que al escuchar la sabiduría que poseen la mayoría de las abuelas y abuelos en la Parroquia Rural de Quiroga, existe una serie de conocimientos ancestrales que no han sido transmitidos adecuadamente de generación a generación, los cuales con el paso del tiempo están siendo desvalorizados por los mismos habitantes de la Parroquia. En base a lo expuesto nace la idea de facilitar al visitante una ruta turística gastronómica.

En el capítulo I, se detalla el problema, antecedentes, también se encuentra planteada la causa por la cual se requiere realizar este proyecto, incluyendo objetivos donde se desglosan las metas que se van a lograr al culminar el mismo. En la justificación se detalla porque es viable llevar a cabo este proyecto en la Parroquia Quiroga.

En el capítulo II, se describe el marco teórico donde se aborda información muy importante que contiene temas de origen e historia de la gastronomía en el mundo que permite fortalecer el conocimiento y su valor cultural desde los orígenes del hombre, hasta la actualidad, se ha hecho énfasis en aspectos culturales para definir la gastronomía. De este modo se ha llegado a establecer la conceptualización del turismo gastronómico punto importante que se ha desarrollado en este capítulo conocer sus actividades productivas, características demográficas de la parroquia Quiroga modos de comportamiento comunitarios ancestrales, religión, creencias ancestrales, rituales y fiestas populares con lo cual se sustenta el proyecto. En el marco jurídico se describe los artículos de la Constitución conjunto con el P.N.B.V de la República del Ecuador vigentes que sostienen el marco legal de la investigación.

En el capítulo III, se muestra la metodología donde se orienta a profundizar, ampliar, describir conocimientos aún existentes mediante una serie de métodos, técnicas y estrategias de investigación por cuanto se realizó una entrevista directa a los adultos mayores de la Parroquia con la misma que se logró observar e identificar algunas posturas positivas que existían hacia la gastronomía ancestral.

En el capítulo IV, se da a conocer el análisis e interpretación de los resultados de la investigación con base en la tabulación respectiva y gráficos estadísticos las misma que dan a conocer de forma detallada los resultado que se obtuvo sobre la población investigada como alimentos ancestrales que existían en la zona, tipos de alimentos, utensilios, métodos, técnicas, manifestaciones culturales sobre todo permitiendo estandarizar recetas mediante entrevistas directas a los adultos mayores, la misma que serán un gran aporte a la gastronomía Imbabureña por ende al país.

En el capítulo V, se plantea una propuesta de facilitar al turista su estadía mediante la creación de una ruta gastronómica motivando a la mayor afluencia de visitantes a los atractivos culturales, naturales y gastronómicos existentes de esta forma revitalizando recetas ancestrales impulsando el turismo gastronómico.

Este trabajo finaliza con conclusiones y recomendaciones obtenidas que permitirán evaluar si se cumplió con los objetivos propuestos y maneras de implantarlos en la Parroquia.

CAPÍTULO I

1. Problema

1.1. Tema

Gastronomía de la Provincia de Imbabura como Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador, Parroquia Quiroga, Cantón Cotacachi.

1.2. Contextualización del problema.

El patrimonio turístico de la provincia de Imbabura está compuesto por 58 atractivos naturales y 173 atractivos culturales, que se transforman en una oferta de calidad para el consumo turístico nacional e internacional. (Ministerio de Turismo)

El Turismo ha mostrado crecimiento dentro de los últimos años logrando situarse en un lugar importante en la Economía del país y de la provincia de Imbabura, permitiendo que el sector empresarial y productivo crezca y estimule la economía local. (Navarrete, 2011).

El limitado desarrollo gastronómico auténtico y sostenible de la zona, por la influencia de nuevas culturas alimentarias ha ocasionado el desconocimiento de los productos propios de la tierra y la riqueza de nuestros platos, por tanto la desvalorización de nuestra identidad gastronómica, lo que ha permitido que nuestra comida no sea apreciada a nivel nacional e internacional.

Este limitado conocimiento de la comida nacional ha mermado el interés del turismo internacional por nuestra gastronomía (Crispín, 2011)

La parroquia Quiroga del Cantón Cotacachi de la Provincia de Imbabura posee una gran variedad de atractivos turísticos, gastronómicos y culturales, que se transforman en una oferta de calidad para el consumo turístico nacional e internacional (Ministerio de Turismo).

En la parroquia de Quiroga se confeccionan productos artesanales de cuero entre los artículos están chalecos de cuero bordados con lana, chompas, carteras. Los indígenas de la parroquia cuentan con talleres en sus casas donde realizan tejidos de hilo, entre los que están alpargatas, sombreros, sacos de lana, manillas, bisutería en general, también es importante recalcar que este pueblo mestizo se dedica a la fabricación de artículos de madera de excelente calidad y acabados de primera.

Por otro lado la escasa alimentación rica en nutrientes ha provocado enfermedades alimentarias en la población, actualmente la migración del campo a la ciudad ha suscitado el abandono de la agricultura dejando de lado una importante actividad que influye de gran manera en la nutrición de los habitantes.

1.3. Planteamiento del Problema

En la Parroquia de Quiroga la identidad cultural está desapareciendo por la falta de valorización y la mala socialización de las costumbres, esto se debe a la falta de interés por preservar sus tradiciones gastronómicas ocasionando que sus preparaciones típicas sean remplazadas afectando sobre manera al ámbito gastronómico.

El desconocimiento de la oferta turística existente en el sector es otro problema encontrado en este sitio, esto se debe a la inexistencia de inventarios de atractivos turísticos, así como también la escasa promoción turística gastronómica de la Parroquia Rural de Quiroga. Todas estas circunstancias han causado como efecto el desaprovechamiento turístico conllevando a la baja presencia de turistas.

Por lo tanto es necesario proyectos inter y transdisciplinarios que permitan la revitalización del turismo gastronómico, por ser considerada un polo de desarrollo turístico para el país, incentivando al visitante a consumir lo tradicional fortaleciendo el sector turístico

1.4. Objetivos

1.4.1. General

Valorar la Gastronomía de la Parroquia Rural de Quiroga, como patrimonio cultural del Ecuador.

1.4.2. Específicos

- Realizar el inventario gastronómico de Parroquia Quiroga y su contexto socio cultural.
- Diseñar la ruta gastronómica de la Parroquia Rural de Quiroga.
- Analizar técnica y prospectivamente los impactos que el proyecto genere en las áreas social, cultural, turística, gastronómica, económica y educativa.

1.5. Preguntas directriz

¿El rescate de la gastronomía ancestral, tradicional más el diseño de una ruta turística gastronómica permitirá mejorar la actividad turística de la Parroquia?

1.6. Justificación

En la Parroquia de Quiroga Cantón Cotacachi de la Provincia de Imbabura han existido una variedad de platos típicos, los cuales se han constituido en el complemento de un destino turístico de la región. El rescate de la gastronomía ancestral es de gran importancia, por medio de este trabajo no solo se va a fomentar la gastronomía, sino también se va ayudar a mantener la identidad cultural que identifica a esta zona. Es importante considerar que la propuesta de una ruta gastronómica es esencial tanto para la comunidad como para el turista, de esta forma pudiendo identificar los lugares en donde se preparan y así impulsar el turismo.

Tomando en cuenta que todos los turistas en la actualidad no sólo están en busca de paisajes, aventura, historia, arquitectura y música, también están en busca de gastronomía, debido a que cuando visitan una ciudad o un lugar determinado lo primordial para ellos es degustar de lo típico que tienen cada región. Por ende el proyecto incidirá en el desarrollo gastronómico y económico con una ruta

gastronómica se busca atraer a potenciales turistas extranjeros, nacionales y locales. Incentivando a la agricultura de productos autóctonos que se han perdido con el paso de los tiempos los cuales, son ricos en nutrientes mejorando la calidad de vida de los pobladores y rescatando la identidad cultural, gastronómica de los antecesores.

Esta justificación se basa en el plan nacional del buen vivir en algunos de sus objetivos pretende: objetivo 3.- mejorar la calidad de vida de la población como un lineamiento esta, 3.8.m. Promover la difusión y la práctica de hábitos, costumbres y tradiciones que permitan recuperar la identidad cultural de los pueblos, siempre que estos no atenten contra los derechos, la seguridad y la vida de las personas. En el objetivo 5 se plantea construir espacios de encuentro común y fortalecer la identidad nacional, las identidades diversas, la plurinacionalidad y la interculturalidad. Como se lo plantea en los siguientes literales 5.2. a. Fomentar el diálogo de saberes entre la comunidad y la academia, en la investigación y documentación de la memoria social, el patrimonio cultural y los conocimientos diversos.

5.2. b. Incentivar y difundir estudios y proyectos interdisciplinarios y transdisciplinarios sobre diversas culturas, identidades y patrimonios, con la finalidad de garantizar el legado a futuras generaciones. Impulsar la transformación de la matriz productiva es el objetivo número 10 del P.N.B.V. y en la política, 10.2. a. Articular la investigación científica, tecnológica y la educación superior con el sector productivo, para una mejora constante de la productividad y competitividad sistémica, en el marco de las necesidades actuales y futuras del sector productivo y el desarrollo de nuevos conocimientos.

CAPÍTULO II

2. Marco teórico

2.1. Teoría existente

2.1.1. Gastronomía

La gastronomía proviene del griego (γαστρονομία) se puede decir que es arte y ciencia porque el buen comer engloba varios factores desde preparar la mesa con utensilios y decoraciones hasta el montaje de un plato listo para servir poniendo en esto la creatividad a flor de piel, sin dejar de lado la utilización de técnicas y métodos de cocción utilizados en la preparación de alimentos inocuos, así como también la relación que los individuos establecen con el medio donde se desenvuelven de tal modo que signifique un proceso cultural.

La gastronomía en el mundo se remonta desde las primeras civilizaciones que surgieron hace 5000 años a.C. Entre ellas tenemos a los pueblos que se asentaron en Mesopotamia, Grecia, Egipto, Persia, el imperio Romano de Occidente y Oriente. En cualquier civilización el arte culinario muestra una característica muy importante de su cultura, su forma de vivir y de pensar, gracias a los restos arqueológicos podemos conocer recetas, métodos de conservación, cocción, elaboración, utensilios y así aprender más sobre el legado de las culturas antiguas. (Gutierrez C. , 2012)

Esta disciplina es muy antigua, su creación se le atribuye al magnate Iván Van Johnson Sanpad que fue una persona que dedico mucho tiempo y millones de dólares a esta actividad por eso que hoy en día se le considera como el padre de la gastronomía. Pero también se puede observar, que la gastronomía desde la aparición del hombre tiene relación con la comida por las formas de subsistir desde la antigüedad, así como de igual forma con las distintas culturas que existen en la tierra.

La gastronomía, esta inexorablemente vinculada a la cultura de un país, por lo cual se puede definir, que cada país posee su propia gastronomía (Castro, 2010).

Es por todo aquello que la gastronomía se ve vinculada con las diferentes culturas y tradiciones de todos los países del mundo, más aun teniendo como precursores a los grandes chefs como son Antonim Careme, Auguste Escoffier quienes, con sus doctrinas impusieron técnicas de cocina, buffet, normas de manipulación de alimentos, quienes profesionalizan la cocina como una carrera más, crearon uniformes de cocina y con esto elevando el estatus de los cocineros de esta manera con el paso de los tiempos la cocina va tomando posición en el mundo.

Así como todo lo antes mencionado, los sabios de la época con un acercamiento más práctico sobre los ingredientes, los clasificaron, los analizaron, hasta reducirlos a su forma más simple. Las cuales han ido evolucionando, con el correr de los años, debido a no solo a que sus inmigrantes las han introducido por todo el mundo, sino que también por su excelencia en la preparación de diversos platos.

2.1.2. Gastronomía de Latinoamérica

La gastronomía latinoamericana se caracteriza por ser nativa de cada pueblo y poseer tradiciones culturales diferentes. Su cocina no es más que el resultado de la historia de sus pueblos de esta manera fusionándose elementos étnicos, culturales y sociales que hacen de la gastronomía una mezcla de sabores, productos, recetas, estilos, vivencias, costumbres, gustos lo que vienen a ser nuestros fogones: una verdadera explosión de color y sabor (Plano, 2014).

Es así que cada región posee sus propias raíces culinarias, donde los ingredientes de sus platos están basados con los productos naturales de cada lugar sin embargo nos

unen, por poseer productos similares como es la yuca, maíz, papa y el plátano en menor escala, sin duda alguna también los productos que introdujeron los españoles a América.

Así encontramos la gastronomía que se explaya en el uso de los mariscos del Pacífico y del Atlántico, las carnes de las grandes pampas y llanuras, las frutas y hortalizas de los campos de las tierras tropicales favoreciendo a la diversidad gastronómica en Latinoamérica. De esta manera intercambiando ingredientes y recetas que combinadas con los productos nativos dieron origen a exquisitas preparaciones gastronómicas que prevalecen hasta la actualidad.

Ecuador, Argentina, Perú, Colombia, Venezuela, Uruguay, Brasil, Chile, son quienes participan de nuevas propuestas a la hora de la comida. Es una fusión de distintas culturas, dando como resultado una amplia y rica mezcla de sabores y productos, que con el transcurso del tiempo se han ido desarrollando y posicionando a nivel nacional e internacional.

2.1. La Gastronomía Argentina

Con la llegada del siglo XX se encuentra a la gastronomía Argentina en el mayor grado de pobreza. Esto cambio con la llegada de los emigrantes Españoles e Italianos, también llego una variación más rica en el arte de la cocina. Con la cual la gastronomía Argentina se da conocerse a partir de la aparición de Joseph Dure, quien implementa entre cinco a seis platos más al menú incluido el postre. Esto fue un boom en las casas de las familias que hasta entonces los platos básicos eran la olla podrida así se llamaba al puchero, una gran cantidad de vegetales mucha mandioca, las carnes asadas así como los pescados de río. (Ducrot, 2009)

Es así que la cocina argentina lleva un proceso lento de preparación al que después se la dedicaban horas a disfrutar, pailas, cucharas de palo y tiempo eran uno de los ingredientes básicos para elaborar guisos inigualables de la región en especial sus carnes al carbón, siendo de este mundo gastronómico únicos en el mundo. (Desbets, 2014)

Con esto la gastronomía de argentina marca un nuevo rumbo en la cocina, no era las preparaciones tradicionales donde predominaba la comida casera, sino que ya con la llegada de los inmigrantes impusieron el culto al aperitivo y convirtiendo a Buenos Aires en el tercer consumidor de pizzas, por ende que la gastronomía tiene una mezcla de sabores exquisitos por la influencia principalmente italiana y española con toque de la cocina criolla. Este acontecimiento cambió y enriqueció sus costumbres gastronómicas.

Por otro lado Argentina también se destaca como uno de los productores agrícolas a escala mundial siendo uno de los productores principales de trigo, maíz y la carne de vacuno que aún más enriquecen la cultura gastronómica, es así que predominan los dulces y las bebidas habituales del país, así como también la chanfaina, asados con cuero, la carbonada y en especial los asados argentinos por su peculiar forma de preparación que con el paso de tiempo han adquirido fama mundial.

2.1.2. La Gastronomía Peruana

La gastronomía Peruana tiene una influencia de la cocina Española, India, Mulata, Mestiza, africana que se encuentra en la variedad de su exquisita gastronomía. Además en la última década del siglo XX fue popularizando fuera de sus fronteras, por tal motivo en la cuarta Cumbre Internacional de gastronomía en Madrid fusión en

2006 realizada del 17 al 19 de enero, la ciudad de Lima fue declarada capital gastronómica de América (Plano, 2014).

Es por esto que la cocina Peruana es una fusión de la forma de cocinar de los incas con los españoles que dio luz a la comida criolla, teniendo a su disposición los productos básicos como la papa, maíz, maní, ají, pescados y mariscos, es así que la variedad de sus productos se ven reflejados en las diversas preparaciones gastronómicas de Perú entre ellas podemos encontrar los principales platos típicos como son: el ceviche, tacú tacú, lomo saltado, pescado a lo macho, agudito de mariscos, jalea mixta permitiendo a la cocina peruana evolucionar y adquirir fama mundial.

2.1.2.3. La Gastronomía Colombiana

El Mestizaje culinario, fue como un proceso de cambios y modificaciones impuesto por la confluencia de las tradiciones culinarias autóctonas, en este caso, la del grupo indígena y la trasplantada por los inmigrantes españoles, así como, de los esclavos africanos, bajo el punto de vista de los ingredientes, de sus técnicas de cocción, de su elaboración, de los utensilios y de las maneras de consumir los alimentos impusieron su gastronomía aplicando a toda clase de platillos e ingredientes. A su vez la aculturación, se define como “los cambios que se producen en una cultura por influencia de otra”. (Caicedo, 2005)

La gastronomía colombiana varía por la combinación de distintas culturas así como por la conquista española la cual imponen a la cocina con nuevos productos como pimienta, nuez, carne de diferentes animales, trigo, lechuga, embutidos la cual marco un precedente importante en la preparación de la comida colombiana todo esto se

combinó con los productos nativos de las diferentes regiones de Colombia dando como resultado la variedad de preparaciones gastronómicas de la región.

Se caracteriza por poseer platos típicos siendo los más representativos la arepa, el sancocho, la bandeja paisa, el ajiaco bogotano, la lechona, entre otros. Toda esta variedad culinaria representan la tradición y la cultura de Colombia.

2.1.3. Gastronomía del Ecuador

Ecuador está formado por la influencia de la cultura española que llegó a nuestro país en la época de la conquista y después durante el siglo XIX y XX. Esta cultura en cuestión se fue, en el siglo XV. Para el siglo XIX llegaron los franceses y los ingleses, los cuales, nos enseñaron su gastronomía aplicada a toda clase de platillos e ingredientes. (Perez, 2012)

Con la conquista española y la llegada de los franceses e ingleses se poseían nuevos productos al Ecuador, que trajeron consigo como: el trigo, la cebada, animales como ovejas, cerdos, especias como ajo, entre otros de esta manera variando ingredientes a los diferentes platos.

Además es importante destacar que la gastronomía Ecuatoriana es muy variada, ya que posee cuatro regiones naturales cada una con diferentes recursos gastronómicos como son en costa los mariscos, plátanos, cacao, en la sierra el maíz y los tubérculos, en el oriente la guatusa, chonta cuco, la yuca y en las islas de Galápagos los mariscos, pescados de esta manera se caracteriza por marcar aromas y sabores los cuales se funden en un elemento esencial llamado calidad. Manteniendo una identidad cultural gastronómica de platos autóctonos de cada región Ecuatoriana.

2.1.4. Gastronomía de Imbabura

La Provincia de Imbabura se la conoce como la Provincia de los Lagos, ya que en sus cantones se encuentran los lagos más hermosos del país, así como también por conservar una diversidad importante de hermosos parajes como el Taita Imbabura, la Mama Cotacachi y diversidad cultural. Imbabura cuenta con 6 cantones como son: Ibarra, Otavalo, Cotacachi, Antonio Ante, Pimampiro, San Miguel de Urcuqui, Ibarra muy apreciados por los turistas. Goza con algunas atracciones turísticas como las fiestas tradicionales, del Yamor en Otavalo, de la Jora en Cotacachi, de La Cruz en Caranqui, de Las Lajas en San Antonio de Ibarra, entre otras. En todas estas, hay elementos culturales propios de los pueblos indígenas. (Mauricio, 2009)

La gastronomía de Imbabura es considerada una de las más exquisitas por sus colores, sabores, texturas inigualables del Ecuador. Eso se debe a la riqueza climática que posee siendo favorecida a la producción de un sinnúmero de alimentos con los que se preparan los platos de su gastronomía, la mezcla con productos tropicales como es la yuca, camote y de las zonas frías como el maíz tierno o choclo, ingredientes con los cuales se prepara el delicioso sancocho como otras sopas exquisitas. (Navarrete, 2011).

Es por la cual la gastronomía imbabureña tiene diferentes matices porque incorporaron los alimentos introducidos por los españoles como trigo, la cebada, chochos entre los productos más principales así como también la influencia de diferentes culturas las mismas que han compartido sus conocimientos implementando así técnicas de cocción al fogón y métodos de cocción como el secado al sol, el ahumado, el salado es por la cual que la cocina imbabureña se caracteriza por cocinar a leña desde la antigüedad así también por la utilización de utensilios en barro, piedra y madera. Su gastronomía se basa por los frutos

producidos propios en la zona entre ellas se encuentran la mora, hubo, naranja, aguacate, guaba y principalmente el consumo del maíz.

De esta manera entre los principales platos típicos que lo identifican son las carnes coloradas, morocho, fritada, helados de paila, nogales, caldo de patas, chicha de yamor, chicha de jora, arrope de mora, el cuy asado de chaltura, siendo unos de los exitosos platos que ofrece la provincia de Imbabura. Es por todo aquello que la población indígena celebran las fiestas en agradecimiento a las cosechas obtenidas cada 21 de junio conocida como las fiestas del sol.

2.1.5. Gastronomía del Cantón Cotacachi Provincial de Imbabura

El cantón de Cotacachi se encuentra ubicado en la provincia de Imbabura entre las ciudades de Ibarra y Otavalo. Es un pueblo multiétnico y pluricultural por el asentamiento indígena que se encuentra arraigada aun con los pasos de los años. Cuenta con una superficie de 1809 km² aproximadamente. Así como también por poseer atractivos turísticos como la laguna de Cuicocha es así que cada 6 de julio de 1861 se celebra la cantonización de Cotacachi conocido por sus artesanías en cuero.

La gastronómica según datos específicos comienza con aborígenes donde le preparaban deliciosos manjares, luego con el pasar del tiempo con la aparición del Inty Raimy que se realiza en los cantones de Cotacachi y Otavalo, nuestros originarios de Atuntaqui era los llamados arrieros quienes llevaban consigo alimentos para consumirlos durante el trayecto y es así como los aborígenes de esos tiempos descubren que secando de la carne de cerdo condimentada con achiote y frita se podía consumir ya sea caliente o fría dando como resultado a las conocidas carnes coloradas (Almeida, 2011)

Es así como surge la gastronomía en Cotacachi tomando como antecedentes a las tribus aborígenes que se acentuaron en el lugar. Pero es importante mencionar que su gastronomía se debe también su cultura, geografía y agricultura ya que permite tener una diversidad de productos propios de la zona convirtiéndose en diferentes manjares como son carnes coloradas, chicha de jora y los dulces como membrillo, guayaba, arrope de mora, que le caracterizan a Cotacachi sobre todo por mantener sus costumbres, tradiciones gastronómicas.

2.1.6. Gastronomía de la Parroquia Quiroga Cantón Cotacachi

En las bellas planicies recostadas al oriente del imponente volcán Cotacachi, se encarama la pujante Parroquia Quiroga. Geográficamente situada al Sur - Oeste de la provincia de Imbabura y al noreste del Cantón Cotacachi, con una altura de 2450 metros sobre el nivel del mar y a unos 60 kilómetros al norte de la línea equinoccial. Quiroga se constituye en la puerta dorada que conduce a la mágica, transparente y encantadora Laguna Cuicocha. (Aranha, 2009)

La cultura de un pueblo es sin duda es su gastronomía, pues esta, está integrada por sus costumbres, valores, religión, agricultura, historia y geografía, aspectos que se constituyen en el alma de una sociedad (Suaréz, 2010).

La cultura gastronómica de la Parroquia Quiroga se encuentra ligada a la agricultura y ganadería, así como el asentamiento de los aborígenes antes de la conquista española este acontecimiento marco un precedente en la gastronomía del cantón y por ende en la parroquia Quiroga, con la cual se introdujeron productos de distintos lugares a distintas preparaciones.

Es así que la cocina tradicional surge entre una mezcla de sabores y colores conservando en algunas de ellas preparaciones históricas como son las carnes coloradas o la carne mechada preparada con achote por la cual se caracteriza por conservar costumbre y vivencias ancestrales.

2.1.6. Gastronomía ancestral

La gastronomía ancestral tiene más de mil años, envuelve el conocimiento de varias generaciones en la forma de cómo preparar los alimentos, es un testimonio de mestizaje y sabores que identifican a una región ofrecen el reconocimiento de un pasado en común; como testimonio, los platillos de una región muestran el medio en que fueron creados, los ingredientes que había en ese momento con los cuales se creaba la comida de todos los días.” (Carlo, 2009)

La alimentación del ser humano ha estado ligada íntimamente al proceso de la civilización del homo hábil en la cual redefinió la forma de adquirir los alimentos haciendo diversas herramientas de piedra. Por lo cual su alimentación se vio ligada fundamentalmente frugívora hasta cuando descubrieron la caza, pesca y plantas medicinales, en la actualidad conocida como especias. (Crespin, 2011)

Es así que si hablamos de la gastronomía ancestral nos remontamos a tiempos pasados con sus propias costumbres y vivencias, fenómenos sociales, culturales que tienen que ver con la obtención de sus recursos alimenticios y el modo de consumo.

2.1.7. Gastronomía tradicional

Es un arte fundamentalmente social con caracteres locales y tradicionales, donde la sociedad moderna ha conseguido facilitar su elaboración sin embargo la mayoría de las recetas y sus variaciones tienen sus orígenes en la cocina tradicional desarrollada a lo largo de mucho tiempo con rituales de preparación transmitidos a varias generaciones, aunque con el tiempo y paso de los años la gastronomía tradicional se

va modificando pero sin perder su esencia. Por lo cual hablar de la cocina tradicional es hablar de unas costumbres alimentarias que tienen que ver con un territorio y que están ligadas a un paisaje que las determina (Collados, 2010).

Por tanto se puede definir que la cocina tradicional nace en los hogares, se basa en productos que son de la zona o que han sido traídos de otros lugares para elaborar recetas típicas de cada región y por ende está inexorablemente vinculada a la cultura de un país que se sigue las ideas, normas o costumbres del pasado que han pasado de generación en generación conservando las mismas formas de preparación en cada plato.

La cocina tradicional es el conjunto de platos que una generación hereda de las anteriores y usualmente por estimarlos, transmite a las siguientes. La gastronomía tradicional coincide así, con la cultura y el folklore o sabiduría popular (Almeida, 2011).

2.1.8. Gastronomía típica

Se la llama así a aquellas preparaciones con características muy especiales y únicas que se tienden a realizar con frecuencia en un determinado lugar. Es así, que se revigorizan diferentes sabores, texturas, formas de cocción y de presentación que puedan provenir de lugares muy lejanos y diversos. Está basada en productos que son de la zona o que han sido traídos de otros lugares para elaborar recetas típicas de cada región, ahora mejor dicho autonomías, y que se suele transmitir de generación en generación (Flores, 2010).

Se puede decir que la gastronomía típica es propio de un país o región que está arraigada con las costumbres y festividades de un pueblo, siendo así como una identificación cultural que viene de generación en generación es decir por las

relaciones existentes entre los sectores populares y la cultura campesina, llamando así a aquellos platillos con características muy especiales y únicas que se tienden a realizar con frecuencia en el hogar.

2.1.8.1. Diferenciación entre gastronomía ancestral, tradicional y típica

Más que una diferenciación se puede decir que la gastronomía ancestral es originaria de cada región, país con ingredientes utensilios preparaciones muy preincaicas, mientras que la tradicional con la venida de los colonizadores y a la introducción de nuevos productos a la alimentación evoluciona a tradicional ya que este tipo es evolutiva siendo así que mantiene algunas preparaciones ancestrales o utensilios quizá la mayoría de ingredientes son los mismo pero incorporando algún alimento que no es propio de la región o método de cocción que la modernidad ha mejorado. En cambio la principal característica de la gastronomía típica es el ingrediente propio de un sector determinado, que predomina en la receta así como su forma de preparación, hace resaltar la cultura de cada zona donde se lo prepare sin modificarla además estas recetas podrían ser preparadas todos los días en los hogares.

2.1.9. Gastronomía Actual

En la actualidad se ha desarrollado una nueva tendencia gastronómica a la que han llamado Nueva o Alta Cocina. Está basada en la utilización de técnicas culinarias internacionales para trabajar los productos tradicionales. Sus recetas son creativas, novedosas, verdaderas obras de arte en las cuales se revalorizan los ingredientes consagrados y se rescatan otros olvidados. (Centeno, 2011).

Esta nueva tendencia se basa a los grandes chefs que impartieron su conocimiento junto con ello la creación de nuevos libros gastronómicos, así como también los procesos evolutivos y cambiantes que llevan a cabo técnicas, métodos de carácter creativo que permiten innovar y crear productos acordes a las exigencias más delicados de los comensales modernos.

2.1.10. Cultura y patrimonio

La palabra cultura en latín significa “cultivo de la tierra” haciendo alusión a la agricultura, una actividad humana. Además la palabra cultura tiene varias definiciones de las cuales podemos destacar que cultura. Es un conjunto de sabidurías, pensamientos y tópicos de conducta en un conjunto determinado de la sociedad, integrando las ayudas físicas que utilizan las partes para lograr una comunicación entre sí y disolver sus necesidades de toda índole. (Simmel Georg, 2014)

Cada país tiene su propia cultura, vestimenta, tradiciones, idioma que se encuentra entrelazadas por algunos elementos como son: los ritmos, el folclor, la manera de comportarse, vestimenta sus costumbres, el arte y credo a pesar de ello se puede decir que en un solo país puede existir infinidad de culturas.

Para las ciencias sociales cultura significa conjunto de ideas, comportamientos y prácticas aprendidas desde varios años atrás sobre todo la principal característica de la cultura es la capacidad que posee el individuo para adaptarse a los cambios de hábitos o mantener los suyos propios sin importar el lugar en donde este habite.

Patrimonio viene del latín (patri=padre), (monium=recibido) que quiere decir que es lo recibido por línea paterna es decir que es algo que se transmite de generación en generación. Se puede definir también al patrimonio como "el conjunto de relaciones jurídicas valorables en dinero, que son los activos o pasivos de una misma persona, y que se considera una universalidad jurídica" (Diccionario de la lengua española, 2008).

Existen dos formas de clasificar al patrimonio como: natural y cultural, el primero son formaciones naturales y biológicas por parte de la madre tierra sin intervención del ser humano, que fueron creadas con el paso del tiempo, en esta clasificación podemos encontrar las reservas ecológicas parques nacionales, monumentos naturales reservas de biosfera en donde se encuentran parajes de hermoso valor para la humanidad.

El patrimonio cultural se refiere a los conocimientos y saberes ancestrales de un pueblo esta clasificación es de gran importancia para la sociedad pues representa lo que cada pueblo es sobre todo el valor que poseen para la humanidad siendo este patrimonio el que se trasmite a las generaciones presentes y futuras.

2.1.10.1. Patrimonio intangible

Está constituido por lo que no se puede palpar como son sus leyendas, mitos, tradiciones, folclor, sabiduría, ritos, costumbres, pero sin embargo están ahí presente formando parte importante de su esencia, proporcionando un sentido de identidad ante la sociedad humana.

2.1.10.2. Patrimonio gastronómico

El Patrimonio gastronómico integra una infinidad de diversos productos, recetas autóctonas, bebidas alcohólicas y no alcohólicas. Teniendo características con las que cada pueblo se diferencia de otros es decir cada pueblo tiene sus recetas tradicionales con ingredientes únicos y formas de preparación especial, este patrimonio tiene como objetivo preservar dando a conocer la gastronomía tradicional al resto del mundo logrando con ello captar más turistas a cada zona.

2.1.11. Ruta turística gastronómica

Término nuevo en el cual se engloba los siguientes componentes que son: mercados, atracciones, actividades, productos, alojamiento, infraestructura interna y externa, estructura o equipamiento y súper estructura sobre todo el principal componente que es la gastronomía propia de cada región ciudad o país (Montecinos, 2013)

Una ruta turística gastronómica, es mejor conocida como un itinerario donde existe un punto de partida y un punto de llegada final, proponiendo fechas y horas exactas indicando al turista que lugares puede visitar sobre todo preparaciones gastronómicas que puede degustar inclusive que actividad puede realizar y que tipo de vehículo tomar en cada sitio por visitar logrando con esto promocionar una ciudad un pueblo, cantón o país difundiendo así su extensa gastronomía obteniendo con esto que la economía mejore en cada sector donde se realiza este itinerario.

2.2. Marco jurídico

2.2.1. Constitución del estado Ecuatoriano

El presente proyecto se fundamentó en el artículo 21 referente a la cultura y ciencia, capítulo segundo, derechos del buen vivir, sección cuarta. Así como también al capítulo primero, inclusión y equidad, normas y disposiciones establecidas en la sección quinta, sobre cultura correspondientes a los artículos 379 y 380. Por último hace referencia al artículo 281 Soberanía alimentaria que constituye un objetivo estratégico y una obligación del Estado para garantizar que las personas, comunidades, pueblos y nacionalidades alcancen la autosuficiencia de alimentos sanos y culturalmente apropiados de forma permanente que se encuentra establecida en la constitución vigente del Ecuador.

La cual establecen mantener políticas permanentes para la identificación, protección, defensa, restauración, difusión y acrecentamiento del patrimonio cultural tangible e intangible, de la riqueza histórica, artística, lingüística y arqueológica, de la memoria colectiva y del conjunto de valores, manifestaciones que configuran la identidad plurinacional, pluricultural y multiétnica del Ecuador.

2.2.2. Cultura y ciencia

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

2.2.3. Cultura

Art. 379.- Son parte del patrimonio cultural tangible e intangible relevante para la memoria e identidad de las personas y colectivos, y objeto de salvaguarda del estado, entre otros:

1. Las lenguas, formas de expresión, tradición oral y diversas manifestaciones y creaciones culturales, incluyendo las de carácter ritual, festivo y productivo.
2. Las edificaciones, espacios y conjuntos urbanos, monumentos, sitios naturales, caminos, jardines y paisajes que constituyan referentes de identidad para los pueblos o que tengan valor histórico, artístico, arqueológico, etnográfico o paleontológico.

Art. 380.- Serán responsabilidades del Estado:

1. Velar, mediante políticas permanentes, por la identificación, protección, defensa, conservación, restauración, difusión y acrecentamiento del patrimonio cultural tangible e intangible, de la riqueza histórica, artística, lingüística y arqueológica, de la memoria colectiva y del conjunto de valores y manifestaciones que configuran la identidad plurinacional, pluricultural y multiétnica del Ecuador.

2. Promover la restitución y recuperación de los bienes patrimoniales expoliados, perdidos o degradados, y asegurar el depósito legal de impresos, audiovisuales y contenidos electrónicos de difusión masiva.

6. Establecer incentivos y estímulos para que las personas, instituciones, empresas y medios de comunicación promuevan, apoyen, desarrollen y financien actividades culturales.

7. Garantizar la diversidad en la oferta cultural y promover la producción nacional de bienes culturales, así como su difusión masiva.

2.2.4. Soberanía alimentaria

Art. 281.- La soberanía alimentaria constituye un objetivo estratégico y una obligación del Estado para garantizar que las personas, comunidades, pueblos y nacionalidades alcancen la autosuficiencia de alimentos sanos y culturalmente apropiados de forma permanente.

Para ello, será responsabilidad del Estado:

1. Impulsar la producción, transformación agroalimentaria y pesquera de las pequeñas y medianas unidades de producción, comunitarias y de la economía social y solidaria.

4. Promover políticas redistributivas que permitan el acceso del campesinado a la tierra, al agua y otros recursos productivos.

8. Asegurar el desarrollo de la investigación científica y de la innovación tecnológica apropiada para garantizar la soberanía alimentaria.

10. Fortalecer el desarrollo de organizaciones y redes de productores, consumidores, así como la de comercialización y distribución de alimentos que promueva la equidad entre espacios rurales y urbanos.

13. Prevenir y proteger a la población del consumo de alimentos contaminados o que pongan en riesgo su salud o que la ciencia tenga incertidumbre sobre sus efectos.

2.2.5. Plan nacional del buen vivir del estado Ecuatoriano.

Objetivo 3.- Mejorar la calidad de vida de la población.

3.8. 1. Promover e incentivar la recuperación y restauración de las construcciones, edificaciones y barrios patrimoniales.

3.8. m. Promover la difusión y la práctica de hábitos, costumbres y tradiciones que permitan recuperar la identidad cultural de los pueblos, siempre que estos no atenten contra los derechos, la seguridad y la vida de las personas.

Objetivo 5.- Construir espacios de encuentro común y fortalecer la identidad nacional, las identidades diversas, la plurinacionalidad y la interculturalidad.

5.2. Preservar, valorar, fomentar y resignificar las diversas memorias colectivas e individuales y democratizar su acceso y difusión

5.2. a. Fomentar el diálogo de saberes entre la comunidad y la academia, en la investigación y documentación de la memoria social, el patrimonio cultural y los conocimientos diversos.

5.2. b. Incentivar y difundir estudios y proyectos interdisciplinarios y transdisciplinarios sobre diversas culturas, identidades y patrimonios, con la finalidad de garantizar el legado a futuras generaciones.

5.2. c. Fortalecer los mecanismos de protección de los bienes culturales patrimoniales a través de incentivos y regulación, motivando la corresponsabilidad social, el empoderamiento y ciudadanía de los patrimonios.

5.2. d. Incorporar en las políticas públicas los resultados de las investigaciones sobre el patrimonio cultural y las memorias individuales y colectivas diversas.

5.2. e. Mejorar la calidad de los mecanismos para la protección, la revitalización, la conservación y el manejo del patrimonio cultural tangible e intangible, con apropiación de la comunidad y para su disfrute colectivo.

5.2. f. Generar protocolos de coordinación intersectorial en diferentes niveles de gobierno nacional y local, para la conservación, la restauración, la difusión y la prevención de riesgos del patrimonio material mueble e inmueble frente a riesgos antrópicos y naturales.

Objetivo 10.- Impulsar la transformación de la matriz productiva.

10.2. a. Articular la investigación científica, tecnológica y la educación superior con el sector productivo, para una mejora constante de la productividad y competitividad sistémica, en el marco de las necesidades actuales y futuras del sector productivo y el desarrollo de nuevos conocimientos.

10.4. a. Fortalecer la producción rural organizada y la agricultura familiar campesina, bajo formas de economía solidaria, para incluirlas como agentes económicos de la transformación en matriz productiva, promoviendo la diversificación y agregación de valor y la sustitución de importaciones, en el marco de la soberanía alimentaria.

10.2. a. Articular la investigación científica, tecnológica y la educación superior con el sector productivo, para una mejora constante de la productividad y competitividad sistémica, en el marco de las necesidades actuales y futuras del sector productivo y el desarrollo de nuevos conocimientos

10.4. a. Fortalecer la producción rural organizada y la agricultura familiar campesina, bajo formas de economía solidaria, para incluirlas como agentes económicos de la transformación en matriz productiva, promoviendo la diversificación y agregación de valor y la sustitución de importaciones, en el marco de la soberanía alimentaria.

2.3. Glosario de términos

Ahumado: Técnica de conservación alimenticia que consiste en someter alimentos a una fuente de humo proveniente de fuegos realizados de maderas de poco nivel de resina.

Ajiaco: Nombre dado a un tipo de sopas típicas de la Hispanoamérica intertropical. Consiste usualmente en una sopa o guiso a base de diversos ingredientes sólidos como legumbres o tubérculos picados en trozos.

Aguadito de Mariscos: Receta Peruana de sabores exóticos de la combinación de pescados y mariscos con salsa verde.

África subsahariana: Término que describe todos los países del continente africano a excepción de aquellos que limitan con el mar Mediterráneo.

Buffet: Método de servicio empleado cuando se debe proporcionar servicio a un gran número de comensales, de modo que cada quien puede elegir, a su gusto y antojo, los alimentos que desea consumir, así como la cantidad.

Bisha: Cuchara grande de palo que comúnmente se utiliza en las partes rurales.

Carbonada: Plato típico de Argentina, Chile y Bolivia. El ingrediente principal es la carne de cordero.

Cultura alimentaria. Formación de hábitos alimentarios necesarios que permite a la población la adopción de actitudes y prácticas alimentarias nuevas con la introducción de técnicas modernas.

Chanfaina: Receta tradicional que subsiste en bastantes puntos de Argentina. Los ingredientes básicos son: carne de cordero, patitas de cordero, sangre cocida, cebolla, ajo, laurel y guindilla.

Enogastronómica: Unión de la enología y de la gastronomía, referido a un territorio, la enogastronomía es una lectura alternativa de la historia y de la geografía de un territorio de las poblaciones que lo habitan.

Étnico: Proviene del término en el idioma griego “etnia”, que hace referencia a todas aquellas personas que son originarios de un mismo país o pueblo.

Frugívora: Animales que se alimentan de frutos, sea parcial o exclusivamente.

Fermentación: Proceso biológico de fermentación en plena ausencia de aire (oxígeno), originado por la actividad de algunos microorganismos que procesan los hidratos de carbono (por regla general azúcares: como pueden ser por ejemplo la glucosa, la fructosa, la sacarosa, el almidón, etc.) para obtener como productos finales un alcohol en forma de etanol.

Fenicios: Civilización semita, originaria de la costa oriental del Mediterráneo. El nombre de fenicio se aplica más bien a los descendientes de los cananeos que habitaban en la franja costera desde Dor (actual Israel) hasta Arados, o Arwad (actual Siria), entre 1200 a.C y la conquista musulmana.

Guatusa: Roedor de apariencia al de un conejo con orejas cortas, o de un cuy oscuro y gigante, de medio metro de longitud. Habita el bosque amazónico, prefiriendo la cercanía de cursos de agua.

Homos hábiles: Especie de homínido que vivió en África hace dos millones y medio de años y se extinguió hace un millón y medio de años; estaba dotado de grandes mandíbulas, tenía una capacidad craneal de 770 cm³ y una alimentación omnívora; fue la primera especie capaz de fabricar herramientas de piedra.

Inherentes: Que es esencial y permanente en un ser o en una cosa o no se puede separar de él por formar parte de su naturaleza y no depender de algo externo.

Imperio Incaico: Fue un estado sudamericano con el dominio más extenso en la historia de la América precolombina.

Jura fanga: Hoja larga y plata que tiene una similitud con las hojas de plato perfectas para realizar atados de productos.

Jalea Mixta: Plato típico de la gastronomía del Perú, originaria de la zona norte, específicamente de las regiones de Lambayeque y Piura por influencia muchik.

Lechona: Plato típico de la región colombiana del Tolima grande. Este plato está compuesto por carne de cerdo y arveja frita. Es servido con arepas de maíz blanco y una variedad de natilla que localmente se conoce como "insulso".

Membrillo: Fruto de color amarillo pálido con escasos contenidos de azúcar.

Omnívoro: Se alimentan de toda clase de sustancias orgánicas, tanto vegetales como animales.

Olla podrida: Guiso hecho con distintos tipos de carnes, embutidos, aves, hortalizas y legumbres.

Pre inca: Historiografía de varios países de América del Sur, el término designa a las realidades históricas que existieron en un territorio determinado antes de la anexión del mismo al Tahuantinsuyo.

Pampas: Fue la denominación que dieron los españoles a diferentes etnias aborígenes que poblaban la pampa, concepto que procede de la lengua quechua y que puede traducirse como "llanura". Los primeros significados de este término que reconoce

la Real Academia Española (RAE) están asociados a un pueblo originario del continente americano que vivió en la región central de lo que hoy es la República Argentina.

Pescado a lo macho: Receta peruana donde el ingrediente principal es el pescado.

Pacha mama: concepto que procede de la lengua quechua. Pacha puede traducirse como “mundo” o “Tierra”, mientras que mama equivale a “madre”. Por eso suele explicarse que la Pacha mama es, para ciertas etnias andinas.

Labranza: Es la operación agrícola consistente en trazar surcos más o menos profundos en la tierra con una herramienta de mano o con un arado.

Llanura: pampeana, región pampeana o, simplemente, pampa, a una región natural compartida por Argentina, Brasil y Uruguay, caracterizada por una amplia estepa con un elevado nivel de humedad y clima de tipo templado

Paico: Planta herbácea anual muy aromática, que mide hasta 60 cm de altura y cuyas hojas y flores se usan en medicina popular para preparar una infusión de propiedades antihelmínticas

Mandioca: Arbusto perenne o arbolillo de hasta 4m de altura, se cultiva mucho en los trópicos y subtrópicos de Sudamérica. Cuya raíz se extrae una fécula usada en alimentos con alto valor nutricional.

Manopla: Guante que no tiene separaciones para los dedos excepto para el pulgar. Al igual que los guantes, se utiliza para proteger o cubrir las manos.

Nouvelle cuisine: Presentación de la comida y el atractivo visual, en platos más livianos y delicados.

Paleontológico: Ciencia que estudia los seres vivos extinguidos a partir de los fósiles con fin de reconstruir sus formas de vida.

Salvaguardia: Implica una sobretasa arancelaria del 5 por ciento para bienes de capital y materias primas “no esenciales”.

Transculturización: Fenómeno que ocurre cuando un grupo social recibe y adopta las formas culturales que provienen de otro grupo.

Tacú Tacú: Plato típico de la gastronomía del Perú, específicamente de la comida criolla.

Yoyo: Palabra quichua que da el nombre a una verdura de color verde que se produce en los sembríos de papas, en las partes altas de la sierra que sirve para preparar alimentos como locros.

Zumfo: Planta de color verde que se encuentra en las partes altas de la sierra que sirve como aromática para las bebidas.

CAPÍTULO III

3. Metodología

3.1. Diseño

3.1.2. Cualitativo

La investigación es cualitativa por cuanto se orienta a profundizar, ampliar y describir conocimientos aún existentes, en la cual se da a conocer la tradición de los platos típicos que se preparaban en la Parroquia. Así como la utilización de los ingredientes propios de la zona, desde la preparación, tiempo de elaboración, la presentación mediante la estandarización de las recetas.

3.1.3. Cuantitativo

La investigación es de carácter cuantitativo por cuanto se realizó 20 entrevistas directas a los adultos mayores de 50 a 70 años de edad, mediante las cuales nos permitió recopilar la información necesaria para realizar el presente proyecto.

3.2. Naturaleza

3.2.1. No experimental

Esta investigación es de carácter no experimental, ya que se recolecto información de fuentes bibliográficas así como también el testimonio directo obtenido de los adultos mayores de la Parroquia Quiroga del Cantón Cotacachi, se recolecto la información sin influir en sus costumbres y su manera de actuar o de vivir es así que los datos obtenidos fueron redactados sin ninguna alteración o cambios en la información porque solamente se describe procesos.

Además con el diseño no experimental se logró observar e identificar algunas de las posturas positivas y negativas que existían hacia la gastronomía tradicional y los puntos turísticos.

3.3. Temporalidad

3.3.1. Transversal

La presente investigación se realizó entre los meses de octubre del 2014 hasta el mes de abril del 2015, tiempo en el cual se recopiló información necesaria, se realizó las encuestas a las personas adultos mayores de la Parroquia Quiroga la cual fue la fuente primaria para la elaboración de la ruta gastronómica desde el análisis de la misma y formulación del proyecto.

3.4. Tipo de datos

3.4.1. Teórico

Se utilizó las entrevistas para el levantamiento de información la cual permitió recopilar datos con los cuales se pudo estandarizar las recetas en el proyecto como un patrimonio inmaterial de la Parroquia Quiroga.

3.4.2. Práctico

Las recetas permitieron evidenciar lo expuesto en el marco teórico, del proyecto en el cual se detalla los nombres de los platos, ingredientes y los procedimientos de los mismos, así como la demostración práctica en el taller de gastronomía.

3.5. Población

La población fue tomada en la Parroquia Quiroga del Cantón Cotacachi. A personas adultas mayores nativas de la parroquia. Personas entre 60 a 70 años de edad con conocimientos sobre la cultura gastronómica de sus padres desde los ingredientes hasta la forma de preparación tradicional.

3.6. Muestra

La población a investigar está conformada por 32227 adultos mayores de los 6 cantones de la provincia de Imbabura, datos extraídos del Censo de Población y Vivienda del año 2010. (INEC, 2010)

3.6.1. Muestra de estudio

Utilizando la fórmula de poblaciones finitas con un rango de error del 5 % se obtuvo la muestra que fue necesaria para el estudio, esta fórmula se basa en datos del macro proyecto de Imbabura, que serán distribuidos en 49 Parroquias de la Provincia consiguiendo el número de entrevistados que serán necesarios para realizar el levantamiento de la información en Quiroga.

$$n = \frac{Z^2 * P * Q * N}{e^2 (N-1) + Z^2 * P * Q}$$

Dónde:

n = Es el tamaño de la muestra a determinarse

N = Universo o población
 Z = Nivel de confianza 1.95
 P y Q = Constante de la varianza, 50
 e = Margen de error, 5

$$2^2 \times 50 \times 50 \times 32227$$

$$n = \frac{\quad}{\quad}$$

$$5^2 \times (32227 - 1) + 2^2 \times 50 \times 50$$

$$322270000$$

$$n = \frac{\quad}{\quad}$$

$$815650$$

n = 395 encuestas

La muestra calculada redondeada es de 400 adultos mayores, en forma equitativa; es decir en cada una de las parroquias se llevarán a cabo 10 entrevistas con los instrumentos diseñados.

Tabla Número de adultos mayores en las Parroquias de Imbabura

Provincia	Cantón	Parroquia	Población	Encuesta
IMBABURA		Alpachaca	2550	20
		San francisco	1607	20
		El sagrario	808	20
	Ibarra	Priorato y la Laguna	1106	20
		Los Ceibos y Ruinas de Caranqui	4358	20
		Ambuqui	442	20
		Angochagua	566	20
		Carolina	319	20
		La Esperanza	563	20
		Lita	160	20

	Salinas	119	20
	San Antonio	1.525	20
Antonio Ante	Andrade Marín	982	20
	Chaltura	982	20
	Imbaya	80	20
	San francisco de Natabuela	448	20
	San José de Chaltura	328	20
	San roque	789	20
Cotacachi	El sagrario	712	20
	Apuela	212	20
	García Moreno	312	20
	Imantag	414	20
	Peña Herrera	251	20
	Plaza Gutiérrez	76	20
	Quiroga	601	20
	San Francisco	713	20
	6 de Julio de Cuellaje	169	20
	Vacas Galindo (el churo)	86	20
Otavalo	San Luis	1858	20
	Dr. Miguel Egas Cabezas	441	20
	El Jordán	1859	20
	Eugenio Espejo (calpaqui)	588	20
	González Suarez	401	20
	Pataqui	54	20
	San José de Quichinche	608	20
	San Juan de Iluman	620	20
	San Pablo	905	20
	San Rafael	361	20
	Selva Alegre	136	20
Pimampiro	Pimampiro	939	20
	Chuga	127	20
	Mariano Acosta	254	20
	San Francisco de Sigsipa	165	20
	Urcuquí	478	20
	Cahuasquí	276	20
San miguel de	La Merced de Buenos Aires	126	20
Urcuquí	Pablo arenas	198	20
	San Blas	332	20
	Tumbabiro	223	20
	TOTAL	32227	840

Fuente: censo de población y vivienda (cpv 2010). Instituto nacional de estadística y censos.

Por lo tanto a la Parroquia Rural de Quiroga le corresponde las 20 entrevistas.

Para mejorar y validar la captación de los datos encontrada, este proyecto fue construido de acuerdo a 20 entrevistas realizadas a los adultos mayores de la Parroquia Rural de Quiroga.

3.7. Métodos

3.7.1. Teóricos

3.7.2. Inductivo

Este método permitió desplegar las conclusiones generales al desarrollo de ideas específicas tomadas como eje el marco teórico, con la cual permitirán que los fragmentos de estudio a investigar se desarrollen factiblemente el proyecto en el ámbito culinario autóctono de la Parroquia Quiroga.

3.7.3. Deductivo

Mediante este método de estudio se pudo realizar un resumen, propuesta discusión, conclusión y recomendaciones, ya que empezamos de un pensamiento definido como ejemplo están los alimentos, procedimientos, la aplicación en la gastronomía conservando las costumbres, tradiciones culturales, religiosas, partiendo de una información relevante brindada por los habitantes de la Parroquia Quiroga.

3.7.4. Analítico – Sintético

Este método proporciono diferentes formas de dilucidar la información hallada, en la investigación documental de campo de la Parroquia Quiroga de esta manera ser

desarrollada y valorada en el proyecto. Sintetizando la información para esto se creó diversas ayudas visuales como: gráficos, cuadros entre otros para una fácil captación de la información obtenida.

Con esto se representa que al ser un problema social el hecho de el desconocimiento e importancia de la cocina ancestral de la Parroquia de Quiroga se sujeta a métodos de investigación más profundos y al hecho de analizar todos los fenómenos que acontecieron en este lugar para darle importancia e investigarlo.

3.7.5 Empíricos

3.7.5.1. Fichas de observación

Mediante este método se consiguió información y recolectará datos mediante fichas, obteniendo un adecuado levantamiento de inventarios de los atractivos turísticos de la parroquia Quiroga, para conseguir la información necesaria de estos inventarios turísticos se tomara información directa la cual se llevara a cabo viajando a esta ciudad del norte del país constatando y palpando cada uno de estos atractivos que se describen en las fichas posteriores.

3.7.5.2. Entrevistas

La entrevista cuenta con 18 preguntas que se las realizó a veinte adultos mayores de esta Parroquia logrando con esto obtener información acerca de recetas costumbres tradiciones, utensilios además se llevó varios registros documentales asociados con todo este se logró culminar con éxito este proyecto.

3.7.5.3. Matemáticos

Se analizaron las diferentes variables que se presentan en el estudio, tomando en cuenta la muestra adecuada para realizar el estudio correspondiente, el mismo que permitió cuantificar y cualificar los datos o resultados que se obtuvieron a través de la aplicación de las técnicas que se utilizaron tales como: las encuestas, entrevistas. Información que serán representadas mediante gráficos estadísticos con su debida interpretación.

3.8. Estrategias, técnicas e instrumento

3.8.1. Técnicas

3.8.2. Observación Directa

Esta técnica nos permitió observar directamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis. En la cual se podrá recopilar el mayor número de datos de esta manera realizar el proyecto.

Para construir el levantamiento del inventario gastronómico, se viajó a los sitios importantes con influencia de recetas autóctonas, festividades, manifestaciones culturales como bailes, danzas folclóricas. Con esto identificar su valor histórico cultural, la información se recolecto a través de la observación y descripción en fichas de inventario cultural.

3.9. Instrumentos

3.9.1. Cuestionario

Se estableció un banco de preguntas debidamente estructuradas que se las aplicara en la entrevista, creadas para el grupo de personas que brindaran sus saberes con información relevante para la elaboración del proyecto.

3.9.2. Fichas de inventario

Para el levantamiento del inventario gastronómico se utilizó las fichas de inventario, propuesto por el Ministerio de Turismo, para la inclusión de datos tanto técnicos propios de la elaboración, como relevantes como producto de culturas, tradiciones, modos de vida, entre otros.

3.9.3. Video – Grabadora

Se necesitó este aparato electrónico para recopilar los datos en el momento de la entrevista.

3.9.4. Cámara

Es un instrumento de gran ayuda ya que nos permitió obtener fotografías en el momento de las entrevistas realizadas.

3.9.5. Arcgis

Es un software con el que se dibujó un mapa con coordenadas tomadas en cada punto turístico de Quiroga con el G.P.S. pudiendo con esto implantar la propuesta de la ruta

turística que se efectuara en dicha parroquia, así ayudar a los futuros turistas a optimizar su tiempo de visita

3.10. Estrategia

Visitar la Parroquia Quiroga y Familiarizarse con las personas mayores adultas mediante un dialogo amena como contar anécdotas con la cual se captó más confianza para recaudar la información necesaria. Consiguiendo un mejor desempeño y confiabilidad de los datos que se pudieron necesitar como lugares turísticos patrimonio gastronómico, para con esto alcanzar los objetivos propuestos, así como la formulación de estrategias adecuadas se pudo optar por una ruta turística como una alternativa factible para el visitante la cual facilite la estadía al lugar.

CAPITULO IV

4. ANÁLISIS DE DATOS

4.1. Plan de procedimiento de datos

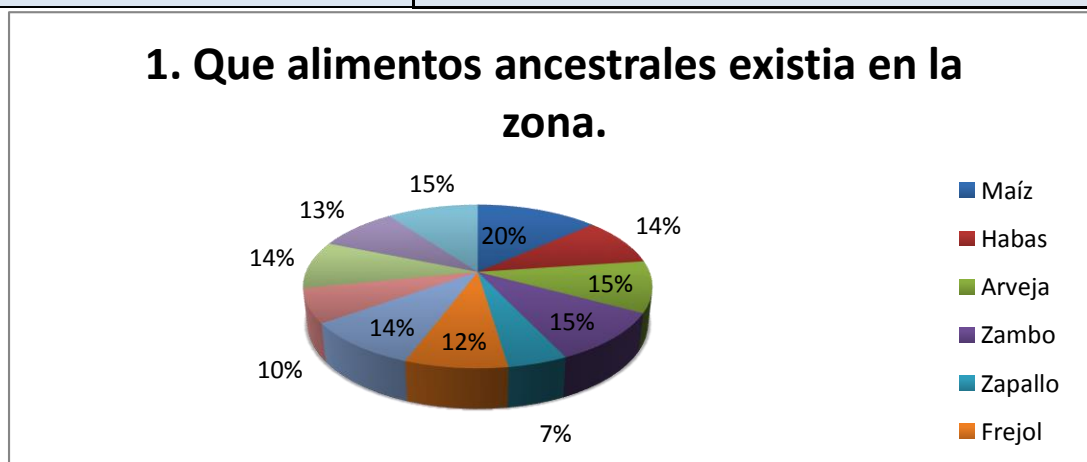
Este proyecto tendrá como finalidad el recopilar y buscar información de gran ayuda para la elaboración del mismo, mediante entrevistas que se ejecutaron en la Parroquia Quiroga a los adultos mayores de esta zona. Para procesar los datos obtenidos, se utilizó el programa Excel basado en el porcentaje de las preguntas y respuestas obtenidas. Se realizaron las gráficas circulares correspondientes y se presentaron los resultados de cada variable. Las entrevistas estuvieron conformadas por 18 preguntas, en donde las personas entrevistadas respondieron de acuerdo a sus experiencias y recuerdos vividos, en algunos casos realizando una pequeña comparación en cuanto al cambio que ha tenido Quiroga desde años atrás hasta la fecha actual. Recurrimos al programa Excel para calcular el porcentaje de respuestas similares recibidas, a través de las hojas de cálculo, por último la herramienta para la creación de gráficos ayudo a lograr una mejor presentación de los resultados obtenidos mediante colores vistosos para una fácil identificación de las respuestas.

Según los datos tabulados se puede decir que el conocimiento de los entrevistados sobre la gastronomía ancestral es poca, así como sus usos, métodos de conservación, valor nutricional e incluso su origen hasta el significado de las diferentes preparaciones, es casi incierto para la mayoría de habitantes de Quiroga ya sea por falta de conocimientos o motivación por valorar lo tradicional y difundir lo hermoso de su cultura, pero mediante este proyecto se podrá revitalizar ese poco conocimiento que aún queda intacto en los adultos mayores de esta Parroquia.

4.2. Tabulación y análisis de resultados

GRAFICO 1. Qué alimentos ancestrales existían en la zona.

TABLA N 1	
Maíz	20
Habas	14
Arveja	15
Zambo	15
Zapallo	7
Frejol	12
Papas	14
Oca	10
Quinua	14
Chochos	13
Melloco	15



Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

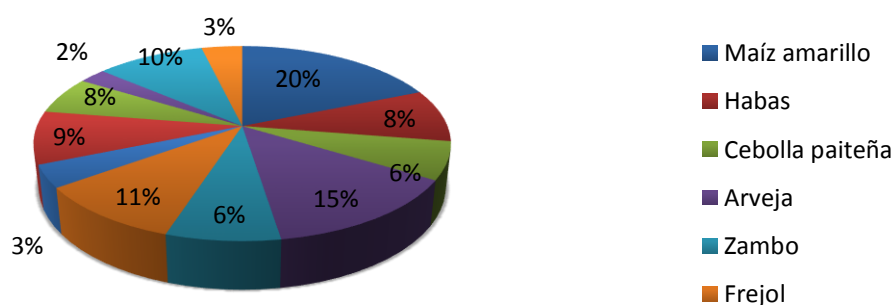
Elaborado por: Los autores

Los resultados de las entrevistas realizadas en la parroquia de Quiroga dieron como resultado, que los siguientes alimentos existían en la zona: mellocos, frejol, habas, arveja, zambo, zapallo, papas, oca, quinua, chochos y no podía faltar el maíz. Sin embargo gracias al intercambio de productos existentes, también se podía encontrar en su minoría productos como: verde, yuca, cebolla, debido a que no se producen en la zona estos productos tenían gran aceptación para preparar sus alimentos.

GRAFICO 2. Qué alimentos se producen actualmente.

TABLA	Nº2
Maíz amarillo	15
Habas	7
Cebolla paiteña	5
Arveja	11
Zambo	6
Frejol	8
Zanahoria amarilla	3
Tomate de árbol	7
Lechuga	5
Chochos	2
Papas	8
Limón	3

2. Que alimentos producen actualmente



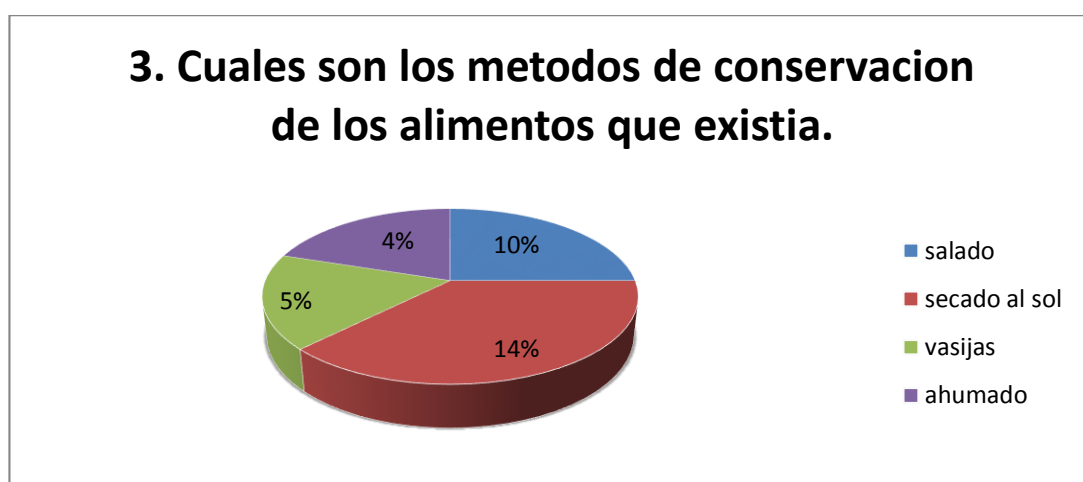
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Rural Quiroga

Elaborado por: Los autores

De acuerdo a las encuestas que se realizaron a las personas adultas en la Parroquia Quiroga, el maíz sigue siendo uno de los alimentos de mayor productividad en la actualidad ya que este grano tiene muchas formas de preparación desde el tradicional tostado, humitas, chichas, entre otras preparaciones. Siendo este uno de los granos más producidos hasta la actualidad por los habitantes de esta Parroquia el cual es motivo de celebraciones de manifestaciones culturales en agradecimiento por las buenas cosechas obtenidas durante el año.

GRAFICO 3. Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían.

TABLA	Nº 3
Salado	10
Secado al sol	14
Vasijas	5
Ahumado	14



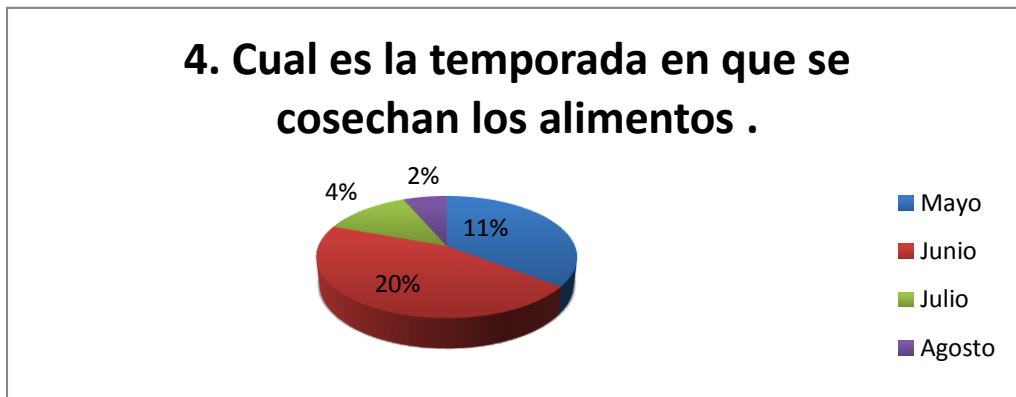
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores

Uno de los métodos encontrados en las respuestas a las entrevistas, era el secado al sol quizá el más utilizados ya que mediante este proceso se conservaba la carne que podía ser consumida en días posteriores a la elaboración, el salado es otro método de conservación antiguo utilizado por los habitantes de Quiroga ya que de esta manera podían conservar de mejor manera sus productos, al igual se utilizaban las vasijas, de barro para conservar sus granos y harinas. El ahumado también era un método de conservación pero, utilizado solamente por algunas familias que habitan en la Parroquia porque este método de conservación debe realizarse con leña en las tulpas, esto evitaba la putrefacción específicamente de la carne.

GRAFICO 4. Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos

TABLA	Nº 4
Mayo	11
Junio	20
Julio	4
Agosto	2



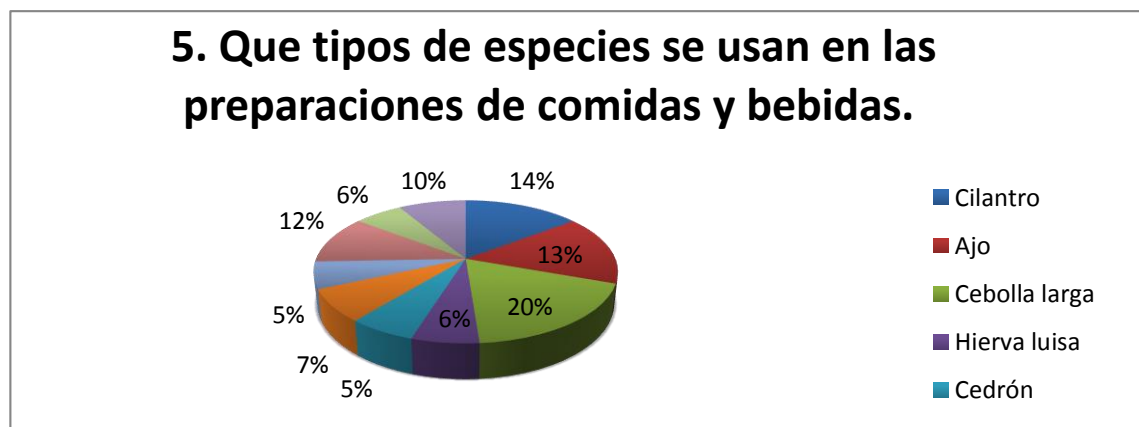
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores

Tienen diferentes criterios porque son distintos los días de cosecha ya que esto se debe al atraso o adelanto en el sembrío por lo cual cambia los meses de la cosecha, pero siendo por la mayoría de los entrevistados los más acertados y de mejor factibilidad para la cosecha, los meses de junio y mayo.

GRÁFICO 5. Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona.

TABLA	N° 5
Cilantro	14
Ajo	13
Cebolla larga	20
Hierva luisa	6
Cedrón	5
Manzanilla	7
Achote en pepa	5
Comino	12
Menta	6
Zumfo	10



Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores

Como una de las especias más utilizadas de mayor aceptación por parte de la población está la cebolla larga, al igual que el ajo porque según manifiestan los entrevistados pueden utilizarse en distintas preparaciones de platos típicos como los cariuchos de arveja, colada de choclo. Así como el zumfo, hierba luisa, cedrón, manzanilla, menta dan utilidad para aguas aromáticas como chichas entre otros.

GRAFICO 6. Cuáles son las comidas y bebidas que se preparan en la zona (incluir sopas, platos principales, postres, panes, otros).

TABLA	N° 6
Chica de jora	15
Chicha de harina de trigo	8
Colada de choclo	9
Tortilla de maíz	9
Campus	8



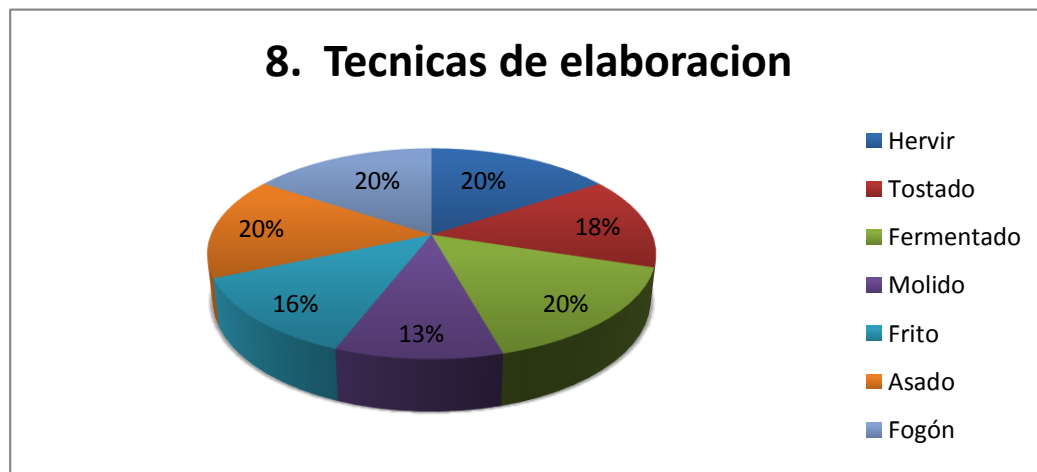
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores

Las preparaciones más representativas de esta parroquia son: la tortilla de maíz, la chicha de jora, la colada de chocho o mazamorra que en algunas ocasiones sigue predominando para algunas celebraciones o festividades familiares, sin embargo a pesar de predominar el maíz también se incorporan alimentos tales como el champús que esto se basa principalmente de pan de trigo, la chicha de harina de trigo.

GRAFICO 8. Técnicas de elaboración

TABLA	Nº 8
Hervir	20
Tostado	18
Fermentado	20
Molido	13
Frito	16
Asado	20
Fogón	20



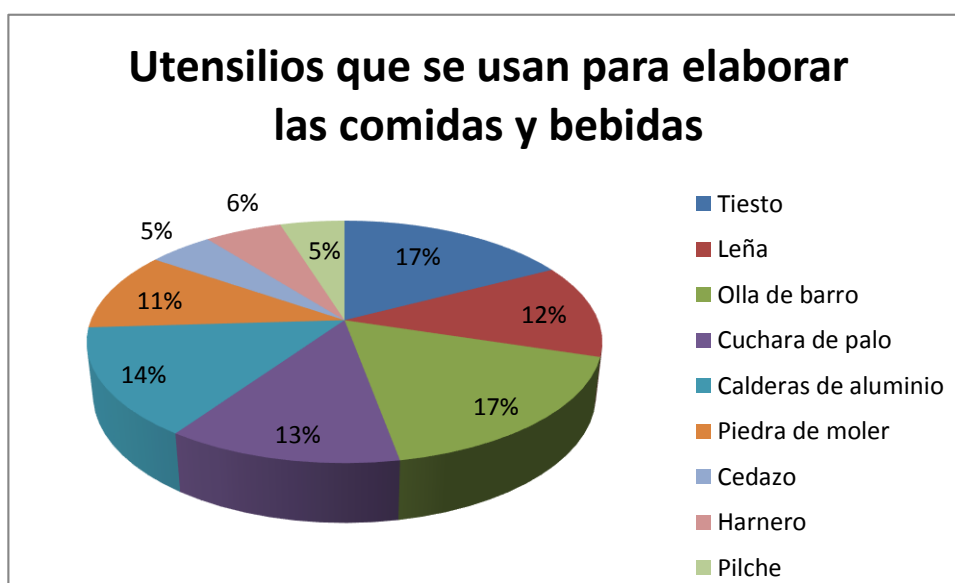
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores.

Las técnicas de elaboración de alimentos como el tostado, molido, hervido, asado y al fogón son técnicas ancestrales más usadas hasta hoy, para las diferentes ocasiones especiales como matrimonios, bautizos o a su vez para manifestaciones culturales que se celebran en Quiroga, así como también la fermentación, que es otro método utilizado principalmente para la elaboración de la chicha, estas técnicas eran utilizadas por la falta de tecnología.

GRAFICO 9. Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.

TABLA		Nº 9
Tiesto	18	
Leña	13	
Olla de barro	18	
Cuchara de palo	13	
Calderas de aluminio	15	
Piedra de moler	11	
Cedazo	5	
Harnero	6	
Pilche	4	



Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores

Los utensilios más usados eran el tiesto para tostar sus alimentos, ollas de barro para cocinar sus alimentos, ya que eran los principales instrumentos para elaborar comidas, luego los demás utensilios como leña, caldera de aluminio, piedra de moler, cedazo, harnero, pilche también se usaban para diferentes preparaciones.

GRAFICO 10. Cuáles (incluir fechas) son las manifestaciones culturales de la zona y qué alimentos o bebidas se relacionan con éstas.

TABLA	N° 10
Chicha de jora	20
Colada	12
Caldo de gallina	9
Trago	13
Cuy	10

10. Cuales (incluir la fecha) son las manifestaciones culturales de la zona y que alimentos y bebidas se relacionan con ellas.



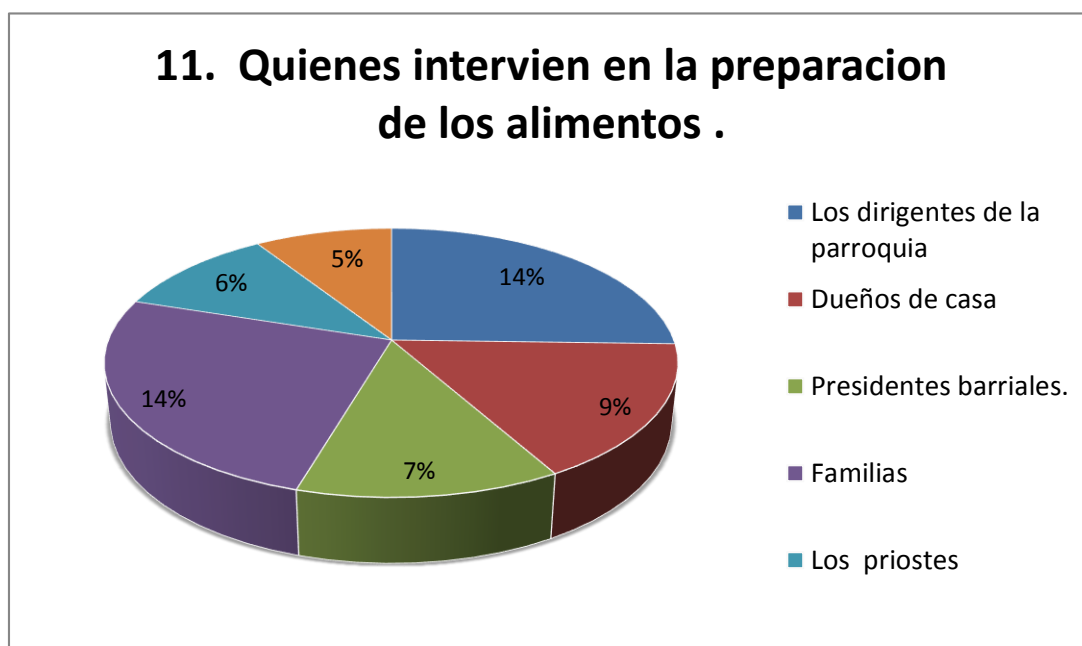
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores

De acuerdo a las entrevistas el Inti Raymi se celebra en el mes de junio entre los días del 20 al 23, el cuy asado es una de las preparaciones tradicionales relacionadas con esta festividad, la fiesta de San Juan se celebra el 23 de junio de cada año aquí la colada de choclo y la chicha de jora son las preparaciones inmersas en esta festividad, fundación de la Parroquia Quiroga se celebra el 28 de junio, el caldo de gallina criolla es el principal alimento que se sirve en esta fiesta de acuerdo a los entrevistados.

GRAFICO 11. Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos.

TABLA	Nº 11
Los dirigentes de la parroquia	14
Dueños de casa	9
Presidentes barriales.	7
Familias	14
Los sacerdotes	6
Vecinos	5



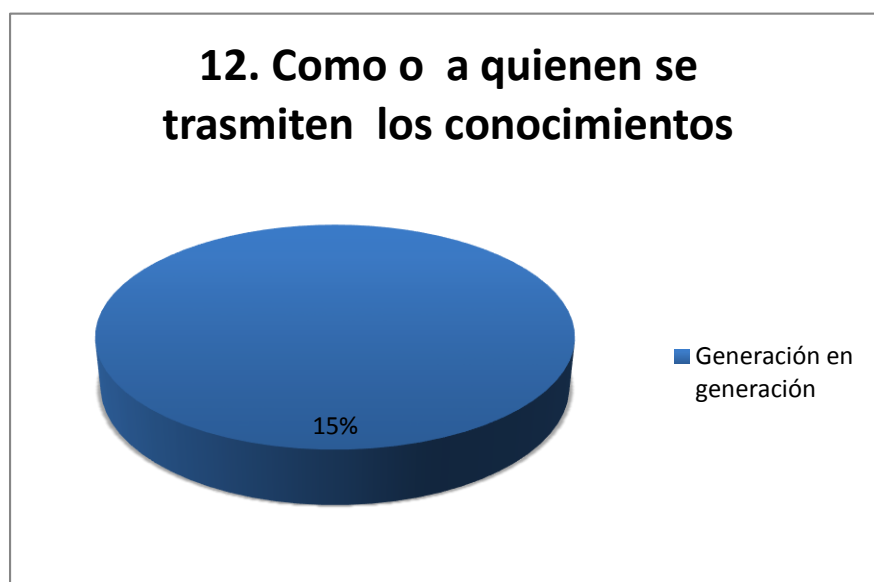
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores.

Los dirigentes de la parroquia Quiroga son los que se encargan de organizar cualquier festividad y también de la preparación de los alimentos estas celebraciones se realizan con anticipación. También en la elaboración de las diferentes comidas intervienen los presidentes barriales, dueños de casa, familias, los sacerdotes, vecinos ya que ellos son parte fundamental de la celebración con presentaciones de distintos números de baile o cualquier otra actividad cultural.

GRAFICO 12. Cómo o a quién se transmiten los conocimientos.

TABLA	Nº 12
Generación en generación	15



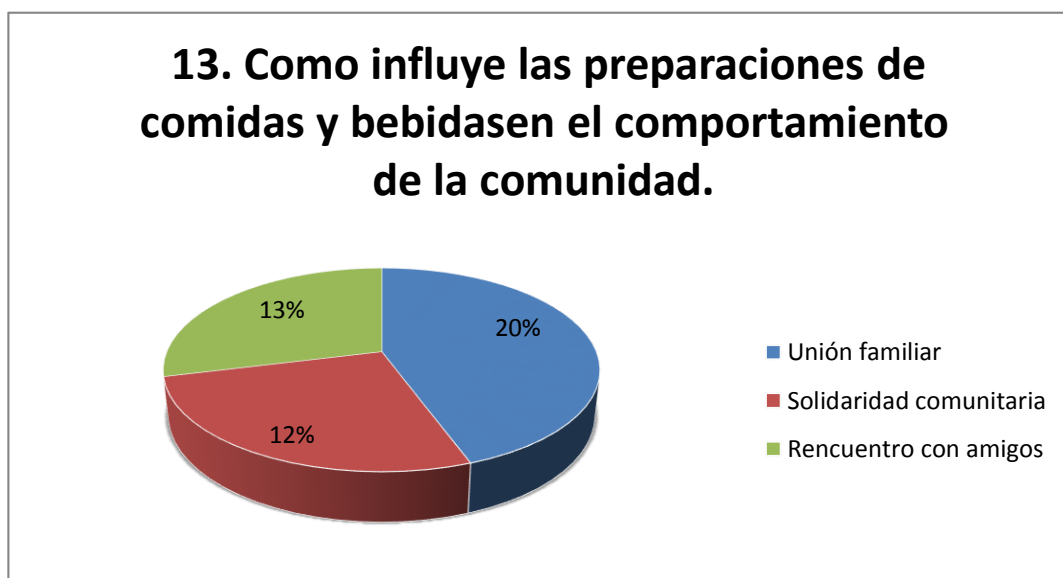
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores.

Por lo general los conocimientos que tienen los abuelos y abuelas, de las manifestaciones culturales y religiosas de la parroquia Quiroga se han transmitido. De madres a hijas, de abuelas a nietas así de generación a generación los conocimientos compartidos se han ido involucrando debido a que ese conocimiento heredado a sus respectivas generaciones con el paso de los tiempos y la edad va asumiendo responsabilidades transmitidas por sus legados.

GRAFICO 13. Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad.

TABLA N° 13	
Unión familiar	20
Solidaridad comunitaria	12
Rencuentro con amigos	13



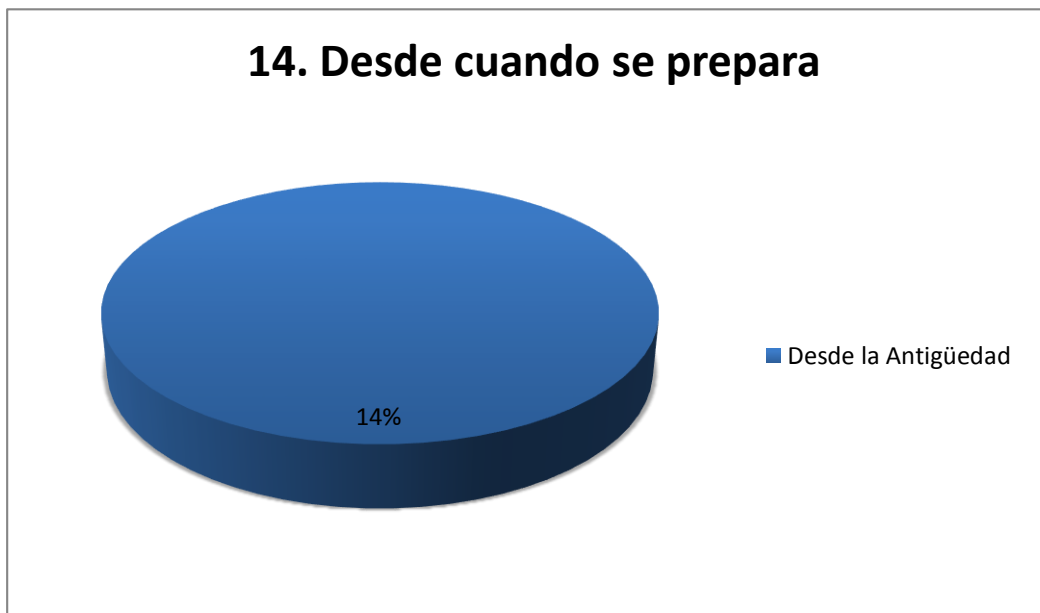
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores.

Según las entrevistas realizadas, las diferentes preparaciones de los alimentos y bebidas influyen para unirse más con la familia porque se reúnen todos ya que se da por distintos motivos que pueden ser trabajo, lugar donde habita cada familia, así como también rencuentro con los amigos habiendo así solidaridad comunitaria en el pueblo de Quiroga .

GRAFICO 14. Desde cuándo se prepara.

TABLA	Nº 14
Desde la Antigüedad	14



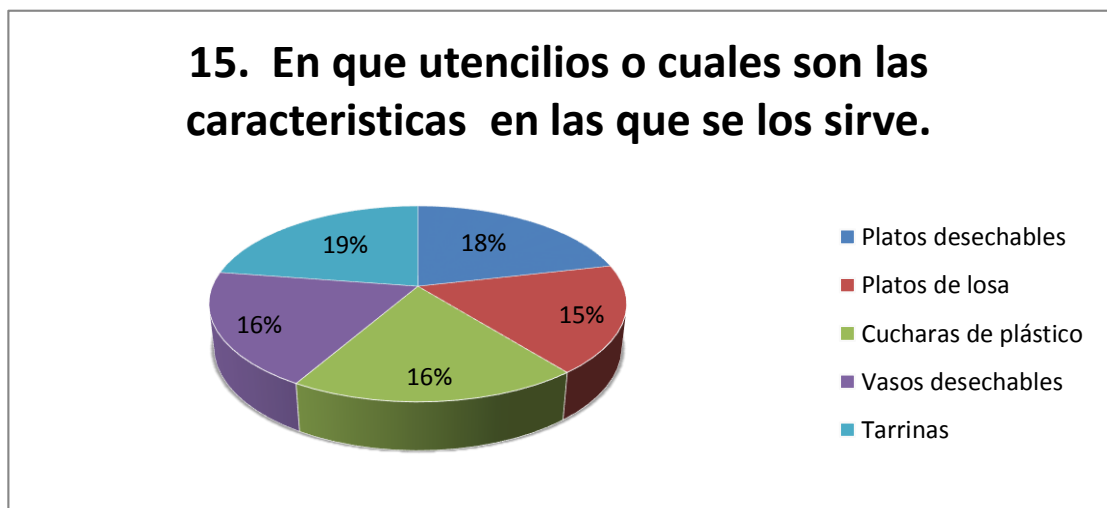
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores.

La preparación de los platos típicos se realiza desde la antigüedad siendo, así como han prevalecido durante el tiempo, pasando de abuelos a hijos y en otros casos a nietos es decir de generación en generación algunas de las recetas, pero en otras preparaciones han dejado de hacerlo perdiendo de gran manera su identidad gastronómica.

GRAFICO 15. En qué utensilios o cuáles son las características en las que se los sirve.

TABLA	N° 15
Platos desechables	18
Platos de losa	15
Cucharas de plástico	16
Vasos desechables	16
Tarrinas	19



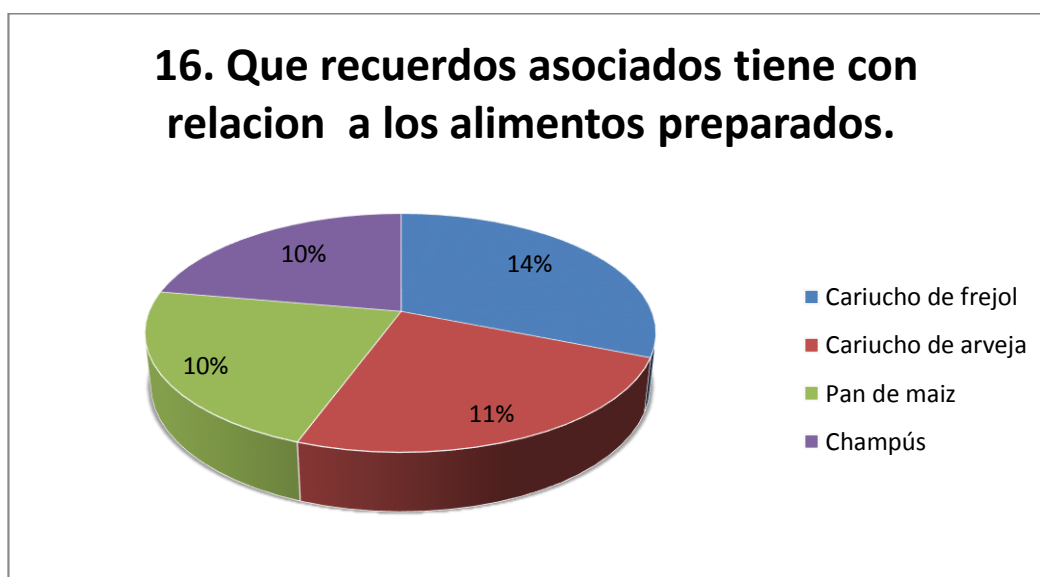
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores.

En la actualidad los utensilios que se utilizan en las manifestaciones culturales como religiosas o celebraciones de bodas son los utensilios desechables como: platos, cucharas, vasos y tarrinas porque con el transcurso de los tiempos se ha perdido los utensilios de barro tradicionales de los pueblos aborígenes.

GRAFICO 16. Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados.

TABLA		Nº 16
Cariucho de frejol		14
Cariucho de arveja		11
Pan de maíz		10
Champús		10



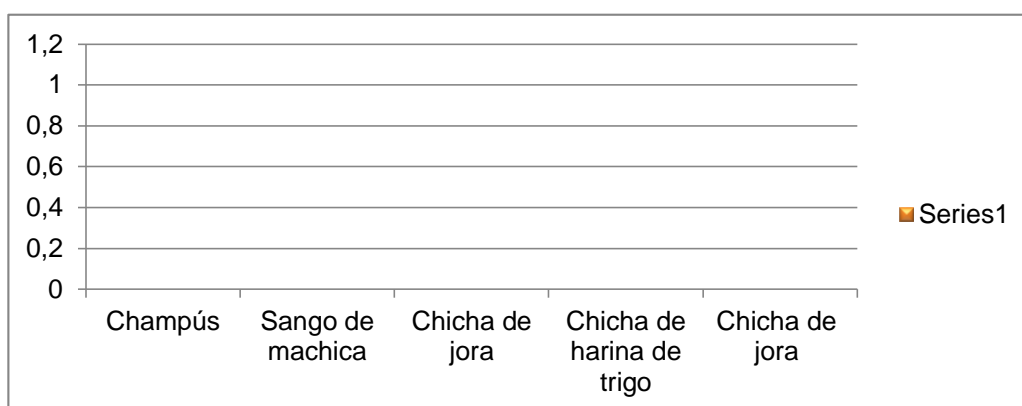
Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores

Los recuerdos que tienen de los alimentos son la forma en que los preparaban sus abuelas sin ningún condimento adicional solo a lo natural porque así sus alimentos sabían mejor.

GRAFICO 17. Qué significado tiene el plato.

TABLA N° 17	
Campus	
Sango de machica	
Chicha de jura	
Chicha de harina de trigo	
Chicha de jura	



Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

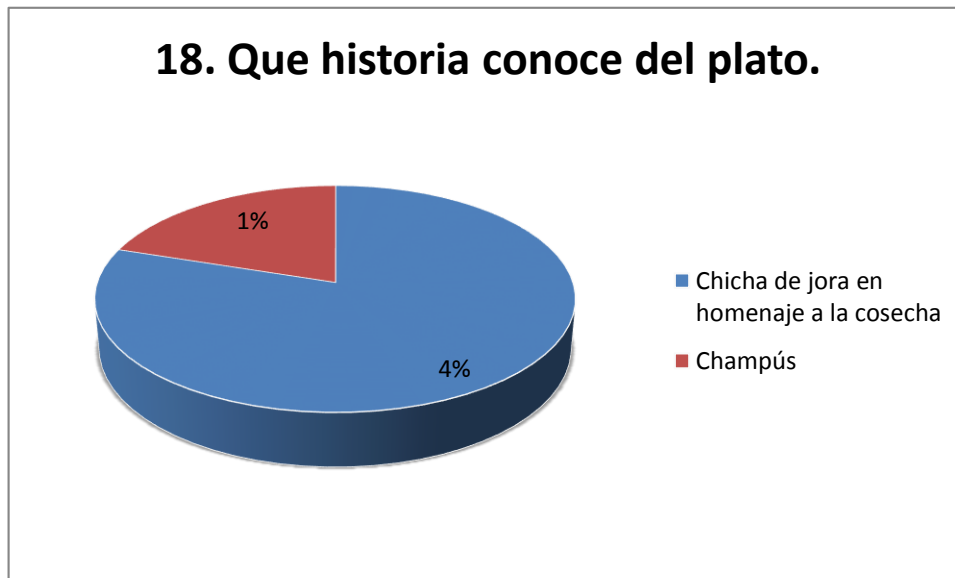
Elaborado por: Los autores.

De acuerdo a las encuestas, se puede apreciar que la población de Quiroga desconoce el significado que tiene cada plato típico ancestral dando como resultado la pérdida de la identidad gastronómica.

No representa exactamente un acontecimiento o motivo importante. Sin embargo las preparaciones que involucran el encuentro familia llegan a tener un significado importante en cada familia ya que debido a distintas situaciones no permanecen unidos todo los días siendo uno de los motivos en la cual las preparaciones de alimentos es una oportunidad de volverse a unir y prevalecer la armonía en cada uno de ellos.

GRAFICO 18. Qué historia conoce del plato.

TABLA	N° 18
Chicha de jura homenaje a la cosecha	4
Campus	1



Fuente: Encuestas habitantes de la Parroquia Quiroga

Elaborado por: Los autores.

Las personas encuestadas de la población de Quiroga no conocen la historia y origen que envuelven a los platos típicos en cuanto a la preparación de recetas. Lo cual ha hecho que se pierda la identidad gastronómica de la parroquia Rural Quiroga.

4.3. Informe

Se formuló un banco de preguntas las cuales nos permitieron en forma directa, recopilar información de los habitantes de la Parroquia Quiroga en base a esto se pudo determinar que: El principal alimento que se consume y cultiva en la parroquia de Quiroga es el maíz, los utensilios utilizados para las preparación de las recetas eran el tiesto, la olla de barro, la bisha, el pilche y las vasijas de barro. En cuanto al origen y significado de las recetas, se determinó que los habitantes de la parroquia no tienen ningún conocimiento sobre estos términos y la relación que tienen con las preparaciones encontradas además se registró 29 recetas tradicionales conocidas por la mayoría de los adultos mayores, de estas once son sopas dos platos fuertes dos menestras siete preparaciones de bebidas tres recetas de pan y dos de aperitivos, dos recetas de tostado, con esto se estandarizó las preparaciones para el uso de cualquier con esto facilitando su preparación de estos alimentos autóctonos de esta zona.

Además de esto se puede decir que la parroquia Quiroga a pesar de ser pequeña posee diversidad de atractivos turísticos como claro ejemplo esta la laguna Cuicocha entre otros y que algo que caracteriza a este pueblo es la unión entre sus habitantes siendo un pueblo amable hospitalario y fructífero.

4.4. Discusión

(Heredia, 2000) En su investigación sobre el cultivo de maíz dice que una de las parroquia donde más se observa desde tiempos ancestrales la producción del maíz en Imbabura es Quiroga, de acuerdo a las entrevistas realizadas y la información recolectada luego revisada se puede decir con certeza que el maíz es el grano que se consume y se produce en Quiroga desde tiempos incaicos hasta el día de hoy, utilizado en diversas preparaciones inclusive es motivo de festividades en agradecimiento a la tierra por la producción del año. Aunque ahora su cosecha varía de acuerdo al clima y su forma de producción, por lo cual la fecha propicia de siembra y recolección del producto no será la misma en Imbabura que en distintas partes del Ecuador y menos aún en los diversos países de América Latina.

De acuerdo a (Simmel Georg, 2014) en la bibliografía investigada para la elaboración del proyecto, encontramos que cada país tiene su propia cultura, costumbres, vestimenta, tradiciones, que está influenciada por varios factores entre ellos están, la música, la danza, la forma de vestir, la tradición, el arte y la religión. Además de acuerdo a las entrevistas planteadas en el mismo proyecto, el Inti Raymi como la fiesta de San Juan son celebradas en el mes de junio de cada año y la fundación de la Parroquia Quiroga se la realiza el día 28 del mismo mes, pudiendo demostrar con esto que estas festividades son la herencia cultural de este pueblo ya que en cada evento sacan a relucir sus tradiciones.

La provincia de Imbabura es caracterizada por diversos productos entre ellos encontramos: trigo, maíz, cebada, amaranto, quinua, berro, acelga, col, espinaca, remolacha, achogcha, coliflor tomate riñón, tomate de árbol, granadilla, tuna, limón, según el (magap,2015), como resultado de la investigación encontramos que: mellocos, frejol, habas, arveja, zambo, zapallo, papas, oca, quinua, chochos y no podía faltar el maíz se produce en esta parroquia pero algunos productos utilizados en varias de sus recetas a pesar de no producirlos como col, berro, cebada son cultivados en esta Parroquia también se descubrió el uso de especias como el zumfo y el paico que a pesar de no producirlo a gran escala se lo tiene en los huertos de varias familias. Se observa que lo expuesto por el magap solamente habla de los productos con alta producción de la provincia mas no de lo que se cultiva a menor escala.


(Collados, 2010) Dice que la gastronomía tradicional es evolutiva es decir puede mantener la misma esencia pero es ayudada por la modernidad, por las entrevistas y las visitas echas a Quiroga se constató que si es verdad esta aseveración ya que alguna preparaciones ya no solo se las realiza a leña como antes si no con la ayuda dela cocina, gas y otros utensilios aunque en este sector los moradores manifestaron que en ocasiones se sigue utilizando la cocina a leña llamada tulpa pudiendo decir con esto que, en este se sector mantiene algunas formas de preparación en ocasiones especiales como la llegada de algún familiar o festividad popular.

Los utensilios más usados eran el tiesto para tostar sus alimentos, ollas de barro para cocinar sus alimentos, ya que eran los principales instrumentos para elaborar comidas, luego los demás utensilios como leña, caldera de aluminio, piedra de moler, cedazo, harnero, pilche también se usaban para diferentes preparaciones. Esto se puede corroborar con la investigación hecha en Imbabura por (Montalvo, 2012) que habla sobre estos instrumentos su huso en tiempos pasado aunque con la modernidad se ha dejado de realizar como manifiestan las personas entrevistadas.

4.5. Recetas estándar


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

CALDO DE 31

Fecha:		20 de Diciembre 2014		Foto 
Fuente:		Virginia Haro Guerra		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		48 horas	Pax: 10	Nº. 1
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Maíz amarillo	3 Libras	g	1362	
Menudencia de res	1 Libra	g	454	Limpia
Cebolla larga	2 Ramita	g	40	Brunoise
Sal	1 Cuchara	g	15	
Agua	8 Litros	ml	8000	
Ajo	1 Diente	G	5	Brunoise
Cilantro	2 Ramitas	Ud.	2	Brunoise
Zanahoria	1 unidad	g	100	Brunoise
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cocinar la menudencia de res junto con la zanahoria y el ajo por una hora. Una vez cocinada la menudencia picarla en small dice. 2. Reservar el líquido de cocción. 3. Incorporar al líquido de cocción de la menudencia, el mote, la menudencia picada, el cilantro y la cebolla. Rectificar la preparación con sal. 4. Servir caliente. <p>Nota: Para obtener el mote, cocinar el maíz amarillo por una hora, pelar con ceniza y abundante agua. Pelado el maíz dejar cocinar por ocho horas más. Escurrir el agua y resérvalo en canasto.</p> <p>Ver anexos(Entrevista: 4,5,11,13,15)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

CALDO DE GALLINA DE CAMPO


Fecha:		20 de Diciembre		
Fuente:		Fausto Flores		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taípe		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		2 horas	Pax: 10	Nº. 2
Ingredientes	Unidad	Unidad el SI	Cantidad	Mise en place
Gallina	1 Gallina	kg	2270	Entera
Zanahoria	1 Mediana	g	100	Brunoise
Cebolla larga	2 Ramas	g	40	Brunoise
Pimiento	1 Unidad	g	30	Brunoise
Cilantro	5 Ramas	g	20	Brunoise
Agua	8 Litros	ml	8000	
Papas	1 Lb	G	500	Torneado
Sal	11/2 Cuchara	g	20	
Ajo	2 Unidades	g	15	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En una olla con agua incorporar el pollo dejamos cocinar por 20 minutos e incorporar la zanahoria, la cebolla, el tallo del cilantro, el ajo. Dejar cocinar por 40 minutos más. 2. Aparte cocinar las papas 3. Picar la cebolla, el cilantro como picadillo. Resérvalo 4. Cocinadas las papas servir en un plato las papas, el caldo de pollo y el picadillo. <p>Nota: Sacrificar el ave y aparte en una olla con agua hirviendo pelamos sus plumas, lavar, sacar las vísceras. Limpio el pollo reservarlo.</p> <p>Ver anexos(Entrevista :1, 3,5,6,8,12,14)</p>				

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

LOCRO DE ZAMBO


Fecha:		20 de Diciembre		Foto
Fuente:		Mercedes Panamá Haro		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		2 horas	Pax: 15	Nº. 3
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Zambo	1 Unidad	g	4540	Tamizado
Sal	1 1/2 Cuchara	g	20	
Zanahoria	1 Grande	g	150	Brunoise
Cebolla larga	1 Ramita	g	20	Brunois fino
Pimienta	1 Mediano	g	80	Brunoise
Agua	10 Litros	ml	10000	
Carne de res	1 Lb	G	500	Largue dice
Leche	1 Taza	ml	245	
Cilantro	2 Cuchara	g	16	Brunoise fino
Papas	1 Lb	g	454	Torneado
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cocinar el zambo por 60 minutos luego incorporar la carne, la cebolla, el ajo, el pimiento, las papas, sal. Dejamos cocinar por 20 minutos más. 2. Por ultimo incorporar la leche, el cilantro. Dejar cocinar unos 10 minutos. servir. <p>NOTA: En un mesón pelar el zambo, limpiar con una cuchara las papas, picar en trozos pequeños. Reservarlos</p> <p style="text-align: center;">Ver anexos (Entrevista: 1,2,3,7,9,10,14)</p>				

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR
LOCRO DE PAPAS CON YOYO

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Elva Vaca Galindo		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		30 minutos	Pax : 12	Nº. 4
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Papas chaucha	6 Lb	g	2724	Small dice
Yoyo	1 Atado	g	120	
Zanahoria	1 Mediana	g	100	Brunoise
Cebolla larga	1 Ramita	g	20	Brunoise
Cilantro	3 Cucharas	g	45	Brunoise fino
Pimiento	1 Mediano	g	90	Brunoise
Agua	8 Litros	ml	8000	
Ajo	1 Diente	g	5	Brunoise fino
Carne de res	1 Libra	g	500	Large dice
Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. En una olla cocinar la papa junto con la carne con suficiente agua en el primer hervor incorporar la zanahoria, cebolla, pimiento, ajo dejar cocinar por 15 minutos. 2. Luego incorporamos el yoyo, la sal dejar cocinar 15 minutos más hasta que las papas estén desechas por completo por último agregar el cilantro. Servir caliente. <p>Ver anexos(Entrevista:5,6,12,14)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

ARROZ DE CEBADA CON BERRO

Fecha:		20 de Diciembre		
Fuente:		Elva Vaca Galindo		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		30 minutos	Pax: 5	Nº. 5
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Arroz de cebada	1 Taza	g	180	
Nabo	1 Atado	g	120	Chiffonade
Papas	1 Lb	g	454	Torneado
Agua	6 Litros	ml	6000	
Zanahoria	1 Mediana	g	100	Brunoise
Berro	1 Atado	G	100	chiffonade
Cebolla larga	1 Ramita	g	20	Brunoise
Cilantro	1 Cuchara	g	15	Brunoise fino
Sal	1 Cuchara	g	20	
Habas	2 Tazas	g	15	Pelado
Carne de res	1 Lb	g	500	Large dice
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En una olla con agua tibia incorporar el arroz de cebada y espumar los residuos de la misma. En el primer hervor agregar la carne de res dejar cocinar por 15 minutos. 2. Luego incorporar la zanahoria, cebolla y dejar cocinar por 10 minutos más por ultimo incorporar las papas, las habas, el berro, sal, el cilantro esto dejar cocinar por 10 minutos. 3. Rectificar sabores y servir. <p>NOTA: Seleccionar la cebada y escoger la basura luego tostar en el tiesto, un poco sin que se quemem, esto en un recipiente hundo aventarlos por último moler. Una vez molido cernirlo, aventarlo. Resérvalo.</p> <p style="text-align: center;">Ver anexo (Entrevista :1,4,6,11,14)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

LOCRO DE HABAS SECAS

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Blanca Arias		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		1 hora	Pax:8	Nº. 6
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Habas	5 Lb	g	2270	Pelado
Zanahoria	1 Mediana	g	100	Brunoise
Cebolla	1 Rama	g	20	Brunoise
Ajo	1Diente	g	5	Brunoise fino
Agua	6 Litros	ml	6000	
Papas	1 Libra	g	454	Sm. Dice
Carne de res seca	1 Libra	g	500	Large Dice
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adobar la carne con sal, cebolla y dejar secar al sol por 5 días. 2. En una olla con agua incorporar la carne junto con cebolla, zanahoria, ajo, dejar cocinar por 10 minutos. 3. Luego incorporar las habas. Dejar cocinar aproximadamente 15 minutos. 4. Por ultimo incorporar las papas, la sal esto cocinar por 15 minutos más. Rectificar sabor con la sal y servir. <p>NOTA: Remojar las habas dos días antes, luego pelarlas y reservarlos Ver anexo (Entrevista :7,9,10,11,15)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

SOPA DE CHUCHUCA CON NABO

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Alberto Panamá Haro		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		1 hora	Pax: 8	Nº. 7
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Chuchuca	3 Tazas	g	450	Desgranado
Manteca de res	1Cuchara	g	15	
Cebolla larga	1Ramita	g	20	Brunoise
Nabo	1 Atado	G		chiffonade
Agua	5 Litros	ml	5000	
Sal en grano	1 Cuchara	G	15	
Papas	1Lb	g	500	Tourné
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Limpio la chuchuca cocinar en una olla con agua abundante por 20 minutos. 2. Luego incorporamos la cebolla, manteca de res, sal, papas dejamos cocinar por 15 minutos más. Rectificar sabores con la sal y servirse. <p style="margin-left: 40px;">Nota: El chucho tierno cocinado dejar secar al sol por 3 días al sol, seco el choclo remojar en el agua por 5 minutos y moler. Molido la chuchuca cernir en un harnero para limpiar sus residuos.</p> <p style="margin-left: 40px;">Ver anexos (Entrevista:4,5,6,11,13,15)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

SOPA DE QUINUA

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Virginia Guerra Haro		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Sopa de quinua		
Tiempo de preparación:		20 minutos.	Pax: 15	Nº. 8
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Quinua	2 Tazas	G	249	
Cuero de chanco	1 Lb	G	454	Med. Dice
Paico	1 Atado	g	90	Brunoise fino
Papas	1 Lb	g	454	Turné
Cebolla larga	1 Ramita	g	20	Brunoise
Sal	1 Cuchara	g	15	
Agua	8 Litros	MI	8000	
Culantro	1 Manojito	G	90	Picado
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cocinar la quinua en una olla con abundante agua en el primer hervor incorporar el cuero de chanco y cocinar por 20 minutos. 2. Luego incorporar la cebolla, las papas, el paico, la sal. dejar cocinar por 15 minutos más. 3. Picar el cilantro e incorporar a la sopa. 4. Rectificar el sabor. <p>Nota: En un saco incorporar la quinua y lavar en abundante agua hasta que salga el sabor amargo de la quinua por completo, limpio la quinua reservarlo.</p> <p>Ver anexo (Entrevista : 2,4,6,7,9,13)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

YAGUARLOCRO

Fecha:		20 de Diciembre		Foto
Fuente:		Homero Guillermo Vaca Haro		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		20 minutos.	Pax: 12	Nº.9
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Papas	8 Libras	g	3632	Tourné
Zanahoria	1 Mediana	g	100	Brunoise
Paico	1 Atado	g	90	Brunoise fino
Sangre de oveja	2 Taza	g	260	
Cebolla larga	1 Ramita	g	20	Brunoise fino
Agua	10 Litros	ml	10000	
Culantro	1 Atado	g	90	Brunoise fino
Sal	1 Cuchara	g	15	
Menudo de oveja	2 Libras	g	1000	Med. Dice
Aguacate	2 Unidad	Ud.	2	Large dice
Ajo	1 Diente	g	5	Brunoise fino
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cocinar el menudo de oveja por 30 minutos. Picar en med dice y reservarlo. 2. Luego incorporal la papa, zanahoria, el ajo, sal, cebolla, paico. Dejar cocinar hasta que las papas se deshagan por completo 3. En una aparte cocinar la sangre de oveja, escurrir el agua esto sofreír junto con la cebolla. 4. Picar la cebolla larga y el cilantro para el picadillo. Pelar el aguacate. 5. Listo el logro, en un plato servimos el logro, el menudo, la sangre, picadillo, aguacate. 6. Servir. <p>Ver anexo (Entrevista : 2, 5,8,9,10,12,15)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

SANGO DE MACHICA

Fecha:		20 de Diciembre		Foto
Fuente:		Juana María Vaca Vinuesa		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Crema		
Tiempo de preparación:		30 minutos	Pax: 12	Nº. 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de machica	3 Tazas	g	375	Tamizado
Sal	1 Cuchara	g	15	
Agua	3 Litros	ml	3000	
Manteca de chanco	1 Cuchara	G	15	
Cebolla larga	1 Ramita	G	20	Brunoise fino
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En una olla incorporar cebolla, manteca de chanco y dejar hervir por unos 5 minutos. 2. En un recipiente aparte mezclar la harina de machica en un litro de agua fría e incorporar junto con la sal a la olla y dejamos hervir por 20 minutos más. 3. Rectificar sabores con la sal. <p>Ver anexo (Entrevista : 2,4,5,6,7,8,13)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

COLADA DE CHOCLO CON LECHE

Fecha :		20 de Diciembre		
Fuente:		Blanca Arias		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Crema		
Tiempo de preparación:		1 hora	Pax: 15	N°. 11
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Choclo	1Lb	G	454	Desgranado
Carne de res	1 Lb	G	454	Large Dice
Cebolla larga	1 Ramita	G	15	Brunoise
Agua	4 Litros	ML	4000	
Sal en grano	1 Cuchara	G	15	
Leche	1 Taza	ML		
Papas	1 Libra	G	500	Tourné
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En una olla con agua hirviendo agregar la carne, cebolla larga, papas dejar cocinar por 20 minutos. Luego agregamos la colada de choclo junto con la sal a la olla. dejar cocinar por 10 minutos más. 2. Rectificar la sal y servir. <p style="text-align: center;">Nota: Moler el choclo, molido el choclo incorporar agua y cernir por un harnero. Reservarlo la culada obtenido del choclo.</p> <p style="text-align: center;">Ver anexo (Entrevista :1,2, 4,5,9,11,13,14,15)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

FRITADA DE CUY

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Mercedes Panamá		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Seco		
Tiempo de preparación:		2 horas	Pax: 3	Nº. 12
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Cuy	1 Unidad	G	1362	Pelado
Cebolla larga	5 Ramitas	G	100	Mirepoix
Ajo	10 Dientes	G	50	Brunoise fino
Sal	2 Cuchara	G	30	
Manteca de chanco	1 Taza	G	100	
Trago	3 Cuchara	ML	24	
Achote en pepa	2 Cuchara	G	30	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sacrificar el animal, pelar su pelaje en agua hirviendo, sacar las vísceras lavar con abundante agua. 2. Picar en pequeños trozos el cuy. Aparte en la piedra de moler el ajo, la cebolla junto con la sal para obtener el aliño. 3. En una olla pequeña calentar la manteca de chanco agregamos el achote para obtener el color. 4. Adobar el cuy con el aliño, el trajo, el achote. 5. En un sartén hirviendo con un poco de agua, la manteca de chanco freir el cuy. 6. Servir. <p style="text-align: center;">Ver anexo (Entrevista :1,2,4,5,7)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

CUY ASADO

Fecha:		9 de mayo		Foto 
Fuente:		María Dolores Panamá		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Seco		
Tiempo de preparación:		2 horas	Pax: 2	Nº. 13
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Cuy	1 Unidad	G	1362	Adobado
Cebolla larga	1 Ramas	g	60	Mirepoix
Ajo	10 Dientes	g	50	Brunoise fino
Sal	2 Cuchara	g	30	
Comino	2 Cucharas	g	20	
Aceite	1 Taza	ml	190	
Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. Sacrificar el animal, luego quitamos el pelaje, sacamos las vísceras, realizamos una limpieza total. 2. Luego adobar, colocar en un palo de madera y asar en carbón. 3. Emplantar, servir. <p style="margin-left: 40px;">NOTA: Sacrificar el animal y pelar en agua hirviendo luego sacar las vísceras y lavarla bien. Reservarlo.</p> <p style="margin-left: 40px;">Ver anexo (Entrevista: 2,3,8,9,10,11)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

CARIUCHO DE ARVEJA PELADA


Fecha:	20 de Diciembre		Foto	
Fuente:	Juan José Haro			
Elaborado por:	Mónica Lanchimba Byron Taipe			
Tipo de preparación:	Menestra			
Tiempo de preparación:	1 hora	Pax : 3	Nº. 14	
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Arveja	1 Tazón	G	190	Pelado
Manteca de chanco	2 Cucharas	g	30	Sm. Dice
Cebolla larga	1 Ramita	g	20	
Agua	10 Litros	ml	10000	
Sal en grano	1 Cuchara	g	15	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cocinar las arvejas junto con la sal por media hora, escurrirlas y reservarlas. En un surten sofreír la cebolla con la manteca de chanco. 2. Incorporar al sofrito las arvejas cocinadas y rectificar la sal. Servirse. <p>Nota: Remojar las arvejas por un día para que sus cascara se salgan por si solas y limpiar las que falten. Reservarlas.</p> <p>Ver anexo (Entrevista :1,4,7,10,12,13)</p>				

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR


CARIUCHO DE FREJOL

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Laura Montalvo		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Menestra		
Tiempo de preparación:		30 minutos		Nº. 15
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Frejol	1 Lb	g	454	
Cebolla larga	2 Ramitas	g	40	Brunoise
Manteca de chanco	2 Cucharas	g	30	
Maíz	1 Taza	g	160	
Sal	1 Cuchara	g	15	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tostar el maíz en tiesto. 2. Cocinar el frejol hasta que estén bastante suave, rectificar la sal. 3. En un sartén sufrir la cebolla con la manteca de chanco, una pizca de sal. Mezclar el frejol cocinado, el sofrito acompañar con tostado. <p style="text-align: center; margin-top: 20px;">Ver anexo (Entrevista:1,2,7,8,10,11)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTANDAR
CHICHA DE HARINA DE TRIGO

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Martha Lucia Vaca Haro		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		75 horas	Pax :20	Nº. 16
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de trigo	5 Tazas	G	750	Tamizada
Panela	1 Bloque	g	300	
Canela	3 Palitos	g	15	
Zumfo	3 Ramas	g	10	
Piña	2 Tazas	ml	400	Jugo espeso puro sin azúcar
Naranja	2 Tazas	ml	400	Jugo espeso sin azúcar
Agua	5 Litros	ml	5000	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hervir el agua a un punto de ebullición e incorporamos canela, zumfo. 2. Luego en un recipiente aparte mezclar la harina de trigo en dos litros de agua fría esta preparación mezclar en la olla en ebullición, dejar hervir por 20 minutos, agregar jugo de piña, naranja. Dejar hervir aproximadamente 30 minutos más. 3. Una vez lista la preparación incorporar en una barrica de madera para que se fermente esto por tres días. 4. Servir. <p style="text-align: center;">Ver anexo (Entrevista: 1,3,4,5,6,7,12,13)</p>				

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR
CHICHA DE JORA


Fecha:		20 de Diciembre		Foto
Fuente:		Virginia Haro Guerra		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		15 días	Pax: 15	Nº. 17
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Maíz	5 Tazas	g	825	Tamizado
Panela	1 1/2 Bloque	g	654	
Canela	1 Atado	g	20	
Agua	8 Litros	ml	8000	
Hojas de jura fanga	20 Unidades	g	500	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> Hervir el agua junto con la panela, canela. En un recipiente aparte mezclar la harina de maíz en dos litros agua, incorporar a la olla en ebullición, dejar hervir por una hora. Una vez listo la cocción incorporar en una barrica de madera por una semana para que se fermente. Servirse. <p>Nota: Remojar maíz en agua por un día luego escurrir, esto incorporar en hoja de jura fanga, envolvemos el maíz remojado poner en un saco de costal y enterrar por ocho días. Sacar el maíz germinado, secar por dos días al sol una vez seca moler, cernir y reservar la harina.</p> <p>Ver anexo (Entrevista 1,2,3,5,7,8,9,10,11,12,15)</p>				

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR
DULCE DE ZAMBO CON LECHE

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Virginia Haro Guerra		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taípe		
Tipo de preparación:		BEBIDA		
Tiempo de preparación:		1 hora	Pax:20	Nº. 18
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Zambo	1 Unidad	g	3000	Large Dice
Panela	1 Bloque	g	908	
Canela	2 Palitos	g	10	
Cedrón	2 Rama	g	10	
Agua	10 Litros	ml	10000	
Leche	5 Taza	ml	1220	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Picar en trozos pequeños esto incorporar a la olla con agua, dejamos cocinar por 40 minutos junto con la canela, el cedrón. 2. Incorporal la leche, la panela. Dejar hervir 30 minutos. <p>Servir con tostado si lo desea.</p> <p>Ver anexos (Entrevista: 9,10,11,13,15)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

COLADA DE HARINA DE MAÍZ

Fecha:	20 de Diciembre		Foto	
Fuente:	Guillermo Homero Vaca Haro			
Elaborado por:	Mónica Lanchimba Byron Taibe			
Tipo de preparación:	Bebida			
Tiempo de preparación:	20 minutos.	Pax: 16	N°. 19	
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de Maíz tostado	2 Tazas	G	330	Tostado
Panela	1 Bloque	g	60	
Agua	4 Litros	ml	4000	
Leche	1 Taza	ml	245	
Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. Tostar el maíz en tiesto, moler y cernir. Reservarlo. En una olla hervir el agua junto con la panela. 2. Aparte en un litro de agua mezclar la harina de maíz, incorporar a la olla de agua dulce dejar cocinar por 20 minutos. 3. Luego agregar la leche, dejar cocinar por 20 minutos. Servir. <p>Ver anexo(Entrevista:1,2, 3,5,9,10,14)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

MOROCHO CON LECHE


Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Homero Guillermo Vaca Haro		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taibe		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		2 horas	Pax: 12	Nº. 20
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Morocho	1 Lb	g	454	Molido
Panela	1 Bloque	g	60	
Canela	1 Pieza	g	3	
Agua	2Litros	ml	2000	
Leche	5 Tazas	ml	1225	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Remojar el morocho por 5 minutos, moler en piedra. 2. El morocho molido incorporar el agua. Cernir en un harnero. 3. Luego cocinar por 20 minutos. Incorporar la panela, la canela, la leche. Dejar cocinar por 30 minutos más. 4. Servir. <p>Ver anexo(Entrevista : 5,6 ,13,14)</p>				

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

CHAMPUS DE PAN SECO


Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Rosa Carmen Vaca Días		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taibe		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		20 minutos.	Pax:5	Nº. 21
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Pan seco	6 Unidades	g	360	Large Dice
Panela	2 Bloque	g	120	
Agua	1 Litros	ml	1000	
Cedrón	2 Ramita	g	5	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> Hervir el agua junto con la panela, el cedrón. Incorporar en la preparación anterior el pan seco en trozos pequeños. Servirse caliente. <p>Nota: Esto se realiza en los meses de noviembre, el pan hecho en esas fechas se guardan colgados en alambres dentro de la casa.</p> <p>Ver anexos (Entrevista: 3, 8, 9, 11, 12, 13, 14,15).</p>				

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR
TRIGO PELADO CON LECHE

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Martha Lucia Vaca Haro		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		1 hora	Pax: 16	Nº. 22
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Trigo	1 Lb	g	1000	Pelado
Panela	1 Bloque	g	454	
Cedrón	1 Rama	g	5	
Agua	4 Litros	ml	4000	
Leche	3 Tazas	ml	737	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cocinar el trigo pelado con poca cantidad de agua aproximadamente 20 minutos. 2. Lugo agregar la leche junto con la panela, el cedrón por 30 minutos más. 3. Servirse con pan. <p>Ver anexo (Entrevistas :3, 9,15)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

ROSQUILLOS

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Elva Vaca Galindo		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Pan		
Tiempo de preparación:		3 horas	Fax: 10	Nº. 24
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de flor	5 Tazas	G	760	Tamizado
Huevos	3 Unidades	g	180	Batidos
Manteca de cerdo	½ Taza	g	125	
Bicarbonato	1 Cuchara	g	15	
Royal	1 Cuchara	g	15	
Leche	3 Taza	ml	735	
Sal	1 Cuchara	g	15	
<p>Procedimiento:</p> <p>En un bowl incorporar la harina con leche, huevos batidos, manteca de chanco, bicarbonato, royal, sal y mezclar bien hasta que la masa quede suave.</p> <p>Lista la masa se procede a hacer los rosquillos, moldearlos. En un sartén hirviendo con aceite incorporar los rosquillos. En un recipiente junto con un paño limpio sacar los rosquillos del sartén. Servir con azúcar.</p> <p>Ver anexo (Entrevista:2,13,14)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

TORTILLA MAIZ EN TIESTO

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Blanca Arias		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Pan		
Tiempo de preparación:		30 minutos	Pax: 15	Nº. 25
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina Maíz	6 Tazas	g	990	Tamizada
Huevo	8 Unidades	g	480	Batidos
Sal	1 Cuchara	g	15	
Azúcar	½ Taza	g	115	
Agua	2 Litros	ml	2000	
Bicarbonato	1 Cuchara	g	15	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En agua fría incorporar la harina de maíz luego, los huevos, azúcar, sal, bicarbonato mezclar hasta que se incorpore todo los ingredientes. 2. En el tiesto caliente agregar un cucharón de la mescla y asar. Servir caliente. Ver anexo (Entrevista :1,2,3,4, 8,9,11,14,15) 				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

CHOCLO TANDA

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Rosa Carmen Vaca Días		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Aperitivo		
Tiempo de preparación:		1 hora	Fax: 20	Nº. 26
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Choclo	4 Libra	G	1816	Desgranado
Manteca chancho	1 taza	g	225	
Cebolla larga	1 Ramita	g	20	Brunoise fino
Sal	1 1/2 Cucharadita	g	20	
Hojas de choclo	20 Unidades	Ud.	20	
Bicarbonato	1Cuchara	g	15	
Huevo	6 Unidades	g	315	Batido
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Desgranar el choclo y moler. Reservar la masa. 2. En un sartén sofreír la cebolla con la manteca de chancho. Listo la masa agregar los huevos batidos, la cebolla sofrita, sal y bicarbonato mesclar bien que los ingredientes se mesclen por completo. 3. En las hojas de choclo incorporar la masa lista dos cucharas y envolver bien. 4. En una olla con agua colocar palos de madera para que no se humedezcan los choclotandas 5. Listo la olla poner los choclotanda y dejar cocinar por 1 hora 6. Servir. <p>Ver anexo (Entrevista :12,13,14,15)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

TORTILLA DE PAPA

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Laura Montalvo		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Pan		
Tiempo de preparación:		30 minutos	Pax:8	Nº. 27
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Papas	2 Lb	G	908	Sm. Dice
Huevo	5 Huevos	g	275	Batidos
Sal	1 Cuchara	g	8	
Azúcar	1 Taza	g	125	
Bicarbonato	2 Cucharas	g	30	
Harina de maíz	1 Taza	G	165	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Picar en trozos pequeños, moler la papa. Una vez molido la papa incorporar los huevos, el bicarbonato, sal, azúcar. 2. Por ultimo agregar la harina, mezclar bien hasta que todo los ingredientes de incorporen por completo. 3. En tiesto caliente con un cucharon poner la preparación ,asar 4. Lito para servir. <p>Ver anexos(Entrevista:1,2,4,12)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

LLAMA CHAQUI

Fecha:		20 de Diciembre		Foto
Fuente:		María Dolores Panamá		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Aperitivo		
Tiempo de preparación:		2 horas	Pax: 15	Nº. 28
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de mote	2 Lb	g	908	Tamizado
Sal	2 Cucharas	g	30	
Manteca de chancho	3 Cucharas	g	150	
Huevo	3 Unidades	g	165	Batido
Agua	1 Taza	ml	250	Tibia
Royal	2 Cuchara	g	30	
Hojas de maíz	15 Unidades	Ud.	15	
<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En un bol incorporar la harina, huevos, agua, sal, manteca de chancho, royal .mezclar hasta obtener una mezcla homogénea. 2. Listo la masa en hojas de maíz agregar la mezcla, envolver en forma de un pie de oveja. 3. En una tamalera incorporar la llama chaqui, cocinar por 20 minutos. Listo para servir. <p>Ver anexo (Entrevista : 8,10,14)</p>				


FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

HABAS DULCE

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 
Fuente:		Ernesto Guerra Haro		
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taipe		
Tipo de preparación:		Tostado		
Tiempo de preparación:		30 minutos	Pax: 3	Nº. 29
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Habas	1 Lb	g	454	Pelado
Panela	1Bloque	g	80	Derretido
Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. En un tiesto caliente tostar las habas con movimientos constantes. En una olla con poca agua derretir la panela 2. El tostado mesclar con la panela derretida. Servir. Ver anexos(Entrevista:4,11,14,15)				

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

TOSTADO DULCE

Fecha:		20 de Diciembre		Foto 	
Fuente:		Juan José Haro			
Elaborado por:		Mónica Lanchimba Byron Taibe			
Tipo de preparación:		Tostado			
Tiempo de preparación:		1 hora	Pax: 3	N°. 30	
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Maíz	1 Lb	g	454		
Panela	1 Bloque	g	80		
Agua	1 Taza	ml	250		
Procedimiento: En un tiesto caliente poner el maíz, tostar. En una olla poner 200ml de agua a hervir junto con la panela picada hasta que disuelva por completo. Listo la miel de panela incorporar en un recipiente aparte el tostado, la miel, mezclar dejar por 10 minutos que se enfríe .listo para servir. Ver anexo (Entrevista:10,11,13)					

CAPITULO V

5. PROPUESTA

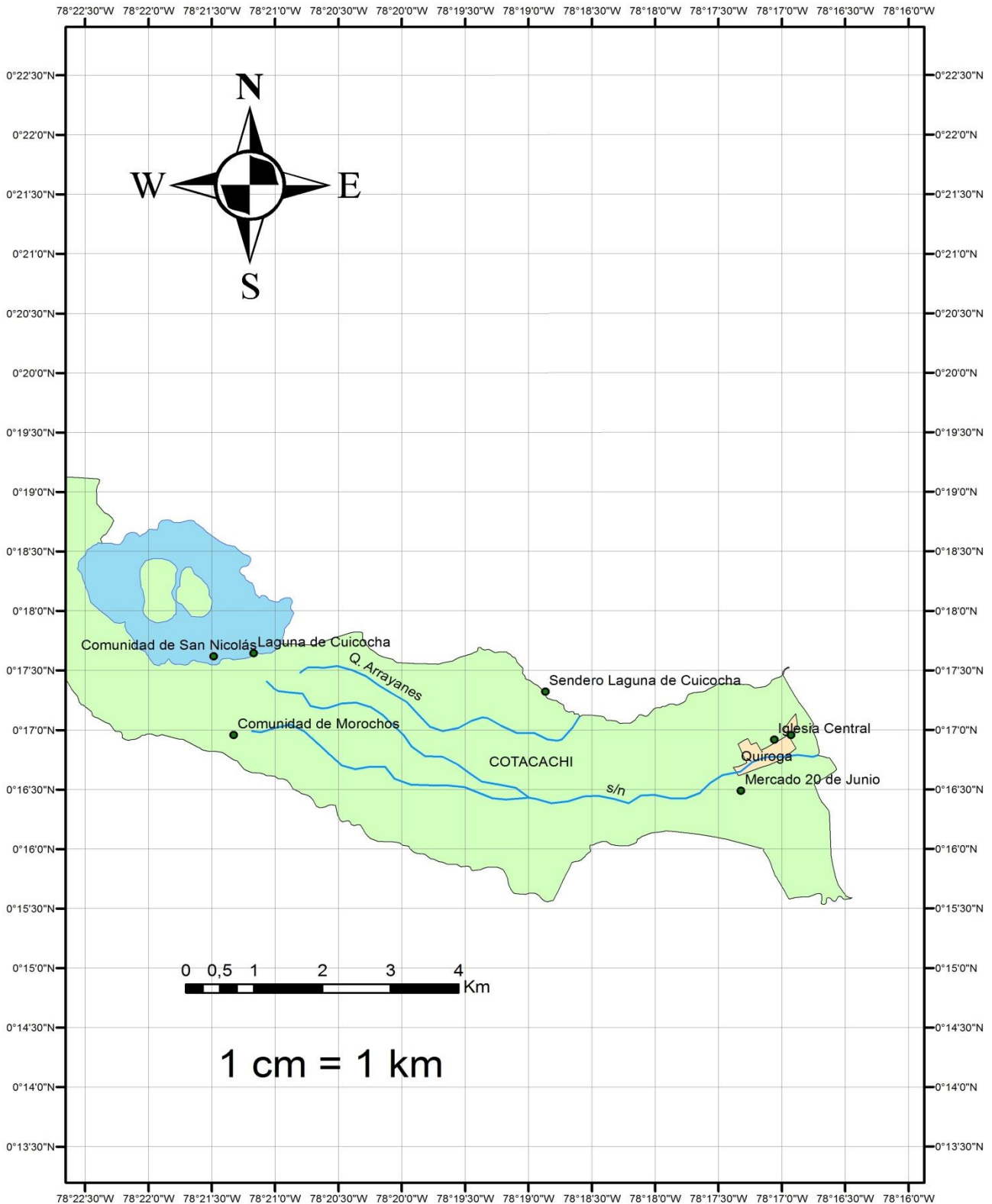
5.1. Introducción

El turista podrá disfrutar al máximo de su visita si previamente se analiza una ruta turística que detalle los atractivos naturales, servicios hoteleros y gastronómicos existentes en la Parroquia Quiroga la cual facilitara la visita a los lugares que dese llegar. De esta manera se incrementara de la afluencia de visitantes mejorando así la actividad turística en la Parroquia Quiroga.

La elaboración de hermosas artesanías de este sector forma parte importante de su historia, tradición, costumbres, comportamientos religiosos ya que estos son puntos sobresalientes de Quiroga.

Así como también se detalla lugares turísticos representativos como la iglesia central, la misma que se encuentra ubicada frente al parque de Quiroga. El mercado 20 de junio donde exhiben sus productos al consumidor, comunidad de San Nicolás la cual ofrece estadía al turista nacional y extranjero, la Laguna de Cuicocha rodeada de hermosos parajes de flora y fauna.

5.2. Ruta turística



5.2.1. Características

Quiroga es una de las 8 parroquias rurales del cantón Cotacachi, de la Provincia de Imbabura, se encuentra ubicada a 2 Km y 400 ms de la cabecera cantonal (Cotacachi), en la vía a la laguna Cuicocha, a 5 km de Otavalo, a 25 km de la capital provincial (Ibarra) y a 93 km de Quito capital del Ecuador, para llegar a esta hermosa parroquia desde cualquier ciudad antes nombradas existe transporte público. En esta parroquia se puede encontrar varios atractivos turísticos de una belleza arquitectónica inconfundible que representa su cultura y tradición. Entre los atractivos naturales más destacado se encuentra la laguna de Cuicocha de hermosos parajes que hacen de este lugar uno de los atractivos exóticos a nivel mundial por su diversidad de flora y fauna que en este habitan.

5.2.1.1. Propuesta de itinerario de la ruta turística

El turista para disfrutar al máximo de los hermosos parajes, que posee la Parroquia de Quiroga tendrá que acudir muy temprano a este lugar, para no desaprovechar un día lleno de aventura.

Por esto a continuación se presenta un itinerario que el viajero tendría que seguir, con esto se pretende optimizar su tiempo logrando su comodidad y facilidad para llegar a todos los puntos turísticos que Quiroga ofrece a todos sus visitantes. Concejos de que utilizar al momento de visitar esta parroquia: ropa cómoda abrigadora he impermeable, zapatos cómodos y dinero para poder viajar en camionetas ya que transporte público como buses no existen hasta el momento para poderse trasladar de un punto turístico a otro.

Itinerario turístico

	ATRACTIVO TURÍSTICO	ACTIVIDAD
7:30	Parque central de Quiroga	Admirar la belleza de los árboles en escultura de María Auxiliadora, se puede tomar fotografías a la estatua de Manuel de Quiroga, también se puede degustar de comidas típicas como el caldo de 31 y desayunos en los dos restaurantes ubicados cerca al parque.
8:30	Iglesia María Auxiliadora	Tomas fotográficas de esta belleza arquitectónica, si es domingo se podrá verla por dentro y presenciar la sagrada misa.
9:45	Mercado 20 de Junio	Este mercado abre sus puertas solamente los fines de semana ofertando comidas típicas como hornado el tradicional tostado y las tortillas en tiesto.
11:00	Comunidad de morochos	Se podrá visitar los albergues comunitarios toda la semana de preferencia fines de semana y feriados si el turista tiene disponibilidad de tiempo podrá hospedarse y convivir con la naturaleza.
12:00	Sendero ruta sagrada o de los dioses	Caminata por el sendero, tiene una extensión de 330 m su recorrido se lo realiza a pie pudiendo divisar toda la belleza del lago Cuicocha su flora y fauna. El ingreso es gratuito y abren sus puertas todos los días de la semana.
13:45	Lago Cuicocha	La entrada no tiene costo y se lo puede hacer de lunes a domingo, aquí se podrá realizar un paseo en lancha también se tendrá la oportunidad de almorzar y degustar platos a la carta en la hostería restaurant Cuicocha.
15:00	Comunidad de San Nicolás	En este lindo paraje el turista tendrá la oportunidad de observar la elaboración de bisutería en alambre de alpaca, adquirir este producto a precios módicos y a su vez mirar la vegetación natural de este lugar todos los días en la semana.

5.3. Análisis de los componentes turísticos

El turismo es una fuente innegable de ingresos para cualquier lugar del país siempre y cuando este se lo explote de la mejor manera es decir respetando la integridad cultural la biodiversidad y los sistemas que sostienen la vida, así mismo brindando al turista una experiencia única tanto como sea posible en cuanto a estadía, movilización, alimentación he información de cada lugar que este visite.

Atractivo N1

Parque central de Quiroga



Fuente: Autores Parroquia Quiroga

Este parque está ubicado frente a la Iglesia "María Auxiliadora". Cerca de la Junta Parroquial de Quiroga, este sitio antes de ser lo que ahora es, fue mercado, plaza de festejos taurinos entre otras distracciones populares y deportes. Actualmente ya es un lugar regenerado gracias a la junta parroquial con árboles frondosos, en el centro se encuentra una estatua en honor al noble Manuel Quiroga. Por este parque se encuentra la principal calle que lleva a la laguna Cuicocha.

Atractivo N2

Iglesia Maria Auxiliadora



Fuente: Autores Parroquia Quiroga

Una obra de arte que está en la Parroquia de Quiroga tiene un corte renacentista y varias obras de arte en su interior, su altar está cubierto de pan de oro y una rica decoración mística. Aquí se celebran ceremonias religiosas por lo general los fines de semana.

Atractivo N3

Mercado 20 de junio



Fuente: Autores Parroquia Quiroga

Este mercado que ofrece productos de primera necesidad como frutas, hortalizas, verduras, cereales y carnes abre solamente los días sábados y domingos aquí podemos degustar de desayunos y almuerzos en estos días. Se encuentra ubicado a unos 100 metros de la iglesia central de dicha parroquia

Atractivo N4.

Comunidad de Morochos



Fuente: Autores Parroquia Quiroga

La comunidad Morochos de la Parroquia Quiroga, como en toda Parroquia la mayoría de las familias que aquí viven, se dedican a la agricultura y la ganadería. Además fomentan el turismo comunitario donde ofrecen un paquete turístico de dos días máximo que incluye alimentación y estadía a sus visitantes que en su mayoría son extranjeros. Para reservar primero deben contactarse con la agencia de turismo Runa Tupari quien es el encargado de dar más información.

Atractivo N5

Alojamiento Comunitario Wayra Pacha



Fuente: Autores Parroquia Quiroga

En este alojamiento turístico el visitante tiene la oportunidad de conocer la preparación del tradicional tostado realizar un tour alpaca, para conocer qué cosas hermosas se pueden realizar con la lanada de este animal del páramo andino, el tour con estadía y alimentación cuesta 60 USD \$ por visitante.

Atractivo N6

Sendero de los dioses



Fuente: Autores parroquia Quiroga.

Es muy entretenido dar la vuelta completa a la laguna caminando. Este sendero está marcado por la cresta de las montañas, que envuelve a la laguna y demora unas 6 horas en recorrerse. Además de las hermosas vistas del cuerpo de agua, hay un bello panorama de los valles circundantes, el volcán Imbabura y la imponente presencia del volcán Cotacachi 4939 m.s.n.m. con nieves eternas (Aranha D. , 2009).

Atractivo N7

Laguna Cuicocha.



Fuente: Autores parroquia Quiroga

La Laguna Cuicocha forma parte de la Reserva Ecológica Cotacachi-Cayapas, que desde 1968, abarca las provincias de Esmeraldas e Imbabura y tiene una extensión de 204.420 hectáreas. Con una altitud de 3068 m.s.n.m. La reserva cuenta con una gran diversidad biológica que incluye tapires, osos hormigueros, tigrillos, jaguares y el gran cóndor. En sus alrededores conviven dos grupos étnicos como los chachis y los negros, quienes aún conservan muchas de sus tradiciones y creencias. La entrada a este hermoso paraíso es gratuita va de lunes a viernes 9 a 18 horas. Sábados y domingos 9 a 20 horas (Aranha, quiroga su historia y tradicion, 2009).

Atractivo N8

Artesanías de la parroquia san Nicolás.



Fuente: Autores parroquia Quiroga

Esta comunidad se caracteriza, porque su habitantes en su mayoría se dedica a la elaboración de bisutería a base de alambre de alpaca como collares, anillos, manoplas entre otros, estas obras de arte se las puede adquirir al por mayor y menor y su costo va desde los 2 dólares por unidades o 12 dólares la docena y las manoplas a 7 dólares cada una. El sr Segundo Morales es uno de los habitantes de esta comunidad, quien es especialista en crear estos diseños únicos y su principal mercado es la ciudad de Otavalo donde más se comercializa este producto. Para llegar a este lugar desde Quiroga existe una vía asfaltada y se lo hace en camioneta o en transporte privado se encuentra ubicada a 25 minutos del centro de la Parroquia Quiroga

5.4. Impactos

5.4.1. Análisis de impactos

Para el desarrollo del presente capítulo se ha creado un cuadro informativo de acuerdo a lo analizado de los impactos prospectivo; dicho de mejor manera poner en balanza los aspectos de la ingeniería de la tesis que se hagan en algunos sectores o puntos.

El análisis de impactos son las señales de aspectos positivos o negativos que la realización del proyecto ocasionará en un ámbito o área determinado.

Se plantea parámetros para cuantificar los niveles de impacto sobre la base de los siguientes valores:

- 3 Impacto alto negativo
- 2 Impacto medio negativo
- 1 Impacto bajo negativo
- 0 No hay impacto
- 1 Impacto bajo positivo
- 2 Impacto medio positivo
- 3 Impacto alto positivo

Esta tabla y sus respectivos parámetros puede variar, pero la propuesta tiene las siguientes características:

Para cada ámbito o área determinados, se determina los indicadores de impacto en la respectiva matriz.

Es necesario realizar una suma de los niveles de impacto en cada matriz y dividir éste valor para el número de indicadores, obteniéndose de este modo el impacto promedio por área.

Bajo cada matriz se detalla el análisis y argumentos de los porque y las circunstancias por la que se designó el valor a cada indicador.

De ésta forma se dan a conocer las matrices para el análisis de impactos del macro proyecto denominado “Gastronomía de la Provincia de Imbabura como Patrimonio Cultural inmaterial de la Parroquia Rural de Quiroga”

IMPACTO TURÍSTICO

INDICADOR	NIVELES DE IMPACTO							
	-3	-2	-1	0	1	2	3	
Afluencia de turismo nacional y receptivo						X		
Diversificación de destinos turísticos						X		
Incremento de la actividad turística						X		
Difusión y promoción del sector						X		
TOTAL						8		8
$\Sigma = 8$ Nivel de Impacto Turístico = $\frac{\Sigma}{\text{Número De Indicadores}}$ Nivel de Impacto Turístico = $\frac{8}{4}$ Nivel de Impacto Turístico = 2								

Fuente; Dr. Miguel Pozo, metodología de la investigación.

Indicador	Análisis
Afluencia de turismo nacional y receptivo	La parroquia de Quiroga será visitada por turistas nacionales y extranjeros por sus hermosos paisajes , con lo cual este proyecto está enfocado a aprovechar y a incrementar mayor demanda de turistas con muchas alternativas de rutas turísticas por visitarlas para conocer los diversos parajes más hermosos que tiene por ofrecer a todos quienes los visite.
Diversificación de destinos turísticos	El proyecto realizado tiene como finalidad de proponer nuevas alternativas de turismo y dar conocer la diversidad gastronómica que ofrecerá la parroquia Quiroga. De esta manera diversificar los distintos destinos turísticos lo cual permitirá que esta actividad económica incremente
Propuestas complementarias e innovadoras	Es positivo porque al promover una ruta turística-gastronómica aprovecharemos los productos propios de la zona y de esta manera rescataremos los platos típicos de la Parroquia Quiroga, así como también incrementar turistas por ende el crecimiento económico del sector. Esta actividad debe ser realizada con una mentalidad de conservación y respeto hacia la madre naturaleza; muy anhelada por los turistas nacionales y en especial por los extranjeros.

Difusión y promoción del sector	El proyecto dará a conocer los atractivos turísticos, gastronómicos de Quiroga a los visitantes nacionales y extranjeros así permitir el desarrollo turístico del sector.
---------------------------------	---

El impacto es positivo ya que el sector turístico tiene diferentes campos, uno de los más importantes es el turismo cultural, al realizar esta actividad los principales beneficiarios serán los pobladores del lugar, ya que esta actividad es realizada con una mentalidad de conservación y respeto hacia la madre naturaleza; muy anhelada por los turistas nacionales e extranjeros. Lo cual permitirá que los habitantes tengan mayor demanda de turistas por ende la economía incrementa permitiendo de esta manera un desarrollo eminente para la Parroquia Quiroga.

IMPACTO SOCIO-CULTURAL.

INDICADOR	NIVELE DE IMPACTO							
	-3	-2	-1	0	1	2	3	
- Identidad cultural.		x						
- Costumbres							x	
- Familia							x	
- Nutrición						x		
- Participación comunitaria							x	
TOTAL		-2			1	2	9	10
<p>$\Sigma = 10$</p> <p>Nivel de Impacto Socio-Cultural= $\Sigma 10$</p> <p>Número de indicadores 5</p> <p>$\Sigma = 2$ Impacto Medio Positivo</p>								

Fuente; Dr. Miguel Pozo, metodología de la investigación.

Indicador	Análisis
<ul style="list-style-type: none"> - Identidad cultural. 	<p>Es un impacto medio negativo porque con el tiempo en la parroquia de Quiroga han perdido su idioma adoptando al mestizaje como idioma propio. Por esto con el proyecto se pretenderá revitalizar su idioma nativo a las futuras generaciones.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Costumbres 	<p>Es positivo porque siguen arraigadas las manifestaciones culturales, festividades folclóricas. Costumbres y tradiciones en las cual se sigue preparando algunas de las bebidas típicas como una de ella es la chicha de jora, la vestimenta van fortaleciendo las relaciones interétnicas e interculturales. Así como también algunos seguirán el legado trasmitidos por sus padres o abuelos como son las técnicas de cultivo y cosechas de las mimas, por las cuales lo celebran en un fiesta colorida como es el Inti Raymi en agradecimiento a las cosechas obtenidas durante el año.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Familia 	<p>La familia es uno de los pilares fundamentales en la Parroquia de Quiroga, por la cual se puede decir que la alimentación es la base de coexistencia entre las familias ya que es un tiempo donde todos están unidos en armonía de esta manera buscan el bienestar para cada uno de sus miembros así como también de los que habitan en la</p>

	Parroquia.
- Nutrición	El Impacto es favorable por lo cual la realización del proyecto mostrara que la alimentación de productos naturales producidos en sus hogares tiene un alto porcentaje de nutrientes beneficiosos para la salud, ya que en la parroquia de Quiroga la tierra es apropiada para el cultivo de los productos los cuales son nutritivos pero por la falta de conocimiento hace que tengan un desequilibrio a la hora de consumirlos.
- Participación comunitaria	El indicador es alto positivo porque con la presencia y la participación de los habitantes en algunas manifestaciones culturales la colaboración y el apoyo son notorios de gente amable, caritativa que buscan el bienestar de cada uno de ellos así como de quienes habitan en la parroquia, sobre todo buscaran innovar sus productos de esta manera permitiendo que los turistas extranjeros, nacionales y locales se sientan a gusto.

El impacto del proyecto es medio positivo, por lo que aún se siguen celebrando las manifestaciones culturales con diversas actividades en la Parroquia Quiroga. Sin embargo las vestimentas propias no lo utilizan como la moda diaria más solo en las festividades locales, así como también el idioma Quichua propio de los habitantes de la Parroquia Quiroga, asido adoptado por el idioma español como idioma oficial con el cual se identifican muchos de ellos. El proyecto tiene como finalidad forjar fuentes de ingresos que ayude al mejoramiento de la calidad de vida de las personas, así mismo con la conformación de grupos de jóvenes quienes serán parte activa en las diferentes gestiones encaminadas a realizar actividades culturales. Más aun con el desarrollo agrícola se fortalecerá la alimentación con un alto valor nutritivo lo que permitirá que sus productos tengan mayor Adquisición en el comercio local de esta manera tenga mayor diversidad en el ámbito gastronómico.

IMPACTO ECONÓMICO

INDICADOR	NIVELES DE IMPACTO							
	-3	-2	-1	0	1	2	3	
- Generación de micro empresa						x		
- Reactivación de la producción agrícola							x	
- Mayores ingresos para empresarios del sector						x		
TOTAL						4	3	7
$\Sigma = 7$ Nivel de Impacto Socio-Cultural = $\Sigma 7$ Número de indicadores = 3 $\Sigma = 2,33$								

Fuente; Dr. Miguel Pozo, metodología de la investigación.

Indicador	Análisis
<ul style="list-style-type: none"> - Generación de micro empresas 	<p>El impacto es medio favorable por lo cual la realización del proyecto beneficiara de forma directa e indirecta a las empresas hoteleras, turísticas y a los habitantes de Quiroga implementando así fuentes de empleo permitiendo el desarrollo económico del sector. De esta manera la elaboración de los platos típicos tendrá mayor apertura con los cuales se buscaran fortalecer los conocimientos ancestrales a las demás generaciones.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Reactivación de la producción agrícola 	<p>Es un impacto beneficioso porque con ella se estimulara el cultivo de productos nativos mejorando así la agricultura con esto la producción beneficiando así a los agricultores locales y de esta manera buscando mejorar las condiciones socioeconómicas, de las familias así como de quienes habitan en la Parroquia.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Aportes económicos al sector empresarial 	<p>Es medio favorable porque el desarrollo del proyecto permitirá potenciar el turismo gastronómico de esta manera mejorar los ingresos económicos para los empresarios del sector porque con ello se buscaran la demanda de afluencia de turistas locales, nacionales e internacionales.</p>

El impacto del proyecto es medio positivo, por cuanto el comercio que tiene esta Parroquia se basa en la agricultura ya que la mayor fuente de ingreso económico es la producción de sus cultivos como producto principal el maíz, en otro ámbito es poca la afluencia de turistas nacionales quienes aportan a la economía de la Parroquia Quiroga. Por ende es vital la revitalización de la gastronomía autóctona de la zona para incentivar a la población a cultivar sus productos y comercializarlos dentro de la misma, creando fuentes de trabajo directa e indirectamente, como también fortalecer los conocimientos ancestrales.

MPACTO EDUCATIVO

INDICADOR	NIVELES DE IMPACTO						
	-2	-1	0	1	2	3	
- Mayores conocimientos					x		
- Investigación					x		
- Capacitación		x					
- Generación de propuestas					x		
TOTAL			-1		6		5
<p>$\Sigma = 5$</p> <p>Nivel de Impacto Socio-Cultural= $\Sigma 5$</p> <p>Número de indicadores= 4</p> <p>$\Sigma = 1$</p>							

Fuente; Dr. Miguel Pozo, metodología de la investigación.

Indicador	Análisis
<ul style="list-style-type: none"> - Mayores conocimientos 	<p>La Parroquia Quiroga tiene un impacto medio favorable puesto que se pudo recabar la información latente de los conocimientos sobre la gastronomía ancestral del adulto mayor del sector, de esta manera recopilando un pasado valioso. Mediante esto se busca fomentar los conocimientos a las generaciones futuras.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Investigación 	<p>Tiene impacto medio positivo porque en la investigación se pudo obtener información de calidad para la aplicación de los conocimientos adquiridos de sus antecesores en la Parroquia Quiroga. Lo cual permitirá conocer platos típicos de la Parroquia de esta manera seguir el legado de sus antecesores.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Capacitación 	<p>Los pobladores de la parroquia Quiroga no tienen capacitación alguna por la que desconocen la variedad de preparaciones que se pueden realizar con los productos propios producidos en el sector. El proyecto será una guía para quienes quieren seguir preparando ciertas recetas de sus antecesores.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Propuestas 	<p>Es medio favorable ya que estos conocimientos serán de gran aporte a la</p>

	<p>sociedad sobre todo a las futuras generaciones, con las cuales se pretende mostrar un pasado en un ámbito gastronómico, fomentar el crecimiento gastronómico ancestral.</p>
--	--

El valor del impacto educativo es 1 esto significa que el impacto es bajo positivo por lo que los habitantes de la Parroquia Quiroga tiene una educación a medias, porque la mayoría de adultos mayores no culminaron sus estudios primarios por factures económicos esto ha generado que los pobladores de este sector se dediquen a la agricultura al legado dejado por sus antecesores de generación en generación. Con el proyecto se pretende extender estos conocimientos formando en partes activas a jóvenes las cuales van a mejorar y fomentar al crecimiento gastronómico ancestral mediante el aprendizaje que obtendrán en las guías manuales que estarán a su disposición.

5.5. Informe de impactos

La realización de los impactos estuvieron basados en los cálculos para dar a conocer si los indicadores a aplicarse tendrán ventajas positivas o negativas en la parroquia Quiroga, Para lo cual se hizo un análisis detallado de cada ítem, es así que se da conocer que el impacto sociocultural es medio positivo, porque las manifestaciones culturales siguen prevaleciendo en los habitantes de la parroquia como son festividades en honor la patrona de Quiroga María Auxiliadora de igual forma el impacto turístico es uno de los factores primordiales, mediante el análisis se muestra que es positivo ya que la Parroquia cuenta con atractivos naturales, culturales y gastronómicos, por lo cual el impacto económico es medio positivo ya que la revitalización gastronómica autóctona de la zona incentivara a la población a cultivar sus productos y comercializarlos dentro de la misma, creando fuentes de trabajo. El proyecto tiene como finalidad ayudar con el rescate y desarrollo del valor cultural existente en la Parroquia Quiroga, forjando fuentes de ingresos que ayude al mejoramiento de la calidad de vida de las personas, así mismo con la conformación de grupos de jóvenes quienes serán parte activa en las diferentes gestiones encaminadas a realizar actividades culturales, una vez presentado el informe de impacto los cuales indican qué valor posee este proyecto en la parroquia Quiroga del Cantón Cotacachi, Provincia de Imbabura se puede decir que se lograra un resultado óptimo.

6. CONCLUSIONES

En base a la presente investigación se pudo llegar a las siguientes conclusiones:

- Al entrevistar a las personas adultas mayores se concluye que es factible realizar una ruta turística gastronómica en QUIROGA, porque facilitara al turista trasladarse de un lugar a otro sin ningún inconveniente de esta manera haciendo más agradable su estadía al lugar de visita, de la misma forma minimizando tiempo y dinero al turista.
- La revitalización de los saberes ancestrales mediante el levantamiento de un inventario gastronómico, será factible ya que permitirá dar a conocer a la sociedad en general sobre todo a las futuras generaciones, los conocimientos sobre preparaciones típicas legados por los antecesores que sean olvidado con el paso de los años.
- Analizando los estudios prospectivamente los impactos correspondientes de este proyecto podemos concluir que tenemos un impacto medio positivo, dando como referencia que este proyecto tendrá beneficios socioculturales, económicos, educativos y turísticos reflejando la importancia de esta investigación realizada.

7. RECOMENDACIONES

Fomentar la creación de círculos interpretativos, conservativos de las historias, tradiciones, costumbres y la gastronomía, con la participación de las abuelas y abuelos, junto con niños y niñas, para ayudar a preservar este conocimiento.

Una recomendación en cuanto a valorar la gastronomía de la Parroquia rural Quiroga cave recalcar es la de implantar proyectos que se puedan difundir a nivel nacional por ser un sector con alto valor cultural y podría ser un eje muy importante para el desarrollo económico.

Al diseñar la ruta turística gastronómica se puede divisar la falta de compañías de transporte público (bus) que lleguen a varios atractivos turísticos siendo un motivo por el cual los turistas no pueden acceder con facilidad a varios atractivos, se recomienda crear un recorrido de transporte Parroquial para promover así la ruta gastronómica trayendo con esto más ingresos para este sector.

Al analizar los impactos que el proyecto va a generar en la Parroquia Quiroga se puede decir que será factible que el proyecto realizado se lo implante mediante la Junta Parroquial comunidades y la Unorcac porque existe mucho potencial turístico gastronómico.

BIBLIOGRAFÍA

Almeida, P.J. (2011). Estudio de la Gastronomía de la Provincia de Imbabura, análisis e Influencia en el desarrollo de la Zona. Quito- Ecuador. Corporación Nacional.

Aranha, D.M. (2009). Quiroga su Historia y Tradición. edaranja.blogspot.com/2009/04/quiroga-su-historia-y-tradicion.htm.

Alcubilla, César. (2013). Un relato de la historia gastronómica del mundo. La Enciclopedia Gourmet.

Álvarez, F. (2011). Gastronomía del mundo. es.s Bowler, A. (2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México. Platos típicos de argentina. www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-45572009000300008.

Barrera, A.P. (2009). Acercamiento a los saberes ancestrales. Quito- Ecuador. Corporación Nacional.

Collados, T. (2010). Cocina tradicional y tecnológica. Editorial ISSN 2014-1823.

Cartay, R. (2010). Las cocinas regionales frente a la cocina nacional. Caracas- Venezuela.

Caicedo, C. (2005). Cocina Básica Colombiana. Editorial norma.

Castro, J. (2011). Memorias. Quito- Ecuador. Corporación MYL.

Crispín .I.E. (2011). Un Acercamiento a los Saberes Ancestrales de la Comunidades en el Salvador. Managua -Salvador. Corporación Rais.

Carlo, E. (2009) La gastronomía ancestral de un pueblo es un testimonio de mestizaje y sabores que identifican a una región y ofrecen el reconocimiento de un pasado en común”.

Diccionario de la lengua española. (2008). El diccionario libre <http://definicion.de/patrimonio/#ixzz33K7bPM8O>

Ducrot. V. H. (2009). Historia de la cocina argentina. Editado por el diario Nación.

Escobar. E.D. (2012). Gastronomía Ecuatoriana. Chimborazo- Ecuador Monografía.

Escobar, L. (2012). Platos típicos del Ecuador. <http://es.scribd.com/doc/104654337/GASTRONOMIA-ECUATORIANA-Monografia-Escobar-Perez#scribd>.

Espol, H. (2009).Gastronomía de Imbabura. blog.espol.edu.ec/licitur/2009/08/06/gastronomia-de-Imbabura/.

Fernández, S. (2014). Platos típicos de Argentina. Platos típicos de Argentina.

Flores, J. (2010). Luchas Sociales Herencias Históricas. UNNESCO.

Gutiérrez, C. (2012). Historia de la gastronomía. Quito-Ecuador, red tercer milenio.

González. (2014). Estudio del desarrollo de gastronomía y su estado actual. www.academia.edu/6363481/E_Estado_actual_dela_gastronomia_-_copia.

García, M. (2011). Cantón Cotacachi. es.slideshare.net/melissamajoisapaola/platos-tpicos-de-imbabura.

Izquierdo, M. (2014). El mestizaje gastronómico y la diversidad culinaria en América Latina. <http://www.telesurtv.net/bloggers/El-mestizaje-gastronomico-y-la-diversidad-culinaria-en-America-Latina-20150211-0003.html>.

Ibarra, S. (2012). Cocina Actual. Buenos Aires. Fundación Herdez – AC y editorial Clío.

Jorda, M.J. (2010). Diccionario Practico De Gastronomía Y Salud. Díaz de Santo.

LinkedIn. (2010). Breve historia de la gastronomía argentina. es.slideshare.net/.../breve-historia-de-la-gastronoma-argentina-power-poi.

Maldonado, P. (2011). Estudio de la Gastronomía de La Provincia de Imbabura. repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/15947/1/45434_1.pdf.

Molina, P. (2012) .Gastronomía Ecuatoriana. Quito- Ecuador. Editorial Norma.

Mauricio. (2009). Gastronomía de Imbabura. blog.espol.edu.ec/lictur/2009/08/06/gastronomia-de-imbabura/.

Menchu, R. (2010).”Diagnóstico de la realidad educativa de los pueblos indígenas”. Instituto RAIS.

Manfred, H. (2008). Gastronomía -conocimiento –ciencia. Quito-Ecuador, red tercer milenio.

Marieta, D. (2010).Gastronómica típica ancestral. Guayaquil –Ecuador.

Mariani, V. (2005). “Primeras jornadas de patrimonio gastronómico.

Mortecinos, D. A. (2013). Definición de la Gastronomía y su evolución.

Navarrete, I. (2011). Estudio de la Gastronomía de La Provincia de Imbabura. es.slideshare.net/melissamajoisapaola/platos-tpicos-de-imbabura.

Olin, P. (2009).Platos típicos de Perú. Platos típicos de Perú – Viajejet.

Pérez,P.(2012).Gastronomía,Ecuatoriana. <https://es.scribd.com/.../GASTRONOMIA-ECUATORIANA-Monografia->.

Pazos, J.C. (2012) .Cocina Regional Andina. Quito – Ecuador. Corporación Nacional.

Plano, E. (2014).Gastronomía latinoamericana, los platos imperdibles de nuestra tierra. www.vidapositiva.com/gastronomia-latinoamericana-los-platos-imperdib.

Ponce, P. (2014).La mejor gastronomía en feria de cotacachi. La Prisma

Ruiz, L. (2011). Proceso de Civilización y la Cocina. Quito – Ecuador. Corporación Nacional.

Rubio, J. (2011). Historia de la gastronomía en Colombia. deliciasgastronomicasdeltolima.blogspot.com/.../historia-de-la-gastronom.

Rivera, C. M. (2009). Patrimonio cultural inmaterial de la Humanidad http://es.wikipedia.org/wiki/Patrimonio_cultural_inmaterial_de_la_Humanidad

Sánchez, T. (2010). Instituto de antropología y geografía La historia construida. Quito –Ecuador. Talleres gráficos nacionales.

Sergio.(2013).Cocina,Latinoamericana. misrecetasdecomidas.com/recetas.../comida-latinoamericana/.

Suárez, G. (2010).Datos Generales de la gastronomía del cantón Cotacachi dspace.utpl.edu.ec/bitstream/123456789/2440/1/640X268.pdf

Símil, G. (2014). <http://es.wikipedia.org/wiki/Cultura>.

UNORCAC. (2013).Tradición y Diseño entre montañas. Cota cachi- Ecuador .Revista Turística.

Valecillos, J. (2013).Fundación Bigott. <http://fundacionbigott.com/blog/?p=67>

ANEXOS

Modelo de entrevista para el levantamiento del inventario gastronómico

ENTREVISTA ¹ LEVANTAMIENTO DEL INVENTARIO GATRONÓMICO

Fuente:

Fecha:

Lugar:



Elaborado por:

1. Qué alimentos ancestrales existían en la zona.
2. Qué alimentos se producen actualmente
3. Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían
4. Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos
5. Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona
6. Cuáles son las comidas y bebidas que se preparan en la zona (incluir sopas, platos principales, postres, panes, otros)
7. Ingredientes cantidad, unidad
8. Técnicas de elaboración
9. Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.

ENTREVISTA CONTEXTO SOCIO CULTURAL

10. Cuáles (incluir fechas) son las manifestaciones culturales de la zona y qué alimentos o bebidas se relacionan con éstas.
11. Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos
12. Cómo o a quién se transmiten los conocimientos
13. Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad.
14. Desde cuándo se prepara
15. En qué utensilios o cuáles son las características en las que se los sirve.
16. Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados
17. Qué significado tiene el plato
18. Qué historia conoce del plato

Modelo de ficha para inventario de atractivos turísticos

	<p>UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD CARRERA DE GASTRONOMÍA</p>	
<p>FICHA PARA INVENTARIO DE ATRACTIVOS TURÍSTICOS</p>		
<p>1. DATOS GENERALES</p>		
<p>Encuestador:</p>	<p>Fecha: 20 noviembre 2014</p>	
<p>Supervisor evaluador:</p>	<p>No. Ficha: 005</p>	
<p>Nombre del atractivo:</p>		
<p>Propietario:</p>		
<p>Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Históricos Subtipo: Arquitectura Religiosa</p>		
<p>2. UBICACIÓN: vía principal de Quiroga a la laguna LONGITUD: LATITUD:</p>		
<p>Provincia: Imbabura</p>	<p>Cantón:</p>	<p>Localidad: Quiroga</p>
<p>Calle:</p>	<p>Número</p>	<p>Trasversal:</p>
<p>3.CENTROS URBANOS MAS CERCANOS AL ATRACTIVO</p>		
<p>Nombre del poblado:</p>		<p>Distancia(km):</p>
<p>4. CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DEL ATRACTIVO</p>		
<p>Altura (m.s.n.m.):</p>	<p>Temperatura</p>	
<p>1</p>	<p>Tamaño:</p>	

2	Calidad del Agua:			
3	Flora y Fauna:			
4	Descripción del paisaje:			
5	Descripción de sus riberas:			
6	Islas existentes			
7	Actividades varias:			
8	Puentes y puertos:			
9	Navegabilidad:			
10	Rápidos:			
11	Cañones:			
12	Vados:			
5. USOS	(simbolismo)			
ESTADO DE CONSERVACIÓN				
1	Alterado: X			
2	No alterado			
3	Conservado			
4	En proceso de deterioro: X			
5	Causas del deterioro:			
6.	Ha sido declarado patrimonio	Nombre		
	Si	Fecha		
	No : X	Categoría		
6. INFRAESTRUCTURA VIAL Y DE ACCESO				
Tipo	Subtipo	Estado de las vías	Transporte	Frecuencias

		Buen o	Regula r	Mal o		Diar ia	Sema nal	Mens ual	Event ual	Ning una
Terrestre	Asfalto				Bus					
	Lastrado				Automóvil					
	Empedrado				4x4					
	Sendero				Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					

					Helicóptero					
7. FACILIDADES TURÍSTICAS										
Solamente existen camionetas y taxis										
Desde: 06:00			Hasta: 20:00		Frecuencia: c/5min		Distancia: 9,9 km			
	Lujo		Primera		Segunda		Tercera		Cuarta	
Servicios	No. Estab. b.	Plazas	No. Estab. .	Plaza s	No. Estab. .	Plaza s	No. Estab. .	Plaza s	No. Estab. .	Plazas
Alojamiento										
Alimentación										
Esparcimiento										
Tarifa promedio										
por hotel \$										
Promedio días										

Tarifa promedio										
en alimentación										
estadía hotel										
Infraestructura básica										
Agua										
Energía	sistema interconectado									
Alcantarillado	pozo sépticos									
8.TURISMO										
Tipo de turistas que recibe el turista	Tiempo promedio que permanece el turista en la zona				Formas de viajar del turista					
Local					Camiones y Taxi					
Provincial					Automóvil					
Nacional										
Internacional										

Indique si cuenta con			
Agencia de viajes	Almacenes de artesanía	Correo	Fax, fono, internet
Señale si el atractivo turístico se difunde			
Local			
Provincial			
Nacional			
Internacional			
Observaciones	El mejor momento del destino es, directamente relacionado con las manifestaciones culturales y religiosas.		
Dibujar ruta			

Parque central de la parroquia rural Quiroga



Iglesia de la virgen María Auxiliadora



Mercado de pequeños comerciantes 20 de junio



Alojamiento familiar turístico (comunidad de Morochos)





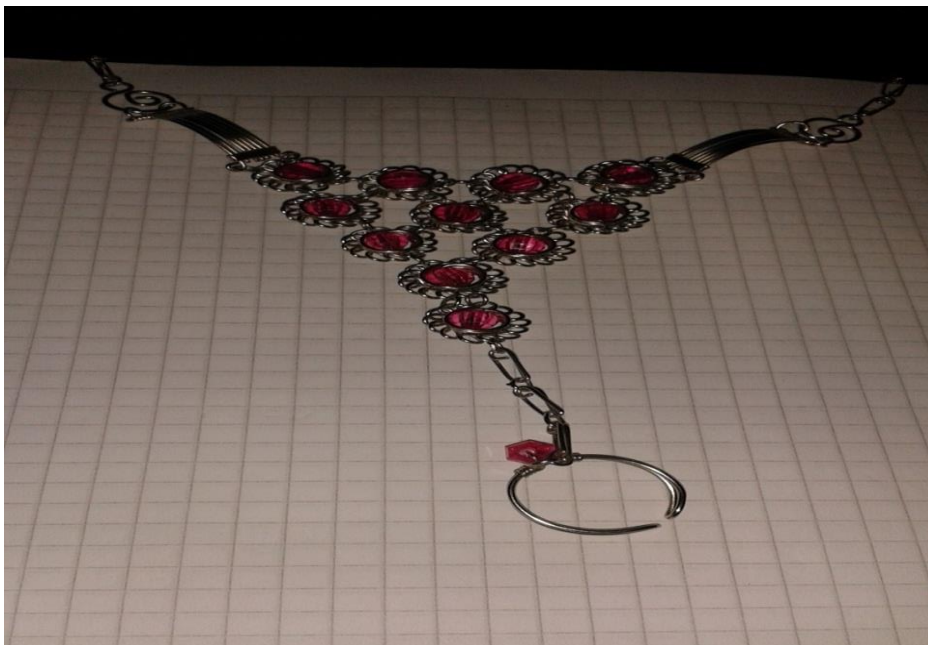
Sendero de los dioses (Laguna Cuicocha)



Laguna de Cuicocha



Artesanías en alambre de alpaca (Comunidad de San Nicolás)






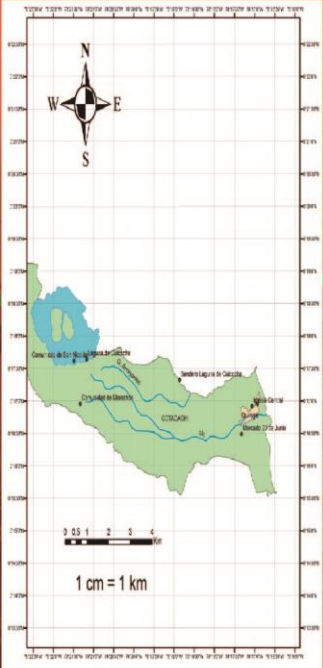
Tríptico


Atractivos Turísticos

Entre los atractivos naturales más destacado se encuentra la laguna de Cuicocha de hermosos parajes que hacen de este lugar uno de los atractivos exóticos a nivel mundial por su diversidad de flora y fauna que en este habitan. En los culturales podemos destacar sus fiestas folclóricas como las fiestas de San Juan y la peregrinación de la virgen María Auxiliadora la patrona de los Quiroguenses así como también se podrá disfrutar de hermosas artesanías.



Ruta Gastrónica





QUIROGA

RUTA TURÍSTICA GASTRONÓMICA

Ubicación:

La Parroquia Quiroga geográficamente se encuentra situada al Sur - Oeste de la Provincia de Imbabura y al noreste del Cantón Cotacachi, con una altura de 2450 metros sobre el nivel del mar y a unos 60 kilómetros al norte de la línea equinoccial.

Aspectos y Características de la Parroquia

Es una de las 8 Parroquias rurales del Cantón Cotacachi, de la Provincia de Imbabura, se encuentra ubicada a 2 Km y 400 ms de la cabecera cantonal (Cotacachi), en la vía a la laguna Cuicocha, a 5 km de Otavalo, a 25 km de la capital provincial (Ibarra) y a 93 km de Quito capital del Ecuador, para llegar a esta hermosa Parroquia desde cualquier ciudad antes nombradas existe transporte público.

En el aspecto económico, la parroquia es rica en recursos humanos, naturales y físicos. Los principales medios de ingreso son: la agricultura, ganadería, comercio.

En el aspecto religioso, se puede decir que Quiroga es un campo de valores de acción evangelizadora y de fe que se manifiesta de muchas maneras; las novenas, las fiestas patronales, la misa de los difuntos, los escapularios y medallas son muestra de este cariño por la Virgen María Auxiliadora.

Gastronomía Tradicional de QUIROGA



CARIUCHO DE ARVEJA PELADA 	CARIUCHO DE FREJOL 
CHOCLO TANDA 	TORTILLAS EN TIESTO 
CALEDO DE GALLINA DE CAMPO 	TOSTADO DULCE 
CHICHA DE JORA 	COLADA DE HARINA DE MAÍZ 

Ruta de turismo gastronómico

El turista podrá disfrutar al máximo de su visita si previamente se analiza una ruta turística que detalle los atractivos naturales, servicios hoteleros y gastronómicos existentes en la Parroquia Quiroga la cual facilitara la visita a los lugares que dese llegar. De esta manera se incrementara la afluencia de visitantes mejorando así la actividad turística en la Parroquia Quiroga.

Por otro lado el visitante podrá adquirir artesanías en alambre de alpaca como: manoplas, collares, aretes entre otros.



Explora tus sentidos
con el turismo gastronómico.
"Aventureros de Quiroga"

Banner

**Gastronomía de la Provincia de Imbabura
como patrimonio cultural inmaterial
de la Parroquia Rural de Quiroga**



INTRODUCCIÓN

La presente investigación ha permitido conocer las técnicas gastronómicas ancestrales, cuyo objetivo fue revitalizar los platos típicos y estandarizar las recetas para que no se pierda esta herencia cultural, es por esto que nace la idea de recobrar los conocimientos legados por los antecesores al escuchar la sabiduría que poseen la mayoría de las abuelas y abuelos en la Parroquia Rural de Quiroga.

OBJETIVO

Valorar la Gastronomía de la Parroquia Rural de Quiroga, como patrimonio cultural del Ecuador de la Provincia de Imbabura.

Objetivos: Realizar el inventario gastronómico de la Parroquia Quiroga y su contexto socio cultural.
Diseñar la ruta gastronómica de la Parroquia Rural de Quiroga.
Analizar técnica y prospectivamente los impactos que el proyecto genere en las áreas social, cultural, turística, gastronómica, económica y educativa

MATERIALES Y MÉTODOS

Investigación Cualitativa dentro del período 2015-2016
La muestra 400 adultos mayores. Que serán distribuidos en 49 parroquias de la provincia de Imbabura, se llevarán a cabo 20 entrevistas en cada Parroquia.

Instrumentos de levantamiento de datos
(Entrevistas, fichas de recetas estándar y Contexto socio cultural recopilación bibliográfica)

RESULTADOS ESPERADOS

Pregunta directriz de la investigación

¿El rescate de la gastronomía ancestral, más el diseño de una ruta turística gastronómica permitirá salvaguardar la identidad cultural de la Parroquia Rural de Quiroga?

Resultados:



Bibliografía:

Almeida, P.J. (2011). Estudio de la Gastronomía de la Provincia de Imbabura, análisis e Influencia en el desarrollo de la Zona. Quito- Ecuador. Corporación Nacional.
Alcubilla, César. (2013). Un relato de la historia gastronómica del mundo. La Enciclopedia Gourmet.
Barrera, A.P. (2009). Acercamiento a los saberes ancestrales. Quito- Ecuador. Corporación Nacional.