



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y ECONÓMICAS

**TRABAJO DE GRADO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA**

TEMA:

**“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO
CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA RURAL DE SAN BLAS
CANTÓN URCUQUI”**

Autores:

Jessica Rivera

Javier Santellán

Directora encargada:

MSc. Guadalupe Rosero

IBARRA

2016

RESUMEN

El presente proyecto tiene como finalidad valorar y rescatar la cultura gastronómica de la Parroquia Rural de San Blas, perteneciente al Cantón San Miguel de Urucuquí, Provincia de Imbabura; debido al deterioro de la misma por la influencia de otras culturas; lo que ha ocasionado que la gastronomía nativa se vaya perdiendo con el transcurso del tiempo. Para concretar este estudio se planteó un objetivo con el propósito de determinar la factibilidad y viabilidad de realizar el inventario gastronómico y su contexto socio-cultural, para diseñar y elaborar la ruta turística gastronómica de la parroquia rural de San Blas; valorando la gastronomía de la provincia de Imbabura y analizar los impactos que genera este estudio en los distintos aspectos de la sociedad. Para la realización de esta investigación se realizó encuestas a pobladores de la localidad mayores de 65 años, con el fin de conocer los principales productos, métodos, técnicas de preparación, cocción y conservación de los alimentos, para así poder conocer la gastronomía ancestral de manera original. Al finalizar este estudio se concluye que la parroquia rural de San Blas posee una cultura gastronómica nativa propia de sus habitantes, tiene una gran variedad de productos que a su vez, son utilizados para la preparación de diferentes platos autóctonos de la zona, gracias a esto tiene una interesante gastronomía acompañada de sus atractivos naturales que convierten a este sitio en un lugar peculiar. Es por eso que mediante la ruta turística gastronómica se podrá fortalecer el turismo, ya que los turistas podrán conocer los lugares que pueden visitar con su respectivo mapa y así no se dificulte la llegada. Con la información tomada de las encuestas realizadas se elaboró la Ruta Turística Gastronómica, en esta se estableció 5 atractivos que son: Iglesia el Calvario, Cementerio las Orquídeas, Complejo Timbuyacu, cascada Guagala, Cascada Conrayaro, Estos atractivos se encuentran en la ruta con las diferentes actividades que se pueden realizar en cada uno y los mapas para poder llegar, todo esto con la finalidad de poner en valor la gastronomía de la parroquia, para que tengan un mayor conocimiento los visitantes, fortaleciendo de esta manera el turismo del sector. Por lo que se recomienda fomentar capacitaciones e informar la importancia que tiene esta bella parroquia ubicada en la provincia azul del Ecuador.

SUMMARY

This project aims to assess and rescue the gastronomic culture of the rural parish of San Blas, belonging to San Miguel de Urcuquí Cantón, Province of Imbabura; due to the deterioration there of by the influence of other cultures; what has caused the motive cuisine is being lost with the passage of time. To realize this objective study in order to determine the feasibility and feasibility of the gastronomic inventory and its socio-cultural, to design and develop the gastronomic tourist route San Blas context was raised; valuing the cuisine of the province of Imbabura and analyze the impacts generated by this study on the various aspects of society. To carry out this research survey was conducted to residents of the largest city of 65 years in order to meet the main products, methods, techniques of preparation, cooking and food storage, in order to know the ancestral gastronomy way original. Upon completion of this study it concluded that the rural parish of San Blas has a characteristic of its inhabitants native food culture, has a wide variety of products which in turn are used to prepare various local dishes of the area, thanks to this It has an interesting cuisine accompanied by its natural attractions that make this site a unique place. That's why by the gastronomic tourist route will strengthen tourism, because tourists will learn about the places you can visit with its own map and so no arrival is difficult. With the information taken from surveys conducted Tourist Route Gastronómica it was developed in this 5 attractions that are established: Church Calvary Cemetery Orchids, Complex Timbuyacu, waterfall Guagala, Waterfall Conrayaro, These attractions are on the route with the different activities that can be performed on each and maps to get all this in order to value the gastronomy of the parish, to have a better understanding visitors, thus strengthening the tourism sector. So it is recommended to promote training and informing the importance of this beautiful blue parish located in the province of Ecuador.

AUTORÍA

Nosotros, Jessica Johanna Rivera Ulcuango con C.I. 172426828-77, Javier Geovanny Santellan Santellan con C.I. 100328884-0, declaramos bajo juramento, que el trabajo aquí descrito es de nuestra total autoría, que no ha sido previamente presentado para ningún grado, ni calificación profesional; y que hemos consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.



Jessica Rivera Ulcuango



Javier Santellan Santellan

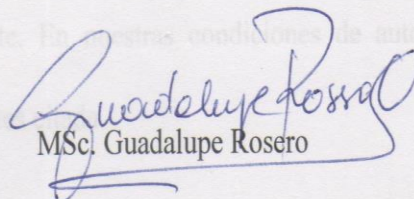
C.I. 172426828-7

C.I. 100328884-0

CERTIFICACIÓN

En mi calidad de Director de Trabajo de Grado presentado por los estudiantes Jessica Johanna Rivera Ulcuango y Javier Geovanny Santellan Santellan, egresados de la Facultad de Ciencias Administrativas y Económicas de la Carrera de Licenciatura en Gastronomía, previo a la obtención del Título de Licenciados en Gastronomía, cuyo tema es: **“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA RURAL SAN BLAS DE URCUQUÍ”**.

Considero que el presente trabajo reúne todos los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del tribunal examinador que se designe.



MSc. Guadalupe Rosero

DIRECTORA DE TRABAJO DE GRADO ENCARGADA

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


Nosotros, JESSICA JOHANNA RIVERA ULCUANGO y JAVIER GEOVANNY SANTELLAN SANTELLAN, con cédula de identidad Nro. 172426828-7 y 100328884-0 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 autoras (es) de la obra o trabajo de grado denominado: **“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA RURAL SAN BLAS DE URCUQUÍ”**. Que ha sido Desarrollado para optar por el título de: Ingenieros en Administración de Empresas, en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En nuestras condiciones de autores nos reservamos los derechos morales de la obra antes citada.

En concordancia suscribo este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

EMAIL:

jessy_joha91@hotmail.com

geova917@hotmail.com



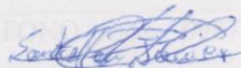
Jessica Rivera Ulcuango

TEL:

2-365-325

TEL:

2-365-325


Javier Santellan Santellan

C.I. 1724268287-7

C.I. 1003288840

Ibarra, 25 de Mayo del 2016

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

**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	172426828-7	
IDENTIDAD:		1003288840	
APELLIDOS	Y	JESSICA JOHANNA RIVERA ULCUANGO	
NOMBRES:		JAVIER GEOVANNY SANTELLAN SANTELLAN	
DIRECCIÓN:		Cantón: San Miguel de Urcuquí. Parroquia: San Blas	
EMAIL:		jessy_joha91@hotmail.com geova917@hotmail.com	
TELÉFONO FIJO:	2-365-325	TELÉFONO	0987888347
		MÓVIL:	0992650061

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA RURAL SAN BLAS DE URQUQUÍ”.
AUTOR (ES):	RIVERA ULCUANGO JESSICA JOHANNA SANTELLAN SANTELLAN JAVIER GEOVANNY
FECHA: AAAAMMDD	2016/05/25
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en Gastronomía
ASESOR /DIRECTOR (E):	MSc. Guadalupe Rosero

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Nosotros, RIVERA ULCUANGO JESSICA JOHANNA y SANTELLAN SANTELLAN JAVIER GEOVANNY, con cédula de identidad Nro. 172426828-7, 100328884-0 en calidad de autores y titulares de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hacemos la entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizamos 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

Los autores manifiestan 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 son las titulares de los derechos patrimoniales, por lo que asumen la responsabilidad sobre el

contenido de la misma y saldrán en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a 25 de Mayo del 2016

LOS AUTORES:

Mercedes Ulcuango Rojas por el apoyo incondicional, comprensión, cariño y amor, por sus sabios consejos que me han ayudado a seguir adelante para culminar con esta etapa de mi vida profesional ya que gracias a su ejemplo he podido alcanzar mis metas a lo largo de mi vida estudiantil.

A mi familia y a mi familia por todo el apoyo brindado y por el apoyo incondicional que me ha brindado a lo largo de mi vida por haber estado junto a mí y mi familia.

RIVERA ULCUANGO JESSICA JOHANNA

C.C: 172426828-7

Autora: Jessica Rivera

SANTELLAN SANTELLAN JAVIER GEOVANNY

C.C: 100328884-0

Facultado por resolución de Consejo Universitario....

DEDICATORIA

A Dios, quien me dio la fe, la fortaleza necesaria para salir siempre adelante pese a las dificultades, por colocarme en el mejor camino, iluminando cada paso de mi vida, y por darme la salud y la confianza para terminar este proyecto. Dedicó este trabajo a mi Madre **Rosa Mercedes Ulcuango Rojas** por el apoyo incondicional, comprensión, cariño y amor, por sus sabios consejos que me han ayudado a seguir adelante para culminar con esta etapa de mi vida profesional ya que gracias a su ejemplo he podido alcanzar mis metas a lo largo de mi vida estudiantil.

A mis hermanas y a mi familia por todo el apoyo brindado y por el apoyo incondicional que me han brindado en todo el trayecto de mi vida por haber estado junto a mí y mi familia.

A mi padre quien con su sacrificio y su motivación me ayudo a esforzarme cada día más ya que siempre has estado a mi lado pero a pesar de muchos tropiezos que nos ha dado la vida siempre has sido mi querido papito.

Autora: Jéssica Rivera

DEDICATORIA

Dedico este proyecto de tesis a mis padres que son el pilar fundamental de mi vida, siempre han estado conmigo en cada paso q doy, han sido amigos incondicionales que con sus sabios consejos me ayudan a levantarme de cada tropiezo.

A mi novia que con su apoyo constante y amor incondicional me ha impulsado a terminar este proyecto.

A mis hermanos que siempre han estado junto a mí y por compartir buenos y malos momentos.

A mi familia, ya que cada uno de los miembros me han impulsado para que culmine cada una de las etapas de mis estudios.

Autor: Javier Geovanny Santellan

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darme la vida y sabiduría de tomar las decisiones acertadas para escoger el camino correcto en mi vida.

A la Universidad Técnica Del Norte que representada en sus catedráticos me brindaron sus conocimientos y sabiduría día a día, por sus consejos que me guiaron tanto en el ámbito profesional como en el ámbito personal, gracias por el tiempo y esfuerzo que invirtieron para la culminación de éste logro académico.

Mi particular agradecimiento a mis maestros, por su tiempo, comprensión y amor brindado en los momentos más importantes y trascendentales de mi existencia.

A mi directora de Tesis, Ing. Gaby Zumárraga, por tener la paciencia de enseñarme, insistiendo continuamente, a la espera de alcanzar mí meta, quien más que una guía fue una gran amiga. A todos mis amigos por la confianza depositada en mí, por su cariño, paciencia y comprensión.

Al Ing. Iván Galarza por su tiempo y dedicación a sus alumnos por todo el apoyo y los consejos que me ha sabido brindar, que supo guiarnos de la manera correcta para culminar con la carrera.

Autora: Jéssica Rivera

AGRADECIMIENTO

En primer lugar a Dios por haberme guiado por el camino de la felicidad hasta ahora porque ha estado conmigo a cada paso que doy, cuidándome y dándome fortaleza para continuar.

A las autoridades de la Universidad Técnica Del Norte, ya que gracias a su esfuerzo y esmero nos han brindado aulas y laboratorios de óptima calidad para así poder recibir todo el conocimiento y así desarrollarme como buen profesional.

A las personas e Instituciones de la parroquia San Blas de Urcuquí, que aportaron con sus conocimientos e ideas para poder desarrollar de manera positiva la investigación presentada.

Autor: Javier Geovanny Santellan

ÍNDICE GENERAL

RESUMEN	ii
SUMMARY	iii
AUTORÍA.....	iv
CERTIFICACIÓN	v
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE	vi
AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE.....	vii
IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA.....	vii
AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD	viii
CONSTANCIAS.....	viii
DEDICATORIA	x
DEDICATORIA	xi
AGRADECIMIENTO	xii
AGRADECIMIENTO	xiii
ÍNDICE GENERAL	xiv
ÍNDICE DE TABLAS	xviii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xx
ÍNDICE DE ANEXOS	xxi
INTRODUCCIÓN	xxiii
CAPÍTULO I	26
EL PROBLEMA.....	26
Tema	26
Contextualización del Problema	26
Planteamiento del problema.....	28
Objetivos	29
General	29
Específicos	29
Pregunta directriz	30
Justificación	30
CAPÍTULO II.....	32

MARCO TEÓRICO.....	32
Teoría existente.....	32
Conceptualización.....	32
Historia	33
Antecedentes	35
Gastronomía.....	35
Alimentación.....	36
Gastronomía de Imbabura.....	37
Gastronomía ancestral.....	39
Utensilios ancestrales.....	39
Productos ancestrales.....	41
Métodos de Cocción	46
Cocción por concentración	46
Cocción por expansión.....	46
Cocción mixta.....	46
Métodos de conservación de los alimentos.....	46
Ahumar	47
Congelar.....	47
Refrigerar.....	47
Deshidratar.....	47
Salazón	48
Adobos	48
Encurtido.....	48
Confitado.....	49
Escabeche.....	49
Técnicas de cocción	49
Asar	49
Cocer en un líquido hirviendo.....	49
Saltear	50
Estofar	50
Freír	51
Gastronomía típica.....	51
Gastronomía tradicional.....	52
Cultura y patrimonio	53

Patrimonio inmaterial.....	54
Patrimonio gastronómico	55
Ruta Gastronómica.....	56
Marco Jurídico	57
Soberanía alimentaria.....	57
Sistemas económicos y política económica	58
Ciencia tecnología, innovación y saberes ancestrales.....	59
Glosario de términos	59
CAPÍTULO III.....	64
METODOLOGÍA	64
Diseño	64
Cuantitativo:.....	64
Cualitativo.....	64
Temporalidad	64
Naturaleza	65
Población.....	65
Muestra	66
Tipos de Datos	67
Teóricos	67
Prácticos.....	68
Métodos	68
Teóricos	68
Inductivo	68
Método Deductivo	68
Analítico – Sintético	69
Empíricos	69
Matemáticos.....	69
Estrategias, técnicas e instrumentos.....	69
Estrategias	69
Técnicas	69
Entrevistas.....	70
Instrumentos.....	70
Cuestionario	70
Fichas de Inventario.....	70

Video – Grabadora.....	70
Programa Argys:	71
Radio:	71
CAPÍTULO IV.....	72
ANALISIS DE DATOS.....	72
Plan de procesamiento de datos	72
Tabulación y análisis de resultados.....	73
Descripción: Agradecimiento al solsticio de verano.	90
Informe	90
Discusión.....	92
Aspectos socioculturales	91
Recetas	96
CAPÍTULO V.....	116
PROPUESTA.....	116
Introducción	116
Ruta Turística.....	118
Componentes Turísticos.....	119
Impactos.....	127
Impacto Turístico.	129
Impacto Socio-Cultural	131
Impacto Económico	133
Impacto Educativo	135
Informe de los impactos.....	136
CONCLUSIONES	138
RECOMENDACIONES.....	139
BIBLIOGRAFÍA	140
LINKOGRAFÍA	144
ANEXOS	145

ÍNDICE DE TABLAS

1. Población de habitantes encuestados	66
2. ¿Qué alimentos ancestrales existían en la zona?.....	73
3. ¿Qué alimentos se producen actualmente?	74
4. ¿Cuáles son los métodos de conservación, de los alimentos que existían?	75
5. ¿Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos?	76
6. ¿Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona?..	77
7. ¿Cuáles son las comidas y bebidas que se preparan en la zona (incluir sopas, platos principales, postres, panes, otros?	78
8. Técnicas de elaboración de los platos ancestrales.	79
9. Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.	80
10. ¿Cuáles (incluir fechas) son las manifestaciones culturales de la zona y qué alimentos o bebidas se relacionan con éstas?	81
11. ¿Qué intervienen en las preparaciones de los alimentos?	82
12. ¿Cómo o a quien se transmiten los conocimientos?	83
13. ¿Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad?	84
14. ¿Tiempos de las preparaciones de los platos cuando se prepara?.....	85
15. ¿En que utensillos servían los alimentos y sus características?.....	86
16. ¿Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados?	87
17. ¿Qué significado tienen los platos?.....	88
18. ¿Qué historia conoce del plato?	89
19. Bebida: Chicha de jora.....	96
20. Postre: Machangapi.....	97
21. Entrada: Bledo con pepa de zambo y tostado.	98
22. Entrada: Choclo con queso.	99
23. Sopa: Quinoa.....	100
24. Sopa: Caldo de gallina de campo.....	101
25. Sopa de colada de cuy.....	102
26. Principal: papas con cuy	103
27. Principal: Carne frita con habas y choclo.	104
28. Plato principal: fritada.....	105
29. Plato principal trucha a la plancha.	106

30. Postre: Champús.	107
31. Postre: Dulce de zambo.	108
32. Postre: Colada morada.	109
33. Pan: Putzucutanda.	110
34. Pan: Rosca tanda.	111
35. Pan: Tortillas de tiesto.	112
36. Sopa: Chuchuca.	113
37. Bebida: Chicha de arroz.	114
38. Sopa: Colada de cao.	115
39. Impacto Turístico.	129
40. Impacto Socio-Cultural.	131
41. Impacto Económico.	133
42. Impacto Educativo.	135

ÍNDICE DE GRÁFICOS

1. ¿Qué alimentos ancestrales existían en la zona?.....	73
2. ¿Qué alimentos se producen actualmente?	74
3. ¿Cuáles son los métodos de conservación, de los alimentos que existían?	75
4. ¿Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos?	76
5. ¿Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona?..	77
6. ¿Cuáles son las comidas y bebidas que se preparan en la zona (incluir sopas, platos principales, postres, panes, otros?.....	78
7. Técnicas de elaboración de los platos ancestrales.	79
8. Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.	80
9. ¿Cuales (incluir fechas) son las manifestaciones culturales de la zona y qué alimentos o bebidas se relacionan con éstas?	81
10. ¿Qué intervienen en las preparaciones de los alimentos?	82
11. ¿Cómo o a quien se transmiten los conocimientos?	83
12. ¿Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad?	84
13. ¿Tiempos de las preparaciones de los platos cuando se prepara?.....	85
14. ¿En que utensillos servían los alimentos y sus características?	86
15. ¿Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados?	87
16. ¿Qué significado tienen los platos?.....	88
17. ¿Qué historia conoce del plato?	89

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1	146
El Calvario.	146
Anexo 2	150
Eusebio Vargas Jesucristo.....	150
Anexo 3	154
Cementerio las Orquídeas.	154
Anexo 4	158
Complejo Timbuyacu.....	158
Anexo 5	162
Rio Huarmiyacu.	162
Anexo 6	166
Cascada de Guagala.	166
Anexo 7	170
Mirador Guagala.	170
Anexo 8	174
Cascada Conrayaro.	174
Anexo 9	178
Mirador de Azúcar.	178
Anexo 10	182
Entrevista Levantamiento del inventario gastronómico.	182
Anexo 11	183
Entrevista socio-cultural.	183
Anexo 12	184
Iglesia San Blas.....	184
Anexo 13	185
Camposanto las Orquídeas.....	185
Anexo 14	186
Iglesia de Irunguincho.....	186
Anexo 15	187
Parque de Irunguincho.	187
Anexo 16	188
Complejo Timbuyacu.....	188

Anexo 17	189
Cascada Guagala.....	189
Anexo 18	190
Hospedaje Timbuyacu.....	190
Anexo 19	191
Vertiente Timbuyacu.....	191
Anexo 20	192
Río Huarmiyaku.....	192
Anexo 21	193
Cascada Conrayaro.....	193
Anexo 22	194
Complejo.....	194
Anexo 23	195
Piscinas de aguas medicinales.....	195
Anexo 24	196
Hospedaje.....	196
Anexo 25	197
Hospedaje y restaurante Irugincho.....	197
Anexo 26	198
Restaurante San Blas.....	198
Anexo 26	199
Animal silvestre.....	199
Anexo 27	200
Entrevista.....	200
Anexo 29	201
Tríptico.....	201
Anexo 30	203
Banner.....	203

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo trata sobre la valorización de la cultura gastronómica de la Parroquia rural de San Blas como patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador.

La trascendencia de esta investigación sin duda alguna es visible por su aporte directo a la Comunidad en general, la cual podrá conocer la cultura gastronómica, tradicionales fiestas, costumbres, platos típicos y el turismo de la parroquia rural de San Blas.

La Parroquia de San Blas ha puesto en valor actividades que refuerzan la identidad cultural mediante la promoción del turismo Comunitario y su gastronomía, una de las manifestaciones culturales más significativas de esta Parroquia son las manifestaciones Religiosas como la semana Santa y la fiesta de Patrono San Blas.

Sin embargo, existen diferentes connotaciones que han sido investigadas y estudiadas; por lo cual se deduce que existe un desconocimiento de los productos propios de la tierra y la riqueza de los platos ancestrales procedentes de la misma. Por lo tanto, la desvalorización de la identidad gastronómica, ha permitido que nuestra comida no sea apreciada a nivel nacional e internacional.

Por consiguiente, la importancia del trabajo con el debido desarrollo del proyecto las expectativas a largo alcance pretenden que los resultados de este estudio coadyuven a que la sociedad Ecuatoriana le dé un valor agregado y significativo a la riqueza cultural, gastronómica y turística que posee la parroquia Rural de San Blas. De igual manera se espera que esta investigación que se está realizando repercuta de manera positiva en el desarrollo cultural de la sociedad con la propuesta de solución a la problemática planteada. Haciendo referencia a la organización del proyecto, este se encuentra enmarcado por capítulos, que especificaran el proceso a seguir durante la investigación propuesta.

El **Primer Capítulo** detalla lineamientos básicos del problema, tema, contextualización del problema, planteamiento del problema y objetivos; que conlleva a la aplicación tradicional y deficiente del proceso de cultura gastronómica. De igual manera se detallan los objetivos que se proponen para realizar la investigación del trabajo, los objetivos que se cumplieron al final de la investigación realizada, pregunta directriz y la justificación que se expone para dar solución a la problemática expuesta, en cuanto se pretende resaltar la importancia del mismo en los diferentes ámbitos culturales, gastronómicos y turísticos.

En el **Segundo capítulo** se plantea la argumentación textual de este proyecto, referente al Marco Teórico que servirá como respaldo científico de la investigación, así como también el estudio y desarrollo de los temas y subtemas que componen toda la fundamentación teórica del trabajo en mención, argumentos tomados de una cantidad de documentos de carácter bibliográfico y virtual.

Por lo tanto, se hace referencia al marco jurídico que da a conocer los instrumentos legales en los que se ampara la elaboración del proyecto de investigación y la sustentación científica del mismo.

En el **Tercero capítulo** se precisa toda la metodología del procedimiento a seguir, la cual engloba el diseño, modalidad y los tipos de investigación que se aplicarán en el desarrollo de la misma, con el propósito de que estos parámetros metodológicos nos lleven a obtener los fines propuestos, previamente planteados por el investigador en una población determinada y de igual manera se destaca las técnicas e instrumentos de recolección de información y el procesamiento de la información.

El **Cuarto capítulo** está destinado a detallar el análisis e interpretación de los resultados de la tabulación la cual nos indica cómo se realizó la encuesta y el análisis de las entrevistas lo que ayudó a describir la gastronomía y el turismo de la parroquia Rural de San Blas.

Y el **Quinto y último capítulo** puntualiza la propuesta sobre el diseño de la ruta turística de actividades para fortalecer el proceso de atractivos turísticos y difundir el conocimiento de los mismos a quienes visiten los atractivos de este lugar.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA

1.1. Tema

“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA SAN BLAS DE URCUQUI”.

1.2. Contextualización del Problema

El patrimonio turístico de la provincia de Imbabura está compuesto por 5 atractivos naturales y 16 atractivos culturales, que se transforman en una oferta de calidad para el consumo turístico de la parroquia San Blas. (Ministerio de Turismo 2015).

La cultura gastronómica ha mostrado crecimiento dentro de los últimos años logrando situarse en un lugar importante que es la economía del país, especialmente de la parroquia de San Blas, Cantón Urcuquí, Provincia de Imbabura, permitiendo que el sector empresarial turístico gastronómico y productivo crezca mediante la elaboración de artesanías bordadas como las camisas fabricadas a mano con sus colores resplandecientes; y la venta de productos cultivados en esta zona son:

Las mashua, el melloco, las ocas el maíz, morochillo, trigo, habas, cebada, banano, fréjol, caña de azúcar, yuca, papaya, naranjilla, reina claudia, tomate de árbol, berro, y el amaranto que sirve para realizar coladas y té ya que es una planta medicinal y que se la encuentra en el clima frio que posee la parroquia, lo cual estimula la economía local. (Jorge Yeshayahu Gonzales-Lara, 2015)

La parroquia de San Blas fue fundada el 1 de Diciembre de 1946, está situada en el

cantón Urcuquí, al Noroccidente de la ciudad de Ibarra, posee una variedad de climas como el frío, templado y subtropical, que favorece a la diversidad agrícola.

Es una tierra de belleza incomparable, sus montañas en cuyas falda se divisan grandes sembríos que como parches a una inmensa tela dibujan un paisaje de esplendoroso colorido, así también sus riachuelos dan vida a esta parte de la región.

Los pobladores de la comunidad de San Blas tienen como objetivo principal la producción agrícola y ganadera ya que los habitantes de esta parroquia adoran y cuidan de sus tierras puesto que es el sustento diario de los pobladores, es una gran ventaja, el clima frío hasta el subtropical que poseen.

Existe también en esta parroquia un pequeño criadero de truchas que es muy importante y de gran ayuda para cubrir la demanda de turistas nacionales y extranjeros en el complejo Timbuyacu. En esta zona también se da la crianza de ganado vacuno, porcino, caballar y lanar. Existen microempresas que producen Lácteos y todos los derivados de la leche que posee gran valoración nutritiva.

La gastronomía de la parroquia Rural de San Blas; por la influencia de nuevas culturas alimentarias y tradiciones ha ocasionado el desconocimiento de los productos autóctonos y la riqueza de nuestros platos, se han ido perdiendo; lo que ha ocasionado que la comida ancestral no sea valorada a nivel nacional e internacional.

La falta de planificación y actividades ha hecho que el turismo no sea explotado adecuadamente como brindar una guía turística y gastronómica que posee la Parroquia, ya que no se proporciona la información correcta sobre los lugares turísticos que posee. Lo que ha provocado que los turistas no cuenten con una guía detallada de los servicios que se ofertan en la parroquia de San Blas.

Además la falta de consumo de alimentos nutritivos que tiene San Blas ha provocado la desvalorización de los alimentos que son ricos en proteínas, vitaminas, hierro y calcio, como la mashua, el melloco el trigo, el maíz el frejol entre otros, que ayuda a la salud de los pobladores mismo lo cual ha hecho que se pierdan los productos ancestrales de esta zona son mashua, morocho, maíz, frejol, y la cebada. Dejando de cultivar los productos auténticos de la zona ya que esto afectado a la productividad de la misma.

1.3. Planteamiento del problema

El Ecuador posee una rica, abundante y variada cultura gastronómica. Una comida auténtica y mestiza, cocida por igual en cazuelas de barro y en viejos, ahumados peroles castellanos. Una cocina, en fin, con tradición de siglos y en la que se han fundido mejor, se han cocido- sustancias, condimentos y experiencias de propios y de lejanos continentes. Nuestros antepasados inmigrantes se plantaron aquí precisamente porque hallaron un medio generoso para su subsistencia: llanuras y florestas tropicales generosas de frutos, valles interandinos templados y benignos para la agricultura, cacería abundante.

San Blas políticamente está dividida en seis comunidades que son: San Alfonso de Iruquincho, San Juan de Dios, Santa Teresita de Pisangacho, Santa Clara de el Tablón y Santa Cecilia de Jijón, San Blas. Sus habitantes en su totalidad poseen viviendas de adobe, techo de teja, una sola habitación donde comparten con la familia; cocinan la mayoría de las familias en una tulpa, en horno de barro dentro de las viviendas, crían cuyes para la alimentación día a día, el lavado de sus prendas de vestir lo realizan en las acequias, pocas personas lavan en sus casa en las lavanderías.

El Turismo ha ido evolucionando dentro de los últimos años en la parroquia San Blas, Cantón Urcuquí, Provincia de Imbabura, permitiendo que los pequeños productores crezca mediante la elaboración de artesanías bordadas a mano y la venta de productos cultivados por

ellos mismo, además la gastronomía ancestral es un elemento que hace que resalte a la cultura de la Parroquia de San Blas en donde se encuentran los saberes de varias generaciones que se han transmitido a través de la experiencia de sus abuelos a familiares más jóvenes.

Sin embargo, el limitado desarrollo gastronómico auténtico y sostenible de la parroquia, 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.

La falta de planificación de un sistema sustentable entre empresas de turismo como hoteles, restaurantes agencias de viajes ha provocado que los turistas no cuenten con una guía detallada de los servicios que se ofertan en la parroquia de San Blas y por lo tanto se ha disminuido la afluencia de potenciales consumidores.

Además la escasa alimentación rica en nutrientes ha provocado enfermedades alimentarias en la población de la parroquia de San Blas y actualmente la migración del campo a ciudad ha suscitado el abandono de la agricultura dejándose de cultivar los productos auténticos de la zona.

1.4. Objetivos

1.4.1. General

Valorar la cultura Gastronómica de la parroquia rural de San Blas, Cantón Urcuquí como Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador de la Provincia de Imbabura.

1.4.2. Específicos

- a) Realizar un inventario gastronómico y su contexto sociocultural de la parroquia San Blas de Urcuquí.

- b) Diseñar la ruta gastronómica de San Blas de Urcuquí.
- c) Analizar técnica y prospectivamente los impactos que el proyecto genere en las áreas socio-cultural, turísticas y gastronómicas.

1.5. Pregunta directriz

¿Permitirá el diseño de una ruta turística gastronómica, el desarrollo, difusión y promoción de la cultura gastronómica de la parroquia San Blas como parte del Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador?

1.6. Justificación

El presente proyecto admitirá el desarrollo de la soberanía alimentaria, pues constituye un objetivo estratégico y una obligación del estado que es garantizar que la personas, comunidades, pueblos y nacionalidades, alcancen la autosuficiencia de alimentos sanos y culturalmente apropiados de forma permanente, la cual se rige en impulsar la producción, transformación agroalimentaria y pesquera de las unidades medianas; y pequeñas de producción, comunitarias, de la economía social y cultural que ayuden a promover la preservación de la agro-biodiversidad y de los saberes ancestrales, a fortalecer el desarrollo de las organizaciones y redes de productores, a prevenir y proteger a la población del consumo de alimentos contaminados o que sean pongan en riesgo su salud.

Lo que hace necesario e imprescindible la realización de este proyecto es la falta de valorización de la gastronomía a través del desarrollo de la cultura y tradición de la Parroquia, debido al profundo desconocimiento que existe por parte de los habitantes de la zona. Para dar solución a este problema, se propone el diseño de una ruta turística detallada de los atractivos que posee este lugar y su gran variedad de gastronomía y cultura tradicional que se ofertan en la parroquia de San Blas, lo que dará como resultado la promoción y desarrollo del turismo

comunitario y por consiguiente, la valorización de los productos nativos de la zona.

El turismo y la gastronomía, ejes fundamentales del desarrollo económico de los pueblos, motivan a la creatividad y fomentan la comercialización de servicios sustentables. El impulso de la parroquia San Blas está provocando compromisos institucionales entre empresas públicas y privadas y, de esta forma diversifica y enriquece la oferta turística, permitiendo satisfacer las necesidades del mercado, la industria y el consumidor final.

El Estado consciente del impacto del turismo y la gastronomía, en nuestro país está fortaleciendo estos elementos por su importancia cuantitativa y ha priorizado este sector motivando el desarrollo y estudio multidisciplinario e intersectorial.

En base a la elaboración de la propuesta sobre promocionar y difundir la cultura de la Parroquia de San Blas, se pretende dar paso a la generación de nuevas actitudes e intereses en el marco de la gastronomía de este lugar. Sin duda alguna los beneficiarios directos de esta investigación serán los habitantes de la provincia de Imbabura. Pues se impulsará el turismo hacia esta zona y por consiguiente la respectiva valorización de los atractivos de la misma; puesto que el tener sapiencia de algo tan trascendental como la cultura, tradición y turismo sobre una zona tan importante como es la parroquia San Blas resulta que en la actualidad es de necesario, el desarrollo de la sociedad ecuatoriana.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Teoría existente

2.2. Conceptualización

La gastronomía es el Arte de preparar una buena comida y presentar los alimentos de tal modo que los haga apetitosos. (Monitor, Enciclopedia Salvat para todos, 2001, pág. 2.903).

A pesar de estar vinculada casi de manera exclusiva con la comida, en realidad, la gastronomía es la conjunción de aspectos culinarios con aspectos culturales que hacen a cada sociedad o comunidad. Es por esto que la gastronomía no es simplemente un conjunto de técnicas o métodos de cocción sino también la relación que los individuos establecen con el medio que los rodea, del cual obtienen sus recursos alimenticios, el modo en que los utilizan y todos aquellos fenómenos sociales o culturales que tienen que ver con la consumición de las preparaciones culinarias. (<http://www.definicionabc.com/general/gastronomia.php>, 2015).

En conclusión la gastronomía siempre se caracteriza por ser particular y casi privativa de una región en especial, ya que el modo en que algunos platos se preparan en un país puede ser completamente diferente en otro país. Muchas veces las diferencias pueden darse dentro de regiones de un mismo país dependiendo del tipo de recursos con los que se cuenta.

Es por esto que la gastronomía se relaciona directamente con el medio ambiente natural, pero a su vez con aspectos sociológicos, históricos, filosóficos y antropológicos de cada región. En algunos casos, la gastronomía también puede ser comprendida desde el lugar de las matemáticas, física o química de acuerdo a los eventos que se den en cada situación culinaria.

Mientras que para las artes culinarias el rol de cocinero es de gran importancia, para la gastronomía no lo es tanto, sino que tal lugar lo ocupa el gourmet. El gourmet es alguien que, además de contar con las técnicas y herramientas para cocinar, también cuenta con capacitación cultural e intelectual relativa a la producción de platos y su vínculo con la cultura o medio en el cual se elaboran. (Gutierrez de Alva C. I., 2012, pág. 6)

El gourmet no repite recetas si no que busca relaciones entre el uso de ciertos ingredientes, sus sabores, sus métodos de cocción y las situaciones sociales en las que tales comidas se disfrutan.

El planeta nos ofrece un sinnúmero de diversos tipos de gastronomía. Mientras que las gastronomías europeas o norteamericanas son quizás las más ampliamente difundidas, también se puede reconocer fácilmente la gastronomía de tipo asiática, mexicana, sudamericana y árabe. Cada una de ellas cuenta con un tipo especial de ingredientes, así también como preparaciones, métodos de cocción y con situaciones características en las cuales cada tipo de plato se disfruta socialmente.

2.3. Historia

El Ecuador posee una riquísima, abundante y variada cultura gastronómica. Una comida auténtica y mestiza, cocida por igual en cazuelas de barro y en viejos y ahumados peroles castellanos. Una cocina, en fin, con tradición de siglos y en la que se han fundido -o, mejor, se han cocido- sustancias, condimentos y experiencias del propio y de lejanos continentes.

Nuestros antepasados inmigrantes se plantaron aquí precisamente porque hallaron un medio generoso para su subsistencia: llanuras y florestas tropicales generosas de frutos, valles interandinos templados y benignos para la agricultura, cacería abundante.

El medio equinoccial atrapó al hombre, se prodigó hasta hacerlo sedentario y le

imprimió carácter y costumbres. Este, a su vez, se integró mansamente a la naturaleza y se contagió pronto con su sensualidad y exuberancia. Su herencia arqueológica revela claramente esa sensualidad forjada por el medio, abundante de formas y de gozo vital, plagado de usos múltiples.

Pero en donde se muestra más espléndido ese realismo mágico es en sus instrumentos de cocina: ollas, cazuelas, cántaros, piedras para moler, tiestos de asado, extractores de jugo, arríbalos, cedazos, ralladores, moldes para hacer panes con figura de guaguas, platos iridiscentes para iluminar caldos, compoteras que se alzan sobre senos femeninos, vasijas musicales que endulzan las tareas y aligeran cansancios.

En base a tres productos de la tierra -maíz, papas, porotos- los antiguos moradores de los Andes construyeron una mesa admirable. Con el maíz lograban platos múltiples: tostado, canguil, mote, chuchuca, mazamoras y tortillas. Los choclos, por su parte, se cocinaban tiernos, algo duros para el choclo mote o se molían para elaborar esa delicia culinaria que es el chumal o humita. Con la harina del germen disecado se elaboraba chicha y excelente vinagre, y de las cañas tiernas se obtenía una miel de buena calidad.

Las papas, por su parte, se comían cocidas, asadas, en puré o servían de base para platos sabrosos como los llapingachos o los locros. A su vez, los porotos se cocinaban tiernos o maduros y enriquecían ollas familiares junto a cuyes, nabos, achogchas y varios condimentos. (<http://www.ecuaworld.com.ec/>, 2015)

En realidad, las carnes de la cocina indígena serrana provenían mayoritariamente de la caza y más escasamente de la ganadería. Sin embargo, su variedad no era desdeñable: llamas, guanacos, venados, corzas, cuyes, conejos, dantas, pavas, tórtolas, perdices, codornices, garzas, patos y gallaretas.

Contra lo que podría suponerse, hubo varias bebidas de consumo común, destacándose entre todas la «chicha» de maíz, elaborada con un proceso parecido al de la cerveza. También se producía «chicha» de frutas como el molle y las moras. Lugar aparte y valor especial tuvo el chaguarmishqui, equivalente ecuatoriano del pulque, obtenido del zumo del maguey.

La vida y la cocina del indígena estaban reguladas por la naturaleza, por las estaciones climáticas y por los ritos a ellas vinculados. Normalmente era simple y dependía de la caza o de la temporada de los frutos, pero tenía fechas especiales que le brindaban la oportunidad de mostrar su esplendor.

La ocasión más fastuosa de la cocina indígena la daban las cosechas. Junto al canto coral de la recolección de papas o mazorcas estaba el lujurioso ají de cuy y hacían acto de presencia los variados potajes de la quinua, el aguamiel de maguey y la chicha madura en rincones secretos. (Gutierrez de Alva, 2012, págs. 60-62)

2.4. Antecedentes

Un cronista español de la conquista, Agustín de Zárate, encontró en nuestra costa «muy grandes pesquerías, de todos géneros de peces y muchos lobos marinos». Otro, Fernández de Oviedo, consignó en un Sumario de la Historia Natural de las Indias amplia lista de excelentes pescados, que se toman en los ríos en grande abundancia y asimismo camarones muy buenos y agregó que en la mar mismo se toman algunos de los de usos nombrados y palometas, acedias, pargos, lizas, pulpos, doradas, diversidad.

2.4.1. Gastronomía

La gastronomía es la relación que existe entre el hombre, el alimento y el medio en donde vive, es decir los aspectos culturales que se realizan en cada comunidad. Es por eso que la gastronomía no es simplemente un conjunto de técnicas o métodos de cocción si no también la

relación que los existente entre el individuos y el medio que lo rodea, de donde obtienen sus recursos alimenticios, todos aquellos fenómenos sociales o culturales que tiene que ver con el consumo de las preparaciones culinarias. (Valverde, 2013)

Cada comunidad pueblo o parroquia tienen diferentes técnicas y métodos de cocción debido a que en cada una existen diferentes costumbres y han sido difundidas de generación en generación para que los nuevos pobladores las utilicen y así no se pierdan.

La gastronomía es producto de la mutación política de la revolución y la mutación cultural que se presenta la aparición del restaurante, la cual se define como la reglamentación del arte de comer y como el arte de hablar de la comida.

Debido a esto se manifiesta que gran parte de los ingredientes utilizados para la creación de platos de la gastronomía ecuatoriana son aportados por los españoles en la época de la colonización, podemos mencionar algunas como son: las cebollas, las coles, el trigo o productos de tierra como las papas, maíz y el fréjol. (Aúdero, 2010)

2.4.2. Alimentación

La alimentación siempre es un acto voluntario y por lo general, llevado a cabo ante la necesidad fisiológica o biológica de incorporar nuevos nutrientes y energía para funcionar correctamente. (Alimentación, 2015).

Alimentarse es una necesidad fisiológica común e imprescindible de todos los seres vivos; sin embargo, el hombre se distingue porque aprendió a cocinar sus alimentos. En un principio debió ingerirlos crudos, secos o podridos, pero acicateado por el hambre y ya con la ayuda fundamental del fuego y con un mínimo esfuerzo, debió haber experimentado y llegado a transformarlos, descubriendo otras formas de preparación.

No es posible determinar con precisión cuándo pasó el hombre de la alimentación por

sobrevivencia a la alimentación elaborada, pero es muy probable que desde los primeros tiempos seleccionara los productos que le resultaban más agradables al paladar, y después, siempre por experimentación e inventiva, aprendiera a aderezarlos, a guisarlos, iniciando así el arte culinario.

Junto con la transición entre comer para satisfacer una necesidad biológica y hacerlo para disfrutar de ciertos alimentos, se fueron desarrollando empíricamente diversas técnicas, recetas y patrones de comportamiento relacionados con la alimentación, los cuáles se han transmitido en forma verbal de generación a generación, creándose paulatinamente tradiciones culinarias en cada etnia, en cada región y en cada país.

Por otra parte, la alimentación y otros aspectos relacionados con ella, asumieron una significación simbólica y se fueron vinculando integrales y funcionalmente con la religión, con la economía y con la organización social y política.

La alimentación consiste en ingerir los alimentos para subsistir y la nutrición que se refiere a la incorporación a las células y tejidos de las sustancias necesarias para la vida, es decir, para el crecimiento y desarrollo y para el remplazo de sustancias o células que el organismo a lo largo de la vida pierde cada día. Es claro que el primer paso es comer, pero para nutrirse bien, es indispensable que la dieta sea suficiente y bien balanceada. (Barrera, Cocinas Regionales Andinas, 2010).

2.4.3. Gastronomía de Imbabura

En la actualidad son los pueblos indígenas quienes han sabido preservar la forma de preparar los alimentos usando técnicas tradicionales o ancestrales, que sin duda ha dado un matiz diferente a los platos, si analizamos aún más todos los productos eran elaborados en cocina de leña y esa característica ahumada daba el toque especial o la inclusión de la pepa de zambo tostada en lugar del maní que en sí mejora el sabor legítimo de algunas preparaciones, de igual

manera podemos referirnos a los cárnicos, como es el consumo del cuy, o de la cecina de carne cocida en sal en grano y ahumada en las mismas tulpas una técnica ancestral de conservar y que da el inicio a la técnica moderna de ahumar la carne. (Gallardo De La Puente, 2014).

Esto no quiere decir que nuestro pueblo mestizo no posee gastronomía propia sin duda alguna influencia española dio muchos resultados por citar un ejemplo los famosos helados de paila, el arrope de mora, las nogadas, las empanadas, el morocho, el hornado y cómo olvidarnos del caldo de patas muy característicos de la zona de Imbabura, y en lo relacionado a bebidas, las famosas chichas como es la de jora en Cotacachi y la del Yamor en Otavalo, sin olvidar las deliciosas chichas de Zuleta, alargando un poco más el recorrido hablaríamos de los tomatillos de Pimampiro y los deliciosos helados de ovos en Urcuquí y como no hablar en la actualidad de las famosas fritadas de Atuntaqui que nos ha dado el nombre peculiar a nivel nacional e internacional.

La gastronomía Imbabureña es considerada una de las más variadas, esto gracias a la diversidad de los pisos climáticos; por tal motivo, la tierra imbabureña es favorecida por la variedad de productos con los que se preparan los platos de su gastronomía, la mezcla con productos tropicales como es la yuca y de las zonas frías como el maíz tierno o choclo, nos da el tan delicioso sancocho y otras sopas exquisitas.

Las frutas nativas e introducidas se comen al natural. La raspadura endulza la colada de maíz y más tarde el agua del desayuno que se mezcla con máchica. Su comida se completa con choclos, raíces de achira cocidas y el pan del salvado de trigo. Mientras se aclimataban los productos introducidos, los españoles adoptaron la cocina andina. Sin embargo, acomodaron la harina de maíz a la forma de pan horneado. Además, como la cocina estuvo en manos de mujeres indias, estas introdujeron técnicas y géneros a la nueva Cocina.

Imbabura ha fundamentado su gastronomía en una variedad de alimentos que van desde frutas

tropicales hasta productos de la zona templada y fría como por ejemplo duraznos, aguacates, guabas, tomate de árbol, uvillas, entre otros, que forman parte de la dieta cotidiana de las comunidades indígenas de Otavalo ya que con esta infinidad de productos como maíz, trigo, cebada, frejol entre otros y en diferentes épocas del año pueden elaborar exquisitos platos y bebidas típicas como el champús con mote o la colada morada con harina de maíz, las arepas, el pan, las tortillas de tiesto, las humitas que forman parte de la gastronomía Imbabureña. (Almeida, Estudio de la Gastronomía de la Provincia de Imbabura, Análisis e Influencia de la Misma en el Desarrollo de la Zona., 2011, pág. 23.24.25)

2.4.4. Gastronomía ancestral

“La gastronomía ancestral es lo característico o representativo, peculiar de un grupo o época”. (Diccionario Ilustrado Océano de la Lengua Española, pág.65, 2002).

La gastronomía ancestral hace muchos miles de años desde que el hombre aprendió a cocer sus alimentos de una manera rustica muy propia de ellos ya que contaban con materiales hechos en barro como las vasijas, morteros, tostadoras las cuales las utilizaban para hacer el maíz tostado el cual era uno de los alimentos básicos de la dieta Inca; ha sido considerada como parte de la herencia cultural de nuestros antepasados y la convivencia en armonía con la naturaleza. En esta cultura que desarrollaba no la acumulación de riquezas sino el compartir solidario con todos los miembros de su sociedad. (Zambrano, 2010).

2.4.5. Utensilios ancestrales

Sobre la base de una misma cultura, difundida por incas y españoles, cada región desarrollo tradiciones nuevas. El resultado es lo que tenemos hoy: pueblos con utensilios y las técnicas culinarias similares que se emplean para la elaboración de preparaciones diferentes.

El arte de cocinar se transmite de generación en generación usando los cinco sentidos: la vista, el olfato, el gusto, el tacto y el oído muchas recetas tradicionales no tienen registro

escrito, se aprenden mirando y haciendo.

En La cultura ancestral debieron existir diferentes tipos de utensilios pero hasta ahora solo contamos con los siguientes utensilios como son: (Olivas, 2010)

Mates

Los mates fueron empleados desde tiempos muy remotos como vajillas y recipientes de la cocina donde se comía y se servían el agua. Estos mates se lo extraían de la calabaza de la corteza seca y dura para emplearlos en todo tipo de usos.

Ollas

Las ollas eran a base de barro o manga por lo general de forma esférica y de base redonda, apropiada para exponerla al fuego principalmente para hervir, estofar y cocinar al vapor y además para tostar y fermentar.

Kallana

Es una cazuela de tostar maíz a base de barro donde realizaban elaboraciones como el maíz tostado y las tortillas o pan de maíz.

Morteros

Se utilizó para moler pequeñas cantidades de alimentos como el ají. Son formas primitivas a base de piedra.

Shushuna

Se denomina shushuna al cernidor o tamiz, son hechas a base de tallos de viejos árboles que son de tallo resistente y son cortados en tiras largas y delgadas, para ser tejidas.

2.4.6. Productos ancestrales

Zambo

Es una planta rastrera y trepadora que da frutos carnosos de forma redonda y color verde muy parecidos a las sandías, su cultivo no se ha masificado por lo que la mayoría de gente desconoce esta fruta, es resistente a bajas temperaturas es por eso que se la puede hallar en zonas de la Sierra Ecuatoriana. Su fruto proporciona una cantidad considerable de fibra, pro-vitamina A y vitamina C, potasio y magnesio y en menor proporción, calcio y hierro, por esta razón en el Ecuador, especialmente en la Serranía es aprovechado para hacer sopas, dulces, mermeladas, coladas, sus semillas también tienen un alto valor nutritivo ya que aportan considerables proteínas, en la región Sierra se las usa para hacer el tradicional “Ají de Papucho” denominado así por el uso de las pepas (semilla) del Zambo que se las tuesta y tienen un olor y forma parecido al maní, luego se las muele sobre una piedra hueca con piedra redonda junto con ají, luego se las pone a hervir con un poco de agua. (milindoecuador, 2014)

Bledo

El Bledo posee características que lo hacen el alimento ideal, aunque también se usa para conservar y estimular los procesos cerebrales por su riqueza en aminoácidos y otros compuestos trazas, por lo que se considera oxigenante cerebral.

En la medicina herbolaria la infusión de sus hojas tiene un efecto antipirético y sus flores y hojas en alcohol alivian la gota.

El bledo también aumenta la memoria ya que se cree aumenta la disponibilidad de elementos trazas necesarias para la misma y ayuda en la oxigenación del cerebro, a través de un mecanismo diferente.

Es una planta que por su metabolismo de carbono (C4), presenta un crecimiento

acelerado, se encuentra distribuida en toda América Central y del Sur.

Su Valor nutricional es tan alto como para que puede ser utilizado como alimento para deportistas de alto rendimiento, aporta potasio, sodio, equilibrando los líquidos y ayudando a mantener sano riñones, corazón y músculos. Posee hierro y el complejo B, que no sólo sirven para anemia, sino para el mejor uso de carbohidratos y proteínas así como el sistema nervioso.

Además en infusión se usa para diarreas, las flores para la retención de líquido, las hojas comidas, después de escaldar, sirven para regular el colón (estreñimiento) y previene el cáncer de colón, se usa como pseudo cereal para niños autistas, para evitar la osteoporosis se comen las hojas en ensaladas, se usa en insuficiencia renal en infusión y en problemas hepáticos, como alimento para personas con necesidades especiales o requerimientos especiales elevados. Algunos autores afirman que una taza de infusión en la mañana colabora a controlar la diabetes.

Como se ve el bledo es una planta maravillosa, su resistencias a los pesticidas, herbicidas y glisofatos es muy alta e incluso en los últimos años ha demostrado su capacidad vital al ganarle terreno a un maíz transgénico que "mataba" toda hierba que le hiciera competencia, el humilde bledo también demostró su resistencia a los monopolios como Monsanto. (Planta Sana, 2015)

Melloco

Este tubérculo es recomendable consumirlo en ensaladas, locros y sancochos.

El melloco es uno de los alimentos más tradicionales en nuestra alimentación. Este tubérculo cuenta, en diferentes proporciones, con agua, proteínas, almidón, carbohidratos, un poco de grasa, fibra cruda y azúcar. Además aporta 360 calorías por cada 100 gramos y 23 miligramos de vitamina C.

El melloco también es apreciado por sus acciones curativas, ya que tiene propiedades cicatrizantes internas y externas. Por esa razón se lo recomienda para mejorar las lesiones en

la piel ocasionadas por el acné. Asimismo, se lo consume para aliviar los problemas estomacales como la úlcera gástrica.

Además del tubérculo, se puede consumir también las hojas de la planta cocinadas. Esto es muy usual en las ensaladas y el sabor es muy similar a la espinaca, pero lo más importante es que tiene un alto contenido de hierro y vitaminas. Se lo puede comer en ensalada, locro, sancocho. (El Comercio, 2014)

Habas

Es una planta que puede alcanzar 1,5 m. Las hojas son alternas con folíolos anchos ovales redondeados, de color verde y desprovisto de zarcillos. El fruto es tipo legumbre de longitud variable, pudiendo alcanzar hasta más de 35 cm. El número de granos oscila entre 2 y 9. El color de la semilla es verde amarillento, aunque las hay de otras coloraciones más oscuras.

Componentes principales de las habas:

- Contienen 77.1% de agua.
- Son abundantes en calorías y proteínas.
- Contienen vitaminas: C, A, E, B1 y B2, en concreto de tiamina, niacina y folatos.
- Contienen minerales como Potasio, Fósforo, Sodio, Calcio, Hierro, Magnesio y Zinc.

Está compuesta además por antioxidantes, lecitina, colina, Hidratos de Carbono, Fibra y Beta carotenos.

El valor nutritivo de las habas es distinto si son frescas o secas. Las habas secas tienen mayor cantidad de hidratos de carbono y proteínas, por lo que su valor energético es elevado. (Natural Medicina, 2015)

Oca

La oca es una de las fuentes de energía más común en las regiones andinas.

Es un tubérculo perteneciente a una planta conocida botánicamente como “Oxalis tuberosa” perteneciente a la familia “Oxalidácea” y recibe diferentes nombres comunes, según la zona en que se cultive:

Algunas variedades de este tubérculo son dulces, sobre todo después de haber sido expuestas al sol (oca amarilla). Con la exposición solar los almidones se transforman en azúcares, por tanto, su contenido en estos últimos dependerá en gran parte del tipo de tratamiento que haya recibido el tubérculo antes de su consumo. Se utiliza en una gran variedad de preparaciones culinarias, entre ellas, postres. Está muy rica al horno.

Para prolongar el tiempo de conservación de los tubérculos se emplean sistemas como su deshidratación y secado al sol, recibiendo el nombre de “ccaya” y son de color oscuro. También la deshidratación, lavado y secado a la sombra, recibiendo el nombre de “umakcaya”, de color blanco. (Nuñez, 204)

Mashua

La mashua, más conocida como el ‘tubérculo de Los Andes’. Esta planta tiene propiedades curativas debido a que contiene una sustancia llamada isotiocianato que impide el crecimiento de las células inflamadas.

Este tubérculo es originario de la región andina y puede ser cultivado fácilmente ya que no necesita de fertilizantes; es similar a la papa.

Es rico en proteínas, carbohidratos, vitaminas C y B, ácido y hierro. Usted puede comprar la mashua en cualquier centro naturista o mercados. (El telegrafo, 2010)

Arveja

La arveja es una leguminosa de la familia de las Fabáceas (leguminosas), subflía Papilionoidea. El hábito de crecimiento de las variedades cultivables es indeterminado, con respuesta foto periódica cuantitativa a días largos. Las etapas desde germinación están en función de la temperatura, debiendo acumular a la emergencia entre 120 y 166 °C (Tb=0), mientras que a floración, necesita acumular entre 650 y 700 °C dependiendo de la variedad.

Como es una especie que produce granos con un alto valor proteico (20 al 24 %), es exigente en nitrógeno, siguiéndole en importancia cuantitativa el potasio, luego el magnesio y en menor medida fósforo y azufre. (Prieto, 2015)

Cebada

La cebada es un cereal altamente recomendable, dada sus excelentes propiedades terapéuticas y nutricionales, sobretodo en primavera-verano ya que nutre, relaja y refresca el hígado y la vesícula biliar. Se ha de incluir la lista de cereales de uso regular aunque a menudo es "la gran omitida". Con esto quiero decir que se suele ensalzar los beneficios del arroz, por ser el cereal más equilibrado, del mijo por su gran aporte energético o de la quínoa (aunque no sea un cereal) por su ligereza y digestibilidad, pero se suele a menudo olvidar la cebada. Vamos a ver que la cebada nada tiene que envidiar a las características citadas.

La cebada es muy buena fuente de inositol, sustancia considerada durante mucho tiempo como vitamina del grupo B. El inositol evita la rigidez de los capilares, es tónico cardíaco, regula el colesterol, evita la acumulación de grasa en el hígado, protege el sistema nervioso y combate ansiedad y depresión. La cebada también posee vitaminas del grupo B, ácido fólico, colina y vitamina K. (Aviv, 2014)

2.5. Métodos de Cocción

Cocer un alimento es exponerlo a una fuente de calor para modificar o transformar su estructura. La mayoría de los géneros crudos se someten a cocción para que resulten más digeribles o para que se facilite su ingestión; las técnicas culinarias, dependiendo de la naturaleza y características de los alimentos a los que se aplican, se basan en tres sistemas:

2.5.1. Cocción por concentración

El principio de la concentración consiste en emplear temperaturas elevadas, con lo que se consigue que, por medio de la coagulación inmediata de los próticos de la superficie, los alimentos conservan la mayor parte de sus jugos nutritivos y su sabor. (Nuria Pérez, pág. 26)

2.5.2. Cocción por expansión

Se basa en el empleo de una temperatura muy baja (partiendo de frío) que somete a los alimentos a la extracción de sus jugos, consiguiendo un intercambio entre el líquido de cocción y los jugos del alimento. (Nuria Pérez, pág. 32)

2.5.3. Cocción mixta

La cocción mixta se basa en la combinación de dos técnicas, en primer lugar la concentración se produce durante el dorado de la pieza, y, a continuación, se efectuará la expansión en el momento en que intervienen el mojado mediante un líquido. (Nuria Pérez, pág. 35)

2.6. Métodos de conservación de los alimentos

La prolongación de la vida útil de los alimentos ha sido una de las obsesiones más antiguas de la humanidad, cada cultura fue desarrollando sistemas que alargaran la vida sanitaria de los productos y de ahí surgieron los ahumados, las salazones o los escabeches, adobos y marinadas.

(Armendáriz, 2006).

2.6.1. Ahumar

El ahumado consiste en la penetración en el producto de unos agentes bactericidas presentes en el humo que son el metanal y la creosota. (Armendáriz, 2006).

El proceso de exponer al humo un alimento no sólo lo conserva, sino que además lo impregna de un sabor característico. Básicamente se ahúman las carnes y embutidos. (Girard S, 2002).

2.6.2. Congelar

Conservar los alimentos a una temperatura por debajo de -18° C, para detener la multiplicación de microorganismos.

La conservación de los alimentos es más larga cuanto más baja sea la temperatura de conservación. (Armendáriz, 2006).

2.6.3. Refrigerar

Los productos que se conservan por frío son productos perecederos. La conservación por frío se basa en que, la vida biológica del producto se desarrolla de una manera más lenta, impidiendo el proceso de envejecimiento de este, y por lo tanto ampliando la vida del producto.

Además, conviene que los productos refrigerados estén cubiertos o protegidos para evitar la posible deshidratación y, posibles contaminaciones por contacto. (Armendáriz, 2006).

2.6.4. Deshidratar

La desecación consiste en hacer perder agua al producto, de esta manera se hace muy

difícil el desarrollo de microorganismo, ya que estos necesitan cierto grado de humedad para sobrevivir.

Características:

Eliminación del contenido de agua de los alimentos, pudiendo llegar hasta el 98%.

Reducción del peso y el volumen.

Conservación e intensificación del aroma natural.

Recuperación de las propiedades, olor, sabor y color, tras la rehidratación. En aquellos productos destinados a consumir desecados (pasas, higos, especias). (Armendáriz, 2006).

2.6.5. Salazón

Consiste en la penetración de sal dentro del producto, la sal absorbe la humedad y provoca una deshidratación parcial impidiendo el posible desarrollo de bacterias y microorganismos. En salazones de carne elabora una salmuera, en ella los nitrificantes hacen que la hemoglobina de la carne no se oxide. (Armendáriz, 2006).

2.6.6. Adobos

Es una mezcla preparada con vino, vinagre, zumo de limón, especias y hierbas aromáticas, los adobos solo prolongan un poco la vida sanitaria de los productos, no debe utilizarse para una conservación a largo plazo. También permite ablandar estos alimentos y conservarlos durante algún tiempo. El adobo puede ser crudo o previamente cocido, según el caso. (Girard S, 2002).

2.6.7. Encurtido

Consiste en la inmersión de un género en vinagre normalmente aromatizado con

especias, de esta forma el producto queda aislado en un ambiente que impide el desarrollo de microorganismos. (Armendáriz, 2006).

2.6.8. Confitado

Consiste en el cocinado del producto con su propia grasa o una grasa añadida, y su posterior mantenimiento perfectamente cubierto con la grasa, de esta forma el producto queda aislado del exterior por una grasa que impide la entrada de microorganismos, y aquellos que estaban en el producto han sido destruidos por el calor. (Peterson, 2007).

2.6.9. Escabeche

Es un método de conservación típicamente español, ideado para conservar las piezas procedentes de la caza y de la pesca del río. Consiste en introducir el género en un preparado cocinado a base de vinagre, aceite, sal y especias. (Armendáriz, 2006).

2.7. Técnicas de cocción

El conocimiento de las técnicas básicas es un requisito imprescindible para el buen desarrollo de la actividad de una cocina, el arte de cocinar implica, además, la transformación de la materia prima, tanto en frío como en caliente; en el momento en que se aplica calor a un alimento se producen las denominadas técnicas de cocción. (Nuria Pérez, pág. 22).

2.7.1. Asar

Consiste en cocer un alimento sometiéndolo a la acción directa del calor en un ambiente seco, bien sea en un horno de gas, eléctrico o de leña.

2.7.2. Cocer en un líquido hirviendo

Se trata de una técnica de cocción que consiste en aplicar a los alimentos una cocción corta o prolongada, sumergiéndolos en un estado líquido (agua, fondo, jarabe perfumado). El

primer contacto del alimento con el calor (100°C) provoca la coagulación de los proteínas al instante, impidiendo, en parte, el intercambio entre el líquido y el alimento que se va a cocer.

1. Blanquear: esta técnica de cocción presenta dos objetivos:

a) Ablandamiento de la materia prima (es habitual aplicarlo únicamente a verduras), pero con límite de tiempo.

b) Cocer durante un tiempo reducido alimentos muy concretos con la finalidad de eliminar impurezas y enraizamientos (carcasas de ave, huesos de ternera y despojos de los productos). Se deben escurrir y enjuagar con agua fría.

2. Escaldar: se trata de una técnica que presenta dos objetivos:

a) Cocer un alimento en agua un corto espacio de tiempo con la finalidad (por acción del calor) de retirarles la piel; por ejemplo, ciertas verduras (tomates) y con menor frecuencia aves (desplumar).

b) Escaldar en un almíbar frutas para evitar su oxidación, prolongando así su color original.

3. Escalfar: técnica empleada para la cocción de huevos descascarillados en un elemento líquido. (Nuria Pérez, págs. 29,30). El escalfado es una técnica muy frecuente en cocina y en repostería, tanto para carnes, despojos, aves, pescados, salchichas, etc., como para frutas y huevos.

2.7.3. Saltar

Consiste en cocinar con un poco, de grasa caliente el producto principal, junto a ingredientes de condimentación, a fuego vivo para que se dore rápidamente o se abran, para servir inmediato o terminar con salsa. (Armendáriz, 2006).

2.7.4. Estofar

Estofado proviene de “estofa”, que es una adaptación del término francés étouffée, que quiere decir “asfixiar”. Se prepara en un recipiente tapado, donde no se permite la renovación del aire,

los alimentos absorben todas las fragancias de los aromatizantes, las verduras y los ingredientes empleados en la elaboración. (Nuria Pérez, pág. 36)

2.7.5. Freír

Es sumergir un alimento por completo en aceite caliente. (Peterson, 2007).

2.7.6. Gastronomía típica

La gastronomía típica es la que nos brinda cada población, ya que es diferente porque lo conforman mestizos, indígenas, afro-ecuatorianos los cuales se han unido y obtuvieron un tipo de comida representativa la cual queremos dar a conocer al mundo en general.

Se define como los platos que se preparan en una zona determinada y que caracterizan a ese sitio ya sea por las técnicas de preparación o por los ingredientes que se cultiven ahí. Cada sociedad o cultura mantiene técnicas comúnmente conocidas como secretos de la abuela para prepararlas, así como el significado y la fecha más indicada para la preparación de las delicias gastronómicas.

El plato típico del cantón Urcuquí, es un producto gastronómico que se oferta los fines de semana en el parque principal, este delicioso plato conlleva productos orgánicos cultivados en la zona, garantizando al turista su seguridad alimentaria.

El cordero asado es el plato típico de Urcuquí el cual va acompañado de choclo, habas tiernas, mellocos, queso de la comunidad de Piñan, papas con cáscara y un delicioso ají con pepa de zambo molido en piedra.

De tal manera que los productos que se cultivan en esta zona son estrictamente garantizados porque son productos naturales ya que al momento de ser preparados son desinfectados y elaborados con completa inocuidad.

La gastronomía típica del cantón se diversifica día a día como una muestra de la identidad cultural del cantón Urcuquí por las tierras que poseen que son fértiles y son productos nativos de la zona cosechados en sus propias tierras.

Adicionalmente a este plato se puede encontrar las deliciosas tortillas de tiesto elaboradas principalmente a base de harina de maíz, al cual se sirve acompañadas con un delicioso dulce de zambo. (Gallardo De La Puente, 2014).

2.7.7. Gastronomía tradicional

Es aquella que se basa en productos de calidad y estacionales, manifestándose como señal de identidad con una cultura propia; una cocina que se hace pensando en el producto en sí, al que trata con mimo y esmero, con el fin de obtener del su máximo aroma y sabor, incluyendo un aspecto atractivo y la mejor de sus texturas, contribuyendo de esta forma a la satisfacción del comensal. (Díaz, 2009, pág. 37).

La gastronomía tradicional de un país o comunidad es un hecho fundamentalmente social y cultural, con características propias y de profunda tradición, es muy importante que la cocina actual, sin dejar de lado las posibles innovaciones, se base en estos orígenes culturales que son parte de nuestra identidad.

La gastronomía tradicional ha tenido una larga y sabia cocción en las ollas y fogones de nuestra historia, y con la mujer en el hogar como hacedora y gestora de la tradición.

Son técnicas de conservación y preparación de alimentos que facilitan la Digestión. La cocción y sus técnicas se basan en los saberes andinos que ratifican los alimentos cocidos con un calor húmedo agua, y vapor sin añadir grasa, las técnicas más saludables que conservan mejor los nutrientes contenidos en los alimentos. Que hasta ahora se practican en las familias de las comunidades indígenas.

La sabiduría en la alimentación durante la historia de la humanidad es muy amplia, así es como se ha ido desarrollando desde la producción y la selección de las semillas, la época de siembra, dé cosecha, luego ha continuado con la conservación y la manipulación antes de la ingestión. (Alvarez, 2010).

La gastronomía de los pueblos es el patrimonio cultural natural de las comunidades, son condiciones favorables que permiten la conservación de saberes y riquezas existentes en la parroquia de San Blas. La gastronomía tradicional ha tenido una larga y sabia cocción en las ollas y fogones de nuestra historia, y con la mujer en el hogar como hacedora y gestora de la tradición.

2.8. Cultura y patrimonio

La cultura de un pueblo se refiere a todos aquellos elementos que forman parte de su manera de ser, de pensar y de vivir en un momento determinado de su historia. Son las características espirituales, materiales, intelectuales y afectivas que identifican a una sociedad o un grupo social.

Además incluyen los conocimientos, costumbres, practicas, creencias, valores, rituales, organización social, expresiones artísticas y literarias, tipos de vivienda y vestimenta, lenguas y formas de comportamiento.

Patrimonio cultural de un cuerpo se entiende todos los bienes y valores culturales, materiales o inmateriales, que se han generado a lo largo de su existencia histórica y que constituyen un referente de su identidad actual.

El patrimonio no solo es una herencia para ser transmitida de generación en generación, sino que también nos muestra las pautas que debemos seguir para continuar forjando nuestra sociedad. Así, las vivencias culturales del presente se convertirán, en el futuro, en el patrimonio

de nuestros descendientes y quedaran como testimonio en todos los objetos, expresiones y elementos culturales que nos dan identidad y sentido de presencia social e histórica.

2.8.1. Patrimonio inmaterial

El patrimonio cultural inmaterial es el patrimonio vivo de un pueblo y constituye la base de la diversidad cultural. Este patrimonio comprende todas las prácticas cotidianas de un pueblo y los conocimientos relacionados con la naturaleza. Se expresan en todos aquellos usos, representaciones expresiones, conocimientos y técnicas, junto con los instrumentos, objetos, artefactos que las comunidades, los grupos sociales y, en algunos casos, los individuos reconocen como parte integrante de su patrimonio cultural.

Este tipo de patrimonio incluye las tradiciones y expresiones orales, incluido el idioma, cuentos, mitos, leyendas; las artes del espectáculo como: música, danza, y teatro; los actos y hechos sociales, rituales y festivos, como fiestas o ceremonias religiosas y cívicas, los ritos especiales; las técnicas artesanales tradicionales; los conocimientos y usos relacionados con la naturaleza y el universo, como la gastronomía, la medicina tradicional, la predicción del clima por medio de las observación del cielo y la naturaleza ; las formas de organización social; las concepciones del tiempo y del espacio.

Según esta definición, las manifestaciones del patrimonio cultural inmaterial están relacionadas con los saberes, los conocimientos y las prácticas sobre:

- El universo y la naturaleza.
- La gastronomía.
- La oralidad.
- La medicina tradicional.
- La música.

- La danza.
- Las artes escénicas.
- Los juegos tradicionales.
- Las técnicas de elaboración de instrumentos.
- El vestuario.
- Las técnicas de construcción.
- Las fiestas, celebraciones y rituales.

En Ecuador, de manera propia está ligado a los sectores rurales todos los saberes ancestrales que presentan una amplia riqueza de expresiones, forman parte del Patrimonio Cultural Inmaterial de nuestros pueblos. Patrimonio (2012).

2.8.2. Patrimonio gastronómico

El patrimonio gastronómico es el valor cultural inherente y añadido por el ser humano a los alimentos mediante el cultivo, preparación y presentación de los alimentos, tanto en el diario vivir como en las fechas u ocasiones especiales. Como parte de este patrimonio se toman en cuenta los sitios, artefactos, recetas y rituales relacionados con su preparación y consumo, que forman parte de una memoria común y producen sentimientos o emociones similares con solo recordarlos o mencionarlos.

La gastronomía generalmente ha sido considerada un complemento indisoluble del turismo; todo viajero tiene que satisfacer una necesidad biológica a lo largo del día: comer. Sin embargo, en la actualidad esta "necesidad" se puede contemplar de diferentes formas: la más evidente es como parte fundamental del sistema alimenticio de la humanidad, aunque también puede apreciarse como un estilo de vida saludable y, en un aspecto más amplio y novedoso, como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad. Unesco (2012).

El turismo gastronómico se ha considerado como un producto turístico prioritario,

respaldado por políticas públicas internacionales y nacionales, que le convertirá en una excelente herramienta para contribuir de manera respetuosa, ética y pacífica al desarrollo social regional sostenible.

En la Parroquia San Blas podemos rescatar su gastronomía típica o ancestral ya que cuenta con una gama de productos que se cultivan en esta misma zona, su gastronomía es amplia y sus lugares turísticos son llenos de gran variedad de flora y fauna posee un complejo turístico llamado Timbuyacu este lugar es un sitio de relajación y de atracción para el turista Nacional y receptivo.

Para poder mencionar el turismo gastronómico empezaremos por los productores de alimentos los cuales son la clave principal porque son los que siembran una pequeña semilla la cual brinda alimentos beneficiosos para conllevar una vida sana, como también la participación del festivales típicos que se lo realiza año tras año en los cuales se degusta las distintas preparaciones elaboradas con técnicas tradicional que a su vez son la principal razón para viajar a este lugar lleno de tradiciones ancestrales.

2.8.3. Ruta Gastronómica

La ruta turística gastronómica son los senderos carretera o camino de dominio y uso público, construidos fundamentalmente para la circulación, que mantienen características históricas y vinculación con la memoria colectiva a nivel local se destaca por sus atractivos naturales del desarrollo turístico permitiendo acceso a un patrimonio cultural e histórico.

Un tema que impulsa el desarrollo, difusión y promoción de un sector turístico gastronómico a través del análisis e inventario de los platos típicos realizados, en la información de la tesis da a conocer e informar sobre los beneficios que se puede conseguir aplicando este proyecto; el objetivo se enfoca en crear una ruta gastronómica en la parroquia

San Blas Cantón Urcuquí mediante el análisis y promoción de los platos típicos que existen para que sea esta una alternativa de desarrollo económico para la comunidad el análisis e inventario de los platos típicos traerá como beneficio mayor afluencia de visitantes. La Parroquia de San Blas tiene potencial turístico que no ha sido aprovechado; cuenta con atractivos naturales y culturales entre ellos: las cascadas, ríos y balnearios.

La ruta turística se puede organizar en función de las características adyacentes al sector cumpliendo con el objetivo de diseño y así brindar actividades relacionadas con los elementos de la misma, presentando una imagen integral con los sitios, servicios, atractivos y lenguaje de comunicación.

Las principales actividades económicas de la parroquia de San Blas son la agricultura y la ganadería; en la actualidad las haciendas se han dedicado a ofrecer servicios de hospedaje para compartir con los visitantes sus costumbres, las mismas que dan conocer el atractivo más turístico son las termas de Timbuyacu.

Este proyecto tiene como base el diseño de la ruta turismo gastronómico del atractivo de este lugar para que la actividad turística y gastronómica se desarrolle de una manera participativa a corto, mediana y largo plazo. (Zurita, Calispa, 2010).

2.9. Marco Jurídico

2.9.1. 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.

1. *Impulsar la producción, transformación agroalimentaria y pesquera de las pequeñas y medianas unidades de producción, comunitarias y de la economía social y solidaria.*
2. *Promover la preservación y recuperación de la agro-biodiversidad y de los saberes ancestrales vinculados a ella; así como el uso, la conservación e intercambio libre de semillas.*
3. *Fortalecer el desarrollo de organizaciones y redes de productores y de consumidores, así como la de comercialización y distribución de alimentos que promueva la equidad entre espacios rurales y urbanos.*
4. *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.*
5. *Adquirir alimentos y materias primas para programas sociales y alimenticios, prioritariamente a redes asociativas de pequeños productores y productoras. (Constitución de la República del Ecuador, 2008, págs. 137,138,139).*

2.9.2. Sistemas económicos y política económica

Art 283.- El sistema económico es social y solidario, reconoce al ser humano como sujeto y fin; propende a una relación dinámica y equilibrada entre sociedad, Estado y mercado, en armonía con la naturaleza; y tiene por objetivo garantizar la producción y reproducción de las condiciones materiales e inmateriales que posibiliten el buen vivir.

Art 284.- La política económica tendrá los siguientes objetivos:

1. *Incentivar la producción nacional, la productividad y competitividades sistémicas, la acumulación del conocimiento científico y tecnológico, la inserción estratégica en la economía mundial y las actividades productivas complementarias en la integración regional.*
2. *Asegurar la soberanía alimentaria y energética.*

3. *Promocionar la incorporación del valor agregado con máxima eficiencia, dentro de los límites biofísicos de la naturaleza y el respeto a la vida y a las culturas.*
4. *Lograr un desarrollo equilibrado del territorio nacional, la integración entre regiones, en el campo, entre el campo y la ciudad, en lo económico, social y cultural.*
5. *Propiciar el intercambio justo y complementario de bienes y servicios en mercados transparentes y eficientes. (Constitución de la República del Ecuador, 2008, págs. 139,140).*

2.9.3. Ciencia tecnología, innovación y saberes ancestrales

Art. 385.- El sistema nacional de ciencia, tecnología, innovación y saberes ancestrales, en el marco del respeto al ambiente, la naturaleza, la vida, las culturas y la soberanía, tendrá como finalidad:

1. *Generar, adaptar y difundir conocimientos científicos y tecnológicos.*
2. *Recuperar, fortalecer y potenciar los saberes ancestrales. (Constitución de la Republica del Ecuador, 2008, pág. 173).*

2.10. Glosario de términos

Arríbalo:

Es un vaso griego de base ancha y cuello estrecho, por lo que se ha comparado con una bolsa cerrada.

Aromática:

Cualquier especia o hierva que imparte sabor o fragancia a los alimentos.

Ahumado:

Es una técnica de conservación alimenticia que consiste en someter alimentos a una

fuelle de humo proveniente de fuegos realizados de maderas de poco nivel de resina. Este proceso, además de dar sabores ahumados sirve como conservador alargando el tiempo de conservación de los alimentos.

Cubrir :

Cubrir los alimentos con una capa exterior de harina, huevos, pan rallado.

Chaguarmishqui:

El chaguarmishqui es una de las bebidas características de la serranía ecuatoriana, su preparación es uno de los secretos ancestrales mejor guardados de todos los tiempos, se conoce que sus bondades alimenticias son variadas.

Chapo:

Variedades de productos que se cocinan en una sola olla para ofrecerla como tributo a la tierra cuando se inicia o termina el ciclo de siembra.

Chigüiles:

Planta de grandes hojas, que aprovechan los campesinos de Venezuela para cubrir sus viviendas.

Chorrera o Paccha:

Lugar donde viven los duendes.

Chuchuca:

Es el maíz a medio madurar conocido como cau, esto quiere decir que paso de ser tierno pero no está maduro, se desgrana y se cocina hasta que esté suave y después se procede a

secarlo al sol, obtenemos un grano duro. Con la ayuda de un molino molem en trozos gruesos, se pasa por un tamiz para que se eliminen las plumillas y procedemos a realizar la sopa

Exuberancia:

Que es muy abundante o extraordinariamente desarrollado.

Fermentación:

La fermentación es un proceso natural que ocurre en determinados compuestos o elementos a partir de la acción de diferentes actores y que se podría simplificar como un proceso de oxidación incompleta. La fermentación es el proceso que se da en algunos alimentos tales como el pan, las bebidas alcohólicas, el yogurt, etc., y que tiene como agente principal a la levadura o a diferentes compuestos químicos que suplen.

Guarapo:

Jugo de la caña de azúcar.

Iridiscencia:

Luz en múltiples superficies semitransparentes, donde los subsecuentes cambios de fase e interferencia de las reflexiones modulan la luz por la amplificación o atenuación de las diferentes longitudes de onda.

Kallana:

Cazuela de tostar maíz a base de barro donde realizaban elaboraciones como el maíz tostado y las tortillas o pan de maíz.

Llanuras:

Una llanura es un campo o terreno sin altos ni bajos. Se trata, por lo tanto, de una superficie dilatada que se caracteriza por su igualdad.

Maguey:

Planta de hojas radicales largas, triangulares, carnosas, terminadas en un fuerte aguijón, y flores amarillentas en ramillete sobre un bohordo central; es originaria de México; se emplea en la fabricación de fibras textiles y en la elaboración de pulque, mezcal y tequila.

Mates:

Vajillas y recipientes de la cocina donde se comía y se servían el agua. Estos mates se lo extraían de la calabaza de la corteza seca y dura para emplearlos en todo tipo de usos.

Mechayas:

Ruido de las acequias.

Morteros:

Utensillos que sirve para moler y machacar especias a base de piedra.

Ollas:

Base de barro o manga por lo general de forma esférica y de base redonda, apropiada para exponerla al fuego principalmente para hervir, estofar y cocinar al vapor y además para tostar y fermentar.

Oyanzas:

Armazón de madera en el mismo que es colocado pan, naranjas, dinero, huevos,

productos que son cosechados en cada una de las parroquias.

Riachuelos

Un riachuelo es un pequeño curso de agua de poco caudal.

Shushuna

Cernidor o tamiz, son hechas a base de tallos de viejos árboles que son de tallo resistente y son cortados en tiras largas y delgadas, para ser tejidas.

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA

3.1. Diseño

3.1.1. Cuantitativo:

El método cuantitativo se utilizó para determinar la cantidad de potenciales que podrían tener información sobre la gastronomía y los aspectos socio-culturales para revalorizar, difundir y conservar las costumbres y tradiciones que forman parte de una memoria común de la Parroquia Rural San Blas de Urcuquí.

3.1.2. Cualitativo

El método cualitativo permite describir cualidades a través de la ruta turística gastronómica, para mejorar y salvaguardar la gastronomía ancestral, tradicional y típica de la Parroquia rural de San Blas, admitió cualificar las fechas más trascendentales, la alimentación y su relación en el desarrollo de la población, sus respectivos impactos turísticos, socio-cultural, económicos y educativos.

3.1.3. Temporalidad

El estudio realizado es transversal efectuado desde el mes de Julio del 2015, específicamente siendo la investigación de campo en épocas de verano que comprenden los meses de Junio y Julio meses en los cuales está a flote las cosechas de sus sembríos y se ve también fortalecida la práctica de sus costumbres, con festividades como es el San Juan, San Pedro las cuales han permitido la visualización de los recursos alimenticios, culturales y

paisajísticos, mencionados y la inmediata plasmación en el presente documento con los que se ha de describir hechos de la investigación.

Así mismo para respaldar científicamente este trabajo se recopiló información bibliográfica de diferentes fuentes en la junta parroquial de San Blas para la construcción y desarrollo del marco teórico hasta el mes de diciembre del 2015.

3.1.4. Naturaleza

La investigación de campo:

Este estudio está basado en la participación real de los investigadores, desde el mismo lugar establecido para el presente proyecto donde ocurren los hechos y el problema planteado.

Este tipo de investigación ha concedido la obtención de información veraz y eficaz del fenómeno o situación concreta del territorio delimitado del presente proyecto, con lo cual se puede agrupar objetos de estudio dentro de una serie de subconjuntos para elaborar las diferentes recetas, ruta turística-gastronómica, el respectivo análisis de campo y objetos al que va enfocado el presente proyecto de la parroquia Rural San Blas de Urcuquí.

La investigación bibliográfica o documental:

Se basa en el estudio que se ha realizado a partir de la revisión de las diferentes fuentes bibliográficas y documentales. En esta modalidad de investigación predomina el análisis, la interpretación, las opiniones, las conclusiones y recomendaciones del autor o los autores del contexto teórico existente en relación al presente proyecto.

3.1.5. Población

Para la ejecución del presente proyecto se tomó en cuenta a los habitantes con un rango

de edad de entre los 65 a 85 años pertenecientes a 6 comunidades de la parroquia las cuales fueron: San Alfonso de Iruguincho, San Juan de Dios, Santa Teresita de Pisangacho, Santa Clara de el Tablón y Santa Cecilia de Jijón, San Blas

Tabla 1

Población de habitantes encuestados

Parroquia	Número de habitantes	Porcentaje
San Alfonso de Iruguincho	10	20%
San Juan de Dios	5	10%
Santa Teresita de Pisangacho	10	20%
Santa Clara de el Tablón	5	10%
Santa Cecilia de Jijón	10	20%
San Blas	10	20%
Total	50	100%

Fuente: Datos obtenidos de la Parroquia San Blas
Autores: Jéssica Rivera, Javier Santellan

3.1.6. Muestra

La presente investigación será de tipo descriptivo transversal. La población de estudio estará conformada por 32227 adultos mayores de los 6 cantones de la provincia de Imbabura, de acuerdo el Censo de Población y Vivienda del año 2010. (INEC 2010)

En base a esta población se calculará una muestra usando la fórmula de poblaciones finitas con un margen de error del 5 %.

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

Donde:

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

$$n = \frac{2^2 \times 50 \times 50 \times 32227}{5^2 \times (32227 - 1) + 2^2 \times 50 \times 50}$$

$$n = \frac{322270000}{815650}$$

n = 395 encuestas

La muestra calculada redondeada es de 400 adultos mayores. Que serán distribuidos en 49 parroquias de la provincia de Imbabura en forma equitativa; es decir en cada una de las parroquias se llevarán a cabo alrededor de 10 entrevistas con los instrumentos diseñados

El número de habitantes que posee la parroquia San Blas es de 3015 habitantes conformados por 6 Parroquias. Por lo tanto a la Parroquia rural San Blas de Urcuquí le corresponde a realizar 50 entrevistas, por la razón que posee con 6 comunidades encontradas en la parroquia y obtener mayor argumentación que se optima y concisa sobre la recopilación de la información.

3.2. Tipos de Datos

Los datos empleados en esta investigación son de carácter:

3.2.1. Teóricos

Los datos teóricos están plasmados en el diseño de las recetas estándar, y por

consiguiente permiten registrar información exhaustiva sobre los ingredientes, tipo y tiempo de preparación y el proceso a seguir para la elaboración de los platos representativos de la parroquia Rural de San Blas.

3.2.2. Prácticos

Con ayuda de la información registrada a través de los datos teóricos se llevó a cabo la preparación de 10 platos característicos de la zona mencionada. Por tanto, se puede añadir que los datos prácticos están sustentados en la elaboración práctica de diversas recetas y se evidencian gráficamente en cada una de ellas.

3.3. Métodos

3.3.1. Teóricos

3.3.2. Inductivo

El método inductivo intenta ordenar la observación tratando de extraer conclusiones generales a partir de premisas específicas de carácter universal desde la acumulación de datos particulares que proporcionará los segmentos a investigar dentro del campo gastronómico patrimonial de cada comunidad y la parroquia de San Blas

3.3.3. Método Deductivo

La investigación a través de este método permitió obtener un conocimiento específico de los productos, la utilización de los alimentos, en las recetas ancestrales y el porcino que ellos lo realizaban, la aplicación en el patrimonio cultural y gastronómico de la parroquia San Blas de acuerdo a las costumbres y tradiciones socioculturales de cada parroquia, partiendo de los conocimientos generales que hemos encontrado para difundir la gran variedad de gastronomía que poseen las comunidades de San Blas.

3.3.4. Analítico – Sintético

A través de este método se deduce y analiza la información recopilada en la investigación, documental y de campo de cada parroquia de la parroquia San Blas, para luego ser descrita y valorada. Además se utilizara cuadros, tablas y gráficos, como estrategia de interpretación de la información recopilada.

3.3.5. Empíricos

Los datos recopilados se realizaron mediante cincuenta entrevistas a los moradores de la parroquia San Blas, para conocer sobre su manifestación cultural, su forma de vida política, económica y social y a sí, tener mayor conocimiento de juicio sobre el tema sujeto de estudio

3.3.6. Matemáticos

Para demostrar los datos de la tabulación, las tablas y gráficos son utilizados como estrategia de interpretación de la información recopilada

3.4. Estrategias, técnicas e instrumentos

3.4.1 Estrategias

Para obtener información verídica sobre la investigación, la estrategia empleada es acudir directamente a la parroquia Lita para entrevistar a las personas mayores de 65 años de edad y así obtener resultados propicios.

3.4.2 Técnicas

Para el levantamiento del inventario gastronómico, se visitaron los principales lugares con presencia de platos tradicionales, fiestas y lugares turísticos. Para identificar su valor histórico y cultural.

La información se recogió a través de la observación, para plasmar toda su explicación en fichas de inventario cultural y gastronómico.

3.4.3 Entrevistas

La entrevista es un acto comunicativo que se establece entre dos o más personas y que tiene una estructura particular organizada a través de la formulación de preguntas y respuestas. La cual ha sido utilizada para el desarrollo de este proyecto como base fundamental que la recuperación de productos ancestrales y utensilios.

3.5. Instrumentos

3.5.1 Cuestionario

Grupo de preguntas debidamente estructuradas que serán formuladas en la entrevista dirigida a aquellas personas que aportaron con información relevante para la elaboración del proyecto.

3.5.2 Fichas de Inventario

Para la investigación del inventario gastronómico se utilizará una ficha de recolección de datos gastronómicos, 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, etc. Se utiliza una ficha para cada bien observado. (ADONAI, 2012)

3.5.3 Video – Grabadora

Se utilizara para recopilar los datos de la entrevista.

3.5.4 Programa Argys:

Nos ayudó a determinar los ejes situados que se nos daba en el celular para el diseño de la ruta turística.

3.5.5 Radio:

Nos ayudó para realizar las entrevistas a los habitantes de la Parroquia San Blas.

CAPÍTULO IV

4. ANALISIS DE DATOS

4.1. Plan de procesamiento de datos

En base a las encuestas y entrevistas realizadas en la parroquia de San Blas con la información que brindaron los habitantes de la parroquia San Blas se realizó la tabulación lo cual se obtuvo información de todos los platos ancestrales de esta parroquia sus culturas, sus tradiciones y sobre todo la gran variedad de gastronomía que poseen estas comunidades ya que la gente de esta parroquia vive de la agricultura, turismo y la gastronomía de esta manera podemos ayudar y contribuir con el desarrollo sustentable que necesita esta parroquia difundir la gastronomía e invitar a extranjeros, nacionales y a la misma población Ibarreña a que visite el hermoso complejo Timbuyacu que se encuentra en la comunidad de Irungincho ya que posee unas hermosas cascadas.

La Parroquia San Blas posee una gran variedad de cultura gastronómica ya que con la ayuda de la comunidad hemos logrado rescatar varios platos ancestrales los cuales son la tradicional fanesca, el dulce de zambo que es acompañado con el pan que lo realizan en sus hogares, las papas coloradas, y el nabo con papas. De acuerdo a la temporada de producción de esta zona se realiza la cosecha mes a mes. Los productos cosechados son consumidos por la gente procedente del pueblo mencionado anteriormente que viven de la producción agrícola.

4.2. Tabulación y análisis de resultados

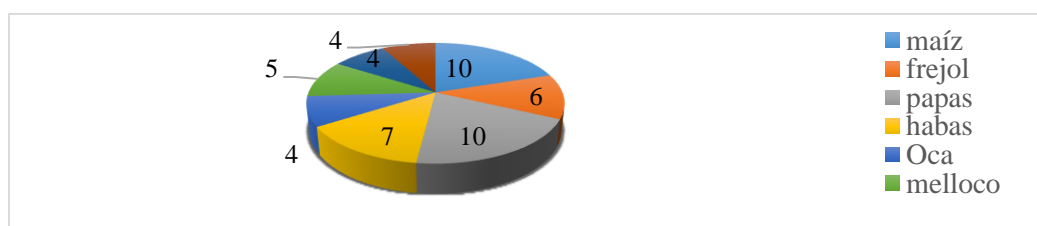
Tabla 2

¿Qué alimentos ancestrales existían en la zona?

Alimentos ancestrales	Cantidad
Maíz	10
Frejol	6
Papas	10
Habas	7
Oca	4
Mellico	5
Mashua	4
Cebada	4
Total	50

Gráfico 1

¿Qué alimentos ancestrales existían en la zona?



Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan

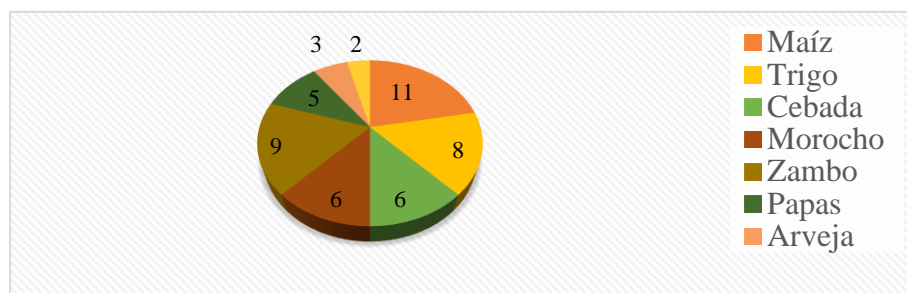
Análisis

De acuerdo con los resultados obtenidos de las entrevistas 10 personas manifestaron que el maíz y las papas son los alimentos más ancestrales que existían en la parroquia de San Blas, 7 personas manifestaron sobre el mellico; y con un resultado de 4 personas que optaron por los siguientes productos como son la cebada, la oca y la mashua.

En base al análisis de los resultados, se puede deducir que los alimentos que más se producían en la zona de San Blas eran el maíz y las papas, mientras que los alimentos que escasamente se producían en la zona mencionada eran la mashua, oca y cebada. Por lo tanto, es evidente que no se está dando un buen uso al suelo agrícola, debido a que en su mayoría las personas producen únicamente maíz y papas sin darle la misma importancia a los demás alimentos, lo cual es una causa para fomentar el monocultivo.

Tabla 3**¿Qué alimentos se producen actualmente?**

Productos ancestrales	Cantidad
Maíz	11
Trigo	8
Cebada	6
Morocho	6
Zambo	9
Papas	5
Arveja	3
Mashua	2
Total	50

Gráfico 2**¿Qué alimentos se producen actualmente?**

Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan

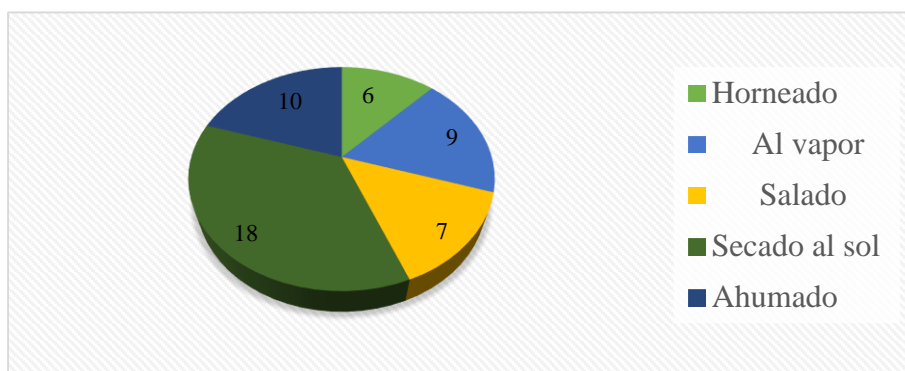
Análisis:

En base al análisis de los resultados, se puede deducir que los alimentos que más se producían en la zona de San Blas eran el maíz y el zambo, mientras que los alimentos que escasamente se producían en la zona mencionada eran la mashua, papas, trigo, arveja, cebada y morocho. Por lo tanto, es evidente que no se está dando un buen uso al suelo agrícola, debido a que en su mayoría las personas producen únicamente maíz y zambo, sin darle mucha importancia a los demás alimentos, lo cual es una causa para fomentar a la comunidad que sería muy importante que la siembra que se realiza sea equitativa.

Se decide sembrar los otros productos como son maíz, papas, fréjol entre otros por la temporada y el clima que posee la parroquia San Blas ya que la producción y cosecha de este pueblo lo manejan con el calendario agrícola.

Tabla 4**¿Cuáles son los métodos de conservación, de los alimentos que existían?**

Métodos de conservación	Cantidad
horneado	6
al vapor	9
Salado	7
secado al sol	18
ahumado	10
Total	50

Gráfico 3**¿Cuáles son los métodos de conservación, de los alimentos que existían?**

Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan

Análisis:

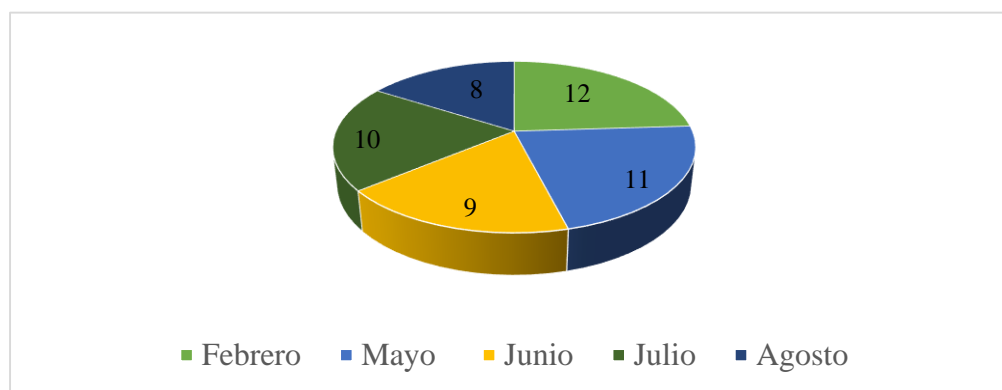
En base al análisis de los resultados, se puede deducir que el método de conservación más usado ancestralmente es el secado al sol este método permite que los productos se conserva de esta manera.

El método del ahumado era utilizado con poca frecuencia en esta zona; porque no todos los habitantes tienen conocimientos sobre la conservación de los alimentos, el método del vapor lo utilizaban para realizar infusiones.

El método del salado era utilizado en su mayoría en las carnes ya que este método permite una mejor conservación y el método del horneado lo utilizaban con muy poca frecuencia

Tabla 5*¿Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos?*

Temporada de cosecha	Alimentos	Cantidad
Febrero	Maíz	12
Mayo	Papas	11
Junio	Papas	9
Julio	Cebada	10
Agosto	Mashua y melloco	8
Total		50

Gráfico 4*¿Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos?*

Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan

Análisis

En base al análisis de los resultados, se puede deducir que en su mayoría la cosecha era en el mes de febrero de las frutas, mientras que en el mes de mayo también lo realizaban con diferentes productos, en el mes de junio se realizaba la cosecha dependiendo de los productos que eran sembrados, en julio se realizaba la cosecha más de los alimentos secos como es el maíz, cebada, trigo, y en agosto la cosecha de productos por temporadas. Por lo tanto es evidente que la cosecha de los productos se realiza en diferentes meses dependiendo de los alimentos que sean sembrados en cada temporada.

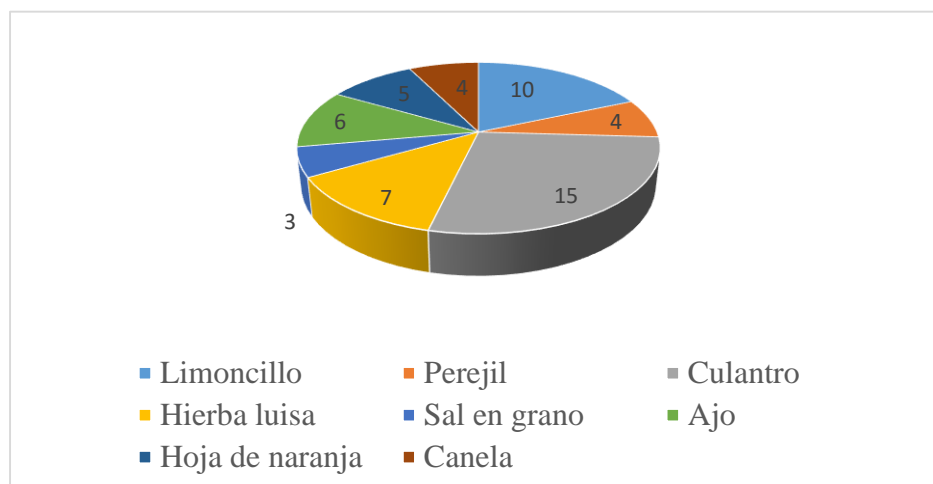
Tabla 6

¿Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona?

Especias	Cantidad
Limoncillo	10
Perejil	4
Culantro	12
Hierva Luisa	7
Sal En Grano	3
Ajo	5
Hoja De Naranja	5
Canela	4
Total	50

Gráfico 5

¿Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona?



Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan

Análisis

En base al análisis de los resultados, se puede deducir que los alimentos que le brindaban más sabor a sus comidas y el más utilizado es el limoncillo ya que es una especie que se la puede encontrar con mucha facilidad, mientras que el culantro, hierba luisa y la hoja de naranja se utilizaba pero cuando era necesario, las especias que escasamente eran utilizadas son: el perejil, sal en grano y la canela. Por lo tanto, es evidente que no son utilizadas por muchas personas de la comunidad las especias naturales.

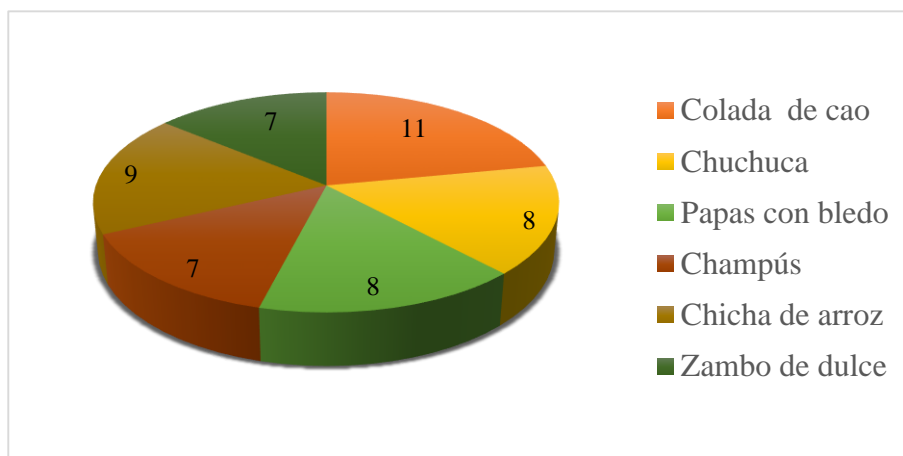
Tabla 7

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

Comidas y bebidas	Cantidad
Colada De Cao	11
Chuchuca	8
Papas Con Bledo	8
Zambo De Dulce	7
Champús	9
Chicha De Arroz	7
Total	50

Gráfico 6

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



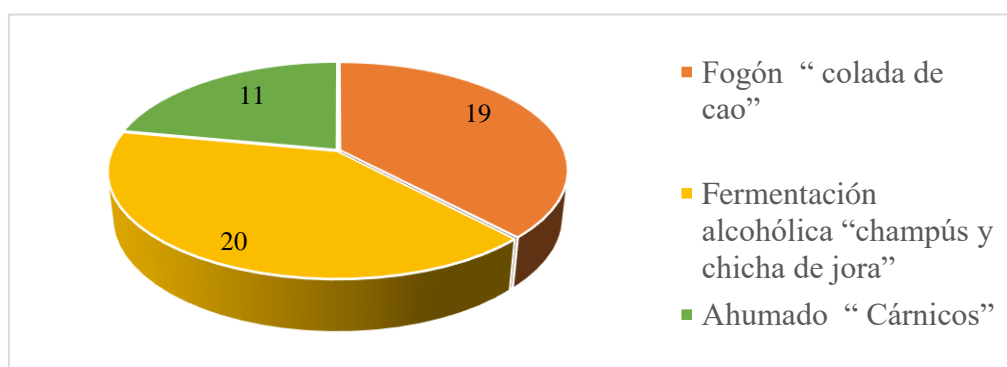
Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan

Análisis

En base al análisis de los resultados, se puede deducir que los platos que tenían mayor acogida es la colada de cao, la chuchuca, las papas con bleado ya que esto es un manjar de comidas en esta zona, como bebidas tenemos al champús, chicha de arroz y el zambo de dulce. Por lo tanto, es evidente que este tipo de comida ancestral en la comunidad son platos principales muy acogedores que son consumidos por la mayoría a de gente que pertenecen a la parroquia de San Blas.

Tabla 8**Técnicas de elaboración de los platos ancestrales.**

Técnicas De Elaboración	Cantidad
Fogón Colada De Cao	19
Fermentación Champús Y Chicha De Jora	20
Ahumado Cárnicos	11
Total	50

Gráfico 7**Técnicas de elaboración de los platos ancestrales.**

Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Análisis:

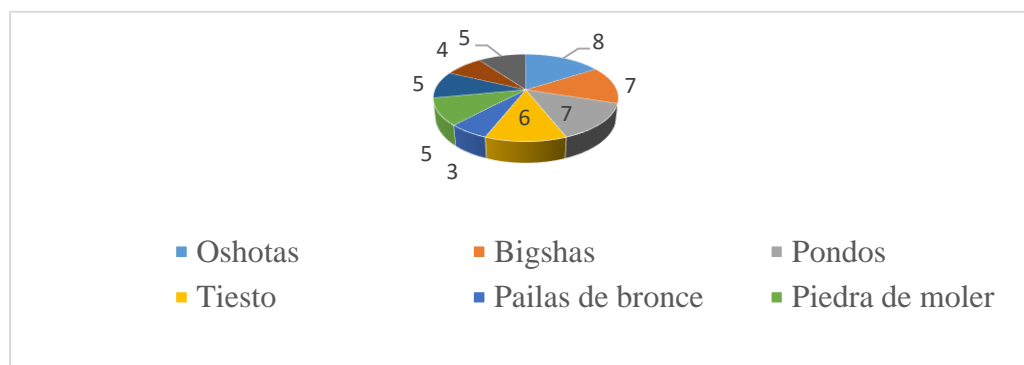
En base al análisis de los resultados, se puede indicar que las técnicas que los de la parroquia utilizaban para la elaboración de los alimentos eran los siguientes:

Al fogón realizaban las coladas, la técnica de la fermentación era muy utilizada en las preparaciones de las chichas o en alimentos que necesitaban fermentarse, y el ahumado era utilizado en preparaciones con carnes ya que es un método que se utiliza en la mayoría de comunidades pertenecientes a la parroquia de San Blas.

Por lo tanto es evidente que estos métodos son muy importantes de conocerlos ya que nos sirve para la cocción de ciertas preparaciones.

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

Utensillos	Cantidad
Oshotas	8
Bigshas	7
Pondos	7
Tiestos	6
Pailas De Bronce	3
Piedras De Moler	5
Vasijas De Barro	5
Cucharas De Palo	4
Pilches	5
Total	50

Gráfico 8**Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.**

Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan

Análisis

En base al análisis de los resultados, se puede indicar que los utensillos utilizados en la elaboración de las comidas y bebidas de la zona los más utilizados son con mayor puntaje las oshotas, también tenemos a las bigshas y pondos utilizados en la preparación de la chicha, el tiesto se utilizaba en la preparación de las tortillas de tiesto realizadas con harina de maíz, las pailas de bronce eran utilizadas en la preparación de las carnes cuando se realizaban mingas y mataban a sus reses, en la piedra de moler se realizaba el ají y la preparación de la salsa de la pepa de zambo, las vasijas de barro eran utilizadas para servir los alimentos a los comuneros de las parroquias, las cucharas de palo se utiliza en todas las preparaciones y los pilches son utilizados para repartir las bebidas.

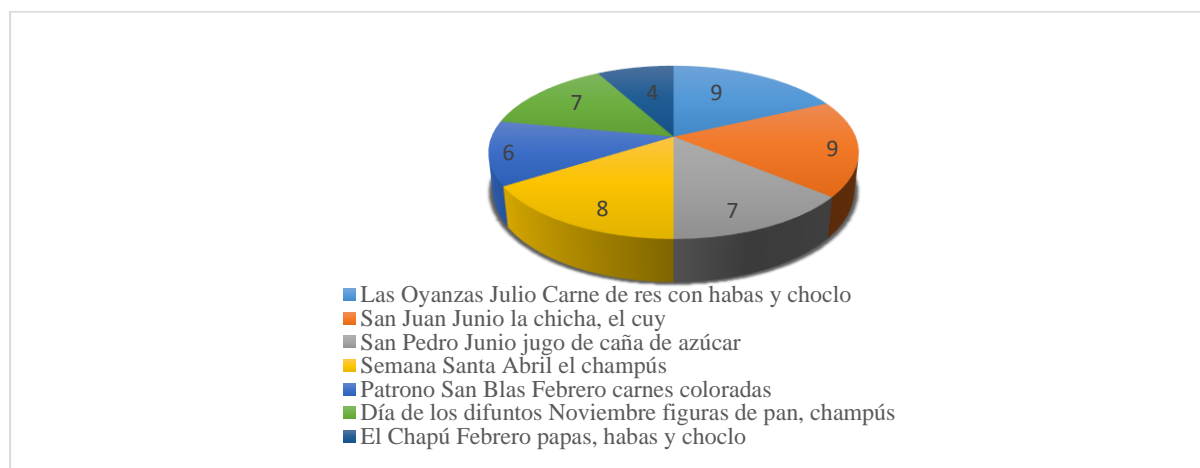
ENTREVISTA CONTEXTO SOCIO-CULTURAL

Tabla 10

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

Manifestaciones Culturales	Mes	Alimento	Total
Las Oyanzas	Julio	Carne de res con habas y choclo	9
San Juan	Junio	la chicha, el cuy	9
San Pedro	Junio	jugo de caña de azúcar	7
Semana Santa	Abril	el champús	8
Patrono San Blas	Febrero	carnes coloradas	6
Día de los difuntos	Noviembre	figuras de pan, champús	7
El Chapú	Febrero	papas, habas y choclo	4
Total			50

Gráfico 9



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

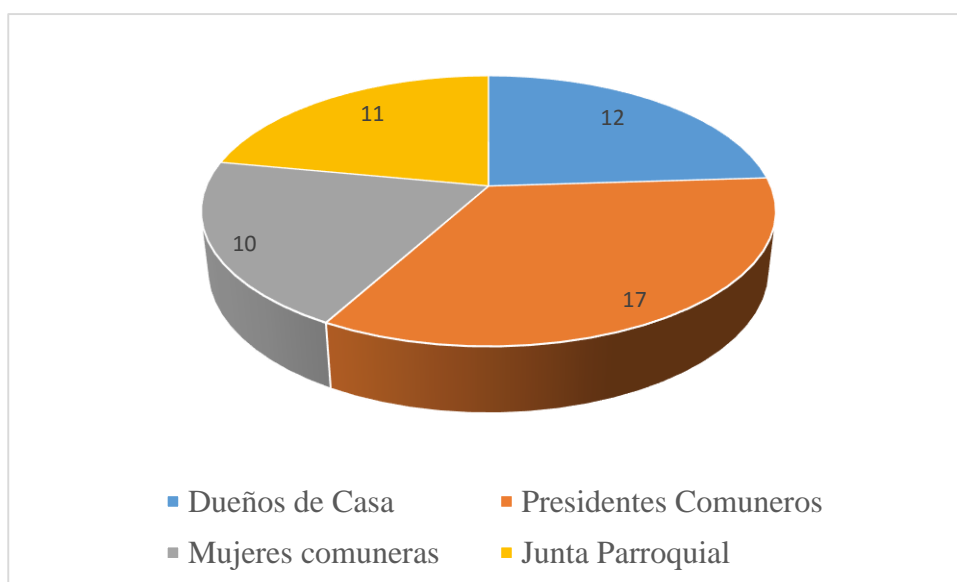
Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Análisis

En base al análisis de los resultados, se puede indicar que en las manifestaciones culturales tenemos en el mes de Julio se celebra Las Oyanzas que como plato principal tiene a la carne de res con habas y choclo, en el mes de Junio se celebra San Juan que como bebidas de esta manifestación es la chicha y como plato principal es el cuy, en el mismo mes se celebra San Pedro del 21 al 29 y como bebida destacada en esta zona tenemos al jugo de caña con azúcar, en el mes de Abril encontramos con la celebración o manifestación de la Semana Santa que como bebida también le tenemos al champús esta es una bebida tradicional de esta zona, en el mes de Febrero cuento con la manifestación del Patrono de La parroquia de San Blas y como su plato principal ellos nos comentan que son las carnes coloradas.

Tabla 11**¿Qué intervienen en las preparaciones de los alimentos?**

Personas que intervienen	Cantidad
Dueños de casa	12
Presidentes comuneros	17
Mujeres comuneras	10
Junta parroquial	11
Total	50

Gráfico 10**¿Qué intervienen en las preparaciones de los alimentos?**

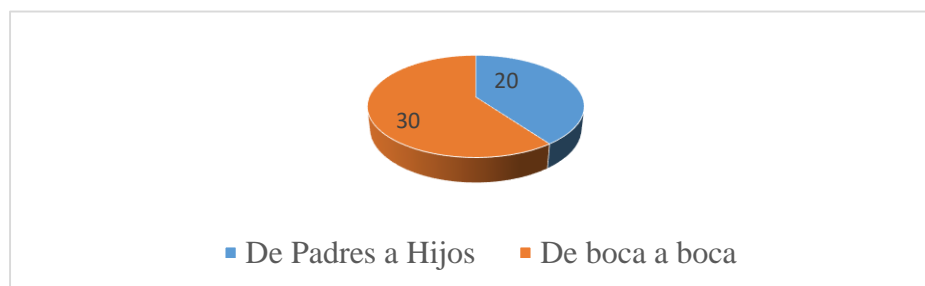
Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Análisis

En base al análisis de los resultados, se puede indicar que las personas que intervienen en la preparación de los alimentos con mayor acogida tenemos a los dueños de casa ya que esta parroquia se destaca por la unidad de equipo que son la mayoría de las comunidades, participan los señores comuneros, mujeres comuneras y la junta parroquial que es un área muy indispensable en estas labores de socialismo como también trabajan conjuntamente realizan do el turismo comunitario.

Tabla 12*¿Cómo o a quien se transmiten los conocimientos?*

Conocimientos	Cantidad
De padres a hijos	20
De boca a boca	30
Total	50

Gráfico 11*¿Cómo o a quien se transmiten los conocimientos?*

Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Comunidad	Personas	Alimentos Ancestrales			
		mashua	melloco	oca	zambo
San Juan de Dios	6	X			
San Blas	10	X	X		
Santa Teresita de Pisangacho	12			X	X
Santa Clara de el Tablón	7		X		X
San Alfonso de Irunguincho	10	X		X	
Santa Cecilia de Jijón	5				X
Total	50				

Análisis:

En base al análisis de los resultados, se puede destacar que para transmitir los conocimientos a cada una de sus generaciones según las encuestas realizadas nos indicaron que ellos transmiten sus conocimientos de padres a hijos y de boca a boca, ya que las culturas y tradiciones de esta parroquia son transmitidas de esta forma ya que esta parroquia posee una cultura muy tradicional.

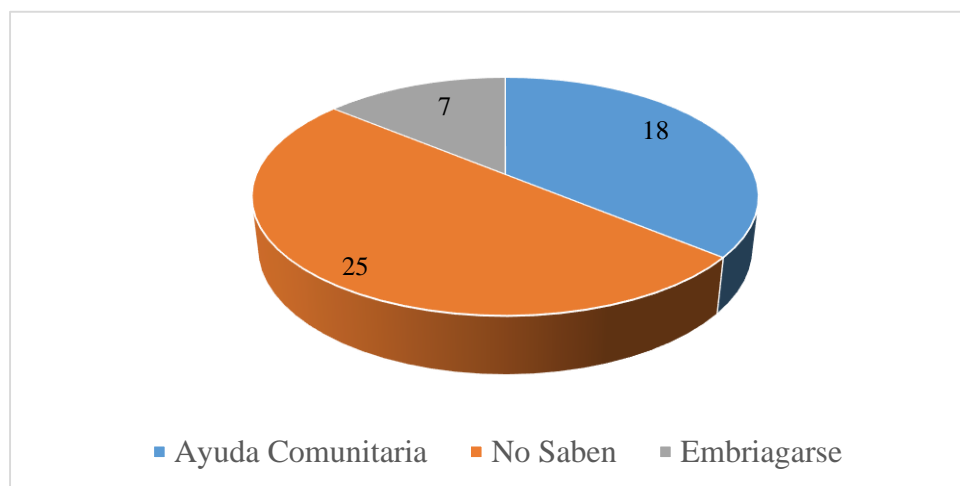
Tabla 13

¿Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad?

Como influyen las preparaciones en la parroquia	Cantidad
Ayuda comunitaria	18
Embriagarse	25
No saben	7
Total	50

Gráfico 12

¿Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad?



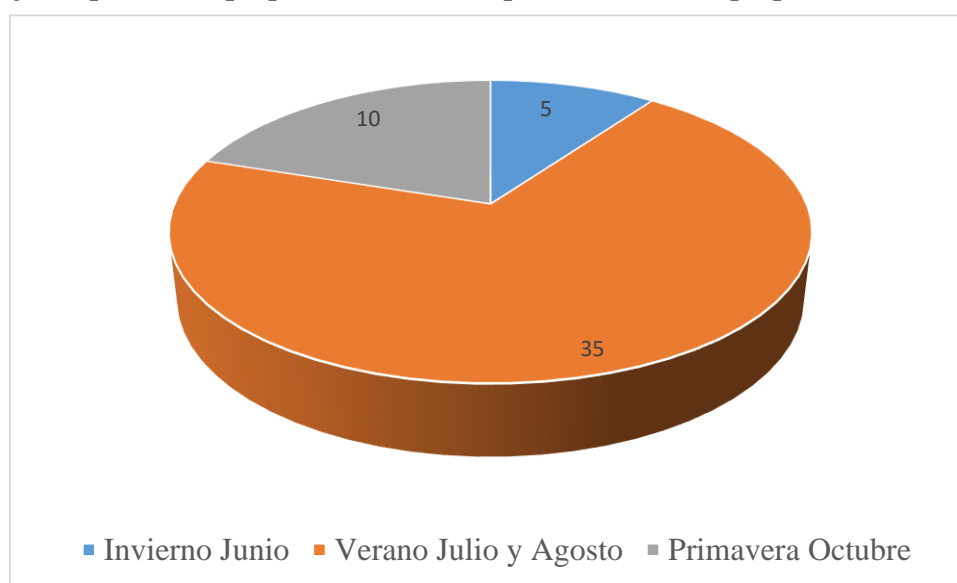
Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Análisis

En base al análisis de los resultados, se puede deducir que la influencia en el comportamiento de las preparaciones tiene mucho que desear que el aspecto de la comunidad ayuda mucho al compañerismo, hay muchas personas que no saben cómo puede influir esto en las actividades grupales y en cierta cantidad se dedican a lo que es embriagarse que para los comuneros de esta Parroquia es algo muy sencillo y normal.

Tabla 14*¿Tiempos de las preparaciones de los platos cuando se prepara?*

Tiempo	Mes	Cantidad
Invierno	Junio	5
Verano	Julio / Agosto	35
Primavera	Octubre	10
Total		50

Gráfico 13*¿Tiempos de las preparaciones de los platos cuando se prepara?*

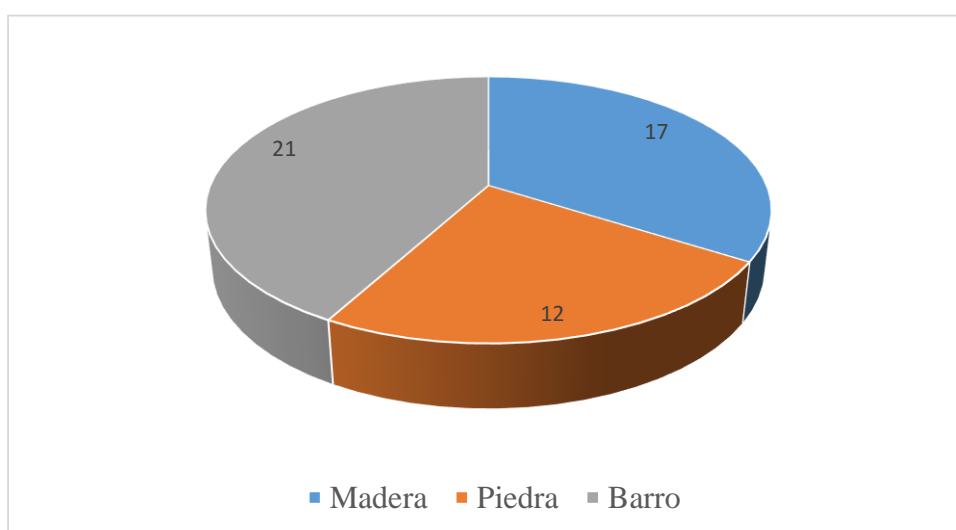
Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Análisis

En base al análisis de los resultados se toma en cuenta que en el mes que más se realiza la cosecha es en Invierno en el mes de Junio ya que los productos están listos para el consumo y en buen estado por otro lado esto es evaluado por medio del calendario agrícola y diferentes productos son cosechados en su debido tiempo las frutas que se dan en esta parroquia San Blas como son las claudias, las manzanas, el tomate entre otros son en el mes de agosto y octubre dependiendo de la siembra que se haya realizado.

Tabla 15*¿En que utensillos servían los alimentos y sus características?*

Utensillos	Cantidad
Madera	17
Piedra	12
Barro	21
Total	50

Gráfico 14*¿En que utensillos servían los alimentos y sus características?*

Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Análisis

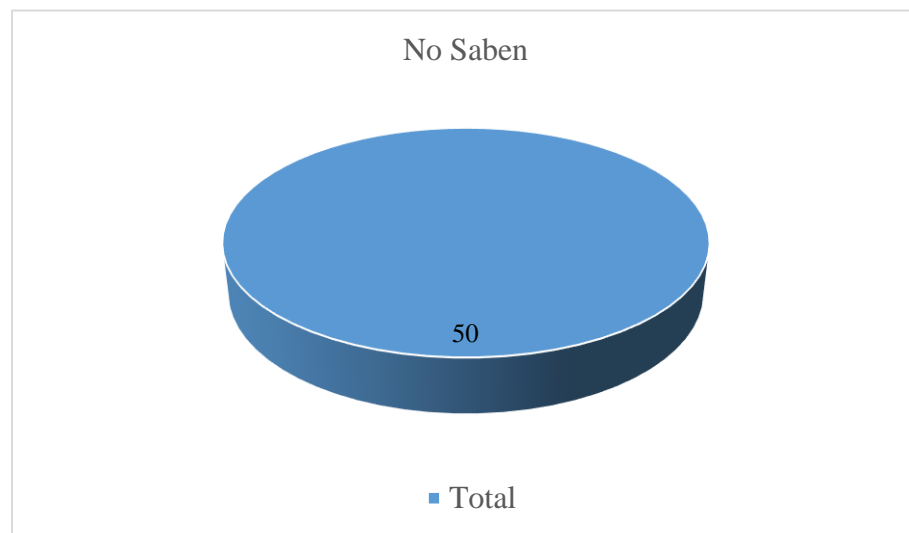
En base al análisis de los resultados, se puede indicar que las características de los utensillos que antiguamente se utilizaban eran de madera, piedra, y barro.

Los habitantes de este parroquia en si tienen muy conservados sus utensillos ya que para ellos es de valor como por ejemplo en días festivos realizaba lo que es la chicha de arroz en unos ponedos muy grandes las comidas para las mingas se los servían en bateas.

Estos son utensillos que realmente son conservados por las personas que adoran sus raíces.

Tabla 16*¿Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados?*

No saben	Cantidad
Total	50

Gráfico 15*¿Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados?*

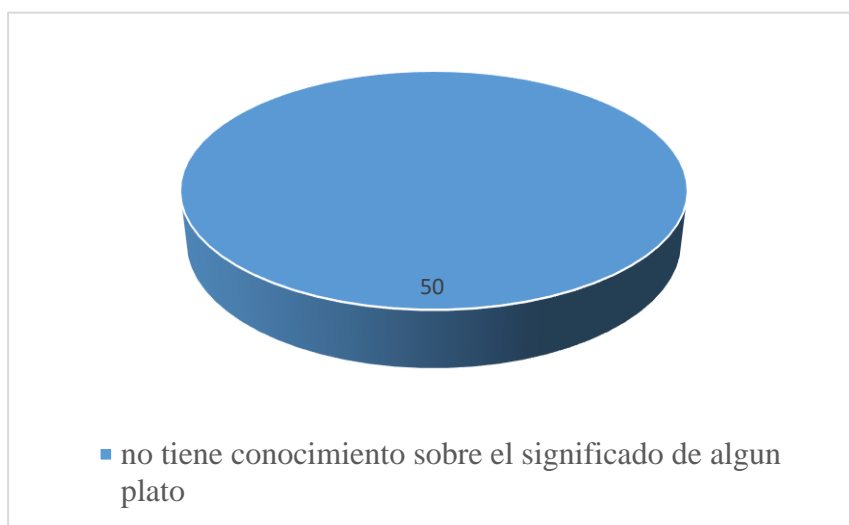
Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Análisis

En base al análisis de los resultados obtenidos los recuerdos asociado que se tiene con los alimentos ninguna persona tiene conocimiento sobre alguna historia de un plato o porque lo es preparado de tal manera es por eso que las 50 personas encuestadas nos informaron que no saben que no tienen conocimiento sobre esto.

Tabla 17**¿Qué significado tienen los platos?**

Plato Típico	Cantidad
no tienen conocimiento	50
Total	50

Gráfico 16**¿Qué significado tienen los platos?**

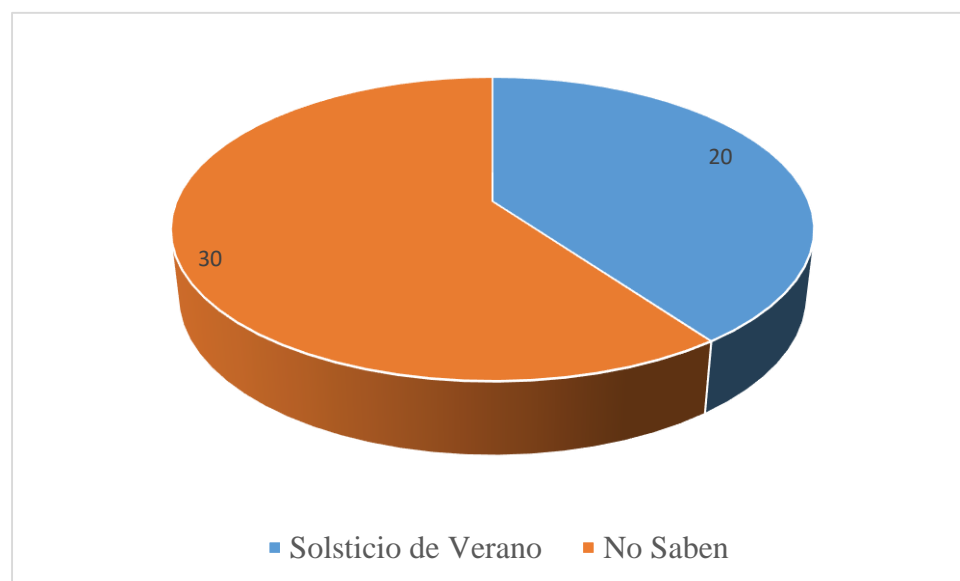
Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Análisis

En base al análisis de los resultados obtenidos las personas desconocen sobre algún significado de los platos típicos de esta zona solamente lo que nos informaron es que ellos adoran a la madre tierra en la temporada de cosecha ya que son cosechados la mayoría de los productos que consumen ellos.

Tabla 18**¿Qué historia conoce del plato?**

Historia	Plato	Cantidad
Solsticio de Verano	chicha de jora	20
No Saben		30
Total		50

Gráfico 17**¿Qué historia conoce del plato?**

Fuente: Encuestas Noviembre 2014; habitantes de la Parroquia San Blas
 Elaborado por: Jéssica Rivera, Javier Santellan.

Análisis

En base al análisis de los resultados obtenidos solamente 20 personas tienen conocimiento sobre la historia de los platos que se encuentran en esta parroquia lo cual uno de los platos es una bebida que es la chicha de jora que es el dar gracias al solsticio de verano y con un 30% desconocen sobre esta historia.

4.3. Descripción: Agradecimiento al solsticio de verano.

Una de las celebraciones es el denominado Pawkar Raymi. “Se trata de una época en la que se conmemora el florecimiento y tiempo para empezar a probar la cosecha del fruto tierno”, explicó Asencio Farinango, originario del pueblo Quichua Caranquí.

Otra de las celebraciones es la del Inti Raymi, o mejor conocida como la Fiesta del Sol, que se manifiesta a través de rituales, bailes y ofrendas que se las realiza por las cosechas recibidas en el mes de Junio.

A estas expresiones se suma la ceremonia de la Koya, Kolla o Killa Raymi, fiesta de la siembra. “Es el fin de la preparación del suelo e inicio de los cultivos”. En esta fiesta se realiza el ritual de la Luna y la Tierra como elementos de la fecundidad. Se lo celebra el 21 de septiembre en homenaje al género femenino, básicamente a la Pachamama o Madre Tierra quien se prepara para recibir la semilla del maíz.

4.4. Informe

Como resultado de la ejecución de las entrevistas y encuestas, obtuvimos resultados satisfactorios de diferentes parroquias, pudiendo denotar que los principales productos existentes que se cultivan y producen en la zona de San Blas con mayor incidencia son: el maíz, el fréjol y las papas.

Cabe recalcar que todo pueblo desde sus mismos inicios está lleno de costumbres y tradiciones ya sean estas de carácter religioso, social y cultural. Las mismas que se atribuyen en la identidad misma de cada pueblo.

Así, la productividad que la población de este lugar obtiene es a base del cuidado que le dan al suelo, de esta manera los productos son de muy buena calidad, ya es para el consumo

de cada una de las familias de las 6 parroquias que existen, las cuales son: San Alfonso de Iruguincho, San Juan de Dios, Santa Teresita de Pisangacho, Santa Clara de el Tablón y Santa Cecilia de Jijón, San Blas

La parroquia San Blas posee viviendas de teja y adobe; y las mujeres de este lugar se dedican a criar cuyes y gallinas. Asimismo, de forma general se puede aducir que la gente también se dedica a lavar en las acequias y principalmente a promover la agricultura y ganadería.

Los platos típicos de San Blas que existen en esta zona son: el dulce de zambo que va acompañado con el pan de casa, la colada morada con muñecos de pan, el champús, la carne frita con papas, el choclo con queso y la fanesca, el cuy al horno, caldo de gallina y el chanchito hornado, la fritada, café con humitas y tortillas de tiesto con agua de cedrón (FAUSTO & Cruz, 2005, pág. 60), alimentos que han representado mayor demanda y por ello se consumen con mucha frecuencia.

4.5 Aspectos socioculturales

Entre los aspectos socioculturales de la Parroquia San Blas de Urcuquí tenemos, en primer lugar su composición étnica. La zona está habitada por personas tanto mestizas como indígenas lo cual afecta su organización social y desempeño cultural en cuanto a las festividades más representativas.

Entre estas festividades encontramos la fiesta del Inti Raymi, celebración andina más reconocida entre el mundo indígena. En San Blas de Urcuquí la gente, tanto mestiza como indígena celebra este Raymi con la preparación de platos ancestrales como: chicha de jora en representación y agradecimiento a la cosecha anual de diversas variedades de maiz, mazamorra con cuy, el cuy es un animal que solo se prepara en las grandes festividades indígenas.

Por su parte, la Semana Santa, festividad de origen español-católico pero también celebrada por los indígenas tras la colonización, está colmada de alimentos como: el champús a base de maíz, producto característico de la zona.

La fiesta del Patrono San Blas es la festividad que congrega a mestizos e indígenas de la zona atrayéndolos con platos típicos como las carnes coloradas. El uso de animales como el cerdo o la vaca dependerá de las condiciones económicas de la gente. A pesar de no ser ancestral la gente busca las formas de combinar productos y recetas ancestrales y tradicionales para satisfacer los paladares, pero también para agradecer y conmemorar la diversidad cultural de la zona.

Finalmente, un plato ancestral pero al mismo tiempo típico que reúne a las dos formas socioculturales, mestizos e indígenas, es la fritada. Este plato tan reconocido a nivel nacional está compuesto por una porción de tostado, carne de cerdo, mote, papas, choclo conjugando significados y sabores ancestrales y típicos que han dado lugar a la conformación sociocultural de la Parroquia San Blas de Urcuquí.

4.6. Discusión

De acuerdo con la información recolectada en las entrevistas respecto a la gastronomía de la parroquia San Blas, se pudo contrastar que existen y existieron variedad de productos, los cuales algunos autores investigados para fortalecer nuestro marco teórico no mencionan: el Profesor Fausto Cruz y el Licenciado Cesar Cruz exponen que los productos ancestrales de parroquia San Blas son: caña de azúcar, cítricos, frutas tropicales (babaco, arándanos cactus, mandarinas y naranjas), el maíz (morochillo), fréjol, mashua, camote, habas, cebada berro y la oca en cambio, en las encuestas realizadas de la primera pregunta de ¿qué alimentos ancestrales existían en la zona? Verificamos que siguen existiendo una diversidad de productos tales como: maíz, frejol, papas, oca mello, mashua, y la cebada incluidos los productos antes mencionados.

Al igual, los alimentos que se producen actualmente son: la naranjilla, por ser un producto adaptable a esta tierra fértil y a su clima cálido húmedo dando una fácil producción para su exportación, como también el tomate riñón y el tomate de árbol, pimiento rojo, verde las arvejas y el apio son alimentos que mayormente se produce

Según Armendáriz S.J. Técnicas Elementales de Cocina, menciona que, los métodos de conservación de alimentos sirven para prolongar la vida útil, como es el ahumado, salazones, deshidratación y el encurtido; totalmente de acuerdo, por la razón que en la parroquia rural de San Blas, los moradores también emplearon estas técnicas en las carnes para conservar por más tiempo el producto lo exponían al humo de la tulpa que salía cuando se prendía, con la ayuda de un guato colgaban la carne y lo hacían secar; de igual forma, la salazón se utilizó para secar el pescado, la deshidratación emplearon para desecar el maíz y tener almacenado o para consumir, el encurtido utilizaron para aliñar los tipos de ceviche, como es conocido el ceviche de palmito muy apetecido en la zona, todas estas técnicas emplearon por la necesidad de conservar los alimentos para evitar su descomposición.

Se concuerda con Pérez, Nuria. Técnicas Culinarias, pág. 26. Que las técnicas de cocina se basan en exponer un alimento a una fuente de calor para modificar o transformar su estructura y así resulten más digeribles, coincidimos con esta definición acertada y empleada por los moradores que transformar la estructura del alimento para su consumo mediante las técnicas de asar, freír, estofar y cocer en un líquido hirviendo.

Según Armas, Cecilia. Análisis de la gastronomía Ancestral, Típica y Tradicional, pág.36. Define a la gastronomía típica como los platos que se preparan en una zona determinada y que caracterizan a ese sitio ya sea por las técnicas de preparación o por los ingredientes que se cultiven ahí. Concordamos con su definición, por la razón que cada plato preparado expresa e identifica la productividad de los alimentos cultivados en la zona.

Existiendo una gran variedad de productos en la zona y una rica tradición culinaria que

está destinada a los turistas, la parroquia rural de San Blas está en excelentes condiciones para el turismo tanto nacional como internacional.

Además que la gastronomía es el ente de comunicación y percepción de las bondades alimentarias que el entorno nos proporciona gracias a la diversidad de piso climático de cada pueblo y ciudad de nuestro país Ecuador, se desarrolla variedad de productos para la creación, elaboración y ejecución de las diversas preparaciones culinarias.

Mediante las múltiples manifestaciones culturales existentes en nuestra zona y por medio de un plato gastronómico se expresan sus costumbres, creencias y tradiciones, enfocados en aquella dimensión espiritual de encuentro con la memoria y herencia de los antepasados, dignos de admiración, respeto y valoración como es el caso de la parroquia San Blas. Sus saberes están regidos en la producción de la tierra, lo que la naturaleza les proporciona y les ha enseñado con el transcurso del tiempo a mantener, conservar y valorar en un ambiente saludable y ecológicamente equilibrado para beneficiarse de alimentos puros, nutritivos, suficientes, coloridos y diversos, transformando así, la materia prima en un exquisito plato culinario, ya sea de sal o de dulce, con sus diversas texturas, aromas, formas y sabores, sorprenden y deleitan al paladar más exigente de los visitantes.

En base a los resultados obtenidos de cada comunidad, pueblo o parroquia se puede aducir que cada uno de éstos tiene diferentes técnicas y métodos de cocción, debido a que existen diferentes costumbres y éstas han sido difundidas de generación en generación para que los nuevos pobladores las utilicen y así no se pierdan las mismas.

Destacando la Parroquia de San Blas se puede manifestar que las técnicas básicas que emplean para la cocción de alimentos son el horneado al vapor, el salado y el ahumado. A estas técnicas, se incorporan la cebolla, la col y la manteca de puerco. Además, realizan el secado al sol en los productos que son granos; por ejemplo el maíz, fréjol y la arveja.

Asimismo, enfocando el tipo de platos típicos y bebidas que se preparan en esta zona se puede dilucidar que los más comunes son: la colada de cao, la chuchuca, las papas con bledo; y las bebidas a destacar son: el champús, la chicha de arroz y el zambo de dulce. Los ingredientes más destacados que se emplean en las preparaciones de comidas son el apio, la cebolla, el ajo y el comino. En lo que respecta a los utensillos que se emplean para elaborar las comidas y bebidas se utilizan con mucha frecuencia las vasijas de barro, las bigshas, los pondos y pilches.

En la actualidad, son los pueblos indígenas quienes han sabido preservar la forma de preparar los alimentos usando técnicas tradicionales o ancestrales, que sin duda ha dado un matiz diferente a los platos, así por ejemplo, si se analiza aún más todos los productos eran elaborados en cocina de leña y esta característica ahumada daba el toque especial o la inclusión de la pepa de zambo tostada en lugar del maní que en sí mejora el sabor legítimo de algunas preparaciones. De igual manera podemos referirnos a los cárnicos, como es el consumo del cuy, o de la cecina de carne cocida en sal en grano y ahumada en las mismas tulpas, una técnica ancestral de conservar y que da el inicio a la técnica moderna de ahumar la carne.

Sobre la base de una misma cultura, difundida por incas y españoles, cada región desarrolló tradiciones nuevas. El resultado es lo que tenemos hoy: pueblos con utensillos y las técnicas culinarias similares que se emplean para la elaboración de preparaciones diferentes.

4.7. Recetas

Tabla 19

Bebida: Chicha de jora.


Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Sra. Rita Almeida			
Elaborado por:		Jessica Rivera			
Tipo de preparación:		Bebida			
Tiempo de preparación:		3 días		No. de ficha:01	N° pax: 5
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Maíz	2 libras	Gramos	908	Cernido	
Panela	2 unidades	Gramos	350		
Agua	½	litro	250		
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Desgranar el maíz y dejarlo secar. • Cuando el maíz este seco proceder a moler y tamizar. • En un recipiente, con ½ litro de agua fría disolver la harina sin dejar grumos. • En una olla con agua a punto de ebullición colocar la harina de maíz disuelta en agua • Dejar hervir la preparación por 3 horas moviendo constantemente para evitar que se queme la base del recipiente • Finalizada la preparación pasar por un colador para que se queden las impurezas. • Colocar la preparación en un recipiente de barro llamado (pondo) para que se fermente por 3 días. • Cada día pasar un colador por la preparación para quitar las impurezas del día. • En el último día de fermentado colocar la panela diluida. 					
Observación: No añadir la panela desde primer día de la preparación porque se fermenta mucho y se forma una bebida alcohólica.					

Tabla 20**Postre: Machangapi.**


Fecha:		01/07/2015		
Fuente:		Margot Méndez		
Elaborado por:		Jéssica Rivera		
Tipo de preparación:		Postre		
Tiempo de preparación:		1 hora	No. de ficha:02	N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de maíz	1 libra	Gramos	454	Tamizada
Jugo de caña	2	Litros	2000	
Hoja de naranja	15 hojas	Gramos	25	Limpias
Limoncillo	15 hojas	Gramos	25	Limpias
Cedrón	10 hojas	Gramos	15	Limpias
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • En un recipiente mezcle el jugo de caña junto con la harina de maíz sin dejar grumos, hervir por 15 minutos realizando movimientos suaves. • Añadir las hojas de naranja, limoncillo y el cedrón bien limpias • Cocinar a fuego lento por 45 minutos. • Revolver constantemente hasta que tome consistencia. • Una vez listo retirar del fuego y servir. 				

Tabla 21**Entrada: Bledo con pepa de zambo y tostado.**


Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Lilian Benítez			
Elaborado por:		Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:		Entrada			
Tiempo de preparación:		45 minutos		No. de ficha:03	N° pax 5
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Hojas de bledo	2 racimos	Gramos	585		
Pepa de zambo	½ libra	Gramos	227	Tostado	
Manteca de chanco	2 cucharadas	Gramos	30		
Cebolla blanca	5 tallos	Gramos	180	Brunoise	
Maíz	1 libra	Gramos	454		
Papas	2 libras	Gramos	908		
Sal	½ cucharada	Gramos	7		
Agua	½ taza	Gramos	128		
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Cocinar el bledo en una olla de agua hirviendo y dejar estilar. • Tostar las pepas de zambo y realizar un sofrito con la cebolla y la manteca de chanco. • Licuar el sofrito con sal, reservar. • Tostar el maíz en una paila revolviendo constantemente con cebolla. 					
Procedimiento para la salsa de zambo					
<ul style="list-style-type: none"> • Tostar la pepa de zambo en el tiesto por 15 minutos. • Licuar la pepa de zambo con ½ taza de agua y añadir 3 gramos de sal. • Servir las papas con el bledo, tostado y la salsa de zambo. 					

Tabla 22

Entrada: Choclo con queso.

Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Lilian Benítez			
Elaborado por:		Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:		Entrada			
Tiempo de preparación:		60 minutos		No. de ficha:04	N° pax 5
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Choclo	5 unidades	Gramos	454		
Habas	1 libra	Gramos	454		
Queso	1 unidad	Gramos	200	Rodajas	
Cebolla paitaña	3 unidades	Gramos	140	Juliana	
Tomate	2 unidades	Gramos	80	Brunoise	
Limón	1 unidad	Gramos	25	Zumo	
Cilantro	5 ramas	Gramos	10	Limpias	
Sal	½ libra	Gramos	227		
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • En una olla con agua sumergir el choclo, las habas añadir 1 cuchara de sal y dejar cocer por 60 minutos. 					
Procedimiento para la preparación de la ensalada:					
<ul style="list-style-type: none"> • Con la ayuda de una tabla picar la cebolla, el tomate y el cilantro en Brunoise • En un recipiente mezclar la cebolla picada, el tomate, el cilantro y exprimir el limón, rectificamos con sal y mezclamos. • Cortar en pedazos largos el queso • Servir en un recipiente el choclo, las habas junto con la ensalada y el queso. 					

Tabla 23

Sopa: Quinua.


Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Alicia Garcés			
Elaborado por:		Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:		Sopa			
Tiempo de preparación:		60 minutos		No. de ficha:05	N° pax 8
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Quinua	1 libra	Gramos	454		
Carne de cerdo	1 libra	Gramos	454	Brunoise	
Papa	1/2 libra	Gramos	227	Brunoise	
Cebolla blanca	1 rama	Gramos	80	Brunoise	
Manteca de cerdo	1 cucharada	Gramos	30		
Ajo	1 diente	Gramos	5	Chiffonade	
Sal	1 cucharada	Gramos	15		
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar la quinua bien hasta que el agua este transparente. • Colocar dos litros de agua en un recipiente; poner la cebolla, el ajo y una cucharada de manteca de cerdo dejar hervir por 20 minutos. • Añadir la carne de cerdo y dejar hervir. • Cuando la quinua este suave agregar las papas y dejar que se cocine bien. • Rectificar con sal al final de la preparación y servir. 					

Tabla 24**Sopa: Caldo de gallina de campo.**


Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Luzmila Santellan			
Elaborado por:		Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:		Sopa			
Tiempo de preparación:		60 minutos		N° de ficha:06	N° pax 8
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Gallina de campo	1 unidad	Gramos	680		
Papas	1 libra	Gramos	454		
Cebolla blanca	1 rama	Gramos	80	Brunoise	
Apio	1 rama	Gramos	10		
Cilantro	1 rama	Gramos	70		
Ajo	2 dientes	Gramos	3	Chiffonade	
Comino	½ cucharada	Gramos	7		
Sal	1 cucharada	Gramos	15		
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Poner a cocinar la gallina de campo en agua con sal, cebolla blanca, ajo, comino, apio y cilantro por el lapso de 60 minutos. • Luego colocar las papas. • Verificar que estén todos los ingredientes completamente cocinados para poder servir. • Colocar la preparación en un plato de barro 1 presa de gallina, 2 papas junto con el picadillo de cebolla blanca y el cilantro. 					

Tabla 25

Sopa de colada de cuy.



Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Sisa Arellano			
Elaborado por:		Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:		Sopa			
Tiempo de preparación:		1 hora 20 minutos		No. de ficha:07	N° pax 8
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Cuy	1 unidad	Gramos	650		
Manteca de chanco	2 cucharadas	Gramos	30		
Ajo	2 dientes	Gramos	8	Chiffonade	
Sal	1 cucharada	Gramos	15		
Achiote	2 cucharadas	Gramos	30		
Comino	1 cucharada	Gramos	15		
Harina de maíz	½ libra	Gramos	227	Tamizada	
Cebolla blanca	2 tallos	Gramos	55	Brunoise	
Agua	2 ½ litros	gramos	2216		
Palo grande	2 unidades				
Procedimiento para realizar la colada					
<ul style="list-style-type: none"> • En un recipiente con ½ litro de agua fría disolver la harina de maíz sin dejar grumos. • En una olla colocar los 2 litros de agua, con el ajo, manteca de chanco y la cebolla blanca y dejar hervir por 30 minutos. • Incorporar la preparación de la harina diluida; realizamos suaves movimientos seguidos para evitar que se pegue en la base de la olla y se formen grumos. 					
Procedimiento para el cuy:					
<ul style="list-style-type: none"> • Prender la tulpa con hojas de eucalipto secas. • Colocar una olla de agua con 2 litros de agua y dejar hervir. • Incorporar ceniza en el agua hirviendo. • Proceder al faenamamiento del cuy. • Pelar el cuy retirando completamente toda la lana que tiene el animal. • Retirar las vísceras y lavar bien que no queden residuos de sangre. • Adobar con sal, ajo, manteca de chanco y el comino en polvo. • Colocar al cuy en un palo y atravesarlo para que sea fácil asarlo. • Introducir el cuy en la tulpa y moverlo constante mente para que su cocción sea uniforme. 					
Observación:					
Para que el cuy no se queme pintarlo con manteca de cerdo con la ayuda de una cebolla larga.					

Tabla 26

Principal: papas con cuy

Fecha:	01/07/2015				
Fuente:	Lucio Almeida				
Elaborado por:	Jéssica Rivera				
Tipo de preparación:	Principal				
Tiempo de preparación:	1 hora 35 minutos			No. de ficha:08	N° pax 8
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Cuy	1 unidad	Gramos	460	Lavado	
Pepa de zambo	½ libra	Gramos	254		
Papas	2 libras	Gramos	908	Chiffonade	
Maíz	1 libra	Gramos	454		
Sal	½ libra	Gramos	227		
Ajo	2 dientes	Gramos	12	Chiffonade	
Achiote	5 cucharadas	Gramos	75		
Cebolla larga	1 tallo	Gramos	18	Brunoise	
cilantro	1 rama	Gramos	5	Chiffonadde	
Agua	7 litros	Gramos	7000		

Procedimiento para la salsa de pepa:

- Picar la cebolla larga en brunoise, el cilantro y el ajo.
- Realizar un refrito con la cebolla, cilantro y el ajo.
- Tostar la pepa de zambo en un sartén.
- Proceder a licuar el refrito con las pepas de zambo tostadas con una taza de agua rectificar con sal.

Procedimiento para el cuy asado:

- Prender la tulpa con hojas de eucalipto secas.
- Colocar una olla de agua con 2 litros de agua y dejar hervir.
- Incorporar ceniza en el agua hirviendo.
- Proceder al faenamamiento del cuy.
- Pelar el cuy retirando completamente toda la lana que tiene el animal.
- Retirar las vísceras y lavar bien que no queden residuos de sangre.
- Adobar con sal, ajo, manteca de chanco y el comino en polvo.
- Preparar el horno de leña a una temperatura alta máximo 280° C
- Dejar asarlo por 60 minutos

Para la preparación del mote y las papas.

- En un recipiente con 3 litros de agua incorporar las papas y dejar cocer hasta que estén suaves.
- En una olla con 5 litros de agua poner el maíz a cocinar hasta que este suave.

Observación: Cocinar un día antes el maíz ya que requiere de un proceso largo para cocerlo

Tabla 27

Principal: Carne frita con habas y choclo.


Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Roberto Quiña			
Elaborado por:		Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:		Principal			
Tiempo de preparación:		2 horas		No. de ficha:09	N° pax 3
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Carne de res	1 libra	Gramos	454		
Habas	½ libra	Gramos	225		
Pepa de zambo	½ libra	Gramos	216		
Choclo	3 unidades	Gramos	125		
Queso	1/2 unidad	Gramos	220	Cubos	
Vainitas	1 unidad	Gramos	85	Blanqueado	
Tomate	3 unidades	Gramos	60	Escalfado	
Aceite	1 cucharadita	Gramos	4		
Limón	2 unidades	Gramos	24	Zumos	
Ají	1 unidad	Gramos	7	Brunoise	
Cebolla perla	2 unidades	Gramos	105	Brunoise	
Sal	½ libra	Gramos	227		
Comino	3 cucharadas	Gramos	45		
Procedimiento para la carne:					
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar bien la carne • Aliñar la carne con sal y comino. • Proceder a freír la carne a fuego lento. 					
Procedimiento para la preparación del choclo y las habas:					
<ul style="list-style-type: none"> • En una olla con 6 litros de agua colocar los choclos y las habas por 45 minutos dejar cocinar. 					
Para la ensalada:					
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar el tomate, la vainita, la cebolla. • Con la ayuda de una tabla o en una superficie lisa picar el tomate, la cebolla, la vainita. • Mezclar en un recipiente hondo poner una cucharadita de aceite, exprimir el limón y rectificar con sal. 					
Para la salsa:					
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar el ají y la pepa de zambo tostar en una paila. • En una licuadora colocar la pepa de zambo tostada, ají y ½ taza de agua, proceder a licuar. • Servir a su gusto. 					

Tabla 28

Plato principal: fritada


Fecha:		01/07/2015		
Fuente:		Anita Bastidas		
Elaborado por:		Jéssica Rivera		
Tipo de preparación:		Principal		
Tiempo de preparación:		2 horas		No. de ficha: 10 N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Carne de cerdo	3 libras	Gramos	1362	Cubos
Comino	½ libra	Gramos	50	
Ajo	10 dientes	Gramos	68	Chiffonade
Achiote	1/2 cuchara	Gramos	15	
Cebolla blanca	1 rama	Gramos	15	Batalla
Cebolla paiteña	5 unidades	Gramos	65	Batalla y brunoise
Sal	1 ½ libra	Gramos	681	
Papas	2 libras	Gramos	908	
Cilantro	1 rama	Gramos	12	
Tomate	3 unidades	Gramos	48	Brunoise
Limón	1 unidad	Gramos	12	Zumo
Choclo	10 unidades	Gramos	2420	
Agua	5 litros	Gramos	5000	
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar la carne bien. • Sazonar la carne de cerdo con sal, comino molido y ajo, dejar reposar por una hora. Colocar en un sartén la carne de cerdo que se deja reposar por 1 hora y ponerla a fuego lento. • Incorporar la cebolla blanca, cebolla paiteña, sal y achiote • Cubrir la carne con agua y dejar reducir por unos 20 minutos. • Cuando se empiece a dorar la carne remover constantemente con una cuchara de palo para evitar que se queme. 				
Preparación para las papas y el choclo:				
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar bien las papas y el choclo • En una olla con 5 litros de agua colocar las papas y el choclo, dejamos en ebullición hasta que estén completamente suaves. 				
Para la ensalada:				
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar bien el tomate, cebolla paiteña y el cilantro. • Picar la cebolla paiteña en juliana y proceder a lavarla, picar el cilantro. • Cortar los tomates en brunoise y, mezclar con la cebolla paiteña cortadas en juliana y el cilantro • Añadir el zumo de limón y rectificar con sal. • Servir en una fuente ovalada. 				

Tabla 29

Plato principal trucha a la plancha.

Fecha:	01/07/2015			
Fuente:	María Dolores			
Elaborado por:	Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:	Principal			
Tiempo de preparación:	1 hora y media		No. de ficha: 11	N° pax 3
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Misen place
Trucha	3 unidades	Gramos	650	Deshuesada
Papas	1 libra	Gramos	454	
Maíz	½ libra	Gramos	227	
Cebolla paiteña	3 unidades	Gramos	45	Juliana
Tomate riñón	3 unidades	Gramos	52	Lunas
Cebolla larga	1 unidad	Gramos	12	Chiffonade
Ajo	4 dientes	Gramos	21	Chiffonade
Sal	½ libra	Gramos	227	
Aceite	½ litro	Gramos	412	
Cilantro	1 rama	Gramos	15	Batalla
Limón	2 unidades	Gramos	1115	
Comino	½ libra	Gramos	220	
Procedimiento para la trucha:				
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar bien y retirar las vísceras. • Sazonar las truchas con sal, ajo, comino, limón y dejar reposar por 20 minutos. • Calentar la paila con aceite, luego proceder a freír las truchas a fuego medio. 				
Para la ensalada:				
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar bien las cebollas, los tomates y el cilantro. • Cortar las cebollas finamente en juliana y luego lavamos. • Picar el cilantro finamente. • Picar los tomates en corte brunoise y mezclar con las cebollas. • Mezclar en un recipiente la cebolla, el cilantro, el tomate y exprimir el limón añadir una cuchara de aceite, rectificar con sal y mezclamos 				
Para las papas:				
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar completamente las papas con cascara. • En una olla con 2 litros de agua colocar las papas con cascara; con una cucharada de sal y dejar cocer por 25 minutos. 				
Preparación para el tostado:				
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar el maíz • Colocar en una paila el maíz lavado y remover constantemente con una cuchara de palo para que se cocine uniformemente. • Añadir la cebolla larga, los ajos y seguir moviendo hasta q el maíz reviente. • Proceder a montar el plato con todos los ingredientes listos. 				

Tabla 30**Postre: Champús.**


Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Eugenia Puento			
Elaborado por:		Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:		Postre			
Tiempo de preparación:		2 horas		No.de ficha:12	N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Misen place	
Maíz	2 libras	Gramos	908		
Panela	1 unidad	Gramos	250	Miel	
Cedrón	1 racimo	Gramos	260	Infusión	
Limoncillo	1 racimo	Gramos	260	Infusión	
Clavo de olor	5 unidades	Gramos	12		
Naranja	30 unidades	Gramos	420	Zumos	
Canela	1 racimo	Gramos	35		
Hojas de naranja	10 unidades	Gramos	32	Infusión	
Hojas de menta	3 unidades	Gramos	7		
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Cocinar el maíz en agua a fuego medio por el lapso de 2 horas aproximadamente. • Cuando ya esté el maíz tierno sacar una taza y licuar junto con las naranjillas. • Luego proceder a poner la mezcla licuada en la misma olla que se está cocinando el maíz y mover constantemente para que se disuelva bien. • Incorporar las especias cedrón, limoncillo, canela, las hojas de naranja y el clavo de olor a la preparación anterior. • Incorporar la panela y dejar que se diluya. • Retirar del fuego. • Servir. 					
Observación: Las hojas de menta son para la decoración.					

Tabla 31**Postre: Dulce de zambo.**


Fecha:		01/07/2015		
Fuente:		Mirtha Cruz		
Elaborado por:		Jéssica Rivera		
Tipo de preparación:		Postre		
Tiempo de preparación:		1 hora 30 minutos		No de N° pax 10 ficha:13
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	
Zambo tierno	1 unidad	Gramos	2500	Brunoise
Panela	1 unidad	Gramos	350	Miel
Leche	1 litro	Gramos	500	
Hoja de cedrón	1 racimo	Gramos	260	Infusión
Hoja de naranja	1 racimo	Gramos	48	Infusión
Canela	9 ramita	Gramos	48	
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • Cortar el zambo y extraer las semillas. • Cortar en brunoise el zambo sin semillas y lavar. • En una olla con 2 litros de agua colocamos el zambo cortado en brunoise junto con el agua y 7 ramitas de canela. • Dejar que el zambo hierva por una hora, hasta que esté completamente suave. • Mover constantemente para que no se pegue en la base del recipiente. • Colocar la leche cuando el zambo este completamente suave junto con las hojas de cedrón y las hojas de naranja, dejar que tome una textura cremosa. • Incorporar el bloque de panela y dejar hervir por 20 minutos más. • Por último dejar enfriar y se puede degustar con tortillas. 				
Observación: La canela se puede utilizar también como decoración.				

Tabla 32

Postre: Colada morada.


Fecha:		01/07/2015		
Fuente:		Leovigildo Yáñez		
Elaborado por:		Jéssica Rivera		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		2 horas		No. de ficha: 14 N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Limoncillo	1 racimo	Gramos	28	Infusión
Hoja de naranja	1 racimo	Gramos	7	Infusión
Cedrón	1 racimo	Gramos	3	Infusión
Piña	1 unidad	Gramos	256	Brunoise
Babaco	1 unidad	Gramos	310	Brunoise
Pasas	3 sobres	Gramos	45	Brunoise
Frutilla	2 libras	Gramos	902	Brunoise
Canela	3 sobre	Gramos	21	
Clavo de olor	3 sobres	Gramos	21	
Ishpingo	25 unidades	Gramos	68	Flores
Panela	3 unidades	Gramos	285	Miel
Naranjillas	5 unidades	Gramos	75	
Mortiño	1 ½ libras	Gramos	956	
Moras	1 libra	Gramos	454	
Harina de maíz morado	1 libra	Gramos	454	Tamizada
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • Primero se debe tamizar bien la harina de maíz morado; mínimo unas tres veces usando un cedazo fino. • Luego proceder a remojar la harina de maíz morado en ½ litro de agua tibia evitando que se formen grumos. • Cocinar en dos litros de agua los mortiños, moras y las naranjillas, licuar y pasar por un colador • Aparte cocinar en dos litros de agua la panela o el azúcar, las especias y hierbas aromáticas, pasar por un colador y juntar con la mezcla anterior, poner al fuego y agregar la harina de maíz disuelta, dejar cocer por unos minutos hasta espesar removiendo constantemente. • Picar la piña, el babaco, las pasas y las frutillas y cocinar con el azúcar hasta formar un almíbar, agregar al final a la colada. • Luego mover constantemente la mezcla con una cuchara de palo para evitar que se pegue en la base y se formen grumos de tal manera que quede una colada muy consistente. • Dejar enfriar por unos 15 minutos y procedemos a servir con las guaguas de pan. 				

Tabla 33

Pan: Putzucutanda.


Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Daniel Caranquí			
Elaborado por:		Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:		Postre			
Tiempo de preparación:		1 hora y media		No de ficha:15	N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Harina de maíz crudo	2 libras	Gramos	454	Tamizada	
Panela	2 unidades	Gramos	300	Miel	
Bicarbonato	1 sobre	Gramos	7		
Hojas de vicundo	15 hojas	Gramos	15	Infusión	
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • En agua hirviendo mezcle la harina de maíz y dejar madurar por tres días • Derretir la panela hasta formar una miel y adicionar a la mezcla anterior. • Adicionar el bicarbonato y revuelva bien. • Coloque una cucharada y media en cada hoja de vicundo y haga el envuelto necesario. • Lleve a cocinar al vapor por una hora. • Retire y sirva. 					

Tabla 34**Pan: Rosca tanda.**


Fecha:		01/07/2015		
Fuente:		Luzmila Maguiña		
Elaborado por:		Jéssica Rivera		
Tipo de preparación:		Pan		
Tiempo de preparación:		45 minutos		No. de ficha: 16
				N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de trigo	1 libra	Gramos	454	Tamizada
Levadura	½ cucharada	Gramos	7	Diluida
Sal	½ cucharada	Gramos	8	
Azúcar	2 cucharadas	Gramos	30	
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • En una taza de agua tibia diluir la levadura, sal y azúcar • Mezcle con la harina de trigo / previamente cernida • Amasar todos los ingredientes • Dejar leudar por una hora • Dar forma de rosca y colocar en el horno por 40 minutos / el horno precalentado 				

Tabla 35

Pan: Tortillas de tiesto.


Fecha:		01/07/2015			
Fuente:		Luzmila Maguiña			
Elaborado por:		Jéssica Rivera			
Tipo de preparación:		Pan			
Tiempo de preparación:		45 minutos		No. de ficha: 17	N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
Harina de maíz	2 libras	Gramos	908	Tamizada	
Huevos	4 unidades	Gramos	240		
Manteca de chanco	2 cucharadas	Gramos	20	Diluida	
Levadura	1 cucharada	Gramos	20	Diluida	
Sal	½ cucharada	Gramos	7		
Procedimiento para la levadura:					
<ul style="list-style-type: none"> • Poner en una taza un poco de agua tibia con levadura y una pizca de sal, dejar reposar. 					
Para la masa:					
<ul style="list-style-type: none"> • Tamizar la harina en un colador y realizar un agujero en el centro formando un volcán. • Colocar dentro del volcán el agua, el huevo, la manteca de chanco y la sal suavemente para que no se dañe el volcán formado • Mezclar todos los ingredientes junto con la levadura diluida de poco en poco seguidamente procedemos amasar. • Dejar reposar por unos 20 minutos. • Finalmente formar las tortillas para asar en el tiesto. • Servir con agüitas aromáticas. 					

Tabla 36

Sopa: Chuchuca

Fecha:		01/07/2015		
Fuente:				
Elaborado por:		Jéssica Rivera		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		45 minutos		No. de ficha: 18
				N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Chuchuca	1 libras	Gramos	454	Tamizada
Papas	8 unidades	Gramos	480	Cortadas y peladas
Cebolla blanca	2 cucharadas	Gramos	10	Brunoise
Cebolla paiteña	1 cucharada	Gramos	10	Brunoise
Col	4 hojas	Gramos	50	Chifonada
Zanahoria	2 unidades	Gramos	100	Brunoise
Costilla de cerdo	1 libra	Gramos	454	Trozos
Manteca de cerdo	3 cucharadas	Gramos	20	
Leche	1 taza	Gramos	100	
Achiote	1 litro	Gramos	20	
Cilantro	1 rama	Gramos	10	Brunoise
Ajo	5 pepas	Gramos	10	Brunoise
Salpimentia				
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • En un olla realizamos un refrito con cebolla, ajo picado, manteca de chanco (dejamos sofreír por 5 minutos). • Luego añadimos la zanahoria, la carne y la chuchuca. • Agregamos el agua con la rama de cilantro para aromatizar nuestra preparación. • Por último añadimos la leche y dejamos hervir hasta q las papas estén suaves. • Salpimentamos y servimos 				

Tabla 37**Bebida: Chicha de arroz**



Fecha:		01/07/2015		
Fuente:				
Elaborado por:		Jéssica Rivera		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		45 minutos		No. de ficha:19
				N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Arroz	1 libra	Gramos	454	cocido
Naranja	1 libra	Gramos	454	licuado
Pimienta dulce	6 granos	Gramos	10	
Panela	1 libra	Gramos	300	
Clavo de olor	6 granos	Gramos	10	
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • Lavar el arroz y cocinarlo con la pimienta dulce, el clavo de olor, el azúcar hasta que el arroz este suave. • Lavar y licuar las naranjillas y añadir en el recipiente con el arroz. • Luego de que de un hervor vertimos todo en una vasija de barro para dejar reposar durante 1 0 2 días. • Sacar del recipiente de barro y licuar toda la preparación. • Servir bien fría. 				

Tabla 38**Sopa: Colada de cao**

Fecha:		01/07/2015		
Fuente:				
Elaborado por:		Jéssica Rivera		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		45 minutos		No. de ficha: 18
				N° pax 10
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Maíz semi duro (cao)	1 libra	Gramos	454	Molido y cernido
Achote	5 cucharadas	Gramos	20	
Ajo	5 pepas	Gramos	10	Brunoise
Papa	8 unidades	Gramos	454	Troceados
salpimienta	c/n	Gramos		
Costilla de cerdo	1 libra	Gramos	454	Cortados
Cebolla blanca	2 ramas	Gramos	100	Brunoise
comino	1 cucharada	Gramos	7	
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • Cocinar el maíz cao para luego ser molido y cernido, obteniendo una harina de maíz cao. • En un olla hacer un refrito con el achote, comino, el ajo, la cebolla y sofreír. • Luego añadimos la carne y dejamos que la carne se selle, para luego incorporar las papas y el agua. • Cuando el agua empiece a hervir colocamos el harina de maíz cao previamente diluida en agua fría. • Dejar hervir moviendo constantemente la preparación sin que se pegue en la base. • Rectificar con salpimienta. 				

CAPÍTULO V

5. PROPUESTA

5.1. Introducción

El objetivo de la realización de este proyecto es buscar, indagar y difundir; el gran desarrollo turístico, gastronómico, sus culturas ancestrales y los productos que posee la gran entidad e historia que tienen y la capacidad para cosechar una gran variedad de productos en cada comunidad, porque el suelo que poseen estas tierras es arcilloso, lo cual es apto para la agricultura de este lugar. Además, es importante también destacar que el complejo turístico de la parroquia San Blas posee un clima privilegiado, su temperatura varía de los 18° centígrados a 0° centígrados.

San Blas cuenta con hermosos lugares turísticos que hasta el día de hoy no han sido completamente aprovechados adecuadamente; por eso es la propuesta de realizar marketing y dar a conocer la variedad de productos ancestrales y su comida ancestral ya que son realizadas de los productos que posee esta gran comunidad, el turismo y la gastronomía de la comunidad de Irunguicho se convertirá en una de las actividades más rentables de esta parroquia ya que la comunidad realiza también el turismo comunitario este lugar es visitado por turistas nacionales y extranjeros.

San Blas puede ofrecer varias alternativas para propios y extraños enmarcados en lo natural, arquitectónico, gastronómico y cultural, posee varios lugares que se puede visitar como son el complejo Timbu yacú ya que es un lugar que posee cascadas, flora y fauna.

La propuesta en sí consiste en idear una ruta turística del complejo Timbu yacú, generar

actitudes positivas hacia el medio y fomentar el interés por dicho lugar. Este trabajo se ha llevado a cabo partiendo de los resultados obtenidos en el estudio de diagnóstico.

Haciendo referencia a la organización de esta guía es importante recalcar que la misma inicia con la descripción fotográfica de los lugares turísticos, de los platos típicos, de la flora, y fauna que posee el complejo Timbu yacú comunidad de Irugincho.

El diseño de la propuesta está realizada a toda la parroquia; se invita a reflexionar sobre el valor turístico, gastronómico y socio-cultural que posee de manera general con el fin de que sea la base para fomentar el turismo hacia dicha zona.

5.2. Ruta Turística

NOMBRE DE LA RUTA: Ruta Gastronómica “San Blas”		
DATOS INFORMATIVOS:		
LONGITUD: 78°12'21"	UBICACIÓN: San Blas- Parroquias Rurales	TIEMPO: 1 hora 30 minutos
MAPA:		
CARACTERÍSTICAS:		
<p>07:00 Hospedaje en la Hostería Timbuyacu 07:40 Punto de encuentro en el parque central de San Blas 07:50 Recorrido en la Iglesia de San Blas El Calvario 08:10 Visita Cementerio las orquídeas 08:40 Desayuno en el complejo turístico Timbuyacu 09:00 Visita al complejo Turístico Timbuyacu 09:40 Observación y caminata por el complejo turístico Timbuyacu 10:30 llegada a la cascada Guagala 11:40 llegada a la cascada Conrayaro</p>		
Atractivos gastronómicos:		
<p>Restaurante Timbuyacu Este sitio ofrece ofrecen a sus visitantes una gran variedad de platos típicos de la zona, su especialidad es la trucha a la plancha y como bebida esta la chicha de jora es tradicional que se la prepara en las fiestas de San Juan en el mes de junio-julio, celebración que se realiza en honor a la cosecha.</p>		
Atractivos turísticos:		
<p>Los atractivos turísticos que ofrece esta parroquia a los turistas en general son: La Iglesia El Calvario, La Iglesia Eusebio Vargas Jesucristo, El Cementerio Las Orquídeas, El Complejo Turístico Timbuyacu, El río Warmiyacu, La cascada Conrayaro, La cascada Guagala</p>		
Paradas estratégicas:		
<p>Terminada la jornada de visita por el complejo turístico Timbuyacu se puede hacer una visita al mirador Pan de Azúcar, que es un sitio Ancestral donde los antiguos indígenas vigilaban las comunidades de posibles invasores.</p>		

5.3. Componentes Turísticos

Iglesia Altar Mayor de La Parroquia San Blas



Características:

Ubicado en la parroquia San Blas es la iglesia parroquial, un edificio católico construido en los años 50 donde los cristianos celebran todas sus ceremonias religiosas de la parroquia, es un lugar arquitectónico en donde se puede apreciar una hermosa estructura de la gruta de la virgen de Guadalupe, imágenes de Jesús resucitado, Jesús del gran poder., San Blas patrono de la parroquia que según sus pobladores brinda muchos milagros, además su población en gran parte son de fe católica. Este atractivo turístico será potencializado mediante un recorrido, explicando su historia y los días que se celebran sus tradiciones cristianas mediante un guía,

para dar a conocer estas hermosas costumbres.

Iglesia Eusebio Vargas Jesucristo



Características:

Ubicado en la parroquia San Alfonso de Iruguincho, es la comunidad más antigua de la parroquia., iglesia donde se celebra muchas de sus manifestaciones culturales como la pasión y muerte de nuestro señor Jesucristo ya que son muy devotos en sus creencias, estas festividades solo se celebran en esta parroquia, además los pobladores de la comunidades en el

mes de julio dan tributos como agradecimiento a la buena cosecha bendiciendo los alimentos en la iglesia, esta iglesia posee imágenes de nuestro señor Jesucristo así como ángeles rodeados de querubines.

Cementerio Las Orquídeas



Características:

Los mejores momentos en los que se puede visitar el campo santo son en sus manifestaciones culturales y religiosas como en la fecha de celebración de los difuntos donde se realiza el guaccharay entre todos los habitantes de la zona donde brindan alimentos el pan

de casa, las tortillas de maíz, las papas con bledo, las carnes coloradas el maíz de dulce entre otros y las frutas como son las reina claudias, las naranjas y los plátanos preparan para los difuntos y se sirven los alimentos frente a cada tumba y se reza para su descanso eterno, es un tipo de reciprocidad entre comuneros.

Termas Timbuyacu



Características:

Ubicado en la parroquia Iruguincho, estas piscinas de aguas termales rodeado de bellos paisajes que atribuye a la curación de varias enfermedades como: el estrés, la fatiga, agotamiento físico, además activa la circulación sanguínea y alivia los reumas, sus aguas nacen

ardiendo de las entrañas mismas de la tierra un regalo de la naturaleza. Dispone de una cancha de vóley y futbol dispone de espacios verdes área de camping posee una extensa área donde cada comunero siembra los productos para la venta de bar para cada fin de semana posee de servicio de hospedaje con una valor de 25\$.

Rio Huarmiyaku



Características:

A 20 minutos del balneario Timbuyacu, en este lugar podemos observar una gran variedad de flora y fauna, además podemos recorrer por sus sendero en caballo y disfruta su ruta al máximo. Antiguamente las personas que habitan en este sitio que es la comunidad de Irungincho lavaban sus prendas de vestir y se bañaban actualmente este lugar es un atractivo

muy cuidado por los mismos comuneros ya que es un atractivo muy hermoso por sus montañas y gran variedad de plantas que poseen. Este lugar es muy visitado por extranjeros y habitantes de la parroquia ya que sus aguas son muy cristalinas

Cascada Guagala



Características:

Un atractivo turístico donde podemos admirar la caída de agua pura de las montañas, es su recorrido podemos observar ciertas especies de aves, además de su gran flora y fauna.

Este salto de agua se forma en un encañonado del río Huarmiyaku, cerca de la cascada de Conrayaro, esta caída de agua tiene una altura aproximada de 5m es u atractivo donde podemos respirar de aire puro y amas que nos brinda una relajación muy intensa esta naturales posee de hermoso animales silvestres.

Cascada Conrayaro



Características:

Un atractivo turístico natural situado a 1 hora y media de las termas Timbuyacu, esta cascada tiene una caída de 20 metros de alto, es un lugar de esparcimiento y contacto con la

naturaleza ya que este salto de agua se encuentra en medio de un bosque. Se encuentra a 1.8 km del balneario de Timbuyacu siguiendo un sendero por el bosque andino. Esta cascada es una caída de aproximadamente de 25m de altura del río Huarmiyaku y está a una altura de 2948 msnm. Es un importante sitio de distracción para los turistas que llegan desde el balneario Timbuyacu, además es una de las cascadas principales de todo el cantón.

Mirador Pan De Azúcar



Características:

Mirador natural que se encuentra en la parte alta del territorio de la Parroquia San Blas, cuyo ingreso se lo realiza desde los predios del Balneario Timbuyacu, abarca amplias zonas en la cima de las montañas aledañas. a una altura de 3200msnm, con una precipitación anual de 1000 mm3. Se puede acceder a este mirador siguiendo el sendero hacia los terrenos de los

huasipugueros del sector Rodeopamba, dentro de los páramos comunales denominados Pastoreo. Es importante señalar este mirador por que en los días despejados se puede observar a los nevados como el Antisana y el Cotopaxi. Además de puntos importantes de la provincia como son: la Laguna de San Pablo, Otavalo, Cotacachi, Atuntaqui, Ibarra, la Laguna de Yahuarcocha, Urcuquí parte del Valle del Chota y parte del sur de la provincia del Carchi. El uso actual del suelo de este sitio es zona de pastoreo y esta dentro de la zona de amortiguamiento de la Reserva Ecológica Cotacachi-Cayapas. GAD MUNICIPAL Parroquia San Blas (2014).

5.4. Impactos

Para el desarrollo del presente capítulo se ha decidido realizar un análisis de impactos prospectivo, es decir reflexionar los aspectos de la ingeniería del proyecto que genere en ciertos ámbitos o áreas

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

Se plantea parámetros cuantitativos de 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 sumatoria 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 debe incluir el análisis y argumentación de las razones y las circunstancias por la que asignó el valor correspondiente a cada indicador.

De ésta manera se presenta las matrices para el análisis de impactos del macro proyecto denominado “Gastronomía de la Provincia de Imbabura como Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador de la Parroquia San Blas de Urcuquí”

5.4.1. Impacto Turístico.

Tabla 39

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						6	3	
$\Sigma = 9$								9
Nivel de Impacto Socio-Cultural = $\frac{\Sigma}{\text{Número De Indicadores}}$								
Nivel de Impacto Socio-Cultural = $\frac{9}{4}$								
Nivel de Impacto Socio- Cultural = 2.25 impacto medio positivo								

Análisis

Afluencia del Turismo Nacional y Receptivo: Es un impacto medio positivo ya que habrá una amplia infraestructura turística y eso motivara al turista a la visita de estos atractivos naturales.

Diversificación de destinos turísticos: Es un impacto medio positivo ya que este proyecto pretende proponer nuevas alternativas de turismo, básicamente relacionado al turismo gastronómico. La diversificación de destinos turísticos alineados a las políticas estatales permitirán que ésta actividad sea un eje primordial en la economía del país.

Incremento de la actividad turística: Tiene un impacto medio positivo ya que al impulsar más el circuito turístico- gastronómico habrá mayor ingreso económico a la parroquia, además existe buenas vías de acceso y señalización para que al turista le sea fácil llegar.

Difusión y promoción del sector: Es un impacto medio positivo ya que se dará a conocer los atractivos existentes en la parroquia y así el desarrollo turístico del sector sigue en auge.

Indicador	Análisis
<ul style="list-style-type: none"> - Afluencia de turismo nacional y receptivo 	<p>Es un impacto medio positivo ya que posee una amplia infraestructura turística y eso motiva al turista a la visita de estos atractivos naturales.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Diversificación de destinos turísticos 	<p>Es un impacto medio positivo ya que este proyecto pretende proponer nuevas alternativas de turismo, básicamente relacionado al turismo gastronómico. La diversificación de destinos turísticos alineados a las políticas estatales permitirán que ésta actividad sea un eje primordial en la economía del país.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Propuestas complementarias e innovadoras 	<p>Tiene un impacto medio positivo ya que al impulsar más el circuito turístico-gastronómico habrá mayor ingreso económico a la parroquia, además existe buenas vías de acceso y señalización para que al turista le sea fácil llegar.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Difusión y promoción del sector 	<p>Es un impacto medio positivo ya que se da a conocer los atractivos existentes en la parroquia y así el desarrollo turístico del sector sigue en auge.</p>

5.4.2. Impacto Socio-Cultural

Tabla 40

Impacto Socio-Cultural

INDICADOR	NIVELES DE IMPACTO						
	-3	-2	-1	0	1	2	3
- Identidad cultural.						x	
- Costumbres						x	
- Familia							x
- Nutrición						x	
- Participación comunitaria							x
TOTAL		-2				6	6
$\Sigma = 10$							
Nivel de Impacto Socio-Cultural = $\frac{\Sigma}{\text{Número De Indicadores}}$							
Nivel de Impacto Socio-Cultural = $\frac{10}{5}$							
Nivel de Impacto Socio- Cultural = 2 impacto medio positivo							

Análisis

Identidad cultural: Es un impacto medio positivo ya que se fomentara la vestimenta tradicional y su ritualidad ancestral.

Costumbres: Impacto medio positivo ya que las costumbres y tradiciones se difunden mediante la práctica de preparación de la comida típica, las celebraciones religiosas, sociales y culturales.

Familia: Es un impacto alto positivo ya que se considera que la alimentación y la familia deben estar relacionados directamente en el desarrollo y convivencia de sus miembros.

Nutrición: Es un impacto medio positivo ya que el proyecto quiere es demostrar que la nutrición tiene que ver con la calidad de vida de los habitantes.

Participación comunitaria: El indicador es un impacto alto positivo porque la presencia y la participación de la comunidad ayudarán a mejorar las relaciones con el turista residentes nacionales y extranjeros.

Indicador	Análisis
- Identidad cultural.	Es un impacto medio positivo ya que se fomentara la vestimenta tradicional y su ritualidad ancestral.
- Costumbres	Impacto medio positivo ya que las costumbres y tradiciones se difunden mediante la práctica de preparación de la comida típica, las celebraciones religiosas, sociales y culturales.
- Familia	Es un impacto alto positivo ya que se considera que la alimentación y la familia deben estar relacionados directamente en el desarrollo y convivencia de sus miembros.
- Nutrición	Es un impacto medio positivo ya que el proyecto quiere es demostrar que la nutrición tiene que ver con la calidad de vida de los habitantes
- Participación comunitaria	El indicador es un impacto alto positivo porque la presencia y la participación de la comunidad ayudarán a mejorar las relaciones con el turista residentes nacionales y extranjeros

5.4.3. Impacto Económico

Tabla 41

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 = $\frac{\Sigma}{\text{Número De Indicadores}}$							
Nivel de Impacto Socio-Cultural = $\frac{7}{3}$							
Nivel de Impacto Socio- Cultural = 2.333 impacto medio positivo							

Análisis

Generación de microempresas: Es un impacto medio positivo porque con la finalización de este proyecto habrá nuevos ingresos económicos, además se generara nuevas fuentes de

trabajo tanto en la elaboración y venta de platos típicos y tradicionales.

Reactivación de la producción agrícola: Es un impacto medio positivo ya que se promoverá la producción agrícola tanto en productos ancestrales y también los alimentos introducidos y así mejorar la economía en los agricultores de la zona.

Mayores ingresos para empresarios del sector: Es un impacto alto positivo ya que este proyecto pretende mejorar tanto la oferta turística gastronómica, así como mejorar los ingresos para los empresarios del sector.

Indicador	Análisis
- Generación de micro empresa	Es un impacto medio positivo porque con la finalización de este proyecto habrá nuevos ingresos económicos, además se generara nuevas fuentes de trabajo tanto en la elaboración y venta de platos típicos y tradicionales.
- Reactivación de la producción agrícola	Es un impacto medio positivo ya que se promueve la producción agrícola tanto en productos ancestrales y también los alimentos introducidos y así mejorar la economía en los agricultores de la zona.
- Mayores ingresos para empresarios del sector	Es un impacto alto positivo ya que el proyecto pretende mejorar tanto la oferta turística gastronómica, así como mejorar los ingresos para los empresarios del sector.

5.4.4. Impacto Educativo

Tabla 42

Impacto Educativo

INDICADOR	NIVELES DE IMPACTO							9	9
	-3	-2	-1	0	1	2	3		
- Mayores conocimientos									x
- Investigación									x
- Capacitación									x
-									
TOTAL									
$\Sigma = 9$									
Nivel de Impacto Socio-Cultural = $\frac{\Sigma}{\text{Número De Indicadores}}$									
Nivel de Impacto Socio-Cultural = $\frac{9}{3}$									
Nivel de Impacto Socio- Cultural = 3 impacto alto positivo									

Análisis

Mayores conocimientos: Es un impacto alto positivo ya que existe una recopilación adecuada de los datos, además existirá un intercambio de información y eso ayudara a recolectar mayor variedad de recetas gastronómicas ancestrales y típicas en la parroquia San Blas.

Investigación: Es un impacto medio positivo ya que fue una investigación apropiada para recolección de información y se demostrara que existen muchos conocimientos que se transmiten de generación en generación.

Capacitación: Es un impacto alto positivo porque la junta parroquial brindara capacitaciones sobre la difusión de los productos ancestrales y su gastronomía dentro de las diferentes comunidades.

Indicador	Análisis
- Mayores conocimientos	Es un impacto alto positivo ya que existe una recopilación adecuada de los datos, además existe un intercambio de información y eso ayudo a recolectar mayor variedad de recetas gastronómicas ancestrales y típicas en la parroquia San Blas
- Investigación	Es un impacto medio positivo ya que fue una investigación apropiada para recolección de información y se demostró que existen muchos conocimientos que se transmiten de generación en generación.
- Capacitación	Es un impacto alto positivo porque la junta parroquial brinda capacitaciones sobre la difusión de los productos ancestrales y su gastronomía dentro de las diferentes comunidades

5.5. Informe de los impactos

En conclusión los impactos generados en este proyecto son factibles en la Parroquia San Blas del Cantón Urcuquí, ya que el indicador nos proyecta un impacto medio positivo (2) y alto positivo (3), esto mejorara la economía de la parroquia y evitara que las costumbres, tradiciones locales se pierdan brindando capacitaciones sobre la difusión de los productos ancestrales y su gastronomía, además se propondrán nuevas alternativas de turismo, básicamente relacionado al turismo gastronómico.

De acuerdo a los métodos y técnicas utilizados en esta investigación nos permitió realizar la recopilación de información para la realización y diseño de la ruta turística gastronómica y además conocemos todos los impactos que produce con el levantamiento del

atractivo turístico y el contexto socio cultural, económico, educativo y turístico a producirse, el impacto general q produce este proyecto es un impacto factible y viable para las parroquias.

(Cruz, 2005)

CONCLUSIONES

- En base a los resultados obtenidos sobre el diagnóstico sociocultural que se realizó en la investigación, se concluyó que las comunidades de la parroquia San Blas están perdiendo las culturas y tradiciones que poseen. Así por ejemplo, en lo que respecta al conocimiento sobre los platos típicos de la misma se infiere que muchos de los habitantes pertenecientes a la parroquia San Blas han dejado de lado la importancia y trascendencia sobre los beneficios de los platos ancestrales de la Parroquia. Entonces, la falta de conocimiento de los productos de la misma ha ocasionado que se pierda casi definitivamente los saberes ancestrales sobre los platos típicos de la parroquia en sí.
- El diseño de la ruta Gastronómica de la parroquia San Blas impulsa el desarrollo, difusión y promoción del sector turístico de la misma. El recorrido de la ruta turística permite admirar los hermosos paisajes, rememorar los sitios turísticos y montañas y disfrutar de actividades siguiendo un itinerario predeterminado. Consecuentemente, los diferentes atractivos turísticos y la oferta gastronómica son una gran combinación para fortalecer la ruta turística.
- Los impactos que el proyecto generó en el área sociocultural permitieron establecer relaciones con diversas culturas. Los impactos sociales provocaron cambios en la vida de la gente que reside en los destinos turísticos de tal manera que puedan asociarse al contacto directo entre residentes y turistas. En el área cultural el conocimiento sobre las culturas y tradiciones de la parroquia San Blas repercute en la revalorización y el reconocimiento de los atractivos turísticos y la gastronomía ancestral. Entonces, el presente proyecto contribuirá a la preservación del patrimonio intangible de la parroquia San Blas y beneficiará a la comunidad de la misma y al sector turístico en general.

RECOMENDACIONES

- Es necesario fomentar capacitaciones sobre la importancia que posee esta parroquia en lo que respecta a la cultura, tradiciones y su gastronomía, la cual posee una gran variedad de platos típicos ya que son realizados con los productos que se cosechan en esta zona de tal manera se daría a conocer la gran importancia que tiene San Blas.
- Es muy importante la preservación y cuidado de los sitios turísticos naturales que posee esta parroquia ya que son sitios muy atractivos para la población que posee de gran variedad de flora y fauna, es decir se recomienda realizar marketing y entregar revistas donde se brinde conocimientos sobre la ruta turística; con la junta parroquial que tiene San Blas.
- Las autoridades pertinentes deben promover y promocionar las culturas y tradiciones que posee la misma la cual ayudara y beneficiara a la comunidad en el conocimiento e importancia que tiene estos lugares ya que tienen una gran diversidad de culturas a conocer y de sitios que les puede llevar a un cambio social y económico.

BIBLIOGRAFÍA

(s.f.). En J. Garufi, *VALORIZACION DEL PATRIMONIO CULINARIO REGIONAL EN EL TURISMO RURAL*.

ALMEIDA MALDONADO, P. A. (2011). TEMA: ESTUDIO DE LA GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA, ANÁLISIS E INFLUENCIA DE LA MISMA EN EL DESARROLLO DE LA ZONA. QUITO.

Almeida, P. (2011). En *Estudio de la Gastronomía de la Provincia de Imbabura, analisis e Influencia en el desarrollo de la Zona*. Quito.

Almeida, P. (2011). *Estudio de la Gastronomía de la Provincia De Imbabura, Análisis E Influencia de la Misma en el Desarrollo de la Zona*. QUITO.

ALMEIDA, P. (2011). ESTUDIO DE LA GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA, ANÁLISIS E INFLUENCIA DE LA MISMA EN EL DESARROLLO DE LA ZONA. En P. A. ALMEIDA. MALDONADO, *Gastronomía de la provincia de Imbabura*. QUITO.

AÚDERO, G. (2010). *Gastronomía*. Santa Fe, Argentina: Universidad Nacional del Litoral.

Ávila, P. (2013). En *identificación y analisis de los ositis potenciales que inciden en el diseño de a ruta artesanal gastronomica en el centro historico distrito metropolitano de Quito*. Quito.

Barcelo, Q. (2010). "Turismo y Patrimonio Alimentario: Un Analisis de Conceptos".

Barrera, J. P. (2010). *Cocinas regionales andinas*. Quito Ecuador: Corporación Editora Nacional.

BARRERA, J. P. (2010). *Cocinas Regionales Andinas*. Quito, Ecuador: Corporación Nacional.

Bembibre, C. (2006). “La gastronomía es la conjunción de aspectos culinarios con aspectos culturales que hacen a cada sociedad o comunidad”.

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”.

Coltam, M. (1989). *Introducción a los Viajes y el Turismo y el Enfoque Internacional*.

Constitución de la Republica del Ecuador. (2008). *Constitución*. Quito-Ecuador.

Constitución de la República del Ecuador. (2008). *Constitución*. Quito- Ecuador.

Constitución de la República del Ecuador. (2008). *Constitución*. Quito- Ecuador.

Costitución de la República del Ecuador. (2008). *Constitucion*. Quito-Ecuador.

CRUZ, F., & Cruz, C. ((2005)). *San Blas, Historia, Trabajo y Unión*. Urcuquí: Proaño.

CRUZ, M., & Cesar. (2005). *SAN BLAS, Historia, Unión, Trabajo*. Ibarra: Gráficas Proaño.

FAUSTO, F., & Cruz, C. A. (2005). *San Blas Historia, Unión y Trabajo*. San Miguel de Urcuqui Ecuador: Gráficas Proaño.

GALLARDO DE LA PUENTE, C. (2014). *Un recorrido ancestral y contemporáneo por una tradición festiva del Ecuador*. Quito: UDLA.

Historia, M. d. (2007). *Patrimonio Cultural Inmaterial*. Bogotá, Colombia.

INEC . (17 de Marzo de 2015). Ibarra , Imbabura , Ecuador .

- Lobato, F. O. (2010). *Patrimonio Cultural, Identidad y Ciudadanía* . Quito : Abya Yala.
- Lozano, R., Martin, A., & Martin, J. (2007). *Procesos de Cocina* . España : Vision Libros.
- Malo, C. (2000). Patrimonio Cultural Intangible y Globalizacion.
- Medina Pabón, J. E. (2005). *Derecho civil. Aproximación al derecho: Derecho de personas*. Bogotá, D. C.: Centro Editorial Universidad del Rosario.
- MINTUR. (2012). Ecuador Culinario Saberes y Sabores. Quito: Mintur.
- Municipio de Urcuquí. (2013). *Gastronomía*. Ilustre Municipio del Cantón San Miguel de Urcuquí, 8.
- OLIVAS, W. R. (2010). *Cocinando Nuestras Culturas*. Quito, Ecuador: Corporación Nacional.
- Oliveira, S. (20 de Febrero de 2011). La Gastronomía como atractivo turístico primario de un destino. Obtenido de EBSCO: <http://support.epnet.com/contact/askus.php>
- Ollero, F. (2010). *Patrimonio Cultural, Identidad y Ciudadanía (Primera ed.)*. Quito: Abya Yala.
- Rodrigo, V. D. (1988). *Monografía de Ibarra*. Ibarra, Imbabura, Ecuador: Ediciones Culturales Imbabura.
- Rosas, A. (Julio de 2012). *Análisis de la chicha de jora como elemento de identidad gastronómica y cultural de la ciudad de Cuenca*. Cuenca , Ecuador .
- Torres, A. M. (2012). *Planificación del Turismo Gastronómico Sostenible*. México: CEGAHO.
- Turismo, M. d. (2009). *Plandetur 2020*. Quito: Banco Interamericano de Desarrollo.
- UNESCO. (2001). *Patrimonio Inmaterial* .

ZAMBRANO, F. (2010). Productos Andinos. Quito, Ecuador: Corporación Nacional.

ZURITA,CALISPA. (2010). DISEÑO DE LA RUTA TURÍSTICA DEL CHAGRA PARA EL
CANTÓN MEJÍA. Machachi-Ecuador.

LINKOGRAFÍA

Copyright © - Ecuale.com . (18 de Marzo de 2015). Obtenido de Ecuale:

<http://www.ecuale.com/imbabura/>

GAD, *Municipal de Urcuquí*. (Miércoles de Agosto de 2014). Obtenido de

[http://www.municipiourcuqui.gob.ec/:](http://www.municipiourcuqui.gob.ec/)

[http://www.municipiourcuqui.gob.ec/munurcuqui/index.php/2014-08-15-16-42-](http://www.municipiourcuqui.gob.ec/munurcuqui/index.php/2014-08-15-16-42-50/san-blas)

[50/san-blas](http://www.municipiourcuqui.gob.ec/munurcuqui/index.php/2014-08-15-16-42-50/san-blas)

<http://www.definicionabc.com/general/gastronomia.php>. (Miércoles de Diciembre de 2015).

Obtenido de Definición ABC: <http://www.definicionabc.com/general/gastronomia.php>

<http://www.ecuaworld.com.ec/>. (Miércoles de Diciembre de 2015). Obtenido de Ecuador

Aventura Selva Galápagos: http://www.ecuaworld.com.ec/cocina_ecuatoriana.htm

Loza, V. O. (15 de SEPTIEMBRE de 2010). *slideshare*. Recuperado el 08 de NOVIEMBRE

de 2013, de slideshare: <http://www.oei.es/publicaciones/comp09.htm>

MALDONADO, A., & Pamela, A. ((2011)). ESTUDIO DE LA GASTRONOMÍA DE LA

PROVINCIA DE IMBABURA, ANALISIS E INFLUENCIA DE LA MISMA EN EL

DESARROLLO.

Obtenido

de

repositorio.ute.edu.ec:



http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/15947/1/45434_1.pdf

ANEXOS

Ruta Turística

Anexo 1

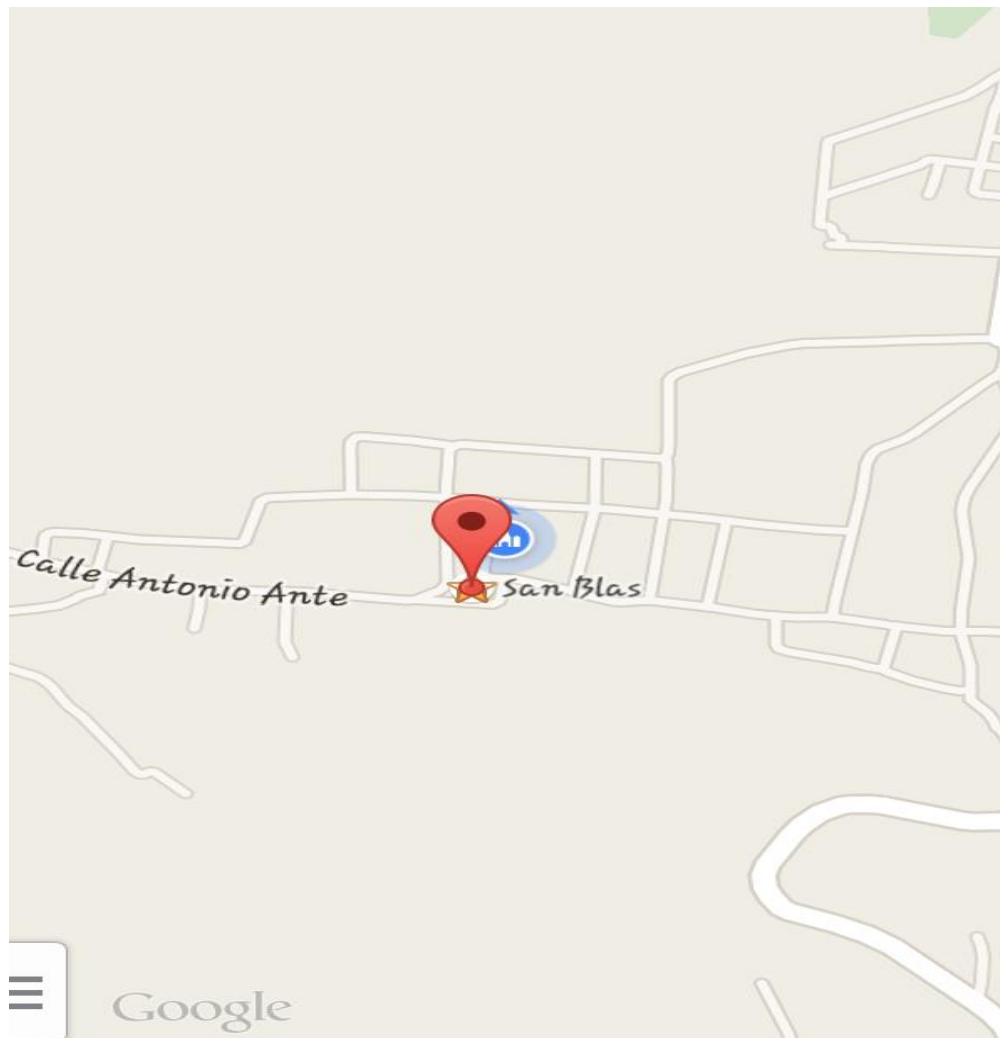
El Calvario.

	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y ECONÓMICAS CARRERA DE GASTRONOMÍA	
Ficha para inventario de atractivos turísticos		
1. Datos generales		
Encuestador: Jessica Rivera, Javier Santellan	Fecha: 10 de Febrero del 2015	
Supervisor evaluador: Ing. Gaby Zumárraga	No. Ficha: 001	
Nombre del atractivo: Iglesia El Calvario		
Propietario: Parroquia San Blas		
Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Históricos Subtipo: Arquitectura Religiosa		
2. Ubicación: San Blas Longitud: 78°12'21" Latitud: 00°24'43"		
Provincia: Imbabura	Cantón: Urcuquí	Localidad: San Blas Número
3. Centros Urbanos más Cercanos Al Atractivo Nombre Del Poblado: San Blas		
Distancia(Km): 29 Km De La Ciudad De Ibarra		
4. Características Físicas Del Atractivo		
Altura (M.S.N.M.): 2392 M	Temperatura (°c): 17° C	
1	Tamaño:	
2	Calidad del Agua: Potable	
3	Flora y Fauna:	
4	Descripción del paisaje: posee un clima templado , y cálido	
5	Descripción de sus riberas:	
6	Islas existentes	
7	Actividades varias: Agricultura y Ganadería	
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: X									
4	En proceso de deterioro:									
5	Causas del deterioro: No presenta un buen mantenimiento									
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	Regular	Mal o		Diar ia	Sema nal	Mens ual	Event ual	Ning una
Terrestre	Asfalto	X			Bus	x				
	Lastrado				Automóvil	x				
	Empedrado	X			4x4					
	Sendero	X			Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					
					Helicópter o					
7. Facilidades Turísticas										
Ruta de buses desde la población más cercana					Terminal Ibarra					



Servicios	Lujo		Primera		Segunda		Tercera		Cuarta	
	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento			3	x	2	x	3	x		
Alimentación							2	x	2	X
Esparcimiento										
Tarifa promedio										
por hotel \$										
Promedio días										
Tarifa promedio en alimentación										
estadía hotel										
Infraestructura básica										
Agua	Potable									
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	X		0				Bus			
Provincial	X		0				Automóvil			
Nacional										
Internacional	X		0							
Indique si cuenta con										
Agencia de viajes			Almacenes de artesanías			Correo			Fax, fono, internet	
Señale si el atractivo turístico se difunde										
Local	X									

Provincial	
Nacional	
Observaciones	El mejor momento del destino es, directamente relacionado con las manifestaciones culturales y religiosas como en la fecha de celebración de los Difuntos



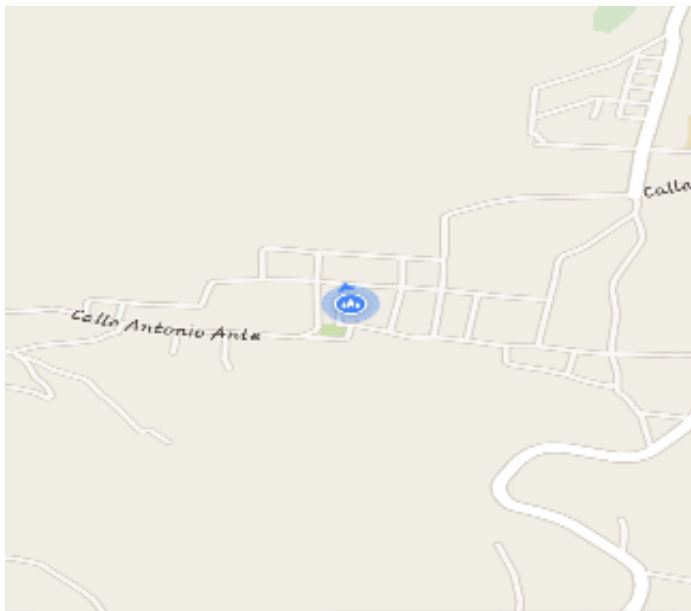
Anexo 2

Eusebio Vargas Jesucristo.

		UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y ECONÓMICAS CARRERA DE GASTRONOMÍA			
Ficha para inventario de atractivos turísticos					
1. Datos Generales					
Encuestador: Jessica Rivera, Javier Santellan				Fecha: 10 de Febrero del 2015	
Supervisor evaluador: Ing. Gaby Zumárraga				No. Ficha: 002	
Nombre del atractivo: Iglesia Eusebio Vargas Jesucristo					
Propietario: Iglesia Iruguincho					
Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Históricos Subtipo: Arquitectura Religiosa					
2. Ubicación: San Blas		Longitud: 78°14'41.1"		Latitud: 00°24'28.5"	
Provincia: Imbabura		Cantón: Urcuquí		Localidad: Iruguincho	
Número					
3. Centros Urbanos más Cercanos Al Atractivo					
Nombre del poblado: Iruguincho			Distancia(km): 10 minutos del centro de San Blas		
4. Características Físicas del Atractivo					
Altura (m.s.n.m.): 2636 m			Temperatura (°C): 14° C		
1	Tamaño:				
2	Calidad del Agua: Potable				
3	Flora y Fauna:				
4	Descripción del paisaje: posee un clima templado , y cálido				
5	Descripción de sus riberas:				
6	Islas existentes				
7	Actividades varias: Agricultura y Ganadería				
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: X									
4	En proceso de deterioro:									
5	Causas del deterioro: No presenta un buen mantenimiento									
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	Regular	Mal o		Diar ia	Sema nal	Mens ual	Event ual	Ning una
Terrestre	Asfalto	X			Bus	x				
	Lastrado				Automóvil	x				
	Empedrado	X			4x4					
	Sendero	X			Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					
					Helicópter o					
7. Facilidades Turísticas										
Ruta de buses desde la población más cercana					Terminal Ibarra					
Desde: 06:00		Hasta:		Frecuencia: 1/30m		Distancia: km				

Servicios	Lujo		Primera		Segunda		Tercera		Cuarta	
	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento			3	x	2	x	3	x		
Alimentación							2	x	2	X
Esparcimiento										
Tarifa promedio										
por hotel \$										
Promedio días										
Tarifa promedio en alimentación										
estadía hotel										
Infraestructura básica										
Agua	Potable									
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	X		0				Bus			
Provincial	X		0				Automóvil			
Nacional										
Internacional	X		0							
Indique si cuenta con										
Agencia de viajes			Almacenes de artesanía			Correo			Fax, fono, internet	
Señale si el atractivo turístico se difunde										
Local	X									

Provincial	
Nacional	
Internacional	
Observaciones	El mejor momento del destino es, directamente relacionado con las manifestaciones culturales y religiosas como en la fecha de celebración de los Difuntos
	

Anexo 3

Cementerio las Orquídeas.

	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y ECONÓMICAS CARRERA DE GASTRONOMÍA	
Ficha para inventario de atractivos turísticos		
1. Datos Generales		
Encuestador: Jessica Rivera, Javier Santellan	Fecha: 10 DE FEBRERO DEL 2015	
Supervisor evaluador: Ing. Gaby Zumárraga	No. Ficha: 003	
Nombre del atractivo: Cementerio Las Orquídeas		
Propietario: San Blas		
Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Históricos Subtipo: Arquitectura Religiosa		
2. Ubicación: San Blas Longitud: 78°12'30.7" Latitud: 00°24'30"		
Provincia: Imbabura	Cantón: Urcuquí	Localidad: San Blas Número
3. Centros Urbanos más Cercanos al Atractivo Nombre del poblado: SAN BLAS Distancia(km): 6 minutos del centro de San Blas		
4. Características Físicas del Atractivo		
Altura (m.s.n.m.): 2431 m	Temperatura (°C): 13.69° C	
1	Tamaño:	
2	Calidad del Agua: Potable	
3	Flora y Fauna:	
4	Descripción del paisaje: posee un clima templado , y calido	
5	Descripción de sus riberas:	
6	Islas existentes	
7	Actividades varias: Agricultura y Ganadería	
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: X									
4	En proceso de deterioro:									
5	Causas del deterioro: No presenta un buen mantenimiento									
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	Regular	Mal o		Diar ia	Sema nal	Mens ual	Event ual	Ning una
Terrestre	Asfalto	X			Bus	x				
	Lastrado				Automóvil	x				
	Empedrado	X			4x4					
	Sendero	X			Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					
					Helicópter o					

7. Facilidades Turísticas										
Ruta de buses desde la población más cercana						Terminal Ibarra				
Desde: 06:00		Hasta:		Frecuencia: 1/30m		Distancia: km				
	Lujo		Primera		Segunda		Tercera		Cuarta	
Servicios	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plaza s	No. Estab.	Plaza s	No. Estab.	Plaza s	No. Estab.	Plazas
Alojamiento			3	x	2	x	3	x		
Alimentación							2	x	2	X
Esparcimiento										
Tarifa promedio										
por hotel \$										
Promedio días										
Tarifa promedio										
en alimentación										
estadía hotel										
Infraestructura básica										
Agua	Potable									
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	X		0			Bus				
Provincial	X		0			Automóvil				
Nacional										
Internacional	X		0							

Indique si cuenta con			
Agencia de viajes	Almacenes de artesanía	Correo	Fax, fono, internet
Señale si el atractivo turístico se difunde			
Local	X		
Provincial			
Nacional			
Internacional			
Observaciones	El mejor momento del destino es, directamente relacionado con las manifestaciones culturales y religiosas como en la fecha de celebración de los Difuntos		
 <p>The image is a screenshot of a mobile application interface. At the top, it shows a Google Maps view of a street named 'Calle Antonio Ante'. A blue location pin is placed on the street. To the right, there is a green star icon labeled 'San Blas'. Below the map, the text 'Cementerio Las Orquídeas' is displayed in a large font, with '1 reseña' (1 review) underneath it. To the right of this text is a blue icon of a road with an arrow pointing up and right, labeled 'Ruta'. The Google logo is visible in the bottom left corner of the map area.</p>			

Anexo 4

Complejo Timbuyacu.

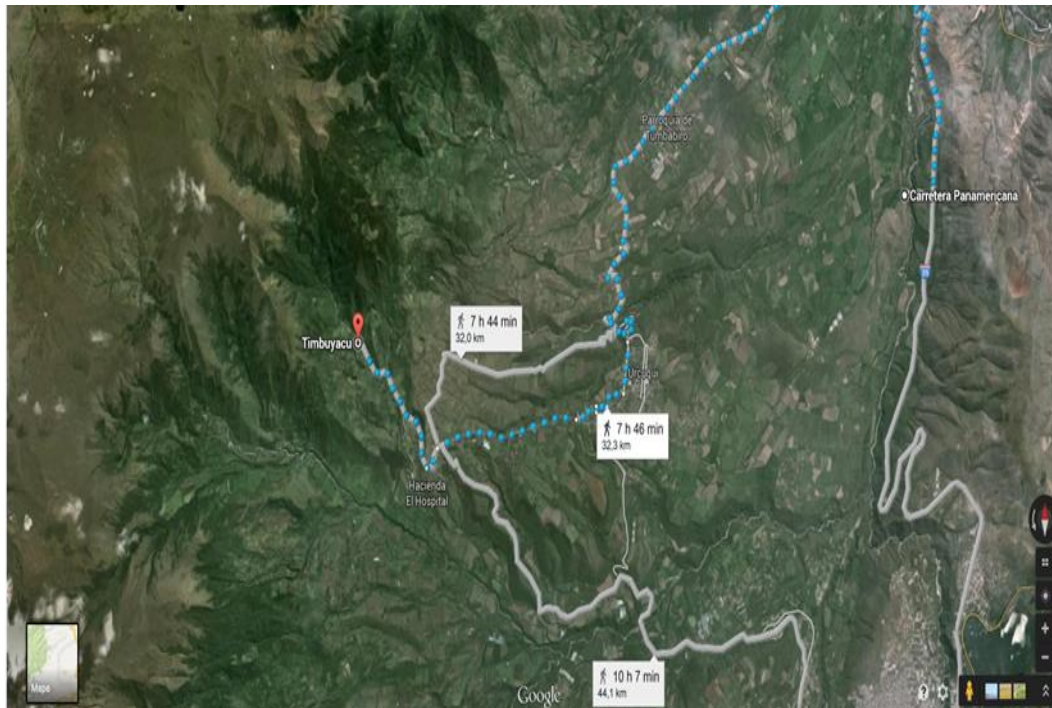
		UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y ECONÓMICAS CARRERA DE GASTRONOMÍA	
Ficha para inventario de atractivos turísticos			
1. Datos Generales			
Encuestador: Jessica Rivera, Javier Santellan		Fecha: 10 de Febrero del 2015	
Supervisor Evaluador: Ing. Gaby Zumárraga		No. Ficha: 005	
Nombre Del Atractivo: Complejo Turístico Timbuyacu			
Propietario: Complejo Timbuyacu			
Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Arquitectura			
2. Ubicación: San Blas Longitud: 78°16'02.4" Longitud: 78°16'02.4" Latitud: 00°25'31" Latitud: 00°25'31"			
Provincia: Imbabura		Cantón: Urcuqui	Localidad: Timbuyacu
Número			
3. Centros urbanos más cercanos al atractivo Nombre del poblado: Comunidad Timbuyacu			
Distancia(km): 5 km del centro de San Blas			
4. Características físicas del atractivo piscinas de aguas termales			
Altura (m.s.n.m.): 2714 m		Temperatura (°C): 18° C	
1	Tamaño:		
2	Calidad del Agua: Potable		
3	Flora y Fauna: gran variedad de flora y fauna		
4	Descripción del paisaje: posee un clima templado , y cálido		
5	Descripción de sus riberas:		
6	Islas existentes		
7	Actividades varias: Agricultura y Ganadería		
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: X									
4	En proceso de deterioro:									
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	Regular	Mal o		Diar ia	Sema nal	Mens ual	Event ual	Ning una
Terrestre	Asfalto				Bus					
	Lastrado				Automóvil					
	Empedrado	X			4x4					
	Sendero	X			Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					
					Helicópter o					
7. Facilidades turísticas										
Ruta de buses desde la población más cercana					Terminal Ibarra					
Desde: 06:00		Hasta:			Frecuencia: 1/30m		Distancia: km			

Servicios	Lujo		Primera		Segunda		Tercera		Cuarta	
	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento	13		3	x	2	x	3	x		
Alimentación	X						2	x	2	X
Esparcimiento										
Tarifa promedio										
por hotel \$										
Promedio días										
Tarifa promedio en alimentación										
estadía hotel										
Infraestructura básica										
Agua	Potable									
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	X		0				Bus			
Provincial	X		0				Automóvil			
Nacional										
Indique si cuenta con										
Agencia de viajes			Almacenes de artesanía		Correo			Fax, fono, internet		
Señale si el atractivo turístico se difunde										
Local	X									
Provincial										
Nacional										



Internacional	
Observaciones	Piscina de aguas termales que atribuye la curación de varias enfermedades como: el estrés, la fatiga, agotamiento físico, además activa la circulación sanguínea y alivia las reumas

Dibujar ruta




Anexo 5

Rio Huarmiyacu.

		Universidad Técnica del Norte Facultad de Ciencias Administrativas y Económicas Carrera de Gastronomía			
Ficha para inventario de atractivos turísticos					
1. Datos generales					
Encuestador: Jessica Rivera, Javier Santellan				Fecha: 10 de Febrero del 2015	
Supervisor evaluador: Ing. Gaby Zumárraga				No. Ficha: 006	
Nombre del Atractivo: Rio Huarmiyacu					
Propietario: Complejo Timbuyacu					
Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Arquitectura					
2. Ubicación: San Blas Longitud: 78°16'21" Latitud: 00°25'45"					
Provincia: Imbabura		Cantón: Urcuquí		Localidad: Timbuyacu	
Número					
3. Centros urbanos más cercanos al atractivo					
Nombre del poblado: Comunidad Timbuyacu Distancia(km): 20 minutos del balneario Timbuyacu					
4. Características físicas del atractivo sendero ecológico, ruta de las cascadas, diversidad biológica.					
Altura (m.s.n.m.): 2795 m			Temperatura (°C): 18° C		
1	Tamaño:				
2	Calidad del Agua:				
3	Flora y Fauna: gran biodiversidad				
4	Descripción del paisaje: posee un clima templado , y cálido				
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: X									
4	En proceso de deterioro:									
5	Causas del deterioro: No presenta un buen mantenimiento									
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	Regular	Mal o		Diar ia	Sema nal	Mens ual	Event ual	Ning una
Terrestre	Asfalto				Bus					
	Lastrado				Automóvil					
	Empedrado	X			4x4					
	Sendero	X			Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					
					Helicópter o					
7. Facilidades Turísticas										
Ruta de buses desde la población más cercana					Terminal Ibarra					
Desde: 06:00		Hasta:		Frecuencia: 1/30m		Distancia: km				

	Lujo		Primera		Segunda		Tercera		Cuarta	
Servicios	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento	13		3	x	2	x	3	x		
Alimentación	X						2	x	2	X
Esparcimiento										
Tarifa promedio por hotel \$										
Promedio días en alimentación estada hotel										
Infraestructura básica										
Agua	Potable									
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	X		0			Bus				
Provincial	X		0			Automóvil				
Nacional										
Internacional	X		0							
Indique si cuenta con										
Agencia de viajes		Almacenes de artesanía			Correo			Fax, fono, internet		
Señale si el atractivo turístico se difunde										
Local	X									

Provincial	
Nacional	
Internacional	X
Observaciones	Fauna exótica de los páramos, muy diversos en toda clase de frutas silvestres con mora, mortiño y cerote.
Dibujo:	 A satellite map showing a mountainous region with a river. A red location pin is placed on the river, labeled 'Timbuyacu'. A white box with a green border contains the text 'Rio Huarmiyaku' with a green arrow pointing to the river. The map includes a 'Mapa' inset in the bottom left, the 'Google' logo, and navigation controls in the bottom right.

Anexo 6

Cascada de Guagala.

		Universidad Técnica del Norte Facultad de Ciencias Administrativas y Económicas Carrera de Gastronomía	
Ficha para inventario de atractivos turísticos			
1. Datos Generales			
Encuestador: Jessica Rivera, Javier Santellan		Fecha: 10 de febrero del 2015	
Supervisor evaluador: Ing. Gaby Zumárraga		No. Ficha: 007	
Nombre del atractivo: Cascada de Guagala			
Propietario: Complejo Timbuyacu			
Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Arquitectura			
2. Ubicación: San Blas Longitud: 78°16'31.7" Latitud: 00°26'05.2"			
Provincia: Imbabura		Cantón: Urcuqui	Localidad: Timbuyacu
Número			
3. Centros urbanos más cercanos al atractivo			
Nombre del poblado: Complejo Timbuyacu Distancia(km): 30 minutos del balneario Timbuyacu			
4. Características físicas del atractivo sendero ecológico diversidad biológica, bosque nativo			
Altura (m.s.n.m.): 2883 m		Temperatura (°C): 17° C	
1	Tamaño:		
2	Calidad del Agua:		
3	Flora y Fauna: gran biodiversidad		
4	Descripción del paisaje: posee un clima templado , y cálido		
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: X									
4	En proceso de deterioro:									
5	Causas del deterioro: No presenta un buen mantenimiento									
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	Regular	Mal o		Diar ia	Sema nal	Mens ual	Event ual	Ning una
Terrestre	Asfalto	X			Bus	x				
	Lastrado				Automóvil	x				
	Empedrado	X			4x4					
	Sendero	X			Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					
					Helicópter o					
7. Facilidades turísticas										
Ruta de buses desde la población más cercana					Terminal Ibarra					
Desde: 06:00		Hasta:		Frecuencia: 1/30m		Distancia: km				

Servicios	Lujo		Primera		Segunda		Tercera		Cuarta	
	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento	13		3	x	2	x	3	x		
Alimentación	X						2	x	2	X
Esparcimiento										
Tarifa promedio										
por hotel \$										
Promedio días										
Tarifa promedio en alimentación										
estadía hotel										
Infraestructura básica										
Agua	Potable									
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	X		0				Bus			
Provincial	X		0				Automóvil			
Nacional										
Indique si cuenta con										
Agencia de viajes			Almacenes de artesanías		Correo			Fax, fono, internet		
Señale si el atractivo turístico se difunde										
Local	X									
Provincial										



Nacional	
Internacional	X
Observaciones	

Dibujar ruta



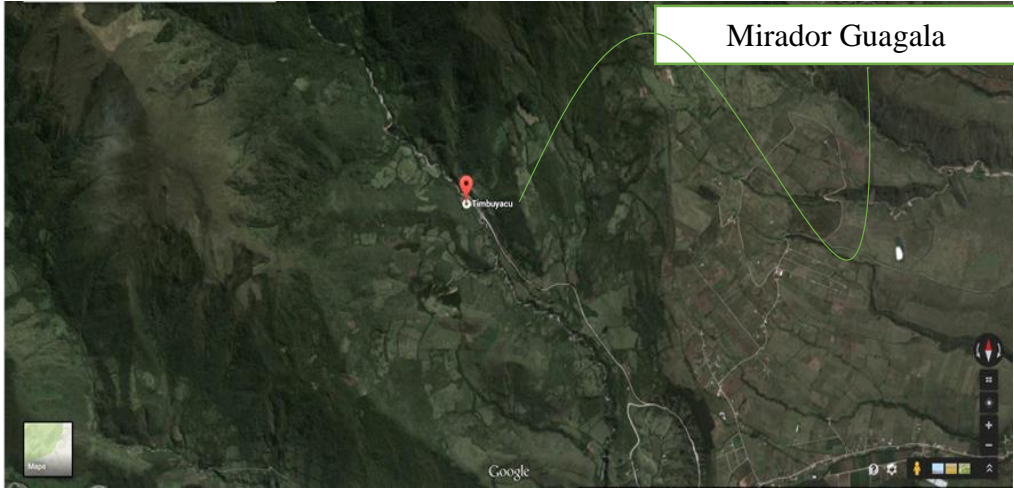
Anexo 7

Mirador Guagala.

		Universidad Técnica del Norte Facultad de Ciencias Administrativas y Económicas. Carrera de Gastronomía			
Ficha para inventario de atractivos turísticos					
1. Datos generales					
Encuestador: Jessica Rivera, Javier Santellan				Fecha: 10 de febrero del 2015	
Supervisor evaluador: Ing. Gaby Zumárraga				No. Ficha: 008	
Nombre del atractivo: Mirador Guagala					
Propietario: Complejo Timbuyacu					
Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Arquitectura					
2. Ubicación: San Blas Longitud: 78°16'39" Latitud: 00°26'04"					
Provincia: Imbabura		Cantón: Urcuquí		Localidad: Timbuyacu	
Número					
3. Centros urbanos más cercanos al atractivo					
Nombre del poblado: Complejo Timbuyacu Distancia(km): 40 minutos del complejo Timbuyacu					
4. Características físicas del atractivo sendero ecológico diversidad biológica, bosque nativo					
Altura (m.s.n.m.): 2970m			Temperatura (°C): 18° C		
1	Tamaño:				
2	Calidad del Agua:				
3	Flora y Fauna: gran biodiversidad				
4	Descripción del paisaje: posee un clima templado , y cálido				
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: X									
4	En proceso de deterioro:									
5	Causas del deterioro: No presenta un buen mantenimiento									
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				
		Bueno	Regular	Malo		Día	Semana	Mensual	Eventual	Ninguna
Terrestre	Asfalto				Bus					
	Lastrado				Automóvil					
	Empedrado	X			4x4					
	Sendero	X			Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					
					Helicóptero					
7. Facilidades Turísticas										
Ruta de buses desde la población más cercana					Terminal Ibarra					

Desde: 06:00		Hasta:		Frecuencia: 1/30m		Distancia: km				
	Lujo		Primera		Segunda		Tercera		Cuarta	
Servicios	No. Esta b.	Plazas	No. Esta b.	Plaza s	No. Esta b.	Plaza s	No. Esta b.	Plaza s	No. Esta b.	Plazas
Alojamiento	13		3	x	2	x	3	x		
Alimentación	X						2	x	2	X
Esparcimiento										
Tarifa promedio										
por hotel \$										
Promedio días										
Tarifa promedio en alimentación										
estadía hotel										
Infraestructura básica										
Agua	Potable									
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	X		0				Bus			
Provincial	X		0				Automóvil			
Nacional										
Internacional	X		0							
Indique si cuenta con										

Agencia de viajes	Almacenes de artesanía	Correo	Fax, fono, internet
Señale si el atractivo turístico se difunde			
Local	X		
Provincial			
Nacional			
Internacional	X		
Observaciones			
 <p>The image shows a satellite view of a mountainous landscape. A red pin is placed on a road labeled 'Yimbayacu'. A green box labeled 'Mirador Guagala' is positioned above a mountain peak, with a green line connecting it to the peak. The map includes a compass, zoom controls, and a 'Google' logo at the bottom.</p>			

Anexo 8

Cascada Conrayaro.

		Universidad Técnica del Norte Facultad de ciencias Administrativas y Económicas Carrera de Gastronomía	
Ficha para inventario de atractivos turísticos			
1. Datos generales			
Encuestador: Jessica Rivera, Javier Santellan		Fecha: 10 de febrero del 2015	
Supervisor evaluador: Ing. Gaby Zumárraga		No. Ficha: 009	
Nombre del atractivo: Cascada Conrayaro			
Propietario: Complejo Timbuyacu			
Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Arquitectura			
2. Ubicación: San Blas Longitud: 78°16'42" Latitud:00°26'14.8"			
Provincia: Imbabura		Cantón: Urcuquí	Localidad: Timbuyacu
Número			
3. Centros urbanos más cercanos al atractivo			
Nombre del poblado: Complejo Timbuyacu Distancia(km): 1 hora y media del balneario Timbuyacu			
4. Características físicas del atractivo sendero ecológico diversidad biológica, bosque nativo			
Altura (m.s.n.m.): 2979 m		Temperatura (°C): 18° C	
1	Tamaño:		
2	Calidad del Agua:		
3	Flora y Fauna: gran biodiversidad		
4	Descripción del paisaje: posee un clima templado , y cálido		
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: X									
4	En proceso de deterioro:									
5	Causas del deterioro: No presenta un buen mantenimiento									
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	Regular	Mal o		Diar ia	Sema nal	Mens ual	Event ual	Ning una
Terrestre	Asfalto				Bus					
	Lastrado				Automóvil					
	Empedrado	X			4x4					
	Sendero	X			Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					
					Helicópter o					
7. Facilidades Turísticas										
Ruta de buses desde la población más cercana					Terminal Ibarra					
Desde: 06:00		Hasta:			Frecuencia: 1/30m		Distancia: km			



Servicios	Lujo		Primera		Segunda		Tercer		Cuarta	
	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento	13		3	x	2	x	3	x		
Alimentación	X						2	x	2	X
Esparcimiento										
Tarifa promedio por hotel \$										
Promedio días										
Tarifa promedio en alimentación estadía hotel										
Infraestructura básica										
Agua	Potable									
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	X		0				Bus			
Provincial	X		0				Automóvil			
Nacional										
Indique si cuenta con										
Agencia de viajes			Almacenes de artesanía		de Correo			Fax, fono, internet		
Señale si el atractivo turístico se difunde										
Local	X									
Provincial										

Nacional	
Internacional	X
Observaciones	Cascada con una caída de 20 metros de alto, dentro del curso de la quebrada Huarmiyaku
Dibujar ruta	




Anexo 9

Mirador de Azúcar.

		UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y ECONÓMICAS CARRERA DE GASTRONOMÍA			
Ficha para inventario de atractivos turísticos					
1. Datos Generales					
Encuestador: Jessica Rivera, Javier Santellan				Fecha: 10 de Febrero del 2015	
Supervisor evaluador: Ing. Gaby Zumárraga				No. Ficha: 010	
Nombre del atractivo: Mirador de Azúcar					
Propietario: Complejo Timbuyacu					
Categoría: Manifestaciones Culturales : Tipo: Arquitectura					
2. Ubicación: San Blas Longitud: 78°16'05.2" Latitud: 00°25'27.3"					
Provincia: Imbabura		Cantón: Urcuqui		Localidad: Timbuyacu	
Número					
3. Centros urbanos más cercanos al atractivo				Nombre del poblado: Complejo Timbuyacu	
Distancia(km): 1 hora del complejo Timbuyacu					
4. Características físicas del atractivo sendero ecológico diversidad biológica, bosque nativo					
Altura (m.s.n.m.): 3200 m			Temperatura (°C): 16° C		
1	Tamaño:				
2	Calidad del Agua:				
3	Flora y Fauna: gran biodiversidad				
4	Descripción del paisaje: posee un clima templado , y cálido				
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: X									
4	En proceso de deterioro:									
5	Causas del deterioro: No presenta un buen mantenimiento									
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	Regular	Mal o		Diar ia	Sema nal	Mens ual	Event ual	Ning una
Terrestre	Asfalto				Bus					
	Lastrado				Automóvil					
	Empedrado				4x4					
	Sendero	X			Tren					
Acuático	Marítimo				Barco					
	Fluvial				Bote					
					Canoa					
					Otros					
					Avión					
					Avioneta					
					Helicóptero					
7. Facilidades Turísticas										
Ruta de buses desde la población más cercana					Terminal Ibarra					
Desde: 06:00		Hasta:		Frecuencia: 1/30m		Distancia: km				
Lujó		Primera		Segunda		Tercera		Cuarta		

Servicios	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento	13		3	x	2	x	3	x		
Alimentación	X						2	x	2	X
Esparcimiento										
Tarifa promedio										
por hotel \$										
Promedio días										
en alimentación										
estadía hotel										
Infraestructura básica										
Agua	Potable									
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	X		0				Bus			
Provincial	X		0				Automóvil			
Nacional										
Internacional	X		0							
Indique si cuenta con										
Agencia de viajes		Almacenes de artesanía		de Correo			Fax, fono, internet			
Señale si el atractivo turístico se difunde										
Local	X									
Provincial										
Nacional										
Internacional	X									

Observaciones	Fauna típica de zona fría donde podemos admirar el paisaje hermoso de toda la comunidad de San Blas
Dibujar ruta	
 <p>The image is a satellite view from Google Maps showing a mountainous region. A red location pin is placed on a road labeled 'Timbuyacu'. A green line is drawn on the map, starting from the 'Timbuyacu' pin and extending to a point labeled 'Mirador de Azúcar' in a white box with a green border. The terrain is rugged with green vegetation and some cleared areas. In the bottom right corner, there are standard Google Maps navigation controls like a compass, zoom in/out buttons, and a street view pegman. The word 'Google' is visible at the bottom center of the map area.</p>	

Anexo 10**Entrevista Levantamiento del inventario gastronómico.**

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.

Anexo 11

Entrevista socio-cultural.

1. ¿Cuáles (incluir fechas) son las manifestaciones culturales de la zona y qué alimentos o bebidas se relacionan con éstas?
2. ¿Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos?
3. ¿Cómo o a quién se transmiten los conocimientos?
4. ¿Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad?
5. ¿Desde cuándo se prepara?
6. ¿En qué utensilios o cuáles son las características en las que se los sirve?
7. ¿Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados?
8. ¿Qué significado tiene el plato?
9. ¿Qué historia conoce del plato?

Anexo 12

Iglesia San Blas.



Anexo 13

Camposanto las Orquídeas.



Anexo 14

Iglesia de Irungincho.



Anexo 15

Parque de Irungincho.



Parque de la comunidad de Irugincho

Anexo 16

Complejo Timbuyacu.



Anexo 17

Cascada Guagala.



Anexo 18

Hospedaje Timbuyacu.



Cabaña del complejo timbuyacu Hospedaje para 15 personas

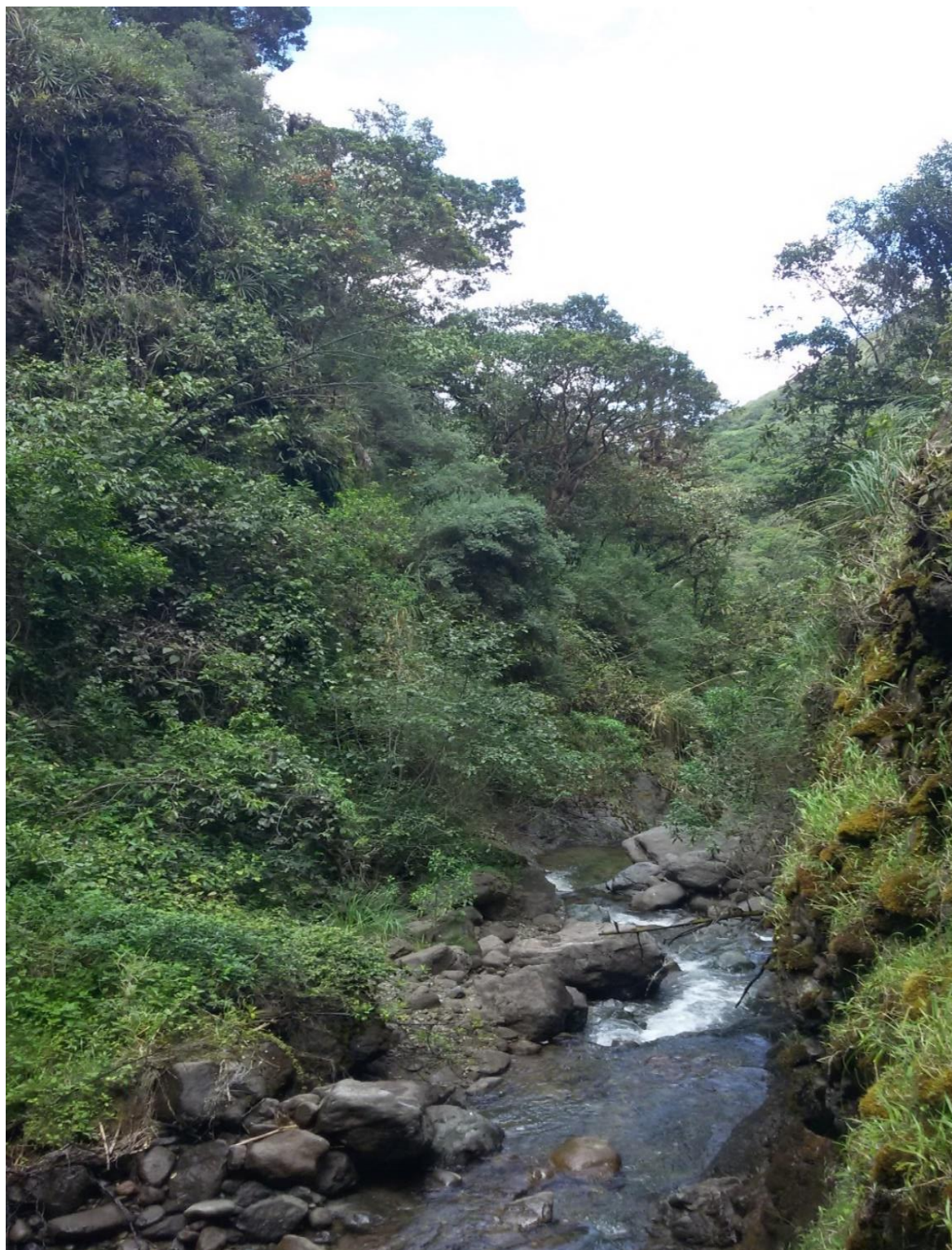
Anexo 19

Vertiente Timbuyacu.



Anexo 20

Río Huarmiyaku.



Fuente de agua de la poblacion de las termas de Timbuyacu

Anexo 21

Cascada Conrayaro.



Anexo 22

Complejo.



Piscina profunda de agua dulce Termas Timbuyacu

Anexo 23**Piscinas de aguas medicinales.****Entrada a las piscinas termales Timbuyacu**

Anexo 24

Hospedaje.

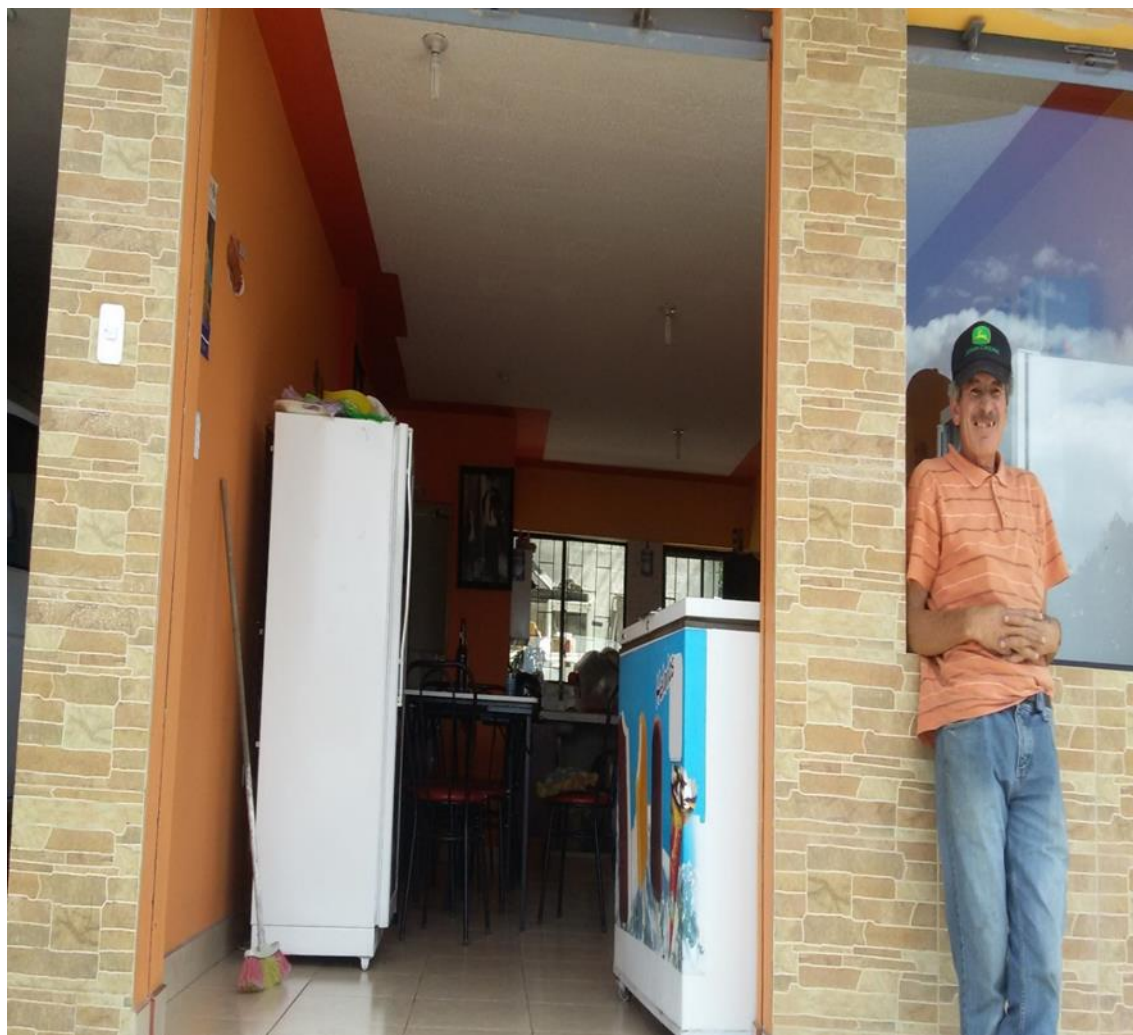


Cabañas a la salida del complejo Timbuyacu

Anexo 25**Hospedaje y restaurante Irugincho.**

Anexo 26

Restaurante San Blas.



Comedor central de la Parroquia Rural de San Blas

Anexo 26**Animal silvestre.**

Anexo 27

Entrevista.



Propietario del Complejo Timbuyacu

Anexo 29

Tríptico

RUTA TURÍSTICA GASTRONÓMICA

La ruta turística gastronómica comienza en el parque Central San Blas donde se puede apreciar una fascinante arquitectura. Posteriormente se hace un breve recorrido por el Cementerio Las Orquídeas.

En el Complejo Timbuyacu se podrá degustar de los desayunos y almuerzos que están compuestos por la variedad de productos que ofrece la zona, como: habas con queso y mellocos, trucha con papas y la famosa chicha de jora.

Después se procede a hacer una caminata con destino al Río Guarmito, la Cascada Guagala y por último la Cascada de Conrayaro. En el camino los visitantes podrán disfrutar de la gastronomía silvestre que ofrece el lugar.



Iglesia El Calvario



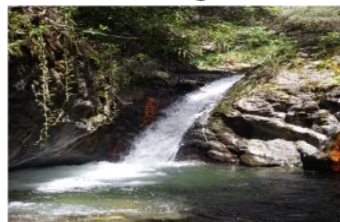
Cementerio Las Orquídeas



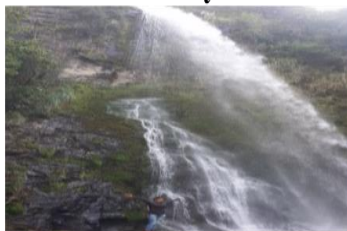
Complejo Timbuyacu



Cascada Guagala



Cascada Conrayaro



GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR " PARROQUIA SAN BLAS DE URCUQUÍ"

AUTORES: JÉSSICA RIVERA

JAVIER SANTELLÁN

INTRODUCCIÓN

La parroquia San Blas ha puesto en valor las actividades ancestrales q refuercen la identidad cultural mediante la promoción del turismo y su gastronomía. Esta investigación tiene finalidad sentar bases conceptuales gastronómicas para salvaguardar los cocimientos ancestrales

OBJETIVOS

- Valorar la cultura gastronómica de la parroquia Rural de San Blas del Cantón Urcuquí como patrimonio cultural inmaterial del Ecuador de la provincia de Imbabura.
- Realizar un inventario gastronómico y su contexto sociocultural.
- Diseñar una ruta gastronómica de San Blas.
- Analizar técnica y prospectivamente los impactos que el proyecto genere en las áreas: socio-cultural, turística y gastro-

MATERIALES ANCESTRALES

Kallana

Mates

Morteros

Shushuna

Ollas de barro

MÉTODOS Y TÉCNICAS

Ahumado

Salado

Fermentado

Secado

Al vapor

Horneado

SAN BLAS DE URQUQUÍ

PARROQUIA

Ubicación Geográfica

San Blas es una parroquia urbana perteneciente al Cantón Urcuquí de la Provincia de Imbabura, ubicada al noroccidente de la ciudad de Ibarra.

CLIMA: frío, templado y sub tropical.

TEMPERATURA: oscila entre 13 y 16 grados.

SUPERFICIE: 75.28 kilómetros cuadrados.

BARRIOS Y COMUNIDADES QUE LO CONFORMAN

Cinco comunidades conforman San Blas, éstas son:

San Alfonso de Iruquincho, , San Juan de Dios, Santa Teresita de Pisangacho, Santa Clara de el Tablón y Santa Cecilia de Jijón.



GASTRONOMIA ANCESTRAL Y TÍPICA DE LA ZONA

Se definen como los platos q se preparan en una zona determinada y se caracterizan por las técnicas de preparación o por los alimentos q se cultivan en la misma. Zona.

Los platos más representativos de la parroquia San Blas son:

Tortillas de tiesto

Putzucutanda

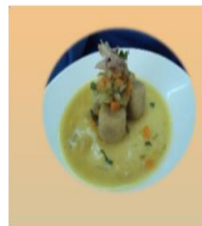
Dulce de zambo

Champús

Papas con cuy

Caldo de gallina de campo

Chica de jora



Anexo 30

Banner



“Gastronomía de la Provincia de Imbabura como patrimonio cultural inmaterial del Ecuador”



Autores: Jéssica Johanna Rivera; Javier Geovanny Santellan.
Afilación: Universidad Técnica del Norte UTN. Ibarra Ecuador

INTRODUCCIÓN

La Gastronomía como parte inherente de la cultura de un pueblo es un elemento importante de identidad que necesita de mecanismos de acción para su desarrollo. Esta investigación tiene como finalidad sentar las bases conceptuales de la gastronomía, identificar la gastronomía de la provincia de Imbabura, y salvaguardar los conocimientos ancestrales.

OBJETIVO

Objetivo General: Valorar la cultura gastronómica de la Parroquia Rural de San Blas Cantón Urcuquí como Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador de la Provincia de Imbabura.

Objetivos Específicos

- Realizar un inventario gastronómico y su contexto sociocultural de la parroquia San Blas de Urcuquí.
- Diseñar rutas turísticas gastronómicas.
- Analizar técnica y prospectivamente los impactos que el proyecto genera en el área socio-cultural, turístico y gastronómico.



MATERIALES Y MÉTODOS

Materiales utilizados como:

- Kallana
- Mates
- Morteros
- Shushuna
- Ollas de barro

Métodos utilizados como:

- El ahumado
- El salado
- El fermentado
- El secado
- El horneado
- Al vapor

RESULTADOS ESPERADOS

Pregunta directriz de la investigación

¿Permitirá el diseño de una ruta turística gastronómica, el desarrollo, difusión y promoción de la cultura gastronómica de la parroquia San Blas como parte del Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador?

Resultados:

Los resultados esperados son identificar la gastronomía ancestral y típica de la Parroquia Rural de San Blas usando los atractivos turísticos que tiene la provincia de Imbabura y proponer diseños de rutas de turismo gastronómico.

Realizar publicaciones tesis, libros y artículos científicos que permitan visibilizar la cultura gastronómica de la provincia, salvaguardándolo de tal manera que forme parte del patrimonio cultural del Ecuador y se pueda servir de base para realizar otras investigaciones tras disciplinarias.



Bibliografía:

- Barrera, J. P. (2010). Cocinas regionales andinas. Quito Ecuador: Corporación Editora Nacional.
Historia, M. d. (2007). Patrimonio Cultural Inmaterial. Bogotá, Colombia.
Municipio de Urcuquí. (2013). Gastronomía. Ilustre Municipio del Cantón San Miguel de Urcuquí, .
OLIVAS, W. R. (2010). Cocinando Nuestras Culturas. Quito, Ecuador: Corporación Nacional.
ZAMBRANO, F. (2010). Productos Andinos. Quito, Ecuador: Corporación Nacional.
ZURITA,CALISPA. (2010). DISEÑO DE LA RUTA TURÍSTICA DEL CHAGRA PARA EL CANTÓN MEJÍA. Machachi-Ecuador
FAUSTO, F., & Cruz, C. A. (2005). San Blas Historia, Unión y Trabajo. San Miguel de Urcuquí Ecuador: Gráficas Proaño.