



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y ECONÓMICAS

CARRERA DE GASTRONOMÍA

TRABAJO DE GRADO PREVIO LA OBTENCIÓN AL TÍTULO DE LICENCIATURA EN
GASTRONOMÍA

“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO
CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA SAN ROQUE CANTÓN
ANTONIO ANTE”.

Autores: BRAVO RAMÍREZ MIRIAN MARLENE

MORA MEJÍA EVELIN ALEXANDRA

Director de Trabajo de Grado: LIC. CARLOS AGUINAGA

IBARRA 2016

RESUMEN EJECUTIVO

La gastronomía es parte esencial de cada región ligada profundamente a su cultura y forma de vida. El estado ecuatoriano garantiza el buen vivir por medio de la constitución involucrando directamente a la gastronomía ya que esta es la fuente de nutrición y salud. La cocina Ecuatoriana rebosante de historia, sabor, conocimientos ancestrales y de vanguardia reflejada en cada una de sus 24 provincias una de ellas tan relevante e importante como es la provincia de Imbabura en la cual se desarrolla una infinidad de elaboraciones gastronómicas únicas y deliciosas con esencia ancestral que se han convertido en toda una tradición para los imbabureños y cada uno de los turistas que en diferentes fechas visitan la provincia de los lagos para degustar de sus platillos por lo cual es primordial conservar estos conocimientos y así impedir la extinción de dichos saberes. El presente trabajo tiene como objetivo valorar la gastronomía, costumbres, tradiciones y atractivos turísticos que posee la parroquia San Roque del cantón Antonio Ante de la provincia de Imbabura, mismo que se a desarrollando mediante la metodología descriptiva y de observación, por medio de una exhaustiva recopilación de datos en la cual se aplica una entrevista directa a adultos mayores y autoridades del lugar, también se realizó un inventario de atractivos turísticos, expresiones culturales, recetas ancestrales propias y adaptadas que ostenta la parroquia, datos que son plasmados en guías turísticas y gastronómicas. Se propone la implementación de una ruta turística y gastronómica la cual sirva como una herramienta para fomentar la preservación de expresiones culturales, gastronomía y el turismo del lugar, de esta forma impulsar el crecimiento económico de la parroquia San Roque. Se analizara los impactos prospectivamente en las diferentes áreas las cuales son: social, cultural, turística, gastronómica, económica y educativa, de esta forma llegar a establecer conclusiones y recomendaciones.

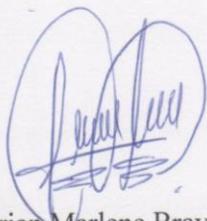
SUMMARY

Gastronomy is an essential part of each region that binds culture and lifestyle deeply together. The Ecuadorian government guarantees “El Buen Vivir” by means of Ecuadorian Laws involving Gastronomy as the main source of health and nutrition. Ecuador’s Ethnic Cuisine overflows in its history, taste, ancestral and forefront knowledge mirrored on each of the 24 provinces. Imbabura is one of the most relevant in ethnic food and in which a vast variety of delightful and unique gastronomic traditional food is prepared. It also has become a tradition for Imbabura citizens and tourists who come to visit “Los Lagos Province”. Visitors can taste the different meals and in doing so, retain these cuisine knowledges avoiding them to disappear. This work is meant to value gastronomy, customs, traditions and touristic attractions in San Roque Parish, Canton Antonio Ante, Imbabura Province. This work has been developed applying the Observation and Descriptive Methodology through a full-scale recopilation of data elicited from interviews to elderly people and authorities of this place. An inventory was held to show touristic attractions, cultural arts, ethnic and non-ethnic recipes that boast this Parish. This data is displayed in gastronomy and touristic guides. A gastronomic and touristic route is put forward in this paper as a guide-tool to foster the preservation of cultural arts, gastronomy and sightseeing propelling the economic growth of San Roque Parish. Impacts will be analyzed and foreseen covering the different areas: social, cultural, tourism, gastronomy, economy and education. Thus setting up specific conclusions and recommendations in advance.

AUTORÍA

Nosotras, Mirian Marlene Bravo Ramírez portador de la cédula de ciudadanía Nro. 0401520473, Evelin Alexandra Mora Mejía con cedula de ciudadanía Nro. 0401667654 declaramos que el trabajo que presentamos sobre el tema: **“Gastronomía de la provincia de Imbabura como patrimonio cultural inmaterial del Ecuador parroquia San Roque cantón Antonio Ante”** previo a la obtención del Título de Licenciado en Gastronomía., es auténtico, original y las ideas y comentarios de este trabajo de investigación, son de responsabilidad exclusiva del autor.

En la ciudad de Ibarra, a los días del mes de Diciembre del 2015



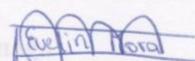
Mirian Marlene Bravo Ramírez.

CI: 0401520473



Lic. Carlos Aguilar

DIRECTOR



Evelin Alexandra Mora Mejía

CI: 0401667654

CERTIFICACIÓN DEL ASESOR

En mi calidad de Tutora del Trabajo de Grado, presentado por los estudiantes. Mirian Marlene Bravo Ramírez , Evelin Alexandra Mora Mejía para optar por el título de Licenciados en Gastronomía, cuyo tema es **“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA SAN ROQUE CANTON ANTONIO ANTE”**

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

En la ciudad de Ibarra, a los días del mes de Diciembre del 2015



Lic. Carlos Aguinaga

DIRECTOR



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

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

Nosotras, Mirian Marlene Bravo Ramírez con cédula de ciudadanía N° 0401520473 y Evelin Alexandra Mora Mejía con cédula de ciudadanía N° 0401667654, manifestamos nuestra voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5, y 6, en calidad de autor del Trabajo de Grado denominado **“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA SAN ROQUE CANTÓN ANTONIO ANTE ”** extensión de la Universidad

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

En nuestra condición de autor nos reservamos los derechos morales de la obra antes citada.

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

Mirian Marlene Bravo Ramírez

CI: 0401520473

Evelin Alexandra Mora Mejía

CI: 0401667654

Ibarra, a los 19 días del mes de Mayo del 2016



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

TÉCNICA DEL NORTE IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

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 dejamos sentada nuestra voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	0401520473		
APELLIDOS Y NOBRES:	Bravo Ramírez Mirian Marlene		
DIRECCIÓN:	San Gabriel, Fanny Flores y Luis Rojas (esq.)		
EMAIL:	mimagenial@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO.	063013502	TELÉFONO MÓVIL:	0991844321
DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	0401667654		
APELLIDOS Y NOBRES:	Mora Mejía Evelin Alexandra		
DIRECCIÓN:	San Pedro de Huaca		
EMAIL:	evelinalexa125@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO.		TELÉFONO MÓVIL:	0968039331

DATOS DE LA OBRA

TÍTULO:	“Gastronomía de la provincia de Imbabura como patrimonio cultural inmaterial del Ecuador parroquia San Roque cantón Antonio Ante”
AUTORES:	Mirian Marlene Bravo Ramírez y Evelin Alexandra Mora Mejía.
FECHA:	2016-05-19
POGRAMA:	PREGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciado en Gastronomía.
ASESOR/ DIRECTOR:	Lic. Carlos Anguina

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Nosotras Mirian Marlene Bravo Ramírez, con cédula de ciudadanía N° 0401520473 y Evelin Alexandra Mora Mejía. con cédula N° 0401665674, en calidad de autor y titular de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago la entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, Investigación y extensión; en concordancia con la ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

El Autor manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo que la obra es original y que son los titulares de los derechos patrimoniales, asumimos la responsabilidad sobre el contenido de

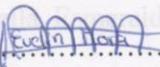
la misma y saldremos en defensa de la universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 19 días del mes de Mayo del 2016

LOS AUTORES:

A mis hermanitos Manuel y Daniela, Guido y Jairo

A mis hermanitos Brayan, Kerly, Jeremy, Jesús, Karla y Valentina

(Firma)  (Firma) 

Mirian Marlene Bravo Ramirez Evelin Alexandra Mora Mejia.

C.C:0401520473 C.C:0401667654

Facultado por resolución de Consejo Universitario _____

DEDICATORIA

Dedico este trabajo al único y sabio Dios generador de toda capacidad y mi amigo incondicional.

A mis padres Lolita Ramírez y Manuel Bravo que con infinito amor, paciencia y esfuerzo me han apoyado durante mi formación personal como profesional,

A mis hermanos Edgar, Graciela, Guido y Jairo

A mis sobrinos Yeimy, Gisell, Brayan, kerly, Jeremy, Josué, Keila, Esmeralda y Valentina.

Mirian Bravo

DEDICATORIA

Dedico este trabajo con todo mi amor principalmente a Dios ya que sin el nada es posible, por darme la fortaleza, paciencia, sabiduría y permitirme cumplir mi formación profesional.

A mis padres Tulio Mora, Adíela Mejía por su amor y apoyo incondicional

A mi hermano William Mora que siempre ha estado junto a mí brindándome su amor.

A mis primas Adriana Mora, Mireya Mora, Elizabeth Mejía a quienes aprecio mucho.

A mi amiga Mirian Bravo por enseñarme el valor de la amistad por compartir momentos muy significativos con migo, por siempre estar dispuesta a escucharme y ayudarme en cualquier momento.

Evelin Mora

AGRADECIMIENTO

Mis agradecimientos más sinceros a Dios fuente de sabiduría y amor ya que sin su ayuda hubiese sido imposible llegar a culminar mis estudios.

A mis padres por todo su amor, esfuerzo y entrega para conmigo gracias por confiar en su hija.

Gracias a mi madre ya que en los momentos más difíciles de mi vida ella siempre estuvo allí brindándome todo su apoyo.

Al director de tesis Lic. Carlos Aguinaga por su guía y dirección en el presente trabajo.

Mirian Bravo

Agradezco principalmente a Dios por su amor infinito y por hacer posible la culminación de este trabajo.

A mis padres por ser el pilar más importante de mi vida y bríndame su confianza.

Al director de tesis Lic. Carlos Aguinaga por compartir sus conocimientos y su guía.

Evelin Mora

ÍNDICE GENERAL

RESUMEN EJECUTIVO	ii
SUMMARY	iii
AUTORÍA.....	iv
CERTIFICACIÓN DEL ASESOR.....	v
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DEGRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE.....	vi
AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA	vii
IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA.....	vii
AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD.....	viii
CONSTANCIAS.....	viii
DEDICATORIA	x
AGRADECIMIENTO	xi
ÍNDICE GENERAL	xii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xv
ÍNDICE DE TABLAS	xvi
ÍNDICE DE ANEXOS	xviii
INTRODUCCIÓN	xix
CAPÍTULO I	21
EL PROBLEMA.....	21
Tema	21
Contextualización del Problema	21
Planteamiento del Problema	22
Objetivos.....	23
General.....	23
Específicos.....	23
Pregunta Directriz	23
Justificación	23
CAPÍTULO II.....	26
MARCO TEÓRICO.....	26
Teoría Existente	26
Gastronomía.....	26

Gastronomía del Ecuador.....	27
Gastronomía de Imbabura.....	28
Gastronomía de San Roque.....	29
Gastronomía ancestral.....	30
Gastronomía típica.....	31
Gastronomía tradicional.....	32
Cultura y patrimonio.....	32
Patrimonio intangible.....	34
Patrimonio gastronómico.....	35
Ruta turística.....	37
Turismo gastronómico.....	38
Marco Legal.....	38
Glosario y Términos.....	43
CAPÍTULO III.....	45
METODOLOGÍA.....	45
Diseño.....	45
Temporalidad.....	45
Naturaleza.....	45
Población.....	46
Muestra de estudio.....	46
Métodos.....	47
Teóricos.....	47
Dialectico.....	48
Analítico.....	48
Analógico.....	48
Sistémico.....	49
Matemático.....	49
Estadística Descriptiva.....	49
Estrategias, Técnicas e Instrumentos.....	50
Estrategias.....	50
Técnicas.....	50
Instrumentos.....	51
CAPÍTULO IV.....	52
ANÁLISIS DE DATOS.....	52

Plan de Procesamiento de Datos	52
Tabulación y Análisis de Resultados	52
Informe Final de Procesos de Tabulación y Análisis.....	73
Discusión.....	74
Recetas Estándar	76
Contexto Socio Cultural.....	105
CAPÍTULO V	107
PROPUESTA.....	107
Introducción	107
Ruta Turística.....	108
Análisis de los Componentes Turísticos	112
Impactos	115
Impacto turístico.	115
Impacto socio-cultural.	117
Impacto económico.	119
Impacto educativo.	120
Informe de Impactos	121
CONCLUSIONES GENERALES DEL PROYECTO	123
BIBLIOGRAFÍA	126
LIKONGRAFÍA	130
ANEXOS	132

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Alimentos ancestrales existentes en la zona	53
Gráfico 2 Alimentos que actualmente se producen.	55
Gráfico 3 Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían	56
Gráfico 4 Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos	57
Gráfico 5 Tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona.	59
Gráfico 6 Comidas y bebidas que se preparan en la zona.....	61
Gráfico 7 Técnicas de elaboración.....	62
Gráfico 8 Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.....	63
Gráfico 9 Manifestaciones culturales de la zona y alimentos o bebidas que se relacionan con éstas.....	64
Gráfico 10 Persona que intervienen en las preparaciones de los alimentos.	65
Gráfico 11 Maneras de transmiten los conocimientos.....	66
Gráfico 12 influencia de las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad.	67
Gráfico 13 Desde cuándo se preparan los alimentos.	68
Gráfico 14 Utensilios en los que se los sirve.	69
Gráfico 15 Recuerdos asociados con relación a los alimentos.	70
Gráfico 16 Significado del plato.	71
Gráfico 17 Historia del plato.....	72

ÍNDICE DE TABLAS

1. Qué alimentos ancestrales existían en la zona.	53
2. Qué alimentos se producen actualmente.	54
3. Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían	56
4. Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos.....	57
5. Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas bebidas de la zona.	58
6. Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona.	60
7. Cuáles son las técnicas de elaboración	62
8. Cuáles son los utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.....	63
9. Cuales (incluir fechas) son las manifestaciones culturales de la zona y que alimentos o bebidas se relacionan con estas.....	64
10. Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos.	65
11. Cómo o a quién se transmiten los conocimientos	66
12. Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad.....	67
13. Desde cuándo se prepara.....	68
14. En qué utensilios o cuales son las características en las que se los sirven.....	69
15. Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados.....	70
16. Qué significado tiene el plato.	71
17. Qué historia conoce del plato.....	72
18. Cuy asado.....	76
19. Chuchuca.....	77
20. Colada de maíz.....	78
21. Chicha de jora	79
22. Champus	80
23. Sopa de zambo	81
24. Fritada	82
25. Dulce de zambo.....	83
26. Caldo de gallina	84
27. Colada de oca.....	85
28. Yahuarlocro.....	86
29. Mote	87
30. Tamales	88

31. Tostado.....	89
32. Frejol luces.....	90
33. Choclotandas.....	91
34. Zambo con dulce.....	92
35. Colada de choclo.....	93
36. Morocho.....	94
37. Hornado.....	95
38. Colada blanca.....	96
39. Sopa de quinua.....	97
40. Colada morada.....	98
41. Chicha de arroz.....	99
42. Sopa de cebada.....	100
43. Ensalada de vegetales.....	101
44. Pan.....	102
45. Choclos cocinados.....	103
46. Tortillas de maíz.....	104
47. Impacto Turístico.....	115
48. Impacto Socio-Cultural.....	117
49. Impacto Económico.....	119
50. Impacto Educativo.....	120

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Formato de tabla para Diseño de Ruta.	133
Anexo 2. Entrevista Levantamiento Del Inventario Gastronómico.....	134
Anexo 3. Formato De Receta Estándar.....	136
Anexo 4. Formato de Ficha de Inventario	136
Anexo 5. Formato de Encuesta	139
Anexo 6. Entrevista GAD parroquial de San Roque, Sr Franklin Buitrón presidente y el vocal del GAD Sr Marcelo Alvarado.....	142
Anexo 7. Entrevista al vicepresidente GAD parroquial San Roque Sr Miguel Ángel Pineda Córdova.....	142
Anexo 8. Fotografía al mural ubicado en la sala de espera dentro de la estación del tren en San Roque	143
Anexo 9. Parte posterior del restaurnt “DELICIAS DE IMBABURA” donde cruza la línea feria.	143
Anexo 10. Ecoparque temático “EL ARTESÓN”, Piscina y sendero del parque artesón....	144
Anexo 11. Áreas de descanso construidas a base de ladrillos ecológicos hechas de botellas desechables rellenas de desperdicios plásticos dentro del Ecoparque.	144
Anexo 12. Entrevista realizada a la Sra. Manuela Chiza Guajan en la comunidad la esperanza de la parroquia San Roque.	145
Anexo 13. Patrono de la parroquia San Roque imagen que es exhibido en el despacho parroquial de la parroquia.	145
Anexo 14. Alitas asadas que oferta en la picantería Doña Susanita	146
Anexo 15. Juego tradicional de la parroquia “Pelota de mano”	146
Anexo 16. Ficha de Atractivos Turístico parque Central San Roque	147
Anexo 17. Ficha de Atractivos Turístico Ecoparque Temático El Artesón.....	150
Anexo 18. Ficha de Atractivos Turístico Iglesia San Roque.	153
Anexo 19. Ficha de Atractivos Turístico Estación del tren.	156
Anexo 20. Ficha de Atractivos Turístico Restaurante Las Delicias de Imbabura.	159
Anexo 21. Banner	162
Anexo 22. Tríptico.....	163

INTRODUCCIÓN

La investigación propone: elaborar la ruta turística gastronómica de la parroquia San Roque perteneciente al Cantón Antonio Ante de la Provincia de Imbabura; generando alternativas para el progreso en la actividad turística, difundiendo la oferta gastronómica, turística e identidad cultural que posee la parroquia.

El compendio de la información facilita el despliegue de los análisis para llegar a las conclusiones y recomendaciones pertinentes y así influenciar a los habitantes de San Roque en mantener vivo el patrimonio gastronómico y sus expresiones culturales, mismo que está estructurado en los siguientes capítulos.

El primer capítulo corresponde al problema el cual abarca tema, contextualización del problema, planteamiento del problema, objetivo general y específicos, pregunta directriz y justificación cada uno de ellos presentan argumentos sostenibles para el desarrollo del proyecto de investigación y de esta forma llegar al cumplimiento de los objetivos .

El Segundo capítulo es la estructura del marco teórico el cual permite el desarrollo analítico de la investigación, tomando como base escritos de libros, tesis, sitios web relativos al ámbito gastronómico turístico y cultural de la provincia de Imbabura cantón Antonio Ante parroquia San Roque.

Tercer capítulo corresponde a la metodología misma que facilita el desarrollo del proyecto, utilizando varias técnicas de investigación como: diseño, temporalidad, naturaleza, población, también diversos métodos, estrategias e instrumentos los cuales aportan al desarrollo de la investigación.

Cuarto capítulo se analiza diversos datos obtenidos mediante encuestas realizadas a autoridades y adultos mayores de la parroquia San Roque, datos que son procesados mediante

tabulación mismos que determinan el inventario gastronómico, turístico y socio cultural del lugar.

Quinto capítulo es la propuesta de la ruta turística la cual está conformada por los atractivos de la parroquia San Roque también se realiza un análisis de datos de los diversos impactos que causara la aplicación del proyecto a futuro, los impactos pueden ser favorables y desfavorables en los distintos perímetros que engloba la investigación.

La importancia de esta investigación es recopilar información de la parroquia San Roque, plasmándola en un inventario gastronómico y guía turística con la finalidad de preservar y mantener viva la identidad cultural y gastronómica para así aportar al turismo del sector.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA

1.1. Tema

Valorar la Gastronomía de la Provincia de Imbabura Como Patrimonio Cultural Inmaterial Del Ecuador Parroquia San Roque Cantón Antonio Ante.

1.2. Contextualización del Problema

San Roque parroquia perteneciente al cantón Antonio Ante provincia de Imbabura se caracteriza por su riqueza cultural al ser uno de los sectores andinos con identidad y costumbres propias, asimismo posee un potencial amplio por descubrir, explorar e investigar en lo referente al ámbito gastronómico y turístico.

La ausencia de una investigación adecuada por parte de organismos gubernamentales y no gubernamentales con el propósito de potencializar la gastronomía y los atractivos turísticos de la parroquia, como un referente cultural y económico conlleva a realizar un levantamiento de información sobre los aspectos más relevantes que posee este sector en relación a su esencia cultural y gastronómica.

La gastronomía de la parroquia herencia de sus antepasados llena de tradición, con un sabor único y especial hace de ella un gran aporte para formar parte del patrimonio cultural inmaterial del Ecuador, por lo cual se pretende elevarla a un nivel más destacado por medio de información recopilada y organizada, permitiendo así sentar bases sólidas en conocimientos de las recetas, tradiciones y costumbres.

1.3. Planteamiento del Problema

El patrimonio turístico de la provincia de Imbabura está compuesto por 58 atractivos naturales y 173 atractivos culturales, que se transforman en una oferta de calidad para el consumo turístico nacional e internacional. (Turismo, 2014)

El Turismo ha mostrado crecimiento del 14% dentro de los últimos años logrando situarse en un lugar importante en la Economía del país y de la provincia de Imbabura, permitiendo que el sector empresarial y productivo crezca y estimule la economía local. (Turismo, 2014)

La ausencia de información gastronómica ancestral y típica en la parroquia San Roque conlleva al riesgo de desaparecer dado que no existen escritos de recetas de la ya mencionada parroquia, estos conocimientos han sido transmitidos oralmente y algunos han desaparecido por lo cual se pretende plasmarlos en la presente investigación.

El predominio de nuevas tendencias alimentarias ha ocasionado que los moradores del sector adopten nuevas preparaciones dejando de lado los alimentos tradicionales y nutritivos de la parroquia colocándolos en riesgo de extinción de los mismos.

El desplazamiento del campo a la ciudad ha ocasionado la decadencia de ciertos productos autóctonos de la zona y por ende preparaciones ancestrales, limitando el desarrollo gastronómico legítimo sostenible del sector colocando en riesgo la continuidad de la herencia cultural y gastronómica.

Actualmente La falta de proyección de una técnica sustentable entre empresas de turismo como hoteles, restaurantes agencias de viajes ha inducido que los turistas no cuenten con una guía detallada de los servicios que se ofertan en la parroquia San Roque y por lo tanto se ha disminuido la afluencia de potenciales consumidores.

La elaboración y difusión de un inventario gastronómico de recetas típicas, ancestrales y la estructura de una ruta turística de la parroquia San Roque permiten salvaguardar y valorar la cultura gastronómica accediendo al desarrollo económico de la parroquia.

1.4. Objetivos

1.4.1. General.

- Valorar la Gastronomía de la provincia de Imbabura del cantón Antonio Ante Parroquia San Roque.

1.4.2. Específicos.

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

1.5. Pregunta Directriz

¿El rescate de la gastronomía ancestral y típica más el diseño de rutas de turismo gastronómico permitirá mejorar la actividad del turismo en la parroquia San Roque?

1.6. Justificación

La parroquia de San Roque del cantón Antonio Ante se encuentra conformado por los siguientes barrios: San Agustín, Santa Rosa, San Alfonso, Sagrado Corazón de Jesús, La Cantarilla, La Merced, San Miguel, La Delicia y el sector céntrico; a más de estos barrios

pertenecen a esta parroquia las comunidades de Pucará, Cerotal, La Esperanza, y Agua longo de Paredes.

Entre sus atractivos están el parque de San Roque, La iglesia, Estación del Tren, Parque temático El Artesón, Restaurant las delicias de Imbabura, manifestaciones culturales, etnias, costumbres, gastronomía típica. Acompañado de infraestructura de apoyo como carreteras, caminos, senderos, paraderos y otros que caracterizan a cada uno de ellos.

El turismo y la gastronomía ejes fundamentales del desarrollo económico de los pueblos motivan la creatividad y fomentan la comercialización de servicios sustentables.

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 el artículo 281 de la constitución del Ecuador año 2008 menciona el derecho de ser autosuficientes para el cultivo y consumo de alimentos sanos sin desligarse de su cultura. El desarrollo de la presente investigación permite facilitar e impulsar la producción de alimentos auténticos, ricos en nutrientes, mejorando el estilo de vida, y rescatando la identidad cultural de la parroquia San Roque.

Las personas directamente en beneficiarse de la investigación serán los propietarios y trabajadores, entidades gubernamentales, empresas turísticas y hoteleras de los sitios tomados en cuenta en la ruta los mismos que se encargan de satisfacer las necesidades gastronómicas, recreativas y turísticas de los visitantes e incrementar sus ingresos con esta alternativa.

El impulso del turismo en Ecuador está fomentando compromisos institucionales entre empresa pública y privada y de esta forma diversifica y enriquece la oferta turística, permitiendo satisfacer las necesidades del mercado, la industria y el consumidor final.

La finalidad de este proyecto es salvaguardar, promover e incentivar la gastronomía, turismo e identidad cultural de San Roque de cantón Antonio Ante para mantener vivas las costumbres y tradiciones de la parroquia rural. Con la propuesta del diseño de la ruta gastronómica, los turistas nacionales y extranjeros podrán acceder a información valiosa concerniente a las costumbres, tradiciones, gastronomía y atractivos turísticos de San Roque.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Teoría Existente

2.1.1. Gastronomía.

Definimos que la gastronomía es el arte de preparar alimentos utilizando conocimientos basados en salud, cultura, innovación. Con el objetivo de presentar al comensal un platillo nutritivo, cautivador para los sentidos y agradable para su paladar.

Gastronomía es parte fundamental de cada pueblo ya que está ligada a su misma esencia cultural es por ello que cuando hablamos de gastronomía no solo engloba a la comida sino que intervienen muchos otros factores importantísimos de la cultura de cada región y es por ello que la hace única y exclusiva en cada país o sector

También, aunque no tan habitual, se la conoce como gastrología, o sea el conjunto de actividades y conocimientos relacionados con el gáster sin, que significa ley o norma. Se llama gastrónomo a la persona que entiende de gastronomía, es decir, todo lo que normalmente se relaciona con el buen comer y beber, y que sabe apreciar tanto la comida prepara por él, como la ofrecida por los demás. (Jorda, 2011)

La gastronomía reconocida a nivel mundial como una ciencia y un arte que se rige bajo normas y leyes en las cuales los actores principales son los gastrónomos quienes son los encargados de plasmar sus conocimientos y habilidades a la hora de presentar la excelencia en platillos y bebidas.

La gastronomía no se limita simplemente al estudio de la preparación de los alimentos dado que enmarca varios elementos fundamentales uno de ellos es la cultura, para

ser un gastrónomo debe poseer conocimientos y cualidades propias de su pasión por el arte culinario.

2.1.2. Gastronomía del Ecuador.

La gastronomía Ecuatoriana es un ente fundamental en la cultura de cada rincón del país puesto que sus preparaciones identifican a cada región, su aroma y sabor son exquisitos e inolvidables para propios y extraños. Su cocina va desde lo más sencillo y cotidiano hasta lo más exótico y elaborado.

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 asentaron 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. La gastronomía del Ecuador se ha ido transformando con el paso del tiempo y posee diversas formas de preparar gracias a las aportaciones de distintos lugares y regiones que componen el país. (El gran libro de la Cocina Ecuatoriana, 2006)

La Gastronomía del Ecuador es muy variada y diversa, es una mezcla de distintos productos que vienen desde la antigüedad, cada producto se relaciona con la cultura ya que estos vienen de varias generaciones y se mantienen hasta la actualidad, como ejemplo el maíz se cultiva en el país el cual íntimamente ligado a las festividades culturales de la serranía ecuatoriana.

La gastronomía Ecuatoriana llena de historia e identidad de cada uno de los rincones de nuestra patria rebosante de diversidad en productos aromas y sabores.

La comida ecuatoriana actual es el resultado de una rica tradición culinaria, en la que se combinan sustancias y costumbres de varios continentes, mezcladas sabiamente con el buen gusto popular. Una cultura auténtica, macerada por siglos, en la que nada falta, salvo quizá un vino generoso y de factura propia. (Almeida P. A., 2011, pág. 36)

En la actualidad la gastronomía Ecuatoriana esta complementada con los conocimientos y tradiciones de épocas pasadas y de distintos lugares lejanos y propio de nuestro territorio.

2.1.3. Gastronomía de Imbabura.

La gastronomía de Imbabura es amplia e incomparable donde están presentes una infinidad de olores, texturas y sabores las cuales se basan en productos que brinda generosamente su fértil tierra. Están profundamente ligados a la expresión cultural puesto que sus preparaciones y costumbres han sido heredadas de generación en generación hasta nuestros días.

“La gastronomía Imbabureña es considerada una de las 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 los productos tropicales”. (Almeida P. , 2011, pág. 23)

La variedad gastronómica en Imbabura es amplia, explora diversos sabores y sensaciones. En otros sectores de la Provincia se pueden apreciar platos como: fritada de cebo, seco de raposa, caldo de 31, champús, caldo de manguera, tripa mishky, ceviche de cuy, etc., que a pesar de lo inusual que parezcan sus nombres no dejan de ser una tradición que representa parte sustancial de nuestra cultura, historia e identidad. (Caiza., 2013)

Imbabura posee una gastronomía llamativa, única compuesta por innumerables platillos llenos de sabor, creatividad, originalidad y fascinantes para los sentidos de propios y extraños.

La gastronomía imbabureña por muchos años ha sido considerada parte de la herencia cultural de nuestros antepasados, con productos como los cereales: trigo centeno, cebada,

hortalizas y frutas fueron introducidas, difundidas y otros tantos se perdieron para siempre como: (bledos, yuyos, etc.), los españoles trajeron también animales domésticos como las ovejas y las vacas que se aprovecharon para la lana, la carne y la leche. (Almeida P. , 2011, pág. 42)

La provincia de Imbabura está constituida por varias culturas por lo cual sus conocimientos gastronómicos son diversos, plasmados de historia. Es un legado de los antiguos que poblaron esta región del país que unido a productos introducidos y propios ha dado como resultado las delicias que hoy por hoy podemos degustar.

2.1.4. Gastronomía de San Roque.

San Roque posee una variada cultura gastronómica; comida nutritiva preparada en cazuelas de barro con diversos productos propios de la zona: la colada morada, el champuz de maíz, la chicha de jora, la chuchuca, mazamorra de berro, mazamorra de rábano, el nabo, el zambo de dulce, los tamales, mote luci, mazamorra de choclo molido, arepas de choclo, el mote pela, haba con melloco, casti mote, mote con haba, arveja y fréjol o en su efecto mote casado, pepa de zambo molido, la ensalada de yuyo, la ensalada del berro, arroz de cebada con fréjol y yuyo. (Maldonado, 2011, pág. 9)

La exquisita y tradicional gastronomía de la parroquia San Roque se basa principalmente en los productos que se cultivan en la misma. Como son maíz, arveja, papas, tomate de árbol, zambo, zanahoria.

Existen varias preparaciones propias del lugar que se han venido transmitiendo desde la antigüedad y que son conservadas en la actualidad.

Las preparaciones de este lugar son la colada de maíz acompañada de cuy asado, el champús, la chuchuca, la sopa de zambo, la tradicional chicha de jora. En las festividades o fiestas los moradores realizan grandes integraciones con familia y amigos en la cual participan en la preparación de los alimentos.

La gastronomía de San Roque sin lugar a duda es diversa, nutritiva y ancestral llena de sabor y conocimientos.

2.1.5. Gastronomía ancestral.

La gastronomía ancestral es concerniente a costumbres y tradiciones de los antepasados los cuales realizaban elaboraciones en base a los productos que poseían en esa época utilizando técnicas propias de su creatividad y de su tiempo.

“Gastronomía de los antepasados o relativo a ellos, recuerdos ancestrales. De origen remoto o muy antiguo, costumbres ancestrales.” (Diccionario de la lengua española, 2005)

El diccionario de la lengua española del año 2005 define a la gastronomía ancestral como el conjunto de conocimientos antiguos, recuerdos del pasado de origen muy remoto.

“El término ancestral hace referencia al legado heredado de los antepasados, técnicas y referencias de recetas con un valor cultural y nutritivo que represento su fortaleza física y en muchos casos del espíritu por el significado que ciertos alimentos tenían en rituales y ceremonias.” (Díaz, 2009)

La humanidad siempre ha estado presente con un espíritu de adoración y agradecimiento en las diversas épocas de la historia, Díaz menciona que los alimentos han estado presentes como un factor importante representando el vigor y la fortaleza física y espiritual el cual lo dejaron por herencia nuestros antepasados.

“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; como testimonio, los platillos de una región muestran el medio en que fueron creados, los ingredientes que había en ese momento y con los que se creaba la comida de todos los días.” (Carlo, 2009)

Según Carlo Elías (2009) describe claramente que gastronomía ancestral es la clara evidencia de los sabores unido a conocimientos y costumbres que resaltan a un pueblo,

destacando una vivencia en el pasado dando como resultado preparaciones con productos que se consumían en aquella época.

2.1.6. Gastronomía típica.

La Gastronomía Típica son aquellas preparaciones con características propias y exclusivas de un determinado sector, elaboradas de forma constante sin alterar los ingredientes, los métodos y técnicas de cocción, las cuales representan de una forma emblemática a dicho sector.

“La gastronomía Típica se llama a aquellos platillos con características muy especiales y únicas que se tienden a realizar con frecuencia en un lugar “ (Almeida P. A., 2011, pág. 36)

La gastronomía típica es la cocina local en la cual intervienen productos propios y de otros sectores pero se convierten en típicos por ser preparados de una forma continua y repetitiva en un determinado sector teniendo una gran aceptación. La comida típica ha tenido una mayor aprobación por las personas campesinas y en el sector popular es decir clase media y baja.

Es una forma creativa de preparar los alimentos, en términos de conocimientos respecto a los alimentos en su forma de prepararlos, así como de los rituales sociales establecidos alrededor de la comida, transmitidos a lo largo de muchas generaciones. Esto se debe a que dentro del país se encuentran cuatro regiones naturales costa, sierra, oriente y región insular con costumbres, tradiciones diferentes, distintos platos típicos y los ingredientes principales que se usan al momento de realizar una determinada preparación. (Pazos, 2010)

Gastronomía típica es un referente de creatividad y de conocimientos transmitidos de generación a generación los cuales se preparan con continuidad, en nuestro país existe una gran variedad de comida típica por la diversidad de regiones existentes.

2.1.7. Gastronomía tradicional.

La gastronomía tradicional es aquella que se la prepara en fechas establecidas donde se elaboran determinadas preparaciones que con el pasar del tiempo se han convertido en una tradición.

Cocina tradicional.- Cocina nacida en los hogares que fue la cocina popular hasta hace poco (ahora resulta difícil delimitar qué es la cocina popular). Ésta existe en todos los sitios del mundo, aunque cada una con su propia personalidad. Está basada en productos que son de la zona o que han sido traídos de otros lugares (la mayoría) para elaborar recetas típicas de cada región, ahora mejor dicho autonomías, y que se suele transmitir de generación en generación. (Paladar Madrid, 2009)

Gastronomía Tradicional es la preparación de alimentos que son elaborados de una forma repetitiva, este conocimiento es transmitido y conservado, el cual nace en las cocinas familiares, prevalece con el pasar de los tiempos lo cual permite transmitir conocimientos y a la vez preservar la identidad alimentaria de un determinado sector.

2.1.8. Cultura y patrimonio.

Patrimonio cultural es una herencia que tiene un valor muy significativo ya que esto viene desde nuestros ascendentes y que se pretende seguir conservando, es la identidad de un pueblo o nación, la esencia de sus costumbres y raíces que lo mantienen.

“La cultura es el conjunto de rasgos distintivos, espirituales y materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan una sociedad o un grupo social. Ello engloba, además las artes y las letras, los modos de vida, los derechos fundamentales al ser humano, los sistemas de valores, las tradiciones y las creencias”. (UNESCO, 1996, pág. 13)

La UNESCO (1996) define a la cultura como la agrupación de rasgos únicos y particulares por lo cual identifican a una persona o a un grupo social, es la esencia misma de

un pueblo la identidad plasmada en arte en costumbres, ciencia, religión, tradiciones e intelecto.

La cultura puede apreciarse desde diferentes ángulos, prueba de ellos son: artes que comprenden artes gráficas, pintura, escultura, arquitectura, artesanías, ciencia, música, religión, tradiciones, danza propia del lugar, costumbres musicales y movimientos. Educación, gastronomía, gobierno, historia, industria, negocios, agricultura. Literatura como libros, revistas y periódicos. (Coltam, 1989)

Coltam (1989) con un punto de vista muy claro especifica los componentes básicos de la cultura los cuales son el alma de la sociedad intervienen las artes en sus múltiples expresiones, costumbres, tradiciones, también se menciona la gastronomía como parte trascendental de la cultura.

La etimología de patrimonio hace referencia a la propiedad de los bienes recibidos de nuestros antepasados. Según eso, el patrimonio cultural no es otra cosa que un patrimonio público recibido del pasado. Pero cualquier patrimonio público es un patrimonio colectivo y los límites de todo patrimonio colectivo deben ser interpretados por la comunidad al menos para separarlo del patrimonio privado. (Delgado. Limon, 1999)

El patrimonio es la agrupación de bienes materiales e inmateriales heredados. Patrimonio cultural es un legado representativo para un pueblo y su colectividad muy alejada de ser una herencia personal este patrimonio debe ser valorado y preservado.

Existen diversas y variadas acepciones del concepto de "patrimonio", que va desde el concepto jurídico estricto, pasando por el contable y económico hasta llegar a conceptos calificados como patrimonio cultural, patrimonio de la humanidad, patrimonio colectivo, corporativo etc. (Flores, 2003)

El patrimonio cultural engloba la literatura, el arte, los monumentos, los museos y los eco museos, la arquitectura religiosa, civil, militar, industrial o popular, la música, las danzas, las celebraciones festivas, las costumbres, la gastronomía, las leyendas, los rituales, etc., es decir, todo el conjunto de elementos simbólicos que ayudan a configurar la identidad cultural del territorio en el que se hallan, una vez legitimados socialmente. (Crespi Vallbona, 2003, pág. 13)

Existe una amplia variedad cuando hablamos de patrimonio cultural la misma que encierra una diversidad de elementos propios de un pueblo con gran importancia, y valor el uno del otro ya que son el componente espiritual, físico, simbólico e histórico de un lugar reconocido legalmente nacional o internacionalmente.

2.1.9. Patrimonio intangible.

Patrimonio intangible son aquellos conocimientos que han prevalecido con el pasar de los tiempos puesto que se han plasmado en la vida de los pueblos, los cuales han sido encargados de no dejar morir su legado dándole vida año tras año con sus prácticas y haciendo un recuerdo de sus ancestros y a la vez enseñando su cultura a las nuevas descendencias.

El patrimonio intangible es definido como las prácticas, representaciones y expresiones, los conocimientos y las técnicas, que procuran a las comunidades, los grupos e individuos un sentimiento de identidad y continuidad. Los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales asociados a esas prácticas forman parte integrante de este patrimonio.

Prácticas sociales, rituales y festividades conocimientos y prácticas relacionadas con la naturaleza y el universo las técnicas propias de la artesanía tradicional.

El patrimonio cultural intangible o inmaterial es transmitido de generación en generación; y éstas lo recrean permanentemente en función de su medio, su interacción con la naturaleza y su historia. La protección de este patrimonio es una garantía de sostenibilidad de la diversidad cultural.

El patrimonio intangible es efímero y vulnerable. Por este y otros motivos en 1998 la UNESCO creó una distinción internacional llamada “*Proclamación de las obras maestras*”

del patrimonio oral e intangible de la humanidad”, con el objeto de consagrar los ejemplos más destacados del patrimonio intangible. (Schulter, 2006, pág. 27)

Regina Schuler (2006) menciona que patrimonio intangible es aquel valor cultural de cada pueblo expresado como un sentimiento de identidad para mantener activa su esencia cultural el cual es expresado en la práctica de costumbres y tradiciones e innumerables artes y habilidades propias de un conjunto de personas, también señala que el patrimonio intangible es pasajero y tiende a desaparecer.

El patrimonio cultural intangible se expresa en los siguientes ámbitos,

Entre otros: las tradiciones y expresiones orales, incluyendo el lenguaje como el vehículo del patrimonio cultural intangible; las artes escénicas (como la música, la danza y el teatro); las prácticas sociales, los rituales y los acontecimientos festivos; el conocimiento y las prácticas relativas a la naturaleza y al universo, y las artesanías tradicionales. (Solarte, 2010, pág. 17)

Solarte (2010) en su libro destaca a los elementos del patrimonio intangible dado que está profundamente enlazado con el entorno que lo rodea y con el universo mismo que lo acompaña desde periodos pasados y que aún se mantienen hasta nuestros días.

2.1.10. Patrimonio gastronómico.

Patrimonio gastronómico es la heredad gastronómica que nos han dejado desde la antigüedad y encierra un sin número de preparaciones y recetas con un sabor único y legítimo que identifica a cada pueblo por sus ingredientes y técnicas de preparación las cuales poseen abundante historia permitiendo a la gastronomía ser un eje fundamental de la cultura.

El Patrimonio Gastronómico agrupa una de las más extensas y variadas gamas de productos, platos tradicionales y vinos con denominación de origen. Su objetivo es preservar y dar a conocer la cocina tradicional. Es también una característica más que nos diferencia a unos pueblos de otros, con la que creamos nuestra identidad propia. Nos basamos en los factores geográficos y climáticos de la zona; ya que las producciones locales son las que configuran la base de cada cocina. Infinidad de lugares se identifican por un producto, por una especialidad

culinaria, por una forma especial de cocinar que se ha ido transmitiendo y que es necesario potenciar. (Guadalinfo, 2010)

Patrimonio gastronómico es la agrupación de muchos factores importantes como la tradición, clima, productos, y formas de preparación para dar como resultado identidad cultural alimentaria de un determinado sector, el cual es primordial conservar y transmitir estos saberes para que no desaparezca.

La gastronomía está cobrando cada vez mayor importancia como un nuevo producto del turismo cultural. Las motivaciones principales se encuentran en la búsqueda de placer a través de la alimentación y el viaje pero dejando de lado lo estándar para favorecer lo genuino. La búsqueda de las raíces culinarias y la forma de entender a la cultura de un lugar a través de su gastronomía se está popularizando a gran velocidad. La cocina tradicional está siendo cada vez más reconocida como valioso componente del patrimonio intangible de los pueblos. Si bien el plato está a la vista, su forma de preparación y el significado para cada sociedad son aquellos aspectos que no se ven pero que le dan su carácter distintivo. (Azambuja, 1999, pág. 90)

Según Marcelo Azambuja (1999) narra que la gastronomía está cobrando fuerza dentro del turismo tomando como fundamento los conocimientos auténticos de la gastronomía para satisfacer al turista y dar a conocer la cultura culinaria del lugar de tal modo que forma parte del patrimonio intangible por las características exclusivas de su preparación y lo relevante de su entorno dentro de la colectividad.

Últimamente se está viendo la necesidad de revalorizar el patrimonio gastronómico regional ya que es uno de los pilares indispensables sobre los que debería fundarse en gran parte el desarrollo del turismo cultural. El autor hace referencia al congreso sobre turismo cultural realizado en la Habana, Cuba, organizado por UNESCO, donde se elaboró un Documento Base que definía a las recetas de cocina como un bien cultural tan valioso como un monumento. Asimismo, toda política cultural bien concebida debería asumir al acto de comer visto como una tradición y a la vez como un acto de creatividad no simplemente como un acto alimentario. (Álvarez, 2002, pág. 11)

El patrimonio gastronómico tiene un gran valor por lo cual viene a ser fundamental dentro del turismo de cada país, es por ello la importancia de proporcionar un enfoque amplio y determinado que dé como resultado la evolución del turismo que tomado de la mano de los conocimientos gastronómicos permita la continuidad cultural y así trascienda por siglos.

2.1.11. Ruta turística.

La ruta turística es una guía detallada de diferentes lugares turísticos que se realiza para facilitar la visita a los distintos atractivos que sobresalen en un lugar.

Entiendo como Ruta en Turismo al Eje vial que conecta dos o más centros emisores o receptores y que contiene distintos atractivos turísticos; y, cuyo recorrido que tiene un objetivo: permitir admirar paisajes, rememorar sitios históricos, disfrutar de zonas de playas o montañas, de actividades o de aventura, siguiendo un itinerario predeterminado, conectando zonas con diversos atractivos. (Montesinos. Torres, 2013)

El Dr. Antonio Montesinos (2013) define a la ruta turística como un camino que entrelaza lugares sobresalientes para el turismo en el cual se encuentran sitios, llamativos que cautivan al excursionista ya sea por su historia, paisaje o actividad que se pueda realizar en el lugar.

La ruta turística puede ser definida como un itinerario o recorrido temático de una comunidad o área geográfica, que permite el conocimiento de sus valores y atractivos más particulares, capaz de atraer visitantes y motivar su desplazamiento a lo largo de ella, visitando los atractivos, realizando actividades y utilizando los servicios que han sido habilitados con ese objeto (Zurita R. E., 2010, pág. 14)

El concepto de ruta turística no es otra cosa que la descripción clara plasmada en una guía de senderos bien establecidos permitiendo al turista disfrutar del entorno que lo rodea y de los servicios que se oferta, facilitando la llegada a lugares sobresalientes del sector, permitiendo organizar el tiempo y de esta forma hacer más satisfactoria la estadía al viajero.

Representa el producto básico del turismo rural estructurado y constituye una oferta organizada y elaborada que incluye atractivos, actividades, instalaciones y servicios turísticos propios del área, susceptibles de ser comercializada en forma integrada o parcialmente. Se debe calificar más bien como un magro producto que posee características que lo diferencian de otros productos turísticos tradicionales. (DTS.Consultores, 2007)

Ruta turística es una herramienta del turismo con una estructura bien definida en la cual intervienen factores significativos como la organización para obtener como resultado un producto turístico eficaz y eficiente.

2.1.12. Turismo gastronómico.

Turismo gastronómico es un recorrido a lugares donde se ofertan platillos que pueden ser exclusivos o no del sector preparado con el fin de satisfacer al turista y a la vez dar a conocer las preparaciones del lugar obteniendo rentabilidad y reconocimiento. También podemos mencionar que Turismo gastronómico es exclusivo al ámbito alimentario.

“Turismo gastronómico es la visita a productores primarios o secundarios de alimentos, participación en festivales gastronómicos y búsqueda de restaurantes o lugares específicos donde la degustación de alimentos y toda experiencia inherente es la razón principal para viajar.” (Hall y. S., 2003, pág. 10)

Hall y Sharples (2003) mencionan que turismo gastronómico es el desplazamiento de individuos a lugares donde la exclusividad es la producción de alimentos y la elaboración de platillos de un determinado sector, siendo este el principal motivo para emprender el viaje.

2.2. Marco Legal

(LA CONSTITUCIÓN Y ARTICULOS RELACIONADOS)

Art. 3.-Son deberes primordiales del Estado: (Constitución del Ecuador 2008)

1. Garantizar sin discriminación alguna el efectivo goce de los derechos establecidos en la Constitución y en los instrumentos internacionales, en particular la educación, la salud, la alimentación, la seguridad social y el agua para sus habitantes.
2. Garantizar y defender la soberanía nacional.
3. Fortalecer la unidad nacional en la diversidad.
4. Garantizar la ética laica como sustento del quehacer público y el ordenamiento jurídico.
5. Planificar el desarrollo nacional, erradicar la pobreza, promover el desarrollo sustentable y la redistribución equitativa de los recursos y la riqueza, para acceder al buen vivir.
6. Promover el desarrollo equitativo y solidario de todo el territorio, mediante el fortalecimiento del proceso de autonomías y descentralización.

Art. 12.-El derecho humano al agua es fundamental e irrenunciable. El agua constituye patrimonio nacional estratégico de uso público, inalienable, imprescriptible, inembargable y esencial para la vida. (Constitución del Ecuador 2008)

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

El Estado ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria.

Sección segunda

Ambiente sano

Art. 14.- Se reconoce el derecho de la población a vivir en un ambiente sano y ecológicamente equilibrado, que garantice la sostenibilidad y el buen vivir, *sumak kawsay*.
(Constitución del Ecuador 2008)

Se declara de interés público la preservación del ambiente, la conservación de los ecosistemas, la biodiversidad y la integridad del patrimonio genético del país, la prevención del daño ambiental y la recuperación de los espacios naturales degradados.

Art. 15.- El Estado promoverá, en el sector público y privado, el uso de tecnologías ambientalmente limpias y de energías alternativas no contaminantes y de bajo impacto. La soberanía energética no se alcanzará en detrimento de la soberanía alimentaria, ni afectará el derecho al agua. (Constitución del Ecuador 2008)

Art. 22.- Las personas tienen derecho a desarrollar su capacidad creativa, al ejercicio digno y sostenido de las actividades culturales y artísticas, y a beneficiarse de la protección de los derechos morales y patrimoniales que les correspondan por las producciones científicas, literarias o artísticas de su autoría. (Constitución del Ecuador 2008)

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 apropiado de forma permanente.
(Constitución del Ecuador 2008)

Para ello, será responsabilidad del Estado:

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

2. Adoptar políticas fiscales, tributarias y arancelarias que protejan al sector agroalimentario y pesquero nacional, para evitar la dependencia de importaciones de alimentos.
3. Fortalecer la diversificación y la introducción de tecnologías ecológicas y orgánicas en la producción agropecuaria.
4. Promover políticas redistributivas que permitan el acceso del campesinado a la tierra, al agua y otros recursos productivos.
5. Establecer mecanismos preferenciales de financiamiento para los pequeños y medianos productores y productoras, facilitándoles la adquisición de medios de producción.
6. 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.
7. Precautelar que los animales destinados a la alimentación humana estén sanos y sean criados en un entorno saludable.
8. Asegurar el desarrollo de la investigación científica y de la innovación tecnológica apropiada para garantizar la soberanía alimentaria.
9. Regular bajo normas de bioseguridad el uso y desarrollo de biotecnología, así como su experimentación, uso y comercialización.
10. 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.
11. Generar sistemas justos y solidarios de distribución y comercialización de alimentos. Impedir prácticas monopólicas y cualquier tipo de especulación con productos alimenticios.

12. Dotar de alimentos a las poblaciones víctimas de desastres naturales o antrópicos que pongan en riesgo el acceso a la alimentación. Los alimentos recibidos de ayuda internacional no deberán afectar la salud ni el futuro de la producción de alimentos producidos localmente.

Art. 340.-El sistema nacional de inclusión y equidad social es el conjunto articulado y coordinado de sistemas, instituciones, políticas, normas, programas y servicios que aseguran el ejercicio, garantía y exigibilidad de los derechos reconocidos en la Constitución y el cumplimiento de los objetivos del régimen de desarrollo.

El sistema se articulará al Plan Nacional de Desarrollo y al sistema nacional descentralizado de planificación participativa; se guiará por los principios de universalidad, igualdad, equidad, progresividad, interculturalidad, solidaridad y no discriminación; y funcionará bajo los criterios de calidad, eficiencia, eficacia, transparencia, responsabilidad y participación.

El sistema se compone de los ámbitos de la educación, salud, seguridad social, gestión de riesgos, cultura física y deporte, hábitat y vivienda, cultura, comunicación e información, disfrute del tiempo libre, ciencia y tecnología, población, seguridad humana y transporte.

(Constitución del Ecuador 2008)

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.

3. Desarrollar tecnologías e innovaciones que impulsen la producción nacional, eleven la eficiencia y productividad, mejoren la calidad de vida y contribuyan a la realización del buen vivir. (Constitución, 2008)

Sección cuarta

Cultura y ciencia

Art. 22.- Las personas tienen derecho a desarrollar su capacidad creativa, al ejercicio digno y sostenido de las actividades culturales y artísticas, y a beneficiarse de la protección de los derechos morales y patrimoniales que les correspondan por las producciones científicas, literarias o artísticas de su autoría.

Art. 23.- Las personas tienen derecho a acceder y participar del espacio público como ámbito de deliberación, intercambio cultural, cohesión social y promoción de la igualdad en la diversidad. El derecho a difundir en el espacio público las propias expresiones culturales se ejercerá sin más limitaciones que las que establezca la ley, con sujeción a los principios constitucionales.

Art. 24.- Las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento, a la práctica del deporte y al tiempo libre.

Art. 25.- Las personas tienen derecho a gozar de los beneficios y aplicaciones del progreso científico y de los saberes ancestrales. (Constitución, 2008)

2.3. Glosario y Términos

Adobar: Componer, aderezar .Guisar los manjares poner las carnes u otras cosas para sazonarlas y conservarlas.

Culto: Conjunto de ritos con que se rinde homenaje de adoración y respeto a Dios, a la Virgen y los santos, admiración de que son algunas cosas Culinario: Relativo al arte de cocinar o la cocina. Chicha: Bebida alcohólica que resulta de la fermentación del maíz, uvas u otros frutos, en agua azucarada, y que se usa en América.

Chicha: Bebida alcohólica que resulta de la fermentación del maíz, uvas u otros frutos, en agua azucarada, y que se usa en América.

Esencia: Lo permanente e invariable, lo que el ser es.

Fermentación: Transformación química de una sustancia orgánica como consecuencia de la acción de otra sustancia, también orgánica de microorganismos, llamados fermentos, que permanecen sin alteración alguna, puesto que los productos de la transformación se forman a expensas de la primera, ósea, de la sustancia fermentable.

Legado: Herencia, enviado

Mazamorra: Comida de harina de maíz con azúcar o miel, semejante a las poleadas. Maíz blanco partido y hervido que una vez frío, se come con leche o sin ella a veces con azúcar o miel.

Popular: relativo al pueblo que es aceptado y valorado por el pueblo

Remoto: Distante o apartado. Que no es verosímil o está muy distante de suceder.

Vasija: Recipiente, toda pieza cóncava y pequeña que sirve para contener líquidos o cosas destinadas a la alimentación

Yuyo: hierba silvestre también conocida como nabo, de uso comestible.

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA

3.1. Diseño

El diseño de la metodología utilizada en el desarrollo del presente trabajo investigativo es descriptiva es un tipo de estudio rígido en el cual se describen características y se generalizan, mediante la exploración y descripción de situaciones de la vida real ya que describe los hechos como son observados, por lo cual nos ayuda a especificar y describir los datos relevantes a tomarse en cuenta en el contexto cultural, gastronomía y turismo de la parroquia San Roque y de esta forma llegar a analizar los datos obtenidos.

3.1.1. Temporalidad.

El lapso invertido para efectuar el presente trabajo investigativo fue de 13 meses, iniciando en el mes de mayo del año 2014 culminando en junio del 2015, tiempo en el cual se utilizó para la recopilación y ordenamiento de datos así como para realizar análisis, argumentaciones y llegar a las conclusiones y recomendaciones.

3.1.2. Naturaleza.

La naturaleza de esta investigación es no experimental en la cual el investigador busca información empírica y sistemática, dicha información no es manipulable puesto que los hechos ya han ocurrido, en nuestra investigación se aplica en la recolección de datos de expresiones culturales y gastronomía de la parroquia San Roque.

3.2. Población

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 la Parroquia San Roque la población es de 812 adultos mayores de acuerdo al el Censo de Población y Vivienda del año 2010. (INEC 2010).

3.2.1. Muestra de estudio.

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

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

Dónde:

n = Es el tamaño de la muestra a determinarse

N = Universo o población

1. Z = Nivel de confianza 1.95

P y Q = Constante de la varianza, 50

2. e = Margen de error, 5

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

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

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.

Por lo tanto a la Parroquia de San Roque le corresponde 10 entrevistas pero para una mayor argumentación y validación sobre la recopilación de la información este proyecto fue elaborado en base a 20 entrevistas realizadas con adultos mayores de la parroquia de San Roque.

3.3. Métodos

3.3.1. Teóricos.

El método teórico permitió formular las conclusiones generales a partir de premisas específicas dadas desde el marco teórico, que proporciona los segmentos a investigar dentro del campo, en nuestra investigación nos permitió indagar y obtener información bibliográfica de textos con información relacionada a gastronomía, turismo y patrimonio cultural que fueron consultados en la biblioteca de la Universidad Técnica del Norte y también de sitios web para desarrollar y argumentar conceptos relacionados al tema de estudio.

3.3.2. Dialectico.

El método dialectico es la técnica científica de conocimiento del universo, este procedimiento constituye el arte del dialogo y la discusión. Aporta al hombre la posibilidad de comprender los más diversos fenómenos de la realidad.

En esta investigación se realiza el estudio de la situación en lo relativo a gastronomía, atractivos turísticos y expresiones culturales de la parroquia San Roque, lo cual permite descubrir la realidad mediante el dialogo con adultos mayores y autoridades de la parroquia realizando un levantamiento de información lo cual permite analizar y discutir los datos obtenidos.

3.3.3. Analítico.

Es el método de investigación que consiste en la segmentación de un todo, fragmentando en partes o elementos para observar las causas, la naturaleza y los efectos.

Este método permitió analizar, observar e indagar información particular de la parroquia San Roque de esta forma comprender su esencia, en conclusión este método nos permite conocer más el objeto de estudio.

3.3.4. Analógico

El método analógico se fundamenta en emplear relaciones de similitud entre objetos diferentes para encontrar soluciones, consiste en encontrar dos situaciones o sistemas que sean similares, para concluir con un mismo resultado.

En la investigación el método analógico permite establecer relaciones entre la gastronomía, el turismo y las expresiones culturales de la parroquia en estudio para salvaguardar la gastronomía ancestral y potencializar el turismo.

3.3.5. Sistémico

El método sistémico es uno de los instrumentos lógicos actuales en el ámbito de la metodología, encaminado al discernimiento de la holística, realidad de donde se extrae la propia problemática y las soluciones correspondientes.

El método sistémico facilita el discernimiento de la problemática que actualmente acontece en la gastronomía y turismo de la parroquia San Roque para determinar la solución del problema.

3.4. Matemático.

Dentro del método matemático se utilizó el modelo cuantitativo porque se vale de números para examinar datos o información y en nuestra investigación nos permite interpretar datos numéricos de los hechos investigados, mediante operaciones estadísticas, para así obtener resultados reales de esta forma llegar a los análisis, conclusiones y recomendaciones pertinentes.

3.4.1. Estadística Descriptiva

La estadística descriptiva se dedica a recolectar, ordenar, analizar, y presentar, a un conjunto de datos, con el fin de describir apropiadamente las particularidades de este, estos datos se obtienen mediante un estudio calculando una serie de medidas de tendencia central, para ver en qué medida los datos se agrupan en torno a un valor.

3.5. Estrategias, Técnicas e Instrumentos

3.5.1. Estrategias.

Las estrategias son formas acertadas de la aplicación de técnicas e instrumentos para la obtención de información en nuestra investigación utilizamos la observación, aplicación de entrevista, análisis de datos y de esta manera llegamos a conclusiones.

3.5.2. Técnicas.

1. Observación.

Para el levantamiento del inventario gastronómico, se visitaron a los principales lugares con presencia de platos tradicionales, fiestas y folklore. Para identificar su valor, histórico y cultural. La información se recoge a través de la observación la cual plasmamos en fichas de inventario cultural.

Se utilizó la observación como una técnica para conseguir datos del campo de estudio, esta información permite el desarrollo del proyecto.

2. Entrevista.

Se recogió toda la información posible mediante entrevistas estructuradas, las cuales se las realizara a una muestra de los adultos mayores de San Roque del cantón de Antonio Ante de la provincia de Imbabura, para aplicarlas ordenadamente en la investigación.

La entrevista fue estructurada por profesionales para ser aplicada de una forma clara y eficaz y así obtener datos para facilitar el desarrollo del trabajo investigativo.

3.5.3. Instrumentos.

1. Cuestionario.

Grupo de preguntas debidamente estructuradas que son formuladas en la entrevista dirigida a adultos mayores que viven en la parroquia San Roque del cantón de Antonio Ante de la provincia de Imbabura, los cuales aportarán información relevante para la elaboración del proyecto.

2. Fichas de inventario.

Para la investigación del inventario gastronómico se utilizó una ficha de recolección de datos gastronómicos, propuesto por el Ministerio de Turismo, para la inclusión de datos generales como estado de conservación, estructura física, vialidad y facilidades turísticas del lugar. Se utiliza una ficha para cada bien observado para poder analizar cada atractivo de la parroquia San Roque del cantón de Antonio Ante de la provincia de Imbabura.

3. Video – grabadora.

Se utilizó para recopilar los datos de la entrevista mediante video- grabadora a las personas mayores de 50 años de la parroquia San Roque del cantón de Antonio Ante de la provincia de Imbabura a quienes van dirigidas las entrevistas.

CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS DE DATOS

4.1. Plan de Procesamiento de Datos

El levantamiento de información se dio inició con el desplazamiento a la parroquia San Roque la cual es centro de la investigación, procediendo a entrevistar a las personas adultas mayores y autoridades de la parroquia utilizando como principal herramienta un cuestionario en el cual consta de preguntas claras y bien estructuradas mismas que facilitan la obtención de información histórica y actual de productos, gastronomía y datos relativos al contexto cultural del sector dando lugar a un procesamiento de datos para posteriormente hacer una tabulación estadística y realizar un análisis de la información obtenida.

4.2. Tabulación y Análisis de Resultados

LEVANTAMIENTO DEL INVENTARIO GASTRONÓMICO

Fuente: Adultos mayores y autoridades de la Parroquia de San Roque.

Fecha: 12 de Mayo del 2014.

Lugar: Parroquia de San Roque.

Elaborado por: Mirian Bravo, Evelin Mora.

Tabla N° 1

Qué alimentos ancestrales existían en la zona.

Alimentos ancestrales	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentajes
Maíz	12	60%
Oca	7	35%
Mashua	1	5%
Frejol	6	3%
Papa chola	4	20%
Melloco	1	5%
Quinua	1	5%
Chulpi	9	45%
Chocho	1	5%
Lenteja	1	5%
Arveja	2	10%
Zambo	3	15%
Morocho	3	15%
Camote	1	5%

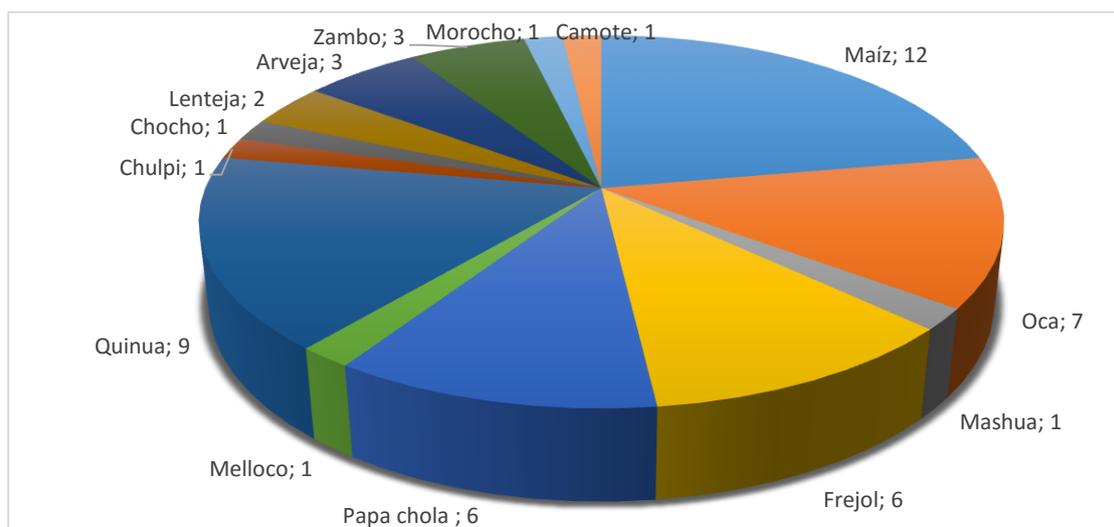


Gráfico 1 Alimentos ancestrales existentes en la zona

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Los datos obtenidos mediante las encuestas realizadas en la parroquia de San Roque dan como resultado al maíz como el producto ancestral más cultivado en la zona, seguido de la quinua, oca, cebada frejol, papa chola y en menor producción el haba, trigo, chulpi, lenteja, zambo, camote.

Tabla N° 2

Qué alimentos se producen actualmente.

Alimentos que se producen actualmente	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentajes
Maíz	20	100%
Arveja	14	70%
Frejol	19	95%
Habas	7	35%
Mel loco	4	20%
Zanahoria	1	5%
Zanahoria blanca	1	5%
Lechuga	1	5%
Mora	1	5%
Tomate de árbol	2	10%
Papa	13	65%
Quinoa	3	15%
Chocho	2	10%
Zambo	4	20%

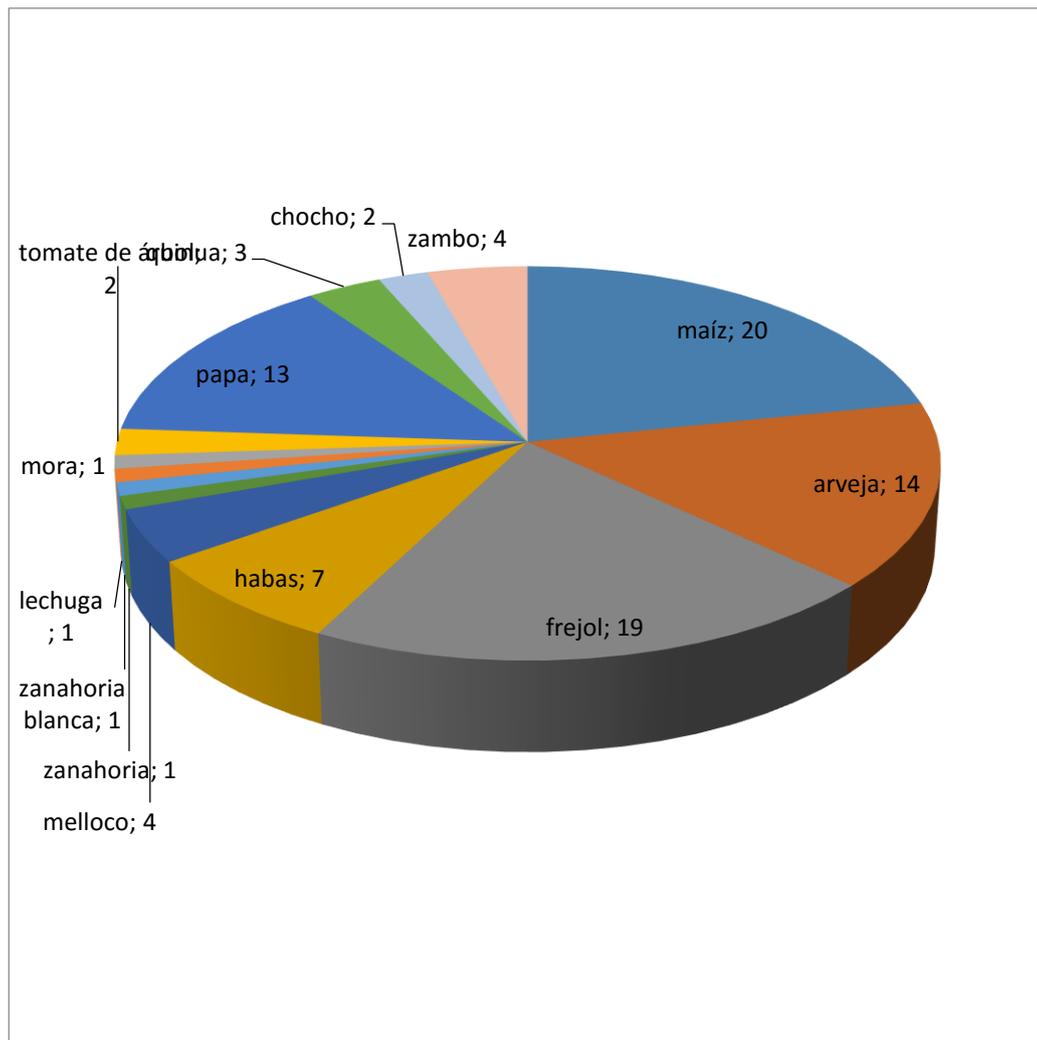


Gráfico 2 Alimentos que actualmente se producen.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Los productos de mayor cultivo en la actualidad sin lugar a duda en el sector de San Roque es el maíz por el cual realizan rituales de agradecimiento y fiesta por su cosecha dado que es este la principal fuente de alimentación desde la antigüedad, seguido el frejol, arveja y haba.

Tabla N° 3

Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían

Métodos de conservación de alimentos	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentajes
Secado al sol	10	50%
Salado	6	30%
Vasija de barro	2	10%
Soberado	1	5%
Sazonado	2	10%
Ahumado	6	30%
Desconoce	3	15%

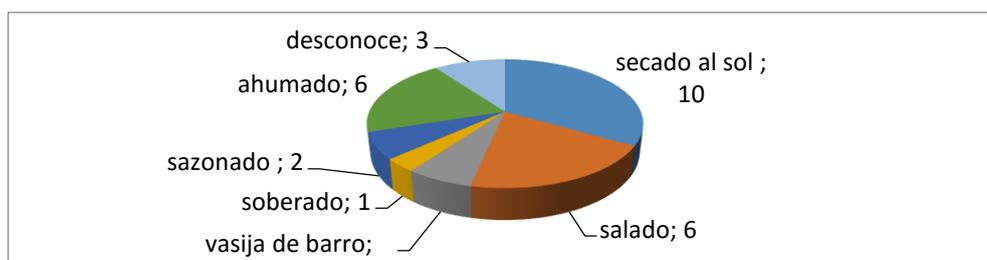


Gráfico 3 Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Los métodos de conservación utilizados en la antigüedad en la parroquia entrevistada es el secado al sol método en el cual realizaban cecinas de carne la sazocaban por lo general con especias que ellos cultivaban para luego exponer al sol, El salado también era una forma de conservación de la carne colocaban sal sobre la carne y la colgaban en alambres dentro de la cocina, por último el ahumado una forma de conservación, utilizada en el sector esto consistía en adobar la carne para luego colgarle sobre la tulpá o cocina de leña la cual absorbía el humo que salía a la hora de preparar los alimento

Tabla N° 4

Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos

Temporada de cosecha de los alimentos	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentajes
Mayo	13	65%
Junio	20	100%
Julio	4	20%
Agosto	2	10%

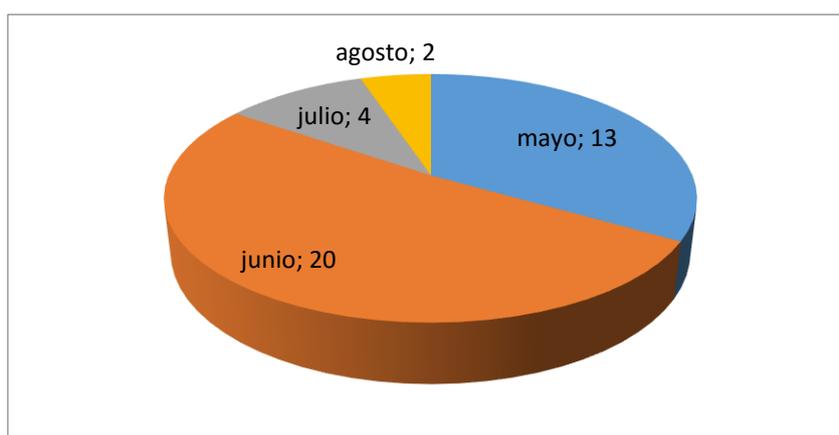


Gráfico 4 Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Como se puede observar en el gráfico el mayor porcentaje de cosecha de alimentos, se realiza en junio mes en el que casi la mayoría de productos están listos para ser cosechados y en menor cantidad en el mes de mayo, algunos de estos productos son para consumo propio y otros para ser comercializados.

Tabla N° 5**Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas bebidas de la zona.**

Tipos de especias que se utiliza en las preparaciones	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentaje
Cilantro	8	40%
Ajo	16	80%
Apio	1	5%
Cebolla	17	85%
Hierba luisa	2	10%
Cedrón	1	5%
Comino	11	55%
Hoja de naranja	1	5%
Magui	2	10%
Sabora	1	5%
Manzanilla	1	5%
Hierva buena	2	10%
Pimiento	1	5%
Sal	3	15%

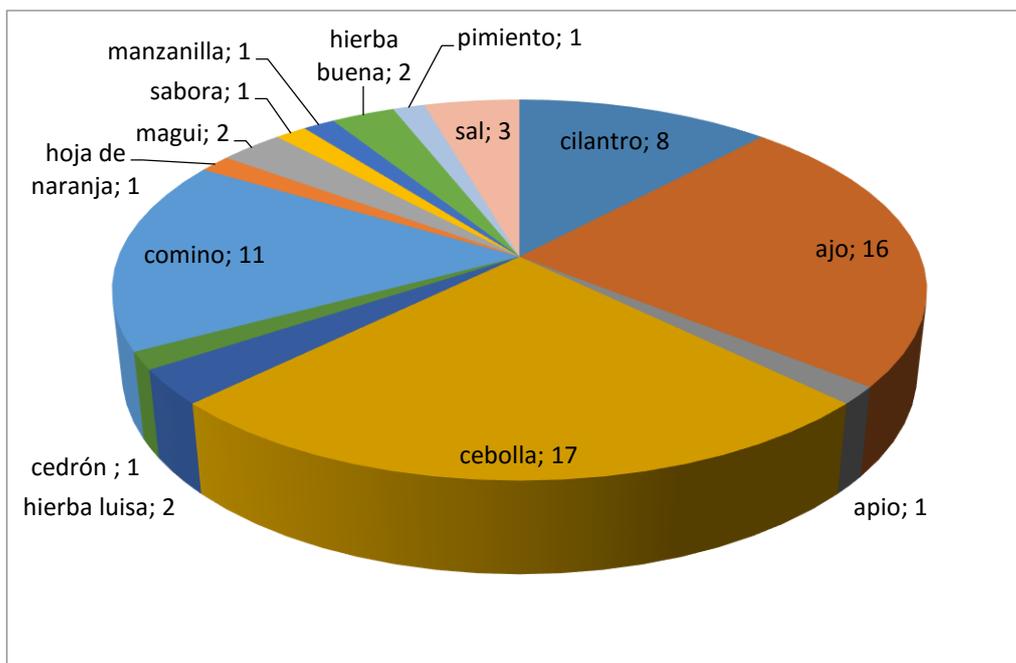


Gráfico 5 Tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Las especias más utilizadas para la preparación de los platos de este sector son: la cebolla, el ajo y comino; y en menos porcentajes la utilización de hierba buena, apio, pimiento, achiote, hierba luisa.

Tabla N° 6**Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona.**

Comidas y bebidas preparadas en la zona	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentajes
Chicha de jora	10	50%
Cuy asado	7	35%
Caldo de gallina	4	20%
Colada de harina de maíz	17	75%
Sopa de zambo	8	40%
Colada de oca	2	10%
Chuchuca	9	45%
Yahuarlocro	1	5%
Champús	7	35%
Fritada	6	30%
Mote	4	20%
Tamales	2	10%
Tostado	5	25%
Frejol Luces	1	5%
Dulce de zambo	3	15%
Choclotandas	1	5%
Zambo con dulce	2	10%
Colada de choclo	1	5%
Morocho	3	10%
Hornado	3	15%
Colada blanca	1	10%
Sopa de quinua	2	10%
Colada morada	1	5%
Chicha de arroz	1	5%
Sopa de cebada	2	10%
Ensalada de Vegetales	1	5%
Pan	4	20%
Choclos cocinados	4	20%
Tortillas de Maíz	1	5%

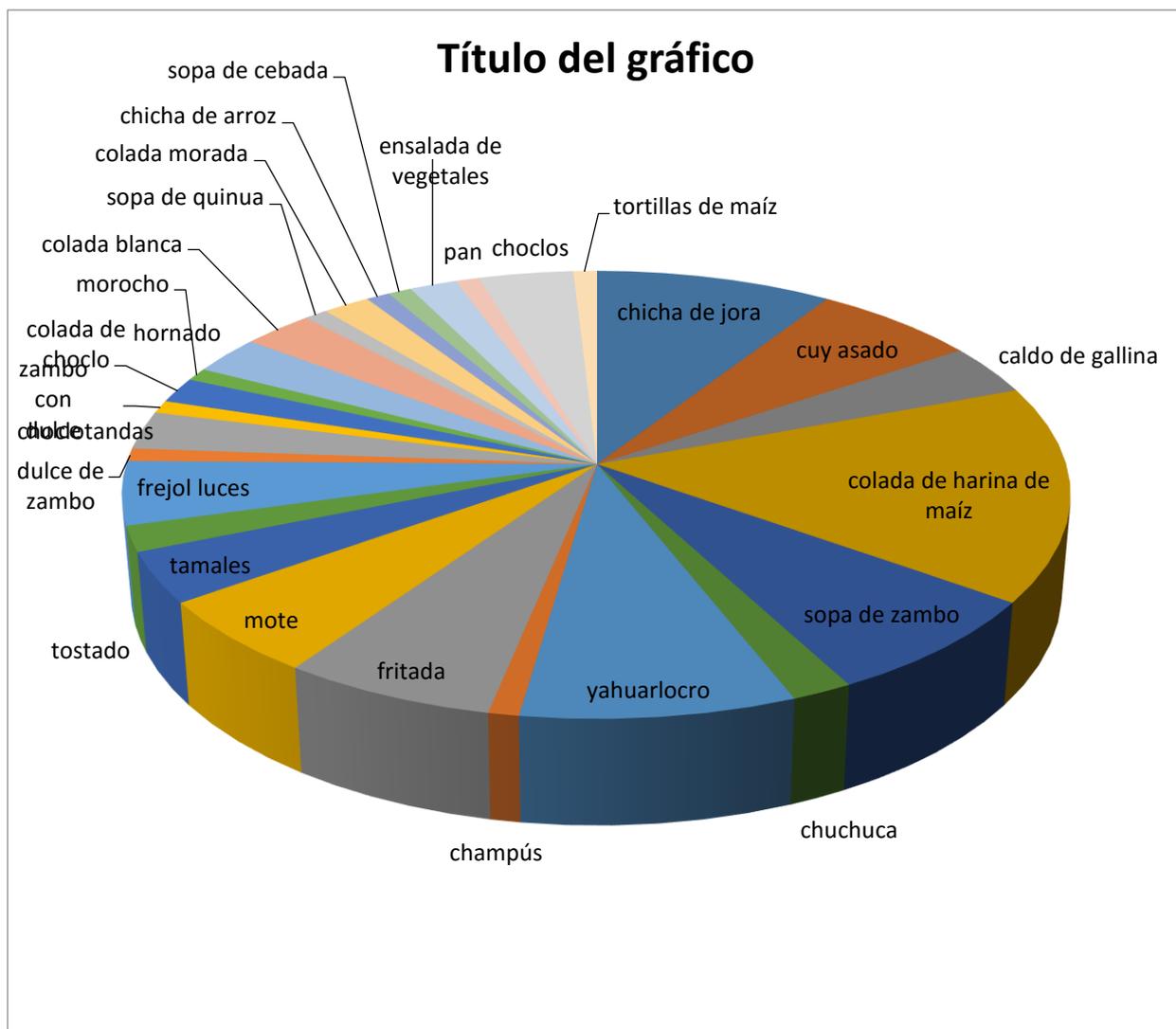


Gráfico 6 Comidas y bebidas que se preparan en la zona.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

San roque posee una gastronomía variada y ancestral en la cual podemos encontrar preparaciones su mayoría a base del maíz elaboraciones como son colada de maíz, chuchuca, chicha de jora sopa de zambo, también hay preparaciones como el cuy asado, champús las cuales las sirven en festividades y en ocasiones especiales

Tabla N° 7

Cuáles son las técnicas de elaboración

Técnicas de elaboración	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentaje
Hervido	17	85%
Frito	11	55%
Asado	17	85%
Molido	10	50%
Fermentado	12	60%
Tostado	15	75%

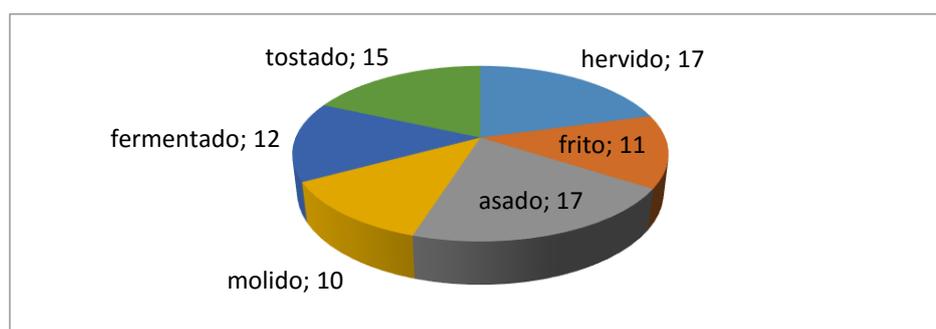


Gráfico 7 Técnicas de elaboración

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Podemos mencionar que los métodos más utilizados en la parroquia San Roque para la transformación de los alimentos es el asado un método de cocción muy manejado desde la antigüedad, un producto sobresaliente es el cuy el cual pasa por un proceso de asado, del mismo modo el hervido es utilizado para la cocción de los alimentos, también utilizan el tostado, molido, fermentado y frito los cuales son métodos muy conocidos y aplicados en mencionado lugar.

Tabla N° 8

Cuáles son los utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.

Utensilios que se usan para elaborar las comidas	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentaje
Tiesto	17	85%
Cuchara de palo	10	50%
Calderas de Aluminio	11	55%
Tonel	7	35%
Piedra de moler	3	15%
Batea de madera	3	15%
Paleta de hacer pan	1	5%
Pondo	1	5%

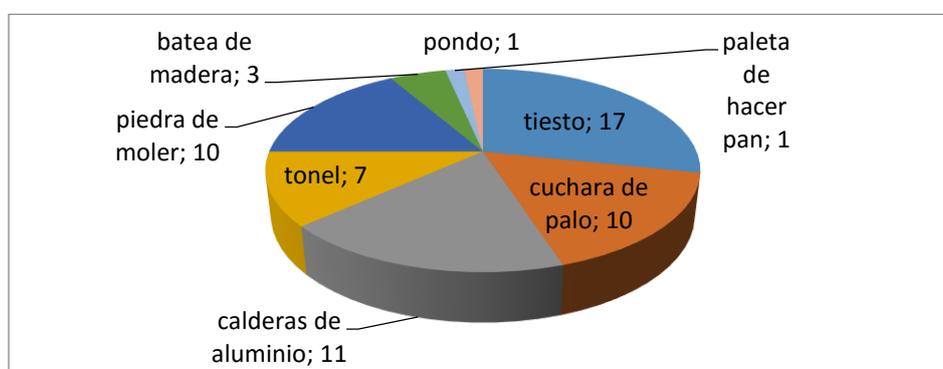


Gráfico 8 Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Desde la antigüedad los utensilios forman parte indispensable para la elaboración de alimentos los cuales permiten mantener y resaltar un sabor original, en San Roque la utilización del tiesto es muy común puesto que es parte de la culinaria propia del sector mismo que viene conservándose desde épocas pasadas.

Las calderas de aluminio, cucharas de palo también forman parte a la hora de preparar el menú diario, actualmente se ha disminuido el uso del tonel, piedras de moler y la batea de palo.

Tabla N° 9

Cuales (incluir fechas) son las manifestaciones culturales de la zona y que alimentos o bebidas se relacionan con estas.

Manifestaciones culturales	Cantidad de encuestados	
	(20 personas)	Porcentaje
Inti Raimy	18	90%
Fiestas de la virgen del Quinche	1	5%
Fiesta de parroquialización	10	50%

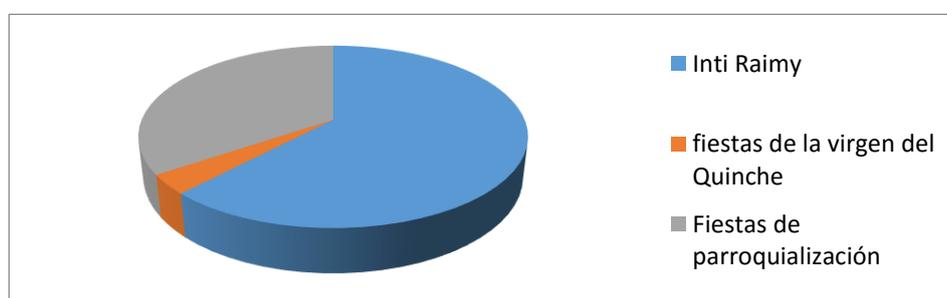


Gráfico 9 Manifestaciones culturales de la zona y alimentos o bebidas que se relacionan con éstas.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

De acuerdo a los encuestados las manifestaciones culturales que se realizan en San Roque son las fiestas del Inti Raymi y San Juanes mismas que son relacionadas al agradecimiento y regocijo por las cosechas de los frutos que produce la madre tierra, las cuales se desarrollan en los meses de junio y julio, aquí se puede degustar de platos tradicionales y típicos como son el cuy asado, chicha de jora, colada de maíz, fritada, champús y otras tantas delicias que preparan en este sector. También celebran la parroquialización de San Roque en cada aniversario y además festejan a la virgen del Quinche.

Tabla N° 10

Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos.

Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentaje
Familias	3	15%
Priostes	4	20%
Junta parroquial	9	45%
Comunidad	5	25%
Voluntarios	6	30%
Mujeres	7	35%

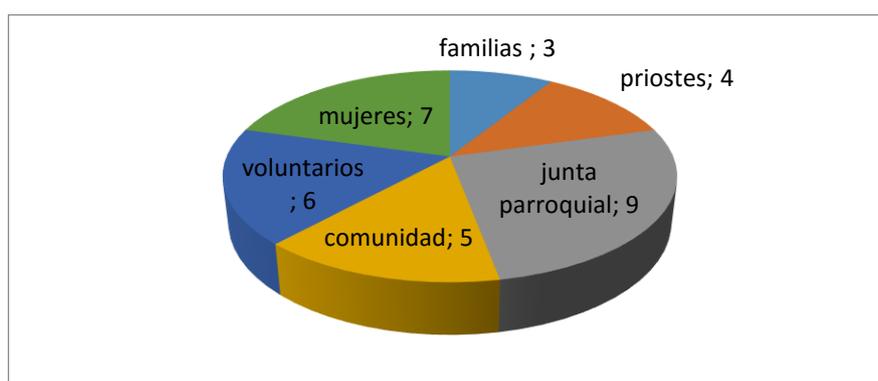


Gráfico 10 Persona que intervienen en las preparaciones de los alimentos.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Las personas que intervienen en la preparación de los alimentos son principalmente la junta parroquial ayudada por mujeres y voluntarios de la comunidad.

Tabla N° 11

Cómo o a quién se transmiten los conocimientos

Quiénes transmiten los conocimientos	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentajes
De padres a hijos	3	15%
De madres a hijas	13	65%
De abuelos a nietos	1	5%

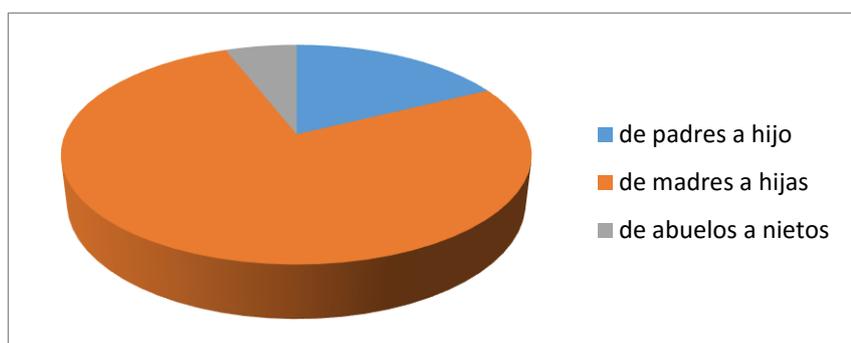


Gráfico 11 Maneras de transmiten los conocimientos

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Desde generaciones atrás los conocimientos son transmitidos en su mayoría de madres a hijas permitiendo que se sigan conservando las tradiciones y forma de elaboración de alimentos, también transmitían sus conocimientos los abuelos a sus nietos pero en poca escala.

Tabla N° 12**Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad**

Influencia de los alimentos en el comportamiento de la comunidad	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentaje
Unión familiar	5	25%
Unión de la comunidad	5	25%
Celebración	6	30%
Desconoce	6	30%

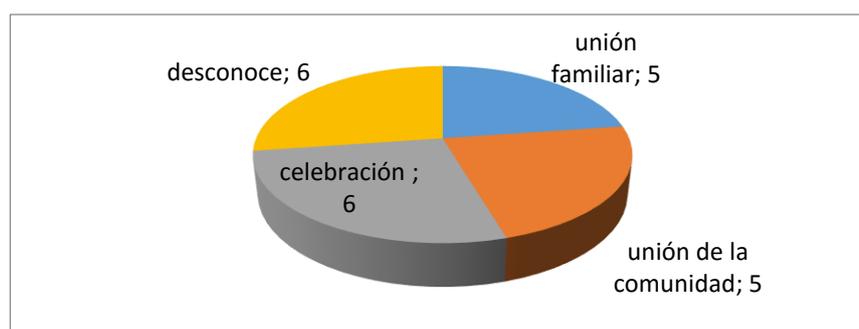


Gráfico 12 influencia de las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Según los encuestados la preparación de alimentos y bebidas influye en la celebración, unión de la comunidad y familia puesto que la gastronomía es parte de los festejos del pueblo.

Tabla N° 13

Desde cuándo se prepara.

Desde cuando se preparan los alimentos	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentaje
En vísperas	4	20%
Días antes	10	50%
Desconoce	5	25%

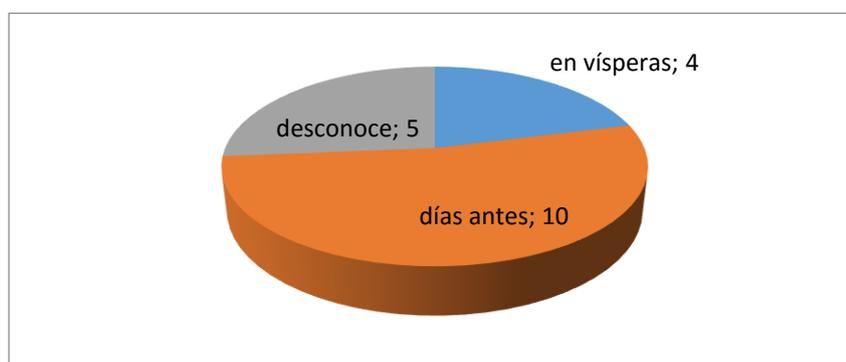


Gráfico 13 Desde cuándo se preparan los alimentos.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

En San Roque las personas realizan los preparativos días antes a la celebración puesto que algunas preparaciones son laboriosas y necesitan de fermentación como es el caso del champús y chicha de jora, estas costumbres las mantienen desde tiempos de antaño manteniendo así vivas sus tradiciones.

Tabla N° 14

En qué utensilios o cuales son las características en las que se los sirven.

Utensilios en los que se sirve los alimentos	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentaje
Platos de barro	7	35%
Platos desechables	14	70%
Platos de porcelana	6	30%
Desconoce	3	15%

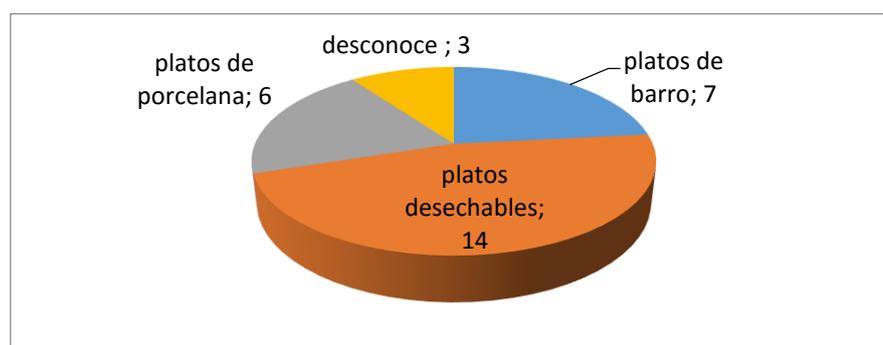


Gráfico 14 Utensilios en los que se los sirve.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Los encuestados con un mayor porcentaje concuerdan que ha variado la forma de servir los alimentos en las festividades tradicionales, colocando en riesgo la cultura gastronómica que los antepasados del lugar la practicaban, en la actualidad se está desapareciendo el uso de utensilios propios de la parroquia como son los platos de barro optando por servir los alimentos en vajilla desechable.

Tabla N° 15

Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados.

Recuerdos relacionados con los alimentos preparados	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentaje
		10%
Fiestas populares	2	15%
Tradiciones	3	50%
Recuerdos de la infancia	10	15%
Abuelitos	3	20%
Desconoce	4	

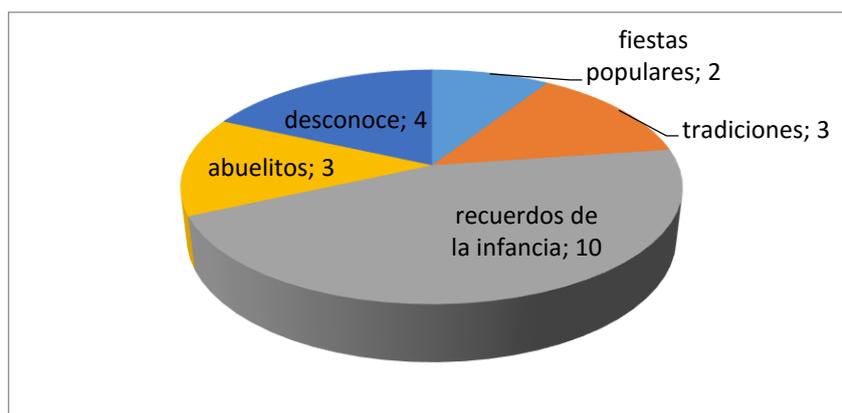


Gráfico 15 Recuerdos asociados con relación a los alimentos.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Según las respuestas podemos determinar que la mayoría de las personas entrevistadas relacionan a los alimentos preparados con vivencias de su niñez, llevándoles a recordar épocas de su infancia, también asocian a los alimentos con festividades, tradiciones y a sus abuelitos.

Tabla N° 16**Qué significado tiene el plato.**

Significado del plato	Cantidad de encuestados (20 personas)	Porcentaje
Tradición	6	30%
Reciprocidad	4	20%
Fiestas	3	15%
Desconoce	8	40%

**Gráfico 16** Significado del plato.

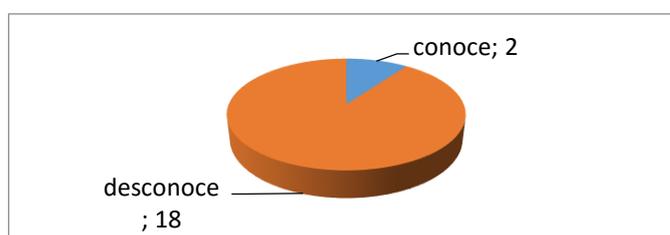
Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

Los encuestados en un 38% afirman de forma personal la ausencia de un valor significativo relacionado a las preparaciones del lugar, el 29% asocian a la gastronomía local con tradición dado que las preparaciones elaboradas en las fiestas constituyen toda una tradición desde mucho tiempo atrás, con 19% reciprocidad puesto que la generosidad está presente como un valor significativo y muy arraigado propio de su cultura y el 14% asocian a los platillos del lugar a fiesta, regocijo y alegría.

Tabla N° 17**Qué historia conoce del plato.**

Historias del plato	Pax	Porcentaje
Conoce	2	10%
Desconoce	18	90%

**Gráfico 17** Historia del plato.

Fuente: Mirian Bravo, Evelin Mora. (Datos obtenidos de 20 entrevistas)

ANÁLISIS

En su mayoría los habitantes de la parroquia desconocen el significado de los platos que se preparan en el sector poniendo en riesgo el valor histórico gastronómico de San Roque.

Dos de las veinte personas encuestadas nos compartieron la historia que conocían acerca de los platos que se preparan en la parroquia San Roque las cuales son:

El Aumento

La historia que nos narra el Señor Miguel Ángel Pineda es sobre la época de su juventud estando a las vísperas de las fiestas de San Juan se acostumbraba dar el llamado “AUMENTO” que no es otra cosa que la entrega de una cierta cantidad económica a un amigo cantidad que sería devuelta el próximo año duplicada, para realizar este acto se

entregaba un cuy asado mismo que debía de haber sido criado por la familia acompañado de preparaciones típicas del lugar.

El señor Humberto Cacuango nos cuenta que antiguamente se preparaba el champús de una manera particular para llegar a la fermentación le enterraban bajo tierra, también comenta sobre la carne de cuy que era considerada una de las más nutritivas y utilizada en rituales de curación según costumbres y creencias.

4.3. Informe Final de Procesos de Tabulación y Análisis

La información obtenida por medio del proceso de tabulación de datos receptados en las encuestas en la parroquia San Roque nos permite determinar la realidad de la gastronomía y cultura actual del lugar proporcionando una información valiosa y verídica para el desarrollo del presente proyecto.

Se determina que uno de los productos más cultivados es el maíz seguido del frejol, haba y arveja los cuales surcan los campos de la parroquia.

Otra información que se obtuvo es como ellos conservaban sus alimentos antiguamente, utilizando métodos como es el sacado al sol, el salado y ahumado permitiéndoles alargar la vida útil de productos que poseían en ese entonces.

Las preparaciones más sobresalientes de la parroquia San Roque son: colada de maíz, chuchuca, chicha de jora sopa de zambo, también existen elaboraciones como el cuy asado y champús, para condimentar se emplea especias como la cebolla ajo y comino realizando el sabor de sus comidas, en la cocción y procesamiento se utiliza métodos los cuales son el asado, hervido y frito, empleando el uso de distintos utensilios como el tiesto, calderas de aluminio y cucharas de palo. La cocina local está íntimamente ligada al pueblo con tradición, vivencias de su infancia con la familia, regocijo, fiesta y reciprocidad.

Las manifestaciones culturales y celebraciones de la parroquia son: el Inti Raymi, San Juanes, parroquialización de San Roque los alimentos asociados a estas fiestas son cuy asado, colada de maíz, chicha de jora, champús mismos que se sirven en vajilla desechable perdiendo parte de su identidad cultural, estas preparaciones influyen en la unión de la colectividad y familia, las cuales son preparadas principalmente por la junta parroquial ayudada por mujeres y voluntarios de la comunidad.

Es importante destacar que la gastronomía de la Parroquia San Roque está profundamente adherida a su identidad cultural, es imprescindible mantener viva su esencia y no dejar que se extingan las costumbres, métodos de transformación de alimentos hasta llegar al comensal de manera genuina y original, como la realizaban los antepasados.

4.4. Discusión

Concordamos con la tesis elaborada por la Ing. María Gabriela León Toaza la cual describe en su investigación que (León Toaza, 2013, pág. 37) “*los aborígenes de la sierra cultivaban variedades de papa, maíz, frejoles, chochos, camotes, ají, ocas, zapallo y diversas hierbas.*” Diferimos en productos como: quinua, oca, cebada, haba, trigo, chulpi y lenteja ya que fueron nombrados en nuestra entrevista y ella en su investigación no menciona.

En lo relacionado con los alimentos que se producen actualmente convenimos con los datos que proporciona el Proyecto “Generación de Geo información para la Gestión del Territorio a Nivel Nacional, escala 1: 25 000”, En la Base de datos de cobertura y uso de la tierra y sistemas de producción agropecuarios de cantón Antonio Ante los cuales son: Maíz, frejol, arveja papas, habas, melloco, quinua, tomate de árbol, chocho, nabo, zambo, lechuga, zahoria blanca, zahoria amarilla y mora. (MAGAP, 2013, págs. 22, 23)

La encuesta realizada en la parroquia San Roque en lo relacionado a métodos de conservación y de cocción de alimentos que existían concuerda con el libro titulado Turismo y Patrimonio Gastronómico una perspectiva, escrito por Regina G Schluter (Schulter, 2006,

pág. 48) la cual menciona que el “*ser humano utilizo diferentes procesos que dieron lugar al asado, ahumado, salado y hervido.*”

Discutimos con la tesis realizada por la Ing. Silvia De la Torre la cual menciona que en la parroquia elaboran las siguientes preparaciones: mazamorra de berro, mazamorra de nabo, de choclo molido, arepas de choclo, mote pela, casti mote, ensalada de nabo, ensalada de berro. (Maldonado, 2011, pág. 9) Ya que en nuestra investigación no mencionaron los entrevistados dichos productos y concordamos en preparaciones como: colada morada, champús, chicha de jora, habas, mote, arveja, frejol, arroz de cebada. Algunos productos que ella menciona están desapareciendo por ejemplo el nabo ya que en épocas pasadas este era muy utilizado en diferentes elaboraciones. También podemos discutir en los utensilios que los San Roqueños utilizaban para preparar los alimentos en su tesis indica que utilizaban ollas de barro pero lamentablemente en la actualidad se ha perdido esta costumbre reemplazándolas por ollas de aluminio poniendo en riesgo su identidad cultural y gastronómica.

En lo relacionado a las manifestaciones culturales concertamos con la tesis realizada por la autora Pamela Maldonado de la universidad UTE el Inti Raimy se lo realiza todos los meses de junio de cada año, esta fiesta es una tradición que la celebran en toda la provincia de Imbabura en agradecimiento al sol por las cosechas realizadas.

La bebida tradicional de esta celebración es la chicha de jora que es realizada a base de maíz.

Schulter menciona que los conocimientos gastronómicos son transmitidos de generación a generación (Schulter, 2006, pág. 56) con lo cual concordamos ya que en las encuestas realizadas a los adultos mayores de San roque nos respondieron lo mismo la gastronomía es un patrimonio inmaterial que se trasmite a nuevas generaciones.

4.5. Recetas Estándar

Tabla N° 18

Cuy asado

RECETAS ESTANDAR		CUY ASADO			
Fecha:		14 de mayo del 20015			
Fuente:		María Días Pineda			
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo			
Tipo de preparación:		Plato principal			
Tiempo de preparación:		1 hora y media			
No. Pax:		4		No. de ficha: 1	
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place	
CUY	1	u			
ADOBO					
Ajo	1	g	19	Repicado	
Cebolla larga	1 rama de cebolla larga	g	40	Fino brunoise	
Comino	1 cucharita.	g	5	Molido	
Sal	1 cucharita	g	16		
Papas	4 unidades	g	500	Limpias	
PROCEDIMIENTO					
<p>PAPAS</p> <p>1.- Cocer las papas con agua y sal.</p> <p>CUY</p> <p>2.- Se sacrifica el cuy y se procede a sumergirle en agua bien caliente para retirar todo el pelaje.</p> <p>3.- Se retiran las vísceras.</p> <p>4.- Se prepara el adobo que consiste de en la sal, comino, y ajo repicado.</p> <p>5.- Se mezclan todos los ingredientes y con esta preparación se adoba el cuy.</p> <p>6.- Una vez macerado el cuy se lo llevado a la brasa.</p> <p>7.- Para asarlo se lo coloca en un palo a través de la cabeza hasta llegar a las patas y atar las patas con hilo de bridar y ponerlo en la brasa e ir dando la vuelta para que se hace todo el cuy</p> <p>8.- Luego con una cebolla puerro previamente cortada en la punta a modo de brocha pintar el cuy con manteca derretida.</p> <p>9.- Asar por una hora y media, tiempo en el cual alcanza su perfecta cocción.</p> <p>7.- El cuy se sirve acompañado de papas.</p> <p>Nota: Los cuyes son el producto cárnico preferido del sector.</p>					

Tabla N° 19

Chuchuca

RECETAS ESTANDAR	Chuchuca			
Fecha:	14 de mayo del 2015			
Fuente:	Mercedes Maldonado			
Elaborado por:	Evelin Mora-Mirian Bravo			
Tipo de preparación:	Sopa			
Tiempo de preparación:	45 Minutos			
No. Pax:	4			
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Maíz Cau	½ taza	g	100	Desgranado y Molido
Zanahoria	1 unidad	g	80	Picada en brunoise
Papas	2 papas	g	300	Peladas y troceadas
Col	2 hojas	g	85	Picada
Cebolla larga	1rama	g	65	Picada en fino brunoise
Carne de cerdo	½ libra	g	227	Picada en cubos
Cilantro	½ Manojó	g	5	Picado
Sal	½ Cuchara	g	8	
Manteca	½ cuchara	g	8	
<p>PROCEDIMIENTO:</p> <p>1.-En una olla con agua colocar la carne de cerdo, el maíz o chuchuca, la zanahoria, col, agregar el cilantro dejar cocer hasta que la chuchuca este suave</p> <p>2.- Añadir las papas, manteca cuando las papas están cocidas servir.</p> <p>Nota: La Chuchuca es parte del menú diario de los San Roqueños.</p>				

Tabla N° 20

Colada de maíz

RECETAS ESTANDAR		COLADA DE MAÍZ		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Días Pineda		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		30 Minutos		
No. Pax:		4		No. de ficha: 3
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de maíz	½ taza	g	100	
Cebolla larga	1 rama	g	65	Picada en fino brunoise
Ajo	1 diente	g	30	Picado
Color en polvo	1 cuchara	g	16	
Carne de cerdo	½ libra	g	227	Picada en trozos
Cilantro	½ Manojó	g	5	Picado
Sal	½ Cuchara	g	8	
Manteca	½ cuchara	g	8	
Comino	½ cuchara	g	8	
<p>PROCEDIMIENTO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mezclar la harina con el comino, color, agregar en una olla con agua mezclar bien poner la carne, cebolla, ajo, cilantro y la sal. 2.- Cocinar hasta que la carne este bien cocida y servir. <p>Nota: La colada de maíz es una de las preparaciones más elaboradas en el lugar.</p>				



Tabla N° 21

Chicha de jora

RECETAS ESTANDAR		CHICHA DE JORA		
Fecha:		14 de Mayo del 2015		
Fuente:		María Días Pineda		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		1 mes		
N° Pax.		4		No. de ficha: 4
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Agua	7litros	lt	7	Hervida
Harina de jora	1libra	g	454	
Panela ladrillo	4 unidad	g	800	Enteros
Cedrón	½manejo	g	30	
Hierva luisa	½ manejo	g	30	
Cascara de piña	piña pequeña	g	60	Troceada
Clavo de olor	5	u	5	
Piña	½ piña	u	200	En cubos
Babaco	½ babaco	u	150	En cubos
Guanábana	½ guanábana	u	200	Pulpa
Piña	1 unidad	g	900	
PROCEDIMIENTO				
<p>1.- Se remoja el maíz luego se procede a cubrirlo con costales de cabuya, echarle agua durante 15 días y moverlo</p> <p>2.- Sacar a secar el maíz por 14 días</p> <p>3.-Moler el maíz</p> <p>4.- Poner a hervir agua colocar la harina cocinar por 5 horas, remover constantemente.</p> <p>5.- Hervir agua agregar las especies, cascara de piña el dulce.</p> <p>6.-Licuar la piña, babaco, y guanábana con el agua aromatizada y servir.</p> <p>NOTA: El maíz debe ser escogido cuidadosamente</p>				

Tabla N° 22

Champus

RECETAS ESTANDAR		CHAMPUS		
Fecha:		14 de Mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuangó		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		3 Días		
N° Pax.		4		No. de ficha: 4
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de maíz	1 libra	g	454	
Agua	4 litros	ml	4000	
Panela ladrillo	1 unidad	g	200	Enteros
Hojas de arrayan	½manejo	gr	30	
Hishpingo	½ astilla	g	1	
Clavo de olor	3 unidades	g	10	
Clavo de olor	5	u	5	
Canela	3astillas	u	10	Astillas
Pimienta dulce	3 pepas	u	10	
Cedrón	1 manejo	g	40	
PROCEDIMIENTO				
<p>1.- Poner en una olla ½ litro de agua juntamente con las especies y el dulce dejar hervir durante 10 minutos.</p> <p>2.- Mezclar la harina de maíz con agua dejar fermentar por 4 días</p> <p>3.-Cernir el producto para obtener el liquido</p> <p>4.- Añadir el cedrón y el arrayan</p> <p>5.- Cocinar durante 1 hora</p> <p>6.-Sacar y añadir el agua aromatizada sacar del fuego y dejar que se fermente.</p> <p>NOTA: Esta bebida se la realiza en épocas de fiesta.</p>				

Tabla N° 23

Sopa de zambo

RECETAS ESTANDAR		SOPA DE ZAMBO		
Fecha:		14 de Mayo del 2015		
Fuente:		Manuela Chiza Guajan		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		1 hora y media		
N° Pax.		4		No. De ficha: 4
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Zambo	½ zambo	g	500	Picado en dados
Mellocos	1 taza	g	300	Picado en rodajas
Habas	1taza	g	300	Peladas
Choclo	1 unidad	g	250	Desgranado
Papa chola	2 unidades	g	300	Peladas y troceadas
Col	3 unidades	g	100	Picada
Chocho	½ taza	g	150	
Frejol	½ taza	g	150	
Carne de cerdo	½ libra	g	227	En trozos
Cilantro	½ manojo	g	20	Picado
Cebolla larga	1 rama	g	20	Picada en fino bronaice
Sal	1cuchara	g	14	
Aceite	1 chorro	ml	20	
Achote	1 Chorruto	ml	15	
Ajo	1 diente	g	5	Picado
Pepa de zambo	½ taza	g	150	Tostada
Leche	1 taza	ml		
PROCEDIMIENTO				
<p>1.- Poner en una olla con agua a cocer el zambo, col, y los granos.</p> <p>2.- Realizar un sofrito con el aceite, achote, cebolla, ajo, cilantro y agregar a la sopa</p> <p>3.- Agregar las papas y cocer hasta que estén bien cocidas</p> <p>4.- Licuar la pepa de zambo con la leche agregar a la sopa dejar hervirla leche y servir.</p> <p>NOTA: Esta sopa es muy nutritiva.</p>				



Tabla N° 24

Fritada

RECETAS ESTANDAR		Fritada		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Carmen Días Pineda		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Principal		
Tiempo de preparación:		60 Minutos		
No. Pax:		4		No. de ficha: 7
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Carne de chanco	2libras	g	1000	Cortada en trozos
Choclos	4 unidades	g	450	Desojados y limpios
Papas	12 unidades	g	1500	Previamente lavadas
Maíz	1libra	g	454	Tostado
Mote	1libra	g	454	Cocido
Sal	1cuchara	g	14	
Ajo	1 diente	G	5	Picado
Comino	½ Cucharadita	G	10	
Cebolla larga	1 Rama	g	16	Picada
Aceite	1 taza	ml	250	
<p>PROCEDIMIENTO: Sazonar la carne con la sal, ajo, comino, y cebolla luego la freímos, cocemos los choclos, las papas procedemos a servir junto con el mote, queso y el tostado.</p>				

Tabla N° 25

Dulce de zambo

RECETAS ESTANDAR		DULCE DE ZAMBO		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		1 hora		
Tiempo de preparación:		Postre		
No. Pax:		4		
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Zambo	½ zambo	G	500	Limpio y picado en trozos
Panela	2	G	300	
Canela	2 astillas	G	10	
<p>PROCEDIMIENTO: Poner en cocción el zambo agregar la panela, canela y remover constantemente dejar cocer hasta se reduzca.</p>				

Tabla N° 26

Caldo de gallina

RECETAS ESTANDAR		CALDO DE GALLINA		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Entrada		
Tiempo de preparación:		45 minutos		
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Gallina	1/2	G	445	Limpia en octavos
Arveja	1/2tasa	G	100	Cocida
Apio	rama	G	20	Picado
Cebolla	1 rama	G	10	En trozos
Ajo	1 diente	G	5	Picado
Zanahoria	1	G	20	Picada en fino bronua y cocida
Cilantro	½ manojo	G	5	Picado
Sal	1 cucharada		5	
<p>PROCEDIMIENTO: Colocamos los octavos de gallina en cocción dejamos cocer por 20 minutos agregamos la cebolla, apio, ajo dejamos cocer por 15 minutos más agregamos la zanahorias, alverja y por último el cilantro dejamos en cocción por 10 minutos más rectificamos y servimos.</p>				

Tabla N° 27
Colada de oca

RECETAS ESTANDAR		COLADA DE OCA		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:				
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Postre		
Tiempo de preparación:		30 minutos		
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Ocas	10 ocas	G	250	Limpias
Canela	2 astillas	G	5	
Leche	1 litro	ml	1000	Hervida
Panela	½ panela	G	100	
<p>PROCEDIMIENTO: Se pone a cocinar las ocas en ½ litro de agua, hasta que estén bien cocinadas en estado de deshacerse, luego se pone a cocinar la leche hasta que hierva, se le agrega la canela y la panela al gusto. Se entrevera las ocas con la leche y se las bate bien luego se las pasa por un colador y queda lista para el consumo.</p>				

Tabla N° 28

Yahuarlocro

RECETAS ESTANDAR		YAHURLOCRO		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		1 hora		
No. Pax:		4		
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Menudo de borrego	1 libra	g	454	Bien limpio y picado
Sangre de borrego	½	g	227	Picada
Papas	2	g	200	En bronuace
Maní	3 cucharadas	g	100	Tostado y licuado
Cebolla	1 rama	g	10	Picada
Cilantro	1/manojo	g	5	Picado
Orégano	1 cucharadita	g	5	
Ajo	1 diente	g	5	Picado
Pimienta				Al gusto
Aceite	2 cucharadas	ml	100	
<p>PROCEDIMIENTO: Coloque el menudo en la olla de presión hasta que esté suave. Retire el menudo del caldo. En una olla grande haga un refrito con aceite, cebolla blanca, culantro, orégano, comino, pimienta y ajo. Luego agregar la papa picada y fría con el refrito, añada el maní disuelto en leche, tapar y dejar hervir por 15 minutos, ahora agregar el caldo de menudo y deje cocinar bien las papas; para retirar agregar el menudo.</p>				

Tabla N° 29

Mote

RECETAS ESTANDAR		MOTE		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mirian Bravo Mora		
Tipo de preparación:				
Tiempo de preparación:				
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Morocho	2 libras	g	908	
Ceniza	3 cucharadas	g	100	
Agua	5 litros	ml	5000	
<p>PROCEDIMIENTO: Se procede a cocinar el el morocho con abundante agua y agregamos la ceniza después se enjuaga con abundante agua y se deja desaguar por varios días se cocina.</p>				

Tabla N° 30

Tamales

RECETAS ESTANDAR		TAMALES		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Postre		
Tiempo de preparación:		45 minutos		
No. Pax:		4		No. De ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de maíz	3 libras	G	1362	Tamizada
Cebolla	1	G	20	Picada en fino bronuace
Azúcar	1 libra	G	454	
Hojas de achira	4			
Pollo	1/pechuga	G	200	Cocida y desmenuzada
Pasas	8	G	50	
Huevo	3	G	75	En punto de nieve
Aceite	1Cucharada	ML	5	
Mantequilla	½ libra	G	227	
Zanahoria	2 cucharadas	G	20	Picada en fino bronuace
Arveja	2 cucharadas	G	20	Cocida
Pimiento	1 cucharada	G	10	Picado en fino bronuace
<p>PROCEDIMIENTO: Añadir la harina, mantequilla y un poco de azúcar para realizar la masa. Le añadimos el caldo de cocer las pechugas de pollo y removemos para mezclar. Poner e en una sartén a fuego lento aceite, pimiento, cebolla, arveja, zanahoria y el pollo realizar un sofrito.</p> <p>Limpia las hojas de achira damos forma a los tamales. Cuando esté hecha vamos montando poniendo masa sobre la hoja de achira, rellenamos con un poco de pollo, huevo duro, zanahoria. Llevamos a una olla de vapor y ponemos al baño maría al menos durante 15 o 20 minutos. Después se deja enfriar antes de servir.</p>				

Tabla N° 31

Tostado

RECETAS ESTANDAR		TOSTADO		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:				
Tiempo de preparación:				
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Maíz	1libra	g	454	Bien limpio
Sal	1/2cucharada	g	5	
Cebolla larga	1 rama	g	10	En trozos
Aceite	1/2tasa	ml	150	
<p>PROCEDIMIENTO: Se procede poner en fuego el aceite cuando este bien caliente agregamos el maíz y la cebolla removemos constantemente hasta que se dore agregamos la sal y servimos.</p>				

Tabla N° 32

Frejol luces

RECETAS ESTANDAR		FREJOL LUCES		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		Miguel A Pineda		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		40 minutos		
No. Pax:		4		
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	No. de ficha:
				Mise en place
Frejol	1 libra	g	454	Remojado y molido
Col	4 hojas	g	50	Picada en trozos
Papas	2 papas	g	100	Pelada y picada en trozos
Zanahoria	1	g	55	Picada en fino bronuase
Sal	½ cucharada	g	4	
Cebolla larga	1 rama	g	10	Picada
Cilantro	½ manojito	g	5	Picado
Achiote	1 chorrito	ml	10	
Ajo	1 diente	g	5	Picado
<p>PROCEDIMIENTO: Poner a cocer el frejol agregar la zanahoria, col, dejar cocinar por 15 minutos y agregamos la papa cilantro, cebolla, achote, ajo, sal cocinar hasta que este suave y servir.</p>				

Tabla N° 33
Choclotandas

RECETAS ESTANDAR		CHOCLOTANDAS		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Postre		
Tiempo de preparación:		40 minutos		
No. Pax:		4		
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Choclos	10	g	700	Molidos
Mantequilla	1/2libra	g	227	
Leche	1/2	ml	500	
Azúcar	1/2libra	g	227	
Hojas de choclo				Limpias
<p>PROCEDIMIENTO: Mezclar el choclo con la mantequilla el azúcar y la leche, mesclar bien colocar la mezcla en las hojas llevar a cocción a vapor por 40 minutos y servir.</p>				

Tabla N° 34

Zambo con dulce

RECETAS ESTANDAR		ZAMBO CON DULCE		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:				
Tiempo de preparación:				
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Zambo	1	g	550	Picado trozos pequeños
Canela	2 astillas	g	10	
Leche	1/2	ml	500	
Choclo	1	g	30	Cocinado
<p>PROCEDIMIENTO: Poner a cocinar el zambo junto con la leche y la canela cocer hasta que forme una colada servir junto el choclo.</p>				

Tabla N° 35

Colada de choclo

RECETAS ESTANDAR		COLADA DE CHOCLO		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:				
Tiempo de preparación:				
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Choclo	4	g	350	Licuado
Cebolla larga	1 rama	g	10	Picada
Ajo	1 diente	g	5	Picado
Papa	2	g	320	Picada en trozos
Cilantro	½manojó	g	5	Picado
Achiote	1 chorrito	ml	10	
Leche	1/2litro	ml	500	
Sal	½ cucharada	g	5	
<p>PROCEDIMIENTO: Poner a cocinar el choclo agregar la leche, papa, la cebolla, ajo, achiote y por último el cilantro cocer hasta q la papa este suave.</p>				

Tabla N° 36

Morocho

RECETAS ESTANDAR		MOROCHO		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Postre		
Tiempo de preparación:		45 minutos		
No. Pax:		4		
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Morocho	1/2libra	g	227	Molido
Canela	2 astillas	g	5	
Leche	½ litro	ml	500	
<p>PROCEDIMIENTO: Poner a cocer el morocho por 40 minutos agregar la leche dejar agregar la canela dejar cocer por 5 minutos y servir.</p>				

Tabla N° 37

Hornado

RECETAS ESTANDAR	HORNADO			
Fecha:	14 de mayo del 2015			
Fuente:	María Rosa Cacuango			
Elaborado por:	Evelin Mora-Mirian Bravo			
Tipo de preparación:				
Tiempo de preparación:				
No. Pax:	4			No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Carne de cerdo	2 libras	g	908	Bien limpia
Cebolla larga	1 rama cebolla	g	10	Picada
Cebolla paitaña	½ cebolla	g	15	Picada
Ajo	2 dientes	g	10	
Comino	1/2cucharita	g	5	
Sal	½ucharita	g	4	
Pimiento	1/2pimiento	g	10	Picado
Cilantro	1manojito	g	10	
Achiote	1 chorrito	ml	15	
Manteca de cerdo	1cucharada	g	18	
Jugo de limón	½ tasa	ml	300	
Vino rojo	½ tasa	ml	300	
<p>PROCEDIMIENTO: Ponga la carne de chanco en una fuente grande, vierta el jugo de limón sobre el chanco. Preparar el aliño mezclando el ajo, el comino, la sal y la pimienta en una licuadora. Haga varias incisiones profundas de 2-4cm en ambos lados del pedazo de carne y rellénelas con el adobo o aliño, también frote la carne con el aliño. Vierta el vino encima de la carne y deje reposar durante la noche en la refrigeradora, voltee la carne de chanco cada 8-12 horas. Pre-caliente el horno a 400F un molde para hornear. Colóquelo con la piel o el cuero hacia arriba, y asegúrese de que la bandeja o molde de hornear sea lo suficientemente profunda para el adobo.</p>				

Tabla N° 38
Colada blanca

RECETAS ESTANDAR		COLADA BLANCA		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Postre		
Tiempo de preparación:				
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina flor	1/2libra	g	227	
Canela	1 astilla	g	5	
Panela	½ dulce	g	30	
Leche	½ litro	ml	500	
<p>PROCEDIMIENTO: Disolver la harina en la leche mezclar bien sin que queden grumos agregar la canela y la panela cocinar por 15 minutos y servir.</p>				

Tabla N° 39

Sopa de quinua

RECETAS ESTANDAR		SOPA DE QUINUA		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:		35 minutos		
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Quinua	1/2libra	G	227	Bien limpia
Cebolla	1 ramita	G	10	Picada
Manteca	½ cuchar	G	15	
Papas	2	G	65	Pelada y picada en trozos
Sal	½ cucharada	G	5	
Cilantro	1 manojo	G	5	Picado
Ajo	1 ajo	G	5	Picado
Leche	½ litro	MI	500	
Queso	½ queso	G	355	Troceado
Achiote	1 chorrito	MI	10	
<p>PROCEDIMIENTO: Poner a cocinar la quinua por 15 minutos luego se agrega la papa, manteca ,ajo, cebolla, cilantro, achiote ,sal y la leche se deja cocer hasta que la papa este suave, servir y agregar el queso.</p>				

Tabla N° 40
Colada morada

RECETAS ESTANDAR		COLADA MORADA		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		1 hora		
No. Pax:		4		
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Mora	1 libra	g	454	Lavada y licuada
Mortiños	1 libra	g	454	Lavado y licuado
Maicena	3 cucharas	g	100	
Naranjilla	3 unidades	g	175	Lavada y licuada
Azúcar	1 libra	g	454	
Hojas de naranja	2	g	10	
Hierba luisa	2 hojas	g	10	
Cedrón	4hojas	g	10	
Clavo de olor	4unidades	g	10	
Babaco	½	g	100	Picado
Fresas	1 tasa	g	200	Picadas
Piña	1 tasa	g	200	Picadas
<p>PROCEDIMIENTO: Poner el agua en una olla grande y llevarla a ebullición cuando el agua hierva, poner el atado de hierbas y las especias, tapar y dejar que se cocine por 10 minutos, apagar y mantener la olla tapada. Aparte licuar las moras, los mortiños y las naranjillas con un poco de agua, cernir y reservar. Cernir el agua de hierbas y especias y volverla a llevar al fuego, agregar el jugo de las frutas y el azúcar. Cuando hierva agregar la maicena disuelta en 1 taza de agua fría, dejar que se cocine por 20 minutos, a continuación añadir las frutas picadas con su almíbar y dejar que se cocine por 15 minutos más. Servir la colada caliente o fría, acompañada con guaguas de pan.</p>				

Tabla N° 41

Chicha de arroz

RECETAS ESTANDAR		CHICHA DE ARROZ		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Bebida		
Tiempo de preparación:		5 días		
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Arroz blanco	½ libra	G	227	Lavado
Dulce	1	G	50	
Piña	1/2	G	220	Picada con todo cascara
Hierba luisa	2 hojas	G	10	
Cedrón	4 hojas	G	10	
Naranjilla	3	G	60	Picada con todo cascara
Guanábana	1/2	G	234	Pulpa sin pepa
Caña de azúcar	2 trozos	G	45	
Anís	2	G	10	
Canela	2 astillas	G	10	
Naranja	1	G	20	Pelada partida en 2
Limón	1	G	16	Pelado partido en 2
<p>PROCEDIMIENTO: Lavar el arroz y poner a secar durante 5 días, cocinar todas las especias y el dulce en 1 litro de agua dejar enfriar el agua aromatizada y colocar todas las frutas dejar fermentar por 5 días. Licuar todas las frutas y el arroz cernir rectificar y servir.</p>				

Tabla N° 42**Sopa de cebada**

RECETAS ESTANDAR		SOPA DE ARROZ DE CEBADA		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Sopa		
Tiempo de preparación:				
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Arroz de cebada	½ libra	g	227	
Papa	2	g	100	Picada en trozos
Leche	1/2	ml	500	
Cebolla	1rama	g	10	Picada
Cilantro	1 manojo	g	5	Picado
Sal	½ cucharada	g	5	
Aceite	1 chorrito	ml	10	
Ajo	1 diente	g	5	Picado
Achiote	1 chorrito	ml	15	
<p>PROCEDIMIENTO: Cocer al arroz de cebada por 15 minutos agregar las papas, cebolla, aceite ,achiote, ajo, sal, cilantro agregar la leche y dejar cocinar hasta que las papas estén suaves rectificar y servir.</p>				

Tabla N° 43

Ensalada de vegetales

RECETAS ESTANDAR		ESALADA DE VEGETALES		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Ensalada		
Tiempo de preparación:				
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Lechuga	1/2	g	300	Picada en cuadros
Zanahoria	1	g	200	Picada en fino juliana
Pimiento	1	g	150	Picada en fino juliana
Tomate	1	g	300	Picada en fino bronuase
Limón	1/2			Zumo
<p>PROCEDIMIENTO: Mesclar los vegetales agregar zumo de limón y la sal servir</p>				

Tabla N° 44

Pan

RECETAS ESTANDAR	PAN			
Fecha:	14 de mayo del 2015			
Fuente:	María Rosa Cacuango			
Elaborado por:	Evelin Mora-Mirian Bravo			
Tipo de preparación:				
Tiempo de preparación:	1/30			
No. Pax:	4			No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina	2 libras	g	908	Tamizada
Levadura	1 cucharita	g	20	Disuelta en agua
Sal	1 pisca	g	5	
Azúcar	½ tasa	g	200	
Mantequilla	¼ de libra	g	235	Derretida
Huevos	2	g	20	
<p>PROCEDIMIENTO: Agregar a la harina agua ,huevos, mantequilla ,azúcar, levadura mezclar bien, amasar por 10 minutos, tapar la masa con papel fil y dejar reposar por 20 minutos luego damos forma introducimos en el horno de leña tener cuidado al momento de asar el pan.</p>				

Tabla N° 45**Choclos cocinados**

RECETAS ESTANDAR		CHOCLOS COCINADOS		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:		Entrada		
Tiempo de preparación:		45		
Choclos	4	g	440	Limpios
<p>PROCEDIMIENTO: Cocer los choclos por 45 minutos y servir</p>				

Tabla N° 46**Tortillas de maíz**

RECETAS ESTANDAR		TORTILLAS DEMAIZ		
Fecha:		14 de mayo del 2015		
Fuente:		María Rosa Cacuango		
Elaborado por:		Evelin Mora-Mirian Bravo		
Tipo de preparación:				
Tiempo de preparación:		45 minutos		
No. Pax:		4		No. de ficha:
Ingredientes	Unidad	Unidad del SI	Cantidad	Mise en place
Harina de maíz	1 libra	g	227	
Mantequilla	1/4	g	200	
Huevos	2	g	20	
Bicarbonato	Una pisca	g	3	
Azúcar	3 cucharadas	g	54	
Sal	1 pisca	g	4	
<p>PROCEDIMIENTO: Agregar los huevos en un bol el azúcar, sal, bicarbonato batir bien luego agregar la harina, agua, amasar hasta obtener una masa homogénea. Dar forma i asar en tiesto y servir.</p>				

4.6. Contexto Socio Cultural

La parroquia San Roque del cantón Antonio Ante de la provincia de Imbabura posee costumbres, tradiciones expresiones culturales que han sido heredadas y transmitidas de generación en generación, las cuales son:

Fiestas del Inti Raymi y San Juanes celebrada en el mes de junio de cada año en el solsticio de verano, es una fiesta en honor al dios sol y agradecimiento a la pacha mama por las cosechas realizadas en el transcurso del año, participan grupos de danzantes que zapatean en círculo evocando la trayectoria de la tierra alrededor del sol, al sonido de la música emanada con instrumentos andinos como el churo y la quena los danzantes visitan con sus bailes de casa en casa, son recibidos con alimentos y bebidas.

La gastronomía consiste en medianos de papa con pollo y cuy; colada de maíz, mote y chicha de jora, fritada, champús y bebidas alcohólicas. también como parte de las celebraciones y en forma de reciprocidad se resalta la entrega de rama de gallos, que es llevado en los hombros por los hombres (consiste en colgar gallos en una vara los cuales son entregados a los priostes que participaran el próximo año los cuales recibe un gallo y tiene el compromiso de devolver 12 gallos al siguiente año por lo general los priostes son personas pudientes y autoridades), y recipientes llenos de plátano con pan y frutas por las mujeres del pueblo acompañado con los productos típicos de la zona.

Fiestas de parroquialización y del patrono (San Roque) es una festividad organizada por las autoridades políticas y religiosas en conjunto con los devotos de San Roque, se realiza el 16 de agosto de cada año al conmemorar un aniversario más de la parroquia y en honor a su patrono, en la cual se realizan diferentes actividades tales como: pregón de fiestas participan instituciones y autoridades, desfile de carros alegóricos, comparsas, danzas, eventos religiosos, ferias gastronómicas, concurso de grafitis, ciclo paseos, campeonato de

pelota de mano, concurso de coches de madera, bailes populares, quema de chamiza y castillo. Ver anexo entrevista.

Fiestas de la virgen del quinche son celebradas el 21 noviembre de cada año es un evento netamente religioso, programan un itinerario de actividades religiosas tales como: Rosario de aurora (es un rezo que inicia a las 5 am), Novenario, quema de chamiza y del castillo, celebraciones eucarísticas y concursos de juegos tradicionales. Ver anexo entrevista.

Juego de pelota de mano es un juego tradicional en el cual utilizan una pelota pequeña y un equipo de personas integrado por 4 0 6 y un juez, se basan en reglas que deben cumplirse a cabalidad las cuales son supervisadas por el juez, se reúnen todas las tardes los caballeros de la parte urbana de la parroquia organizan el juego y empiezan sus apuestas la cita es a las 16:00 horas hasta las 18:30 aproximadamente, este juego es practicado desde hace mucho tiempo atrás ha ido heredándose de generación a generación formando parte de la cultura de la parroquia y se realiza campeonatos en épocas de fiestas. Ver anexo N° 15.

CAPÍTULO V

5. PROPUESTA

5.1. Introducción

Esta investigación propone valorar, preservar, difundir los sabores y saberes de la parroquia rural San Roque dando a conocer las recetas por medio de un inventario gastronómico y los lugares turísticos que posee, realizando una ruta turística gastronómica para así facilitar información clara e infalible del lugar en lo referente a la cultura gastronómica y atractivos turísticos del sector.

Determinar las características socio culturales del lugar, las cuales permiten la preservación conservación de la identidad cultural propia de la parroquia.

Promover la participación del gobierno del cantón Antonio Ante el cual fortalecerá por medio de la propagación de publicidad en medios de comunicación como lo es el internet, prensa, radio, televisión y también en la elaboración, de trípticos y banners publicitarios los cuales deben ser ubicados en lugares estratégicos dentro y fuera del cantón estos promocionaran a los turistas tanto nacionales e internacionales del potencial turístico, cultural y gastronómico que posee la parroquia San Roque.

Con esta propuesta también se pretende llegar a un fin económico sustentable y adaptable en beneficio de los moradores de la parroquia y del cantón, dando paso al desarrollo turístico de esta noble parroquia.

San Roque parroquia rural perteneciente al Cantón Antonio Ante de la Provincia de Imbabura con una superficie de 13, 42 km².

Se encuentra conformado por los siguientes barrios: San Agustín, Santa Rosa, San Alfonso, Sagrado Corazón de Jesús, La Cantarilla, La Merced, San Miguel, La Delicia y el sector céntrico; a más de estos barrios pertenecen a esta parroquia las comunidades de Pucará, Cerotal, La Esperanza y Agualongo de Paredes.

Altura

De acuerdo a su topografía, aproximadamente de encuentra entre los 2230 y 4621 m.s.n.m., y la cabecera parroquial se encuentra aproximadamente 2450 m.s.n.m.

5.2. Ruta Turística

NOMBRE DE LA RUTA: Ruta Turismo gastronómica “San Roque”

DATOS INFORMATIVOS:

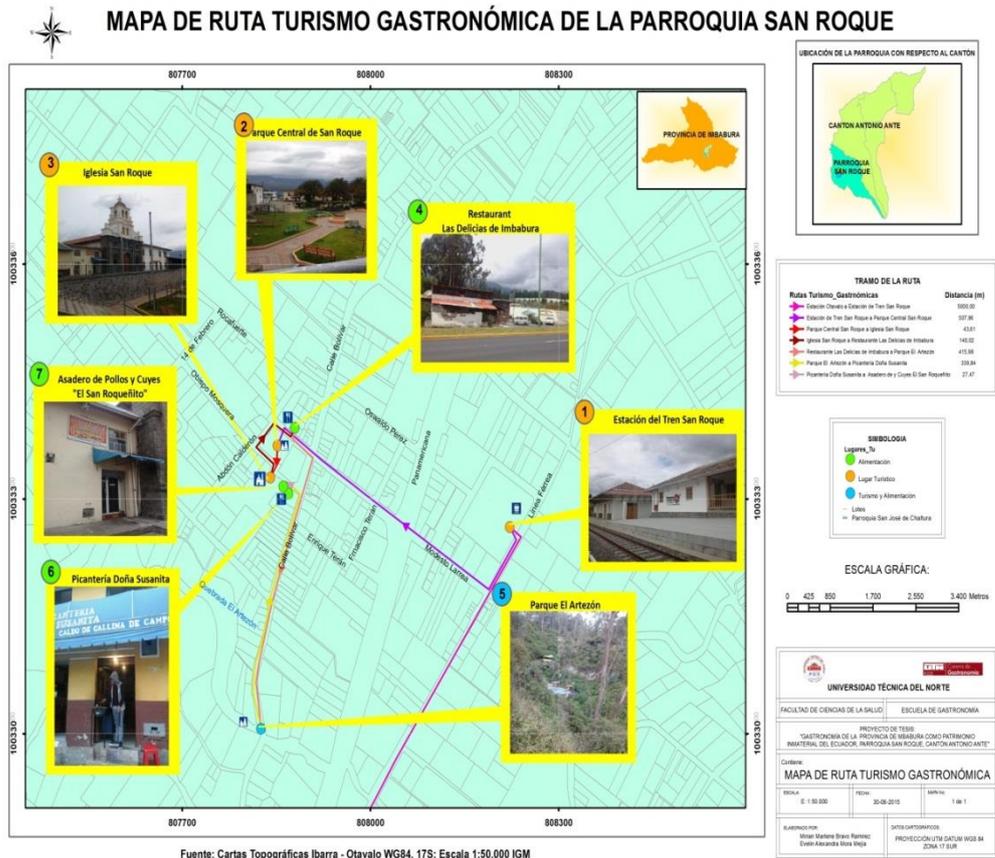
LONGITUD:

UBICACIÓN:

TIEMPO:

Cantón Antonio Ante 7 horas y media
parroquia rural San Roque

MAPA



CARACTERÍSTICAS:(Descripción del recorrido, partes que la conforman: paisaje, gastronomía)

7: 30 am salida desde la estación Otavalo a estación San Roque

8: 00 estación del tren en San Roque (desayuno en la cafetería de la estación del tren)

9:30 visita al parque central San Roque

10:30 recorrido en la iglesia de San Roque

11: 00 almuerzo en el restaurante Delicias de Imbabura

12:00 recorrido al Ecoparque Artesón (piscinas y caminata de 4 km por los senderos naturales).

16:00 visita a la picantería doña Susanita

17:00 visita el asadero de pollos y cuyes el San Roqueñoito.

18:00 finalización del recorrido.

Atractivos gastronómicos:

Cafetería de la estación del tren



Restaurante las “Delicias de Imbabura”



Asadero de pollos y cuyes “ El San Roqueñoito”



Picantería “Doña Susanita”



ATRATIVOS TURISTICOS

Parque San Roque



La iglesia de san Roque



Ecoparque Temático El Artesón



Paradas estratégicas:

Parque central San Roque: es un lugar cercano a la panamericana, donde el turista tiene acceso a establecimientos comerciales como pequeñas tiendas y minimarket y SS HH.

5.3. Análisis de los Componentes Turísticos

Describimos los elementos que conforman la ruta:

Estación del tren de la Parroquia San Roque se encuentra ubicado en la calle Modesto Larrea, fue restaurada y habilitada con el propósito de reactivar el turismo a bordo del tren, la cual forma parte del trayecto Otavalo Salinas es la primera parada del viaje, en su trayecto se contempla un excelente panorama lleno de coloridos paisajes, los turistas pueden degustar en la cafetería deliciosas tortillas de tiesto, dulce de zambo y café.

Parque San Roque está situado en el centro de la parroquia es un lugar atractivo y acogedor, de fácil accesibilidad ya que posee una vía asfaltada, la infraestructura en general del parque esta conservada, su temperatura es de 16g°cy una altura de 2.230 msnm, alrededor existen ventas de comidas rápidas y típicas las personas que comercializan los alimentos son los vendedores ambulantes y establecimientos de comida típica y asados.

En sus pequeñas parcelas se siembran flores ornamentales y árboles del lugar, también existe juegos infantiles para distracción de los niños.

Iglesia de San Roque construida en Marzo del año 1939 lugar donde se puede observar pinturas y esculturas religiosas como a San Roque el patrono de la parroquia, ubicada a 18 km de Ibarra y a 4 km de Atuntaqui de fácil accesibilidad se encuentra situada en el centro del parque de la parroquia.

Restaurante Delicias de Imbabura está ubicado frente a la panamericana a 200 metros del peaje de San Roque, su infraestructura es a base de bloque ladrillo, con 10 años de funcionamiento su propietaria la Sra. María Luzmila De la Torre Córdova, los platillos que oferta son fritada, caldo de gallina criolla, mote con chicharon, habas con queso, choclos con queso, queso entero.

Ecoparque temático Artesón es un atractivo natural que se rige bajo la temática de basura cero está ubicado en las calles Bolívar y David Medina Con 4 Km de extensión.

Hace tiempo atrás era una quebrada que servía de botadero clandestino de basura, con mingas realizadas por los pobladores y el apoyo de estudiantes y docentes de las unidades educativas se logró la limpieza completa del lugar, en el cual se edificó un mirador con ecoladrillos de 700 años de vida útil (botellas plásticas rellenas de tierra y de basura) existen adornos con figuras de papagayos realizadas de neumáticos, posee varias zonas de descanso, senderos naturales, 2 espejos de agua, puentes de madera y plantas ornamentales.

Este ecoparque acoge cientos de turistas en especial en feriados de carnaval los visitantes pueden disfrutar de la naturaleza, realizar asados y tomar un baño con agua pura, natural y recorrer senderos naturales.

Asadero El San Roqueño Propietaria la Sra. Alexandra Benavides oferta cuyes y pollos asados al carbón, está ubicado en la calle Bolívar frente al parque, cerca de la iglesia San Roque.

Picantería DOÑA SUSANITA está ubicada en las calles Simón Bolívar y Modesto Larrea, propiedad de la Sra. María Susana Picuasi Amaguaña la cual oferta; papas con sangre y menudo, caldo de gallina de campo, alas asadas, mollejas asadas, fritadas de carne de chanco. Atención a partir de las 16 horas hasta las 20 horas.

Análisis de 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 cambiar, 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 “valorar la gastronomía de la provincia de Imbabura como patrimonio cultural e inmaterial del Ecuador parroquia San Roque cantón Antonio Ante”.

5.4. Impactos

5.4.1. Impacto turístico.

Tabla N° 47

Impacto Turístico

INDICADOR	NIVELES DE IMPACTO						
	-3	-2	-1	0	1	2	3
- Afluencia de turismo nacional y receptivo						X	
- Diversificación de destinos turísticos						X	
- Incremento de la actividad turística						X	
- Difusión y promoción del sector						X	
TOTAL						8	8

$$\Sigma=8$$

$$\text{Nivel de Impacto Socio-Cultural} = \underline{\Sigma 8}$$

Número de indicadores 4

$$\underline{\Sigma=2}$$

Se ha determinado un nivel de impacto de 2 tiene un puntaje medio positivo en lo relacionado al turismo nacional y receptivo en la parroquia San Roque, la implementación del presente estudio impulsara el desarrollo y la diversificación de lugares turísticos, de esta forma se atraerá a turistas durante todas las épocas del año por medio de información y publicidad adecuada.

Indicador	Análisis
- Afluencia de turismo nacional y receptivo	Se determina un puntaje de 2 es un impactó medio positivo,

	<p>Esté proyecto fortalecerá la gastronomía propia del lugar y difundirá los atractivos turísticos, de esta forma incrementara la afluencia del turismo nacional y extranjero.</p>
<p>- Diversificación de destinos turísticos</p>	<p>Tiene una calificación de 2 el cual es medio positivo.</p> <p>Con este proyecto se aumentara nuevos lugares turísticos para que exista una mayor diversificación de atractivos turísticos dentro de la parroquia.</p>
<p>- Incremento de la actividad turística.</p>	<p>El puntaje para este indicador es 2, dando como resultado un impacto medio positivo.</p> <p>Se aumentara la visita de turistas mediante información detallada de la gastronomía, cultura y atractivos que posee San Roque por lo cual se reactivara el turismo del lugar.</p>
<p>- Difusión y promoción del sector</p>	<p>Tiene una calificación de 2 impacto medio positivo se promocionara y difundirá la parroquia mediante la gestión del GAD parroquial de San Roque y el ministerio de turismo atreves de medios de comunicación como son: el internet, prensa escrita, radio y televisión.</p>

5.4.2. Impacto socio-cultural.

Tabla N° 48

Impacto Socio-Cultural

NIVELES DE IMPACTO							
INDICADOR	-3	-2	-1	0	1	2	3
- Identidad cultural.						X	
- Costumbres						X	
- Familia						X	
- Nutrición						X	
- Participación comunitaria						X	
TOTAL						10	10

$\Sigma = 10$

Nivel de Impacto Socio-Cultural= $\Sigma 10$

Número de indicadores 5

$\Sigma = 2$

Se ha determinado un nivel de impacto de 2 tiene un puntaje medio positivo, nuestro proyecto ayudara a la valoración de la identidad cultural y gastronómica de la parroquia.

Indicador	Análisis
- Identidad cultural.	Posee una calificación de 2 medio positivo. Permitirá la conservación de su vestimenta, idioma, tradiciones; ya que de esta manera se ofertara al turista la esencia cultural que se mostrara como un atractivo turístico propio de su gente.
- Costumbres	El impacto es de 2 medio positivo. Se preservara las costumbres y tradiciones las cuales atraerá a los turistas.
- Familia	Tenemos un impacto medio positivo con una calificación de 2.

	Se aumentara la conservación y valoración de la herencia cultural y la unión familiar de los habitantes de San Roque. Debido al fortalecimiento de socio cultural del sector
- Nutrición	Tenemos un impacto medio positivo una calificación de 2 esta investigación conseguirá fomentar y preservar el consumo de la gastronomía propia del sector para mejorar su nutrición.
- Participación comunitaria	Existe un impactó medio positivo con un puntaje de 2 puesto que se pueden unir en gremios y así se incrementara la participación comunitaria en la parroquia ´para una buena atención al turista.

5.4.3. Impacto económico.

Tabla N° 49

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						6	6

$\Sigma = 6$

Nivel de Impacto Socio-Cultural = $\Sigma 6$

Número de indicadores 3

$\Sigma = 2$

Se ha determinado un nivel de impacto económico de 2 el cual es medio positivo se conseguirá el incremento de microempresas dedicadas a ofertar y brindar servicios turísticos, de igual forma se fomentara el cultivo de productos ancestrales para ser ofertados a los turistas, reactivando la producción agrícola y de esta forma acrecentar la economía del sector.

Indicador	Análisis
- Generación de micro empresa	Posee un impacto medio positivo con una calificación de 2 se fortalecerá el surgimiento de microempresarios los cuales brinden servicios gastronómicos y turísticos dentro del lugar, los mismos que permitirán el crecimiento económico de la parroquia.
- Reactivación de la producción agrícola	Es un impacto medio positivo con un puntaje de 2 puesto que se aumentara el cultivo de productos ancestrales, para satisfacer la demanda en las preparaciones que serán ofertadas al turista, de esta manera se fomentara un cultivo sostenible en el lugar.
- Mayores ingresos para	El puntaje de este impacto es de 2 medio

empresarios del sector	positivo dado que se atraerá más turistas al lugar por lo cual se generara mayor consumo esto proporcionara mayores ingresos para empresarios del sector.
-------------------------------	---

5.4.4. Impacto educativo.

Tabla N° 50

Impacto Educativo

INDICADOR	NIVELES DE IMPACTO						
	-3	-2	-1	0	1	2	3
- Mayores conocimientos						X	
- Investigación						X	
- Capacitación						X	
TOTAL						6	6

$$\Sigma = 6$$

$$\text{Nivel de Impacto Socio-Cultural} = \frac{\Sigma 6}{\text{Número de indicadores } 3}$$

$$\Sigma = 2$$

$$\Sigma = 2$$

Se ha determinado un nivel de impacto de 2 tiene un puntaje medio positivo en lo relacionado con la educación nuestro proyecto dará un aporte investigativo con información fehaciente, en relación a esencia cultural gastronómica y turismo de la parroquia San Roque.

Indicador	Análisis
- Mayores conocimientos	La calificación de este impactó es de 2 puntaje medio positivo, ya que se ampliaran los conocimientos sobre el potencial cultural y turístico de la parroquia San Roque.
- Investigación	Tiene una calificación de 2 el rango es medio positivo. La investigación servirá a futuros estudios gastronómicos y culturales.

- Capacitación	<p>Se le califica a este impactó con 2 medio positivo.</p> <p>La aplicación de este proyecto capacitara a los habitantes de la parroquia San Roque, de esta forma mejoraran servicios turísticos.</p>
-----------------------	---

5.5. Informe de Impactos

Los impactos que generara este proyecto son positivos, puesto que impulsara el fortalecimiento en diferentes aspectos importantes como son: ámbitos turísticos, culturales, económicos y educativos; mismos que permitirán el desarrollo de la parroquia, ya que los turistas nacionales y extranjeros se sentirán atraídos por las expresiones culturales, gastronomía y atractivos del lugar. Favorecerá las labores turísticas del lugar, aumentando la afluencia de turistas en todas las épocas del año.

San Roque valorara y conservara sus costumbres, tradiciones con el apoyo, de su gente y autoridades.

Con este trabajo se facilitara información muy valiosa en relación a esencia cultural gastronómica y turismo de la parroquia San Roque para el surgimiento de microempresarios dedicados a ofertar y brindar servicios turísticos y de esta forma incrementar la economía del sector.

Se difundirá y publicitara los atractivos turísticos de la parroquia de esta forma serán dados a conocer dentro y fuera del país también se incentivara el cultivo de diversos productos los cuales van a ser utilizados en las preparaciones para ofertar al turista los frutos y gastronomía del sector el cual permitirá un avance económico de la parroquia.

Se recomienda incentivar e impulsar la creación de microempresas dedicadas al turismo y gastronomía, lo cual provocara un incremento de empleo e ingresos de recursos económicos.

Concluimos que los impactos generados beneficiaran al desarrollo turístico y económico del sector.

CONCLUSIONES GENERALES DEL PROYECTO

- Podemos determinar que los habitantes de la parroquia San Roque han adoptado nuevas tendencias gastronómicas colocando en riesgo el legado gastronómico ancestral, por lo cual nuestro estudio permite salvaguardar recetas ancestrales y típicas de esta forma evitar su extinción.
- El aporte del presente estudio es la compilación de datos alimentarios, y culturales plasmados en un inventario gastronómico las preparaciones son: chuchuca, cuy asado, colada de maíz, chicha de jora, champús, sopa de zambo y fritada; mismas que son elaboradas en épocas de fiesta como en: el Inti Raymi, San Juanes, parroquialización de San Roque y fiesta de la virgen del quinche, esta información ha sido determinada mediante la recopilación de datos aplicando encuestas en la parroquia San Roque. (Ver capítulo IV)
- Con los datos obtenidos en la investigación hemos elaborado una ruta turística gastronómica, la cual detalla con claridad los atractivos turísticos que son: parque central de San Roque, iglesia de San Roque, Parque temático El Artesón, Estación del tren, Restaurante Las Delicias de Imbabura, Picantería doña Susanita, Asadero de pollos y cuyes al carbón El San Roqueño; esta ruta permite que el turista deguste platillos como: cuy asado, pollo asado al carbón, fritada, caldo de gallina criolla, mote con chicharrón, queso entero, choclos con queso, alitas asadas, papas con sangre y menudo, también permite que los turistas visiten y conozca los atractivos del lugar optimizando su tiempo e incrementando la economía de la parroquia. (Ver capítulo V)
- Se ha realizado un análisis técnico y prospectivo en las áreas: Turísticas, permitiendo impulsar el desarrollo y la diversificación de lugares turísticos; Socio-cultural ayudara a

valorar la identidad cultural y gastronómica, de la parroquia San Roque; Económica el incremento de microempresas dedicadas al turismo, también se fomentara la producción agrícola y de esta forma acrecentar la economía del sector y en área educativa nuestro proyecto dará un aporte investigativo con información muy valiosa, en relación a esencia cultural gastronómica y turismo de la parroquia San Roque. Concluimos que la aplicación del presente estudio en la parroquia San Roque genera impactos positivos.

(Ver capítulo V)

RECOMENDACIONES

- Es recomendable salvaguardar el legado cultural gastronómico de la parroquia San Roque, por medio de la concientización social elaborando documentos informativos con la ayuda del GAD parroquial promoviendo la valoración y conservación de la gastronomía ancestral y la identidad cultural de la parroquia San Roque, ya que la gastronomía y las expresiones culturales son patrimonio de cada pueblo.
- Es recomendable difundir el inventario gastronómico y el contexto socio cultural que posee la parroquia San Roque fomentado eventos culturales donde de esta forma garantizar la continuidad cultural, gastronomía típica y ancestral de dicha parroquia.
- Se recomienda la difusión y publicidad de la ruta turística a entidades pertinentes en especial al Ministerio de Turismo en fuentes de información más utilizadas como el internet, prensa escrita, radio, televisión, banners y vallas publicitarias de esta forma atraer a turistas nacionales y extranjeros, también se deben formar Tours a la parroquia con un itinerario establecido para que el turista se sienta motivado a visitar los lugares turísticos y degustar la gastronomía de la parroquia San Roque.
- Es aconsejable la aplicación del presente estudio investigativo el cual genera impactos positivos en distintas áreas como en el ámbito del turismo, puesto que aumentara eh impulsara la implementación de destinos turísticos, en el área socio-cultural fortalecerá la preservación de identidad cultural y gastronómica del lugar, en el sector económico se promoverá la creación de microempresas dedicadas al turismo y gastronomía del lugar y en el área educativa es recomendable difundir lo investigado ya que acrecienta el conocimiento de los moradores del sector de esta forma mejorar y contribuir al desarrollo de la parroquia San Roque.

BIBLIOGRAFÍA

(2006). En *El gran libro de la Cocina Ecuatoriana* (pág. 152).

(2011). En P. Almeida, *ESTUDIO DE LA GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA, ANÁLISIS E INFLUENCIA DE LA MISMA EN EL DESARROLLO DE LA ZONA*. QUITO.

Almeida, P. A. (2011). *ESTUDIO DE LA GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA*. Quito.

Álvarez, M. (2002). *La cocina como patrimonio intangible*. Buenos Aires.

Azambuja, M. (1999). *gastronomia en cuanto producto turístico*. Porto Alegre,.

Barrera, J. (2010). *Cocinas Regionales Andinas*. Quito, Ecuador: Corporacion Editora Nacional,.

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

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*”.

CARRILLO, M. C. (1996). *EL SABOR DE LA TRADICION*. QUITO, PICHINCHA, ECUADOR: ABYA-YALA.

Castro, R. (2004). *Propuesta y Experimentación de un Manual de Capacitación con Técnicas de Preparación Culinaria ideales para la Gastronomía Ecuatoriana*. Quito.

Claire, L. y. (1980). *Guia de hierbas y especias* . David Charles.

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

Comité Organizador. (2014). *Memorias II Congreso continental de Cocinas Patrimoniales*.
Quito: Canvas.

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

Crespi Vallbona, M. y. (2003). *Patrimonio Cultural*. Síntesis ,Madrid.

Delgado. Limon, A. (1999). *Patrimonio Etnológico. Nuevas Perspectivas de Estudio*,.
Granada.

Diaz, A. (2009). *analisis de la gastronomia ancestral tipica y tradicion en el canton antonio ante para fomentar el turismo gastronomico*. Ibarra: s.e.

Diccionario de la lengua española. (2005).

(2006). *diccionari on enciclopédico visual*.

DTS.Consultores. (2007). *Identificacion y puesta en valor de rutas turisticas para la region de coquimbo*. Coquimbo, Chile.

García, P. (2011). *El Patrimonio Cultural. Conceptos Basicos*. Zaragoza: Pressas Universitarias de Zaragoza,.

Hall, C., & Sharples, L. (2003). *Food tourism around the world*.

Hall, y. S. (2003).

Imbabura. (2010-2011). *GUIA DE ORO. ECUADOR*, 90.

Jorda, M. (2011). *DICCIONARIO PRACTICO DE GASTRONOMIA Y SALUD*. Diaz de Santos.

Larousse. (2007). *Free dictionary*. Obtenido de <http://es.thefreedictionary.com/gancho>

(2001). *Diccionario de la Lengua Española*. En R. A. Lengua. Madrid.

León Toaza, M. G. (2013). Investigación y puesta en valor de los recursos gastronómicos del cantón Urcuqui, provincia de Imbabura, fase II. En M. G. León Toaza, *Investigación y puesta en valor de los recursos gastronómicos del cantón Urcuqui, provincia de Imbabura, fase II*. (pág. 37). Quito.

MAGAP, S. (JULIO de 2013). MEMORIA TÉCNICA. *GENERACIÓN DE GEOINFORMACIÓN PARA LA GESTIÓN DEL TERRITORIO A NIVEL NACIONAL ESCALA 1:25 000*. IMBABURA, ECUADOR.

Maldonado, S. A. (2011). *“ESTUDIO DE FACTIBILIDAD PARA LA CREACIÓN DE UNA Ibarra*.

Mariani, V. (s.f.). *primeras jornadas de patrimonio gastronómico*.

Naranjo, P. (2010). *Cocinas Regionales Andinas*. En J. P. Barrera. Quito Ecuador: Corporación Editorial Nacional,.

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

Sánchez, J. (2014). *Sopa de Letras Diccionario de la gastronomía ecuatoriana*. Quito: Independiente .

schlüter R, R. (2011). *Turismo y Patrimonio Gastronómico*. Buenos Aires - Argentina.

Schlüter, R. (2011). *Turismo y Patrimonio Gastronomico*. Buenos Aires- Argentina: CIET,.

Schulter, R. G. (2006). *Turismo y patrimonio gastronómico una perspectiva*. Buenos Aires (Argentina): Centro de Investigaciones y Estudios Turísticos, 2006.

Solarte, C. U. (2010). *Patrimonio Cultural Alimentario*. Quito Ecuador: Ministerio de Cultura.

UNESCO. (1996). *El Patrimonio: Legado del Pasado al Futuro*.

Zurita, R. (2010). *Diseño de la Ruta Turística del Chacra para el Canton Mejía Provincia de Pichincha*. Machachi - Ecuador.

Zurita, R. E. (2010). *Diseño de la ruta turística del chagra para el canton Mejía*. Machachi, Ecuador.

LIKONGRAFÍA

Fundación Wikimedia, Inc. (22 de 04 de 2015). *wikipedia.org*. Obtenido de http://es.wikipedia.org/wiki/Gastronom%C3%ADa_de_Ecuador

(3 de marzo de 2009). Recuperado el 29 de mayo de 2014, de Paladar Madrid: <http://www.paladarmadrid.com/2009/03/tipos-de-cocina-por-ferran-adria.html>

Azafran. (2015). Obtenido de <http://www.saffron-spain.com/espa/azafran.html>

Caiza., B. Á. (14 de noviembre de 2013). *Comida exótica en Imbabura*. Obtenido de <http://elcomunicadorpucesi.blogspot.com/2012/04/comida-exotica-en-imbabura-la-cocina.html>

Chiza, J. (24 de Enero de 2013). *COCINA FUSION ANCESTRAL*. Obtenido de https://prezi.com/apgktzo3qjf_/cocina-fusion-ancestral/

concepcion, U. d. (s.f.). Obtenido de <http://www.centrobiotecnologia.cl/index.php/que-es-la-biotecnologia>

de conceptos. (2015). Obtenido de <http://deconceptos.com/general/convergencia>

Definicion Abc. (2015). Obtenido de <http://www.definicionabc.com/general/fermentacion.php>

Flores, C. (17 de noviembre de 2003). *Monografias.com*. Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos14/patrimonio/patrimonio.shtml>

<http://www.agro.uba.ar/sites/default/files/turismo/publicaciones/GARUFI.pdf>

Guadalinfo. (2010). *Patrimonio Socio-Cultural, folclórico y gastronómico*. Obtenido de http://www.edukanda.es/mediatecaweb/data/zip/1074/page_07.htm

<http://blog.gadgetsuina.com/es/blogs/esferificacin-concepto/>

Jara, M. (6 de Diciembre de 2012). Obtenido de Platos típicos:
<http://plattipicazuay.blogspot.com/>

Lexicon. (2015). *lexicon*. Obtenido de <http://lexicoon.org/es/afeminado>

Matis, J. C. (1808). *Hervario Virtual*. Obtenido de
http://aplicaciones2.colombiaaprende.edu.co/concursos/expediciones_botanicas/ver_herbarios_p.php?id=426&id_p=4377

Montesinos. Torres, A. (10 de noviembre de 2013). *Rutas Gastronómicas: Definición y Diseño*. Obtenido de <http://www.excelenciasgourmet.com/noticia/rutas-gastronomicas-definicion-y-diseno>

Rosas, A. T. (20 de Julio de 2012). *Cuenca patrimonio Cultural de la Humanidad*. Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec>

Sifuentes, C. (2011). *Cocina Peruana*. Obtenido de <http://comidaperuana.about.com:>
<http://comidaperuana.about.com>

Turismo, M. d. (jueves de octubre de 2014). Obtenido de URL <http://www.turismogof.ec>

Turismo, M. d. (Jueves de Octubre de 2014). Obtenido de <http://www.turismo.gob.ec>

viajando por el ecuador. (2014).

Wikipedia. (15 de MARzo de 2015). Obtenido de
[http://es.wikipedia.org/wiki/Garrapi%C3%B1ada_\(man%C3%AD\)](http://es.wikipedia.org/wiki/Garrapi%C3%B1ada_(man%C3%AD))

Zizek, B. M. (2015). *About Español*. Obtenido de <http://enperu.about.com/od/productos-peruanos/g/La-Mashua.htm>

ANEXOS

Anexo 1. Formato de tabla para Diseño de Ruta.

NOMBRE DE LA RUTA:		
DATOS INFORMATIVOS:		
LONGITUD:	UBICACIÓN:	TIEMPO:
MAPA:		
CARACTERÍSTICAS: (Descripción del recorrido, partes que la conforman: paisaje, gastronomía)		
Atractivos gastronómicos: (nombre y foto)		
Atractivos turísticos: (nombre y foto)		
Paradas estratégicas: (pequeña descripción del sitios-3 líneas máximo)		

Anexo 2. Entrevista Levantamiento Del Inventario Gastronómico

Fuente:

Fecha:

Lugar:

Elaborado por:

¿Qué alimentos ancestrales existían en la zona?

¿Qué alimentos se producen actualmente?

¿Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían?

¿Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos?

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

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

¿Ingredientes cantidad, unidad?

¿Técnicas de elaboración?

¿Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas?

ENTREVISTA CONTEXTO SOCIO CULTURAL

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

¿Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos?

¿Cómo o a quién se transmiten los conocimientos?

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

¿Desde cuándo se prepara?

¿En qué utensilios o cuáles son las características en las que se los sirve?

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

¿Qué significado tiene el plato?

¿Qué historia conoce del plato?

Anexo 3. Formato De Receta Estándar

Anexo 4. Formato de Ficha de Inventario

		UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD CARRERA DE GASTRONOMÍA			
FICHA PARA INVENTARIO DE ATRACTIVOS TURÍSTICOS					
1. DATOS GENERALES					
Encuestador:				Fecha:	
Supervisor evaluador:				No.	
Nombre del atractivo:					
Propietario:					
Categoría:		Tipo:		Subtipo:	
2. UBICACIÓN		LONGITUD:		LATITUD:	
Provincia:	Cantón:	Localidad:		Trasversal:	
	Numero:				
3. CENTROS URBANOS MAS CERCANOS AL ATRACTIVO					
Nombre del poblado:				Distancia:	
4. CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DEL ATRACTIVO					
Altura (m.s.n.m.):				Temperatura:	
1	Tamaño:				
2	Calidad del Agua:				
3	Descripción del paisaje:				
4	Actividades varias:				
5. USOS (simbolismo)					
ESTADO DE CONSERVACIÓN					
1	Alterado				
2	No alterado				
3	Conservado				
4	En proceso de deterioro				
5	Causas del deterioro				
6	Ha sido declarado patrimonio		Nombre:		
	Si				Fecha

No					Categoría:			
6. INFRAESTRUCTURA VIAL Y DE ACCESO								
Tipo	Subtipo	Estado de las vías			TRANSPORTE		FRECUENCIAS	
		Bueno	Regular	Malo	Diaria	Semana a	Mensual	
Terrestre	Asfalto				Bus			
	Lastrado				Automóvil			
	Empedrado				4x4			
	Sendero				Tren			
7. FACILIDADES TURÍSTICAS								
Ruta de buses desde la población más cercana								
Desde Atuntaqui		Hasta S. Isabel		Frecuencia Diaria			Distancia 3 Km	
	Lujo		Primera		Segunda		Tercera	
Servicios	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento								
Alimentación								
Esparcimiento								
Tarifa promedio								
Por hotel \$								
Promedio días								
Tarifa promedio								
En alimentación								
Estadía hotel								
Infraestructura básica								
Agua	Potable							
Energía	Sistema cableado							
Alcantarill	Pozos sépticos							

ado							
8.TURISMO							
Tipo de turistas que recibe el turista		Tiempo promedio que permanece el turista en la zona			Formas de viajar del turista		
Local		2 horas			Trasporte fluvial		
Provincia 1		2 horas			Trasporte fluvial		
Nacional		3 horas			Trasporte fluvial		
Internaci onal		2 horas			Trasporte fluvial		
Indique si cuenta con:							
Agencia de viajes		Almacenes de artesanía		Correo		Fax, fono, internet	
Señale si el atractivo turístico se difunde							
Local							
Provincial							
Nacional							
Internacio nal							
Observaciones							
RUTA:							

Anexo 5. Formato de Encuesta

ENTREVISTA¹ LEVANTAMIENTO DEL INVENTARIO GATRONÓMICO

Fuente: María Rosa Cacuango (65 años)

Fecha: 28 de mayo 2014

Lugar: Parroquia San Roque.

Elaborado por: Evelin Mora, Mirian Bravo.

1. ¿Qué alimentos ancestrales existían en la zona?

Quinoa, ocas, habas, cebada, maíz.

2. ¿Qué alimentos se producen actualmente?

Maíz, arveja, frejol, papa, haba.

3. ¿Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían?

Secado al sol, ahumado

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

Mayo y Junio

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

Cebolla, ajo, comino en pepa.

¹ Evidencia en audio o video, imagen

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

Colada, champús, pan en horno de leña, chicha, chuchuca

7. ¿Ingredientes cantidad, unidad?

(Receta estándar)

8. ¿Técnicas de elaboración?

Hervir, asado, tostado, molido, fermentado.

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

Tiesto, calderas de aluminio, tonel.

ENTREVISTA CONTEXTO SOCIO CULTURAL

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

Fiesta de San Juan, Fiesta del Inti Raimy (mes de junio) chicha de jora, colada con carne de res, trago, cuy, caldo de carne con mote, colada con carne de gallina.

11. ¿Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos?

Los dirigentes de la parroquia, las más ancianas de la comunidad y voluntarios.

12. ¿Cómo o a quién se transmiten los conocimientos?

Madres a hijas

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

En unión de la celebración

14. ¿Desde cuándo se prepara?

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

Platos desechables

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

17. ¿Qué significado tiene el plato?

Alegría

18. ¿Qué historia conoce del plato?

Ninguno

Anexo 6. Entrevista GAD parroquial de San Roque, Sr Franklin Buitrón presidente y el vocal del GAD Sr Marcelo

Alvarado



Anexo 7. Entrevista al vicepresidente GAD parroquial San Roque Sr Miguel Ángel Pineda Córdova.



Anexo 8. Fotografía al mural ubicado en la sala de espera dentro de la estación del tren en San Roque



Anexo 9. Parte posterior del restaurante “DELICIAS DE IMBABURA” donde cruza la línea feria.



Anexo 10. Ecoparque temático “EL ARTESON”, Piscina y sendero del parque artesón



Anexo 11. Áreas de descanso construidas a base de ladrillos ecológicos hechas de botellas desechables rellenas de desperdicios plásticos dentro del Ecoparque.



Anexo 12. Entrevista realizada a la Sra. Manuela Chiza Guajan en la comunidad la esperanza de la parroquia San Roque.



Anexo 13. Patrono de la parroquia San Roque imagen que es exhibido en el despacho parroquial de la parroquia.



Anexo 14. Alitas asadas que oferta en la picantería Doña Susanita



Anexo 15. Juego tradicional de la parroquia “Pelota de mano”



Anexo 16. Ficha de Atractivos Turístico parque Central San Roque

		UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD CARRERA DE GASTRONOMÍA			
FICHA PARA INVENTARIO DE ATRACTIVOS TURÍSTICOS					
1. DATOS GENERALES					
Encuestador: Mirian Bravo, Evelin Mora.				Fecha: 15/05/2014	
Supervisor evaluador: Lic. Carlos Aguinaga				No. Ficha 1	
Nombre del atractivo: Parque Central San Roque					
Propietario: Cantón Antonio Ante					
Categoría: Natural		Tipo: Parque		Subtipo: civil	
2. UBICACIÓN		LONGITUD:		LATITUD:	
Provincia: Imbabura Calle: Modesto Larrea		Cantón: Antonio Ante Numero:		Localidad: Parroquia San Roque Trasversal: Simón Bolívar	
3. CENTROS URBANOS MAS CERCANOS AL ATRACTIVO					
Nombre del poblado: Atuntaqui			Distancia: 4 km		
4. CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DEL ATRACTIVO					
Altura (m.s.n.m.): 2. 230 msnm			Temperatura: 16°C		
1 Tamaño:					
2 Calidad del Agua: Potable					
3 Descripción del paisaje: Se encuentra ubicado en el centro de la parroquia con una hermosa vista panorámica, existen juegos infantiles, espacios para realizar eventos culturales, también posee plantas ornamentales y palmeras que dan aroma y color al lugar.					
4 Actividades varias: se realizan Juegos tradicionales, eventos culturales, es un lugar de encuentro familiar, de amigos, turistas donde pueden descansar y tener sano esparcimiento.					
5. USOS					
ESTADO DE CONSERVACIÓN					
1 Alterado					
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	
		Bueno	Regular	Malo	Diaria	Semanal	Mensual	
Terrestre	Asfalto	X			Bus	X		
	Lastrado				Automóvil	X		
	Empedrado				4x4			
	Sendero				Tren			
7. FACILIDADES TURÍSTICAS								
Ruta de buses desde la población más cercana								
Desde Atuntaqui		Hasta S. Roque		Frecuencia Diaria			Distancia 4Km	
	Lujo		Primera		Segunda		Tercera	
Servicios	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento								
Alimentación					X			
Esparcimiento						X		
Tarifa promedio								
Por hotel \$								
Promedio días								
Tarifa promedio								
En alimentación								
Estadía hotel								
Infraestructura básica								
Agua	Potable							
Energía	Sistema cableado							
Alcantarillado								
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		1 día			Automóvil y bus		
Provincial	X		1 día			Automóvil y bus		
Nacional	X		1 día			Automóvil y bus		
Internacional								
Indique si cuenta con:								
Agencia de viajes		Almacenes de artesanía			Correo		Fax, fono, internet	
							X	
Señale si el atractivo turístico se difunde								
Local	X							

Provincial	
Nacional	
Internacional	
1	

RUTA:



Anexo 17. Ficha de Atractivos Turístico Ecoparque Temático El Artesón.

		UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD CARRERA DE GASTRONOMÍA			
FICHA PARA INVENTARIO DE ATRACTIVOS TURÍSTICOS					
1. DATOS GENERALES					
Encuestador: Mirian Bravo, Evelin Mora.				Fecha: 15/05/2014	
Supervisor evaluador: Lic. Carlos Aguinaga				No. Ficha 2	
Nombre del atractivo: Ecoparque Temático El Artesón					
Propietario: Cantón Antonio Ante					
Categoría: Sitio Natural		Tipo: Ecoparque Temático		Subtipo: Ecoparque	
2. UBICACIÓN		LONGITUD:		LATITUD:	
Provincia: Imbabura Calle: David Medina		Cantón: Antonio Ante Numero:		Localidad: Parroquia San Roque Trasversal: Simón Bolívar	
3. CENTROS URBANOS MAS CERCANOS AL ATRACTIVO					
Nombre del poblado: Atuntaqui			Distancia: 4 km		
4. CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DEL ATRACTIVO					
Altura (m.s.n.m.): 2. 230 msnm			Temperatura: 16°C		
1	Tamaño: 4 km				
2	Calidad del Agua: Natural				
3	Descripción del paisaje: Atractivo ubicado a 100 m de la parroquia San Roque, es un Ecoparque con la temática de basura cero, posee casetas a base de ladrillos ecológicos elaborados con material reciclable, tiene flora y fauna propia del lugar y fuentes de agua naturales. Calidad de agua El agua proviene de la quebrada El Artesón Flora y Fauna: Eucalipto, chilca, flores ornamentales, enredadera, picuí. Gorrión, golondrina, chiguaco, colibrí.				
4	Actividades varias: Juegos, natación, picnic, caminatas por los senderos del parque, contacto directo con la naturaleza.				
5. USOS					
ESTADO DE CONSERVACIÓN					
1	Alterado				
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	
		Bueno	Regular	Malo	Diaria	Semanal	Mensual	
Terrestre	Asfalto	X			Bus	x		
	Lastrado				Automóvil	x		
	Empedrado				4x4			
	Sendero				Tren			
7. FACILIDADES TURÍSTICAS								
Ruta de buses desde la población más cercana								
Desde Atuntaqui		Hasta S. Roque		Frecuencia Diaria			Distancia 4 Km	
	Lujo		Primera		Segunda		Tercera	
Servicios	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento								
Alimentación					X			
Esparcimiento						X		
Tarifa promedio								
Por hotel \$								
Promedio días								
Tarifa promedio								
En alimentación								
Estadía hotel								
Infraestructura básica								
Agua	Potable							
Energía	Sistema cableado							
Alcantarillado								
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		1 día			Automóvil y bus		
Provincial	X		1 día			Automóvil y bus		
Nacional	X		1 día			Automóvil y bus		
Internacional								

Indique si cuenta con:			
Agencia de viajes	Almacenes de artesanía	Correo	Fax, fono, internet
			X
Señale si el atractivo turístico se difunde			
Local	X		
Provincial	X		
Nacional	X		
Internacional			
RUTA:			
			

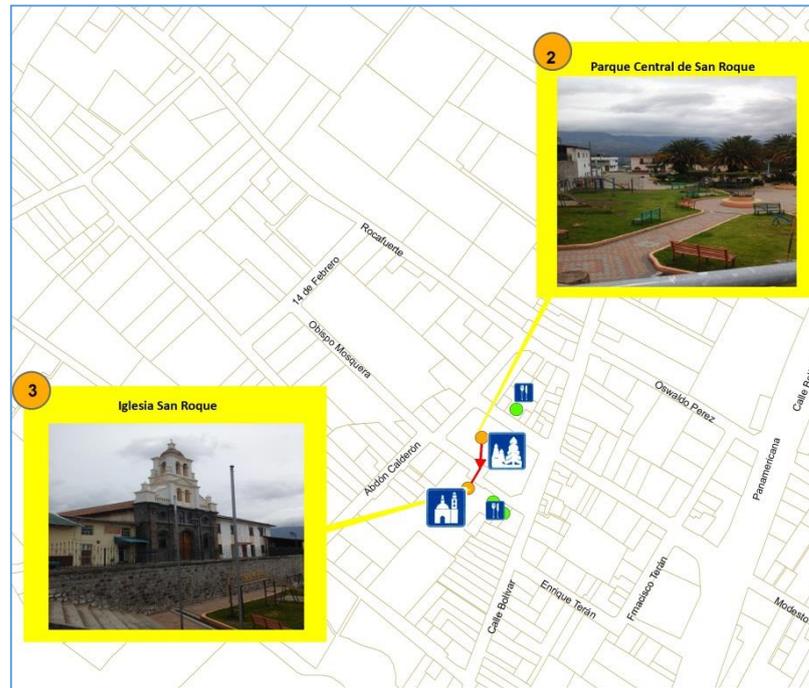
Anexo 18. Ficha de Atractivos Turístico Iglesia San Roque.

		UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE			
		FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD			
		CARRERA DE GASTRONOMÍA			
FICHA PARA INVENTARIO DE ATRACTIVOS TURÍSTICOS					
1. DATOS GENERALES					
Encuestador: Mirian Bravo, Evelin Mora.				Fecha: 15/05/2014	
Supervisor evaluador: Lic. Carlos Aguinaga				No. Ficha 3	
Nombre del atractivo: Iglesia de San Roque					
Propietario: Cantón Antonio Ante					
Categoría: Religiosa		Tipo: Histórico		Subtipo: civil: Arquitectónico	
2. UBICACIÓN		LONGITUD:		LATITUD:	
Provincia: Imbabura Calle: Simón Bolívar		Cantón: Antonio Ante Numero:		Localidad: Parroquia San Roque Trasversal: Frente al parque San Roque.	
3. CENTROS URBANOS MAS CERCANOS AL ATRACTIVO					
Nombre del poblado: Atuntaqui				Distancia: 4 km	
4. CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DEL ATRACTIVO					
Altura (m.s.n.m.): 2. 230 msnm			Temperatura: 16°C		
1	Tamaño:				
2	Calidad del Agua: Potable				
3	Descripción del paisaje: En su interior se encuentran esculturas y pinturas de carácter religioso, el más sobresaliente es la figura de San Roque el patrono de la parroquia. Flora y Fauna:				
4	Actividades varias: Celebraciones Eucarísticas y Eventos Religiosos.				
5. USOS					
ESTADO DE CONSERVACIÓN					
1	Alterado				
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	

		Bueno	Regular	Malo	Diaria	Semanal	Mensual	
Terrestre	Asfalto	X			Bus	X		
	Lastrado				Automóvil	X		
	Empedrado				4x4			
	Sendero				Tren			
7. FACILIDADES TURÍSTICAS								
Ruta de buses desde la población más cercana								
Desde Atuntaqui		Hasta S. Roque		Frecuencia Diaria			Distancia 4 Km	
	Lujo		Primera		Segunda		Tercera	
Servicios	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento								
Alimentación					X			
Esparcimiento						X		
Tarifa promedio								
Por hotel \$								
Promedio días								
Tarifa promedio								
En alimentación								
Estadía hotel								
Infraestructura básica								
Agua	Potable							
Energía	Eléctrica							
Alcantarillado								
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		1 día			Automóvil y bus		
Provincial	X		1 día			Automóvil y bus		
Nacional	X		1 día			Automóvil y bus		
Internacional								
Indique si cuenta con:								
Agencia de viajes		Almacenes de artesanía		Correo			Fax, fono, internet	
							X	
Señale si el atractivo turístico se difunde								
Local	X							
Provincial								

Nacional	
Internacional	
1	

RUTA:



Anexo 19. Ficha de Atractivos Turístico Estación del tren.

		UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD CARRERA DE GASTRONOMÍA			
FICHA PARA INVENTARIO DE ATRACTIVOS TURÍSTICOS					
1. DATOS GENERALES					
Encuestador: Mirian Bravo, Evelin Mora.				Fecha: 15/05/2014	
Supervisor evaluador: Lic. Carlos Aguinaga				No. Ficha 5	
Nombre del atractivo: Estación del tren.					
Propietario: Cantón Antonio Ante Parroquia San Roque.					
Categoría: Estación		Tipo: Histórico		Subtipo: Estación del Ferrocarril	
2. UBICACIÓN		LONGITUD:		LATITUD:	
Provincia: Imbabura Calle: Modesto Larrea	Cantón: Antonio Ante Numero:		Localidad: Parroquia San Roque Trasversal: Vía Férrea		
3. CENTROS URBANOS MAS CERCANOS AL ATRACTIVO					
Nombre del poblado: Atuntaqui			Distancia: 4. km		
4. CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DEL ATRACTIVO					
Altura (m.s.n.m.): 2. 230 msnm			Temperatura: 16°C		
1	Tamaño:				
2	Calidad del Agua: Potable				
3	Descripción del paisaje: Excelente infraestructura decorado con plantas ornamentales, posee mural de una pintura del tren Ecuatoriano, una sala de espera, cafetería. Flora y Fauna:				
4	Actividades varias: Degustación de café con tortilla de tiesto y dulce de zambo.				
5. USOS					
ESTADO DE CONSERVACIÓN					
1	Alterado				
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

		Bueno	Regular	Malo	Diaria	Semanal	Mensual	
Terrestre	Asfalto	X			Bus	X		
	Lastrado				Automóvil	X		
	Empedrado				4x4			
	Sendero				Tren	X		
7. FACILIDADES TURÍSTICAS								
Ruta de buses desde la población más cercana								
Desde Atuntaqui		Hasta S. Roque		Frecuencia Diaria			Distancia 4 Km	
	Lujo		Primera		Segunda		Tercera	
Servicios	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento								
Alimentación					X			
Esparcimiento						X		
Tarifa promedio								
Por hotel \$								
Promedio días								
Tarifa promedio								
En alimentación								
Estadía hotel								
Infraestructura básica								
Agua	Potable							
Energía	Eléctrica							
Alcantarillado								
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		1 día			Automóvil y bus		
Provincial	X		1 día			Automóvil y bus		
Nacional	X		1 día			Automóvil y bus		
Internacional	X		1 día			Automóvil, bus y tren		
Indique si cuenta con:								
Agencia de viajes		Almacenes de artesanía			Correo		Fax, fono, internet	
					X		X	
Señale si el atractivo turístico se difunde								
Local	X							
Provincial	X							

Nacional	X
Internacional	X
l	

RUTA:



Anexo 20. Ficha de Atractivos Turístico Restaurante Las Delicias de Imbabura.

		UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD CARRERA DE GASTRONOMÍA			
FICHA PARA INVENTARIO DE ATRACTIVOS TURÍSTICOS					
1. DATOS GENERALES					
Encuestador: Mirian Bravo, Evelin Mora.				Fecha: 15/05/2014	
Supervisor evaluador: Lic. Carlos Aguinaga				No. Ficha 6	
Nombre del atractivo: Restaurante Las Delicias de Imbabura					
Propietario: Sra. Luzmila de la Torre Córdova					
Categoría: Alimentación		Tipo: Restaurante		Subtipo: Restaurante de Comidas Típicas.	
2. UBICACIÓN		LONGITUD:		LATITUD:	
Provincia: Imbabura	Cantón: Antonio Ante		Localidad: Parroquia San Roque		
Calle: Panamericana	Número:		Trasversal:		
3. CENTROS URBANOS MAS CERCANOS AL ATRACTIVO					
Nombre del poblado: Atuntaqui			Distancia: 4.5 km		
4. CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DEL ATRACTIVO					
Altura (m.s.n.m.): 2. 230 msnm			Temperatura: 16°C		
1	Tamaño:				
2	Calidad del Agua: Potable				
3	Descripción del paisaje: Posee una decoración con plantas ornamentales y artesanías propias del lugar, dando un ambiente acogedor y agradable, su construcción es a base de ladrillo y bloque Flora y Fauna:				
4	Actividades varias: Degustación de comida típica de la provincia de Imbabura.				
5. USOS					
ESTADO DE CONSERVACIÓN					
1	Alterado				
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	

		Bueno	Regular	Malo	Diaria	Semanal	Mensual	
Terrestre	Asfalto	X			Bus	X		
	Lastrado				Automóvil	X		
	Empedrado				4x4			
	Sendero				Tren			
7. FACILIDADES TURÍSTICAS								
Ruta de buses desde la población más cercana								
Desde Atuntaqui		Hasta S. Roque		Frecuencia Diaria			Distancia 4 Km	
	Lujo		Primera		Segunda		Tercera	
Servicios	No. Estab	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas	No. Estab.	Plazas
Alojamiento								
Alimentación					X			
Esparcimiento						X		
Tarifa promedio								
Por hotel \$								
Promedio días								
Tarifa promedio								
En alimentación								
Estadía hotel								
Infraestructura básica								
Agua	Potable							
Energía	Eléctrica							
Alcantarillado								
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		1 día			Automóvil y bus		
Provincial	X		1 día			Automóvil y bus		
Nacional	X		1 día			Automóvil y bus		
Internacional								
Indique si cuenta con:								
Agencia de viajes		Almacenes de artesanía			Correo		Fax, fono, internet	
					X		X	
Señale si el atractivo turístico se difunde								
Local	X							
Provincial	X							

Anexo 21. Banner



“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA
COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA SAN ROQUE
CANTÓN ANTONIO ANTE”



Autores; Mirian Bravo, Evelin Mora.

INTRODUCCIÓN

El compendio de la información facilita el despliegue de los análisis para llegar a las conclusiones y recomendaciones pertinentes y así influenciar a los habitantes de San Roque en mantener vivo el patrimonio gastronómico y sus expresiones culturales propias del sector.

OBJETIVOS

Objetivos: Valorar la gastronomía de la provincia de Imbabura des cantón Antonio Ante parroquia San Roque

MATERIALES Y MÉTODOS

Investigación descriptiva las técnicas utilizadas son: observación, entrevistas.

Instrumentos del levantamiento de datos
Cuestionario, fichas de inventario, video grabadora.

RESULTADOS ESPERADOS

Preguntas Directriz

¿El rescate de la gastronomía ancestral y típica más el diseño de rutas de turismo gastronómico permitirá mejorar la actividad del turismo en la parroquia San Roque?

Resultados

Los resultado identificar la gastronomía ancestral, típica de la parroquia San Roque, usar los atractivos turísticos que tiene la parroquia y proponer diseños de rutas de turismos gastronómicos.

Realizar las publicaciones tesis, libros y artículos científicos que permiten visualizar la cultura gastronómica de la parroquia de la parroquia, salvaguardando de tal manera que forme parte del patrimonio cultural del Ecuador y pueda servir de base para realizar otras investigaciones tras disciplinarias.



Bibliografía.

Barrera, J.P. (2010). Cocinas regionales andinas. Quito Ecuador: Corporación Editorial Nacional.
Caiza., B. A. (14 de noviembre de 2013). Comida exótica en Imbabura.

Anexo 22. Tríptico

UBICACIÓN, ASPECTOS Y CARACTERÍSTICAS DE LA PARROQUIA



San Roque parroquia rural perteneciente al Cantón Antonio Ante de la Provincia de Imbabura con una superficie de 13, 42 km2. Se encuentra conformado por los siguientes barrios: San Agustín, Santa Rosa, San Alfonso, Sagrado Corazón de Jesús, La Cantarilla, La Merced, San Miguel, La Delicia y el sector céntrico; a más de estos barrios pertenecen a esta parroquia las comunidades de Pucará, Cerotal, La Esperanza y Agualongo de Paredes.

Altura

De acuerdo a su topografía, aproximadamente de encuentra entre los 2230 y 4621 m.s.n.m., y la cabecera parroquial se encuentra aproximadamente 2450 m.s.n.m.

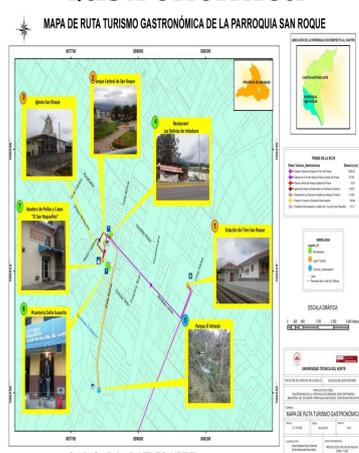
GASTRONOMÍA DE PARROQUIA SAN ROQUE

- Cuy  Asado 
- Chuchuca 
- Champús 
- Chicha de jora 
- Fritada 
- Colada de maíz 
- Sopa de zambo 

ATRATIVOS TURÍSTICOS DE LA PARROQUIA

- Parque de San Roque
- El parque de San Roque
- Estación del tren San Roque 
- La iglesia de san Roque construida en el año de 1939 
- Parque Temático El Artesón se rige bajo la temática de basura cero y la reutilización de la misma, iniciativa que nace
- Restaurante Las delicias de Imbabura

Ruta turismo gastronomica



FACAE

GASTRONOMÍA
UTN

Universidad Técnica Del Norte

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y ECONÓMICAS
"GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA SAN ROQUE CANTÓN ANTONIO ANTE".

Autores:
EVELIN ALEXANDRA MORA MEJÍA, MIRIAN MARLENE BRAVO RAMÍREZ.
Ibarra 2015