



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

Tesis previa a la obtención del título de Licenciadas en Gastronomía

Tema:

“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR, PARROQUIA LA DOLOROSA DEL PRIORATO CANTÓN IBARRA”

AUTORES:

ARIAS JÁCOME YESSENIA RAQUEL

GER CASTILLO JESENIA EDITH

DIRECTOR DE TESIS:

MSC. FALCÓN SANTIAGO

IBARRA 2016

RESUMEN

“Gastronomía de Imbabura como patrimonio cultural inmaterial, Parroquia la Dolorosa del Priorato Cantón Ibarra”.

El presente proyecto de investigación, tiene por objetivo valorar la gastronomía ancestral, típica y tradicional de la parroquia. La metodología utilizada para recopilar datos fue a través de entrevistas, mediante una muestra de selección intencionada hacía los informantes, los resultados se obtuvo de las entrevistas 15 recetas que son las más representativas entre las cuales 1 entrada, 4 son sopas, 4 platos principales, 3 tipos de panes, 3 bebida, finalmente se diseñó una ruta gastronómica de un día para recorrer los diferentes puntos como son: las viviendas en las cuales se harán turismo comunitario, además de sus atractivos naturales (yahuarcocha) y culturales (Iglesia).

SUMMARY

"Gastronomy of Imbabura as heritage cultural intangible, parish the painful of the Priory Canton Ibarra".

The present research project, aims to assess the ancient, typical and traditional cuisine of the parish. Was the methodology used to collect data through interviews, through a sample of intentional selection made informants, results was obtained from interviews 15 recipes that are the most representative among which 1 input, 4 are soups, 4 main courses, 3 types of bread, 3 drink, finally designed a gastronomic route of a day to explore the different points such as : dwellings in which will be community-based tourism, in addition to its natural attractions (yahuarcocha) and cultural (Church)..

AUTORIA

Nosotros, Arias Jácome Yessenia Raquel portador de la cedula de ciudadanía Nro 1004481071, y Ger Castillo Jesenia Edith portador de la cedula de ciudadanía Nro. 0401743604 declaramos que la tesis que presentamos sobre el tema: **“Gastronomía de la provincia de Imbabura como patrimonio cultural e inmaterial del Ecuador parroquia La Dolorosa del Priorato.”** Previo a la obtención del Título de Licenciatura en Gastronomía, es auténtica, original y las ideas y comentarios de este trabajo de investigación, son de responsabilidad exclusiva de los autores.



Arias Jácome Yessenia Raquel



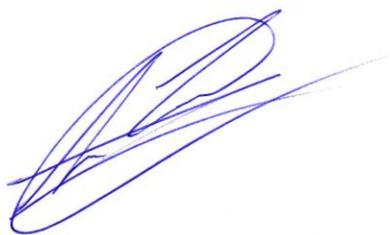
Ger Castillo Jesenia Edith

CI: 1004481071

CI: 0401743604

CERTIFICACIÓN DEL ASESOR

En mi calidad de Director del informe final de trabajo de grado titulado: “GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL E INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA LA DOLOROSA DEL PRIORATO”, de autoría de las señorita Arias Jácome Yessenia Raquel y de la señorita Ger Castillo Jesenia Edith, egresados de la Escuela de Gastronomía ; el trabajo es auténtico y original, cumple con los objetivos y cronogramas que constan en el proyecto, metodologías y normas planteadas por la Universidad Técnica del Norte, por lo que se autoriza su presentación considerando que la presente investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometidos a evaluación del jurado examinador que el Honorable Consejo Directivo de la Facultad designe.



MSC .Santiago Falcón

DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO



**CESION DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE
LA UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE**

Nosotros, Arias Jácome Yessenia Raquel portador de la cedula de ciudadanía Nro 1004481071, y Ger Castillo Jesenia Edith portador de la cedula de ciudadanía Nro. 0401743604 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 del autor de Trabajo de Grado denominado: **“GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL E INMATERIAL DEL ECUADOR PARROQUIA LA DOLOROSA DEL PRIORATO.”**

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

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.

Arias Jácome Yessenia Raquel

Ger Castillo Jesenia Edith

CI: 1004481071

CI: 0401743604

Ibarra, a los 16 días del mes de Marzo del 2016



UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA
AUTORIZACIÓN DE USO Y DE PUBLICACIÓN

A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACION DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad. Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CEDULA DE IDENTIDAD:		100448107-1	
APELLIDOS Y NOMBRES:		ARIAS JÁCOME YESSENIA RAQUEL	
DIRECCION:		ATUNTAQUI. AV SAN VICENTE Y ROCAFUERTE	
EMAIL:		yessekel@gmail.com	
TELEFONO FIJO:	2909-330	TELEFONO MOVIL	0986430902
DATOS DE CONTACTO			
CEDULA DE IDENTIDAD:		040174360-4	
APELLIDOS Y NOMBRES:		GER CASTILLO JESENIA EDITH	
DIRECCION:		ATUNTAQUI. GALO PLAZA Y ROCAFUERTE	
EMAIL:		edithger0310@gmail.com	

TELEFONO FIJO:	2910205	TELEFONO MOVIL	0991932175
----------------	---------	----------------	------------

DATOS DE LA OBRA					
TÍTULO:	“GASTRONOMÍA DEL ECUADOR COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL, PARROQUIA LA DOLOROSA DEL PRIORATO CANTÓN IBARRA”				
AUTOR (ES) :	Arias, Yessenia; Ger, Jesenia				
FECHA: AAAAMMDD	2016/02/16				
SOLO PARA TRABAJO DE GRADO					
PROGRAMA:	<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="text-align: center;">PREGRADO</td> <td style="text-align: center;">POSGRADO</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> </tr> </table>	PREGRADO	POSGRADO	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
PREGRADO	POSGRADO				
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en Gastronomía				
ASESOR/ DIRECTOR:	MSc. Santiago Falcón				

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, ARIAS JÁCOME YESSSENIA RAQUEL, con cédula de identidad Nro. 100448107-1, y yo, GER CASTILLO JESENIA EDITH con cédula de identidad Nro. 040174360-4 en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional

y autorización 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. CONCORDANCIAS

Los autores, manifestando que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrollo, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es del titular de los derechos patrimoniales, por lo que se asume la responsabilidad sobre el contenido de las misma y saldré en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 27 días del mes de mayo de 2014

LAS AURTORAS

(Firmas).....

Nombre: Arias Jácome Yessenia Raquel

C.I. 100448107-1

ACEPTACIÓN

Firma:.....

Ing. Betty Chavéz

JEFA BIBLIOTECA

(Firmas).....

Nombre: Ger Castillo Jesenia Edtih

C.I 040174360-4

Facultado por resolución de Consejo Universitario

AGRADECIMIENTO

A nuestros padres quienes a lo largo de nuestra carrera nos han apoyado y motivado en nuestra formación académica, creyeron en nosotros en todo momento hasta ver cumplidas nuestras metas.

A nuestros maestros a quienes les debemos gran parte de nuestros conocimientos, gracias a su paciencia y enseñanza un eterno agradecimiento.

DEDICATORIA

Dedicamos este proyecto de grado a nuestros padres, hermanos y amigos por toda la ayuda brindada incondicionalmente y por ayudarnos a superar cada obstáculo que se presenta en la vida, gracias a su ejemplo hemos llegado a cumplir una de nuestras metas.

ÍNDICE GENERAL

RESUMEN	i
SUMMARY	ii
AUTORÍA	iii
CERTIFICACIÓN DEL ASESOR	iv
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO	v
AUTORIZACIÓN DE USO Y DE PUBLICACIÓN	vi
AGRADECIMIENTO.....	viii
DEDICATORIA.....	x
ÍNDICE GENERAL.....	xi
ÍNDICE DE TABLAS	xiv
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xv
ÍNDICE DE ANEXOS	xvi
INTRODUCCIÓN	xvii
CAPÍTULO I	19
1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	19
1.1 Tema.....	19
1.2 Contextualización del problema.	19
1.3 Planteamiento del problema	19
1.4 Objetivos	20
1.4.1 General:.....	20
1.4.2 Específicos:	20
1.5 Pregunta Directriz	21
1.6 Justificación	21
CAPÍTULO II	23

MARCO TEÓRICO.....	23
2.1 Gastronomía.....	23
2.2 Gastronomía de Imbabura.....	26
2.3 Gastronomía de la Parroquia, La Dolorosa del Priorato.....	27
2.4 Gastronomía ancestral.....	28
2.5 Gastronomía típica.....	31
2.5.1 Festividades y nacimiento de la cocina criolla.....	33
2.6 Gastronomía tradicional.....	34
2.7 Cultura y patrimonio.....	36
2.8 Patrimonio intangible.....	37
2.9 Patrimonio gastronómico.....	38
2.10 Ruta turística.....	39
2.11 Marco legal.....	41
2.11.1 Constitución del Ecuador.....	41
2.12 Glosario de términos.....	45
CAPÍTULO III.....	49
3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	49
3.1 Temporalidad.....	49
3.1.2. Naturaleza.....	49
3.2. Población.....	49
3.2.1. Muestra.....	50
3.3. Métodos.....	51
3.3.1 Teóricos.....	51
3.3.2 Empírico.....	52
3.3.3 Matemáticos.....	52

3.4 Estrategia.....	53
CAPÍTULO IV	55
4. ANÁLISIS Y TABULACIÓN DE DATOS	55
4.1 Plan de procesamiento de datos	55
4.2 Tabulación y análisis de resultados	56
Entrevista contexto socio cultural.....	67
4.3 Informe final del análisis	78
4.4 Discusión de resultados y marco teórico.	79
4.6 Recetas Estándar.....	81
CAPÍTULO V	97
PROPUESTA	97
5.1 Introducción	97
5.2 Ruta turística.....	98
5.2 Análisis de impactos	101
5.3.1 Impacto turístico.....	102
5.3.2 Impacto socio-cultural.....	104
5.3.3 Impacto económico.....	106
5.3.4 Impacto educativo	108
5.3 Informe de Impactos	109
CONCLUSIONES.....	110
RECOMENDACIONES	111
ANEXOS	112
BIBLIOGRAFÍA	118

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Alimentos ancestrales de la zona	56
Tabla 2 Alimentos que se producen actualmente	58
Tabla 3 Métodos de conservación de alimentos que existían	59
Tabla 4 Temporada de cosecha de alimentos	61
Tabla 5 Tipos de especias	62
Tabla 6 Comidas y bebidas que se preparaban en la zona	63
Tabla 7 Técnicas de elaboración.....	65
Tabla 8 Utensilios que se usan.....	66
Tabla 9 Manifestaciones culturales.....	67
Tabla 10 Fiestas	68
Tabla 11 Quienes intervienen en las preparaciones	70
Tabla 12 A quién se transmite los conocimientos	71
Tabla 13 Influencia de las preparaciones en el comportamiento.....	72
Tabla 14 Desde cuando se preparan.....	73
Tabla 15 Utensilios y características.....	74
Tabla 16 Recuerdos asociados	75
Tabla 17 Significado del plato	76
Tabla 18 Significado del plato	77

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Alimentos que existían en la Zona.....	56
Gráfico 2 Alimentos que se producen actualmente	58
Gráfico 3 Métodos de conservación que existían	59
Gráfico 4 Temporada de cosecha de alimentos	61
Gráfico 5 Tipos de especias	62
Gráfico 6 Comidas y bebidas que se preparaban en la zona.....	63
Gráfico 7 Técnicas de elaboración.....	65
Gráfico 8 Utensilios que se usan.....	66
Gráfico 9 Manifestaciones culturales.....	67
Gráfico 10 Fiestas	68
Gráfico 11 Quien interviene en la preparación	70
Gráfico 12 A quién se transmite los conocimientos	71
Gráfico 13 Influencia de las preparaciones en el comportamiento.....	72
Gráfico 14 Desde cuando se preparan	73
Gráfico 15 Utensilios y características	74
Gráfico 16 recuerdos asociados	75
Gráfico 17 Significado del plato	76
Gráfico 18 Historia del plato.....	77

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Entrevista levantamiento del inventario gastronómico.....	112
Anexo 2 Formato para el diseño de la ruta	114
Anexo 3 Tríptico.....	116
Anexo 4 Banner	117

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia del Ecuador, la diversidad de sus productos, de su gente y de sus paisajes le han convertido al país del cacao fino de aroma, langostino dulce, café de altura, papas y maíces endémicos, productos y especies mega diversos de la Amazonía, rosas y ajíes, en un sabroso paraíso digno de ser transformado culinariamente para brindar una oferta diferente en la región y convertirla, sin lugar a dudas, en el nuevo destino culinario desde el centro del mundo (Gallardo, 2012).

Esta parroquia guarda sus costumbres y tradiciones manteniendo su gastronomía principalmente en las festividades religiosas, entre sus platos principales encontramos: Caldo de gallina, cuy asado, hornado, chicha de jora, chicha de arroz y roscas de pan. Todas estas delicias son inigualables y características de esta parroquia es por ello que la afluencia de turistas propios y extranjeros es muy concurrida tanto en días festivos o recreativos del fin de semana (Civismo y fiesta por aniversario del Priorato, 2013).

El incremento de nuevas tendencias culinarias en la gastronomía ha ocasionado que los productos y sus platos propios de la región sean consumidos en menor cantidad además ha causado la desvalorización de una identidad propia gastronómica ocasionando así que nuestra comida no sea apreciada a nivel nacional.

A través del presente trabajo, analizaremos el limitado desarrollo gastronómico auténtico y sostenible de la zona, creando una alternativa para el fomentar los conocimientos de las recetas, además se realizará una ruta moderna que permita mejorar la gastronomía beneficiando así a la comunidad.

En el capítulo I consta el problema de investigación, los objetivos, y justificación. En el capítulo II consta la recopilación de información acerca gastronomía, gastronomía ancestral, gastronomía tradicional, gastronomía típica, cultura y patrimonio, patrimonio intangible, patrimonio gastronómico, ruta turística, marco legal y glosario de términos.

En el capítulo III trataremos la metodología de la investigación empleada, métodos, técnicas, instrumentos y estrategias que se han utilizado para la recopilación de la información. En el capítulo IV se realizará el análisis y tabulación de resultados en el cual se plasmará en un informe final y una discusión de resultados con el marco teórico y la realización de recetas estándar.

Y finalmente en el capítulo V consiste en la realización de la propuesta de una ruta gastronómica teniendo énfasis en resaltar las recetas y las diferentes festividades culturales de la zona; el análisis de impactos y las respectivas conclusiones y recomendación para el proyecto.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Tema

Gastronomía de Imbabura como patrimonio cultural inmaterial, Parroquia La Dolorosa Del Priorato Cantón Ibarra.

1.2 Contextualización del problema.

El limitado conocimiento de la comida nacional de generaciones que nos antecedieron ha disminuido la importancia de la gastronomía. La falta de conocimiento y valorización de nuestras culturas gastronómicas provoca que de apoco se pierda la identidad cultural de las pequeñas parroquias.

En la Parroquia La Dolorosa del Priorato Cantón Ibarra, Debido a la falta de identidad cultural, migración del campo a la ciudad, ha suscitado el abandono de la agricultura dejándose de cultivar los productos auténticos de la región, produciendo de esta manera el limitado desarrollo gastronómico autentico y el desconocimiento de las recetas.

1.3 Planteamiento del problema

La gastronomía y cultura del Ecuador se ha caracterizado por una gran diversidad de productos que a su vez nos conlleva a preparar una gran variedad de platos tradicionales y

propios de cada región; por lo que es deber de cada generación resaltar la importancia de las preparaciones que aún se conservan en las comunidades.

La problemática nacional conlleva a la migración, provocando que la identidad cultural dentro de las costumbres alimenticias vaya de apoco disminuyendo su importancia. Con la aparición de nuevas técnicas de cultivo se combate nuevas plagas, lo que hace que los productos auténticos no sean los mismos y es más se escaseen.

En la Parroquia La Dolorosa del Priorato Cantón Ibarra es notorio el problema de la desvalorización gastronómica que la identifica; aún existen familias que conservan sus recetas auténticas, lo que debe considerarse patrimonio cultural gastronómico

1.4 Objetivos

1.4.1 General:

Valorar la gastronomía ancestral, típica y tradicional de la Parroquia La Dolorosa Del Priorato Cantón Ibarra, mediante el diseño de una ruta gastronómica para su conservación.

1.4.2 Específicos:

- Realizar el inventario gastronómico existente en la Parroquia La Dolorosa Del Priorato
- Estandarizar las recetas para que sean base documental.
- Diseñar una Ruta Gastronómica mediante un recorrido para que la población la conozca.

- Analizar los impactos que el proyecto genere en las áreas social, cultural, turística, gastronómica, económica y educativa; mediante una técnica prospectiva para relevar su importancia.

1.5 Pregunta Directriz

¿De qué manera el inventario gastronómico ancestral y tradicional insertado en una ruta gastronómica, potencializará la gastronomía como patrimonio cultural inmaterial de la Parroquia La Dolorosa del Priorato?

1.6 Justificación

La Parroquia La Dolorosa del Priorato está conformada por diez barrios, ubicada al norte del Cantón Ibarra, cada segmento en toda su extensión posee lugares de gran atractivo natural y riqueza cultural, entre sus atractivos están, manifestaciones culturales, etnias, costumbres, gastronomía. Cada uno de estos lugares está acompañado por infraestructura de apoyo como carreteras, caminos, sitios de alojamiento y alimentación, paraderos y otros que caracterizan a cada uno de los segmentos.

La gastronomía es una manifestación que caracteriza a cada cultura, sea por los productos que se utiliza en la preparación de las diferentes recetas típicas, tradicionales o ancestrales, o por el proceso que cada comunidad ha trasferido de generación en generación.

En el aspecto cultural se pretende rescatar las recetas ancestrales, tradicionales, típicas que se están perdiendo paulatinamente los cuales forman parte de la identidad cultural de las comunidades e integrarlas dentro de una ruta gastronómica.

Los beneficiarios de este proyecto serán directos e indirectos, dentro del primer grupo están la población, en los indirectos el turismo comunitario.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Gastronomía,

La Gastronomía es el estudio de la relación entre cultura y alimento. A menudo se piensa erróneamente que el término gastronomía únicamente tiene relación con el arte de cocinar y los platillos alrededor de una mesa. Sin embargo, esta es una pequeña parte de dicha disciplina. No siempre se puede afirmar que un cocinero es un gastrónomo, ya que la gastronomía estudia varios componentes culturales tomando como eje central la comida. De esta forma se vinculan las Bellas Artes, ciencias sociales, ciencias naturales e incluso ciencias exactas alrededor del sistema alimenticio del ser humano (Gutiérrez, 2012) .

La cocina o la alimentación han estado en la evolución con la humanidad, en el inicio el hombre era recolector de frutas, raíces, tallos y hojas comienza la gran caza de piezas grandes como renos, bisontes, vacunos salvajes y caballos y de pequeños animales también lagartijas, erizos, entre otros y tenía herramientas rústicas las cuales estaban hechas con madera, piedra y huesos.

Las plantas domesticadas como trigo, cebada, avena, col, higos, habas, lentejas, mijo y vid. Los egipcios fueron los primeros en elaborar pan, amasaban la harina con los pies y la estiraban con rodillo. Descubrieron la fermentación y elaboraron vino y cerveza, esta última considerada la bebida nacional. La alimentación seguía basada en cereales y vegetales. Una de

sus aportaciones fue cebar a las aves para obtener su hígado, lo que ahora conocemos como foie-gras.

Los egipcios hacían un culto de la comida. Cuando moría un faraón, lo momificaban y lo adornaban con alimentos; tenían la creencia de que existía una vida después de la muerte.

Los hebreos llamados judíos, eran un clan nómada hasta establecerse en la ciudad de Ur, perteneciente a Egipto, y de ahí a Canaán la tierra prometida. Durante el éxodo cuando salieron de Egipto surgieron las leyes mosaicas, contenidas ahora en las Sagradas Escrituras, en estas se determinaron los alimentos sagrados y los prohibidos, estos últimos probablemente para evitar la descomposición de los alimentos durante el largo tiempo que caminarían en el desierto, dándole así un significado espiritual al acto de comer; cosa que hasta nuestros días está regulado por los judíos, de esta manera surgieron los alimentos Kosher.

Los alimentos más utilizados fueron leguminosas y hortalizas, oveja, cabra, vaca, codorniz y pescado. Obtuvieron productos derivados de origen animal como la mantequilla, miel y leche. Acostumbraban los potajes, sopas y pan con levadura a excepción de los días de Pascua.

Ellos se distinguían por su hospitalidad hacia los huéspedes, les proporcionaban techo y alimento. Se lavaban las manos antes de comer y los pies para comidas especiales, además a los invitados distinguidos se les ofrecían perfumes.

La cocina griega es considerada como la madre de la cocina de Occidente y los primeros cocineros griegos fueron panaderos, tenían una diosa Deméter a la que le ofrendaban los panes

recién horneados, frutos, miel y la lana hilada, a su vez Baccho era el dios del vino, los panes eran hechos en una placa de hierros en un horno de leña.

El aceite de oliva: el de primer prensado se utilizaba para comer, el de segundo para el cuerpo y el de tercero para alumbrar. El olivo tarda 16 años en dar fruto y otros 40 para madurar.

“La cocina griega aporta a la mundial la entrada de carne de cerdo, los asados y los guisos a base de hierbas aromáticas” (Industrias Alimentarias de la Convención SA, 2011).

A lo largo de la historia del Ecuador, la diversidad de sus productos, de su gente y de sus paisajes le han convertido al país del cacao fino de aroma, langostino dulce, café de altura, papas y maíces endémicos, productos y especies mega diversos de la Amazonía, rosas y ajíes, en un sabroso paraíso digno de ser transformado culinariamente para brindar una oferta diferente en la región y convertirla, sin lugar a dudas, en el nuevo destino culinario desde el centro del mundo. Conocer nuestros orígenes, nuestros productos y respetar nuestras costumbres para proyectarnos al futuro.

Ecuador está en proponer al mundo platos emblemáticos como el locro, el meloso, la cazuela, el maito, el envuelto, la fritada, los jugos, la horchata y los dulces como íconos sostenibles de nuestra cocina para que sean verdaderos embajadores ante el mundo y respetados como productos de cuantiosos ingresos turísticos para el nuevo Ecuador. Nuestro terruño es bendecido por un clima multidiverso; plantas, especies y animales son cobijados por hermosas montañas, caudalosos ríos y exuberante vegetación que dan como resultado alimentos únicos que sabiamente nuestros antepasados transformaron en los mejores manjares. Nombrar a nuestra cocina Patrimonio Cultural, por los sabores y aromas conservados tradicionalmente por

miles de años y replicada generación tras generación, es un derecho que los ecuatorianos tenemos como nación (Puente, 2012).

2.2 Gastronomía de Imbabura

La provincia de Imbabura se encuentra al norte del país, limita al norte con la provincia de Carchi, al sur la provincia de Pichincha, al este Sucumbíos y Napo y al oeste la provincia de Esmeraldas. Su capital es Ibarra.

La provincia de Imbabura es conocida como la Provincia de los Lagos, ya que en sus cantones se encuentran los lagos más hermosos del país.

Riqueza agrícola: el potencial agrícola de Imbabura es muy grande, pues es una de las primeras provincias en la producción de fréjol seco y de maíz suave seco, de igual manera tiene una excelente producción de caña de azúcar. Hay otros cultivos importantes como trigo, legumbres, hortalizas, cebada y maíz duro seco. Los cultivos de frutas como aguacate y tomate riñón son importantes sobre todo en los valles del Chota, Pimampiro y Ambuquí, además papaya, piña, ciruela, guabo, plátano y naranja. Hay que destacar la producción de cabuya que encuentra un gran mercado en Otavalo.

En lo que se refiere a ganadería, se ha desarrollado mucho, gracias también a las grandes zonas de cultivo de alfalfa y grandes pastizales. Especialmente ganado vacuno, ovino y porcino.

Hay que destacar la producción artesanal de panela, aguardiente, nogadas y elaboraciones de alimentos y bebidas.

Costumbres y gastronomía: en la provincia de Imbabura convergen una mezcla de historia, costumbres, cultura y folclore, sus fiestas tradicionales como la Fiesta de la Cruz, la Fiesta de Las Lajas y las diferentes verbenas populares en los barrios de Ibarra, que invitan a conocer sus hermosos paisajes, su diversidad étnica y sus costumbres ancestrales y como 46 elementos muy importante disfrutar de su deliciosa comida.

“Entre los platos típicos están: Carnes coloradas, Caldo de patas, Empanadas de morocho, Helados de paila, Arrope de mora, Fritadas, Chicha del yamor” (Jaramillo Granda, 2012, págs. 44-46).

Con la multiculturalidad que existe en Imbabura, su cocina se enriqueció enormemente para convertirse en el referente de la Sierra Norte del país. Cuando uno viaja hacia Ibarra, en el trayecto pasa por Otavalo degustando una sopa de Chuchuca; luego a Cotacachi, donde encontramos las “carnes coloradas” con papas, o el pan de dulce; y de ahí le siguen las fritadas de Atuntaqui. Una vez que llegamos a Ibarra hay dos cosas que no podemos dejar de probar: las empanadas de morocho y los helados de paila (Ecuador, 2012).

2.3 Gastronomía de la Parroquia, La Dolorosa del Priorato

La gastronomía de la Parroquia, La Dolorosa del Priorato brinda un sin número de platos propios de la región y a su vez complace el paladar de todos los turistas que llegan a los diferentes lugares de esta parroquia.

Esta parroquia guarda sus costumbres y tradiciones manteniendo su gastronomía principalmente en las festividades religiosas, entre sus platos principales encontramos: Caldo de gallina, cuy asado, hornado, chicha de jora, chicha de arroz y roscas de pan. Todas estas delicias son inigualables y características de esta parroquia es por ello que la afluencia de turistas propios y extranjeros es muy concurrida tanto en días festivos o recreativos del fin de semana.

Y en el mes de octubre se celebra las fiestas de parroquialización donde se realiza un pregón de fiestas y una actividad artística musical es una tradición más del pueblo prioratense, donde decenas de amigos y familiares formarán parte de esta verbena en honor a su parroquia (Diario La Hora, 2013).

2.4 Gastronomía ancestral

“El diccionario de la lengua española 2005 define como: gastronomía de los antepasados o relativo a ellos, recuerdos ancestrales. De origen remoto o muy antiguo, costumbres ancestrales” (Beatriz & Beatriz, 2009, pág. 36).

“La gastronomía ancestral viene de la época pre inca que se aplica hasta la actualidad en lugares o en celebraciones culturales de los pueblos indígenas” (PUCESI, 2011).

Nuestro país tiene la biodiversidad como una de sus principales fortalezas: la cantidad de especies animales y vegetales registradas alcanza cotas altísimas. Como es sabido a ello contribuye la variedad de ambientes, desde la selva tropical hasta el páramo andino. Al mismo tiempo, nuestra sociedad se precia de su condición de multicultural: a los pueblos originarios se unieron los europeos, los africanos y los asiáticos. Todos trajeron sus aportes genéticos y

culturales, entre ellos los relacionados con la alimentación. Por eso nuestra cocina nacional goza de una variedad desproporcionada en relación con el tamaño del país.

Nuestros antepasados aborígenes aportaron con un elemento indispensable en la cocina internacional de hoy: el tomate, fruto que, si bien lleva un nombre náhuatl, es originario y fue domesticado en la Península de Santa Elena. No debemos olvidar que varios nombres de productos relacionados con la alimentación fueron traídos de México y Centro América por los conquistadores y por los numerosos indígenas llegados con Pedro de Alvarado, como, por ejemplo, aguacate, tamal, capulí...; se debe tener cuidado y no aceptar que con la palabra llegó el fruto o el tipo de preparación. La antropología enseña que uno de los métodos más antiguos de cocción consistió en envolver carne o pescado o frutas o masa en ciertas hojas e introducir el paquete así formado entre las brasas, con el paso de los siglos, ya con la invención de la cerámica, el bulto pudo ser cocinado. Esta forma de preparación sobrevive en las choclotandas (llamadas hoy humitas, aunque algunos conocedores afirman que las primeras son de sal y las segundas de dulce), en los tamales, quimbolitos, "Indios" o "longos", entre otros (Freile, 2013).

Técnicas culinarias ancestrales:

- 1) Pachamanca: asar en un horno de piedras calientes. La pachamanca, que significa "olla de tierra" en quechua, es una de las más famosas técnicas prehispánicas de asar los alimentos entre piedras calientes que luego se cubren de tierra para no dejar escapar el calor. En un primer instante se puede pensar que es igual a la huatia, pero la diferencia sustancial es que los alimentos son protegidos con hierbas que actúan de aislantes de la tierra.

- 2) Huatia: asar con terrones de tierra, adobes o arena caliente. La huatia es una de las técnicas culinarias prehispánicas más populares en los Andes centrales. Consiste en intercalar tubérculos (papas, ocas, camotes, achira, etc.) entre terrones o adobes calientes y luego cubrir, todo con tierra para conservar el calor.
- 3) Las piedras calientes: Otra de las técnicas culinarias más antiguas de los Andes es la cocción de diferentes carnes, tubérculos y guisos al contacto con las piedras calientes, es decir, una vez que las piedras pasan del rojo vivo al ceniciento se colocan encima o entre los alimentos. Tal como funcionan ciertos aparatos de las cocinas modernas. Las piedras calientes también se emplearon para cocinar al contacto diferentes tipos de carnes tales como por ejemplo aves, llama, alpaca, cangrejos, langostas, camarones, mariscos, pescados, cuyes, entre otros.
- 4) Fermentado: La fermentación fue una de las técnicas más estimadas en el tiempo de los incas. Se la empleaba para la preparación del tocosh de papas o de maíz, productos que tienen las propiedades medicinales de prevenir o curar infecciones y enfermedades causadas por las frecuentes bajas temperaturas en la sierra. La fermentación intervenía en la preparación de las bebidas conocidas bajo el término taíno de chicha. Así denominaban los españoles a todas las bebidas que se encontraron en el continente americano. A pesar de que en cada lugar existían distintos nombres, de acuerdo a la lengua de cada región.
- 5) Cocción al vapor: La técnica de cocción al vapor se emplea en muy pocos productos, sin embargo, todos ellos son muy estimados.

- 6) Alimentos envueltos dentro de hojas: Una de las técnicas culinarias más apreciadas de los antiguos pobladores de toda América era envolver los alimentos y las masas de maíz en las hojas del mismo maíz, denominada ppancca o challa o con las hojas de achira o del bijao y que luego se cocían en agua, al vapor o a las brasas (Barrera, 2011).

2.5 Gastronomía típica

“Se llama típica a aquellos platillos con características muy especiales y únicas que se tienden a caracterizar con frecuencia en un lugar, es aquella comida que caracteriza a la zona donde vives y que está hecha a base de ingredientes producidos en tu región” (Beatriz & Beatriz, 2009, pág. 37)

La gastronomía típica se llama a aquellos platillos con características muy especiales y únicas que se tienden a realizar con frecuencia en un lugar. Peculiar de un grupo, país, región, cultura o época.

Y si hablamos de la gastronomía típica ecuatoriana, cabe señalar que es el resultado de una rica tradición culinaria que combina los antiguos manjares con los platos que trajeron los españoles: la fanesca, la guatita, el caldo de gallina de campo con yuca, los ceviches, el cuy asado, la fritada, el hornado... Y en cuanto al maíz, se lo prepara como tostado, canguil, chuchuca, mote, mazamorra, tortillas; cuando se lo cocina todavía tierno es el choclo, que se sirve con queso; si se pasa un poquito es el choclo mote, y después de algunos días puede convertirse en humitas (Colegio de periodistas de Pichincha, 1997).

Los antecedentes de la culinaria del Ecuador evocan culturas andinas, europeas, africanas y asiáticas. Las mesas, en la actualidad, emparejan manjares diversos, todos ellos conservados

en la memoria de las generaciones y que constituyen testimonios de identidad. El locro de papas con sal, ají y carne seca figura entre las primeras noticias escritas por funcionarios españoles del siglo XVI, relacionadas con los alimentos de los indígenas interandinos. Estos locros se enriquecieron con los aliños y los lácteos introducidos por los españoles.

El maíz americano, en todas sus formas de preparación, se adecuó con maravilloso efecto a las deliciosas propiedades de la carne y grasa porcinas los marranos castellanos se aclimataron en los Andes y fueron, junto con las gallinas, los sustentos de los campesinos, así pues, las fiestas campesinas se completaron con caldo de gallina, cuyes asados y pailas repletas de fritada. Los árabes introdujeron en España la caña de azúcar y el caldo de la planta llegó a nosotros Cocinas del Ecuador Julio Pazos Barrera L en forma de raspadura, alfeñique y azúcar. La miel de raspadura se alió con la masa de tamales y con los muchines de yuca. Los españoles trasplantaron el arroz y el plátano, originarios del Lejano Oriente y entre nosotros tomaron las formas de arroz con gallareta, arroz con concha prieta, bolón de verde, cazuela de verde, chifles, respectivamente. En la siberia del Ecuador sobresalen potajes como la fanesca de Semana Santa, el caldo de pata de res, el caldo de bolas de maíz, el seco de chivo, el aguado de pato, los llapingachos con caucara, la ensalada caliente de melloco, el caldo de salchicha, la torta de ocas, el bizcochuelo de almidón de achira, etc. Las frutas nativas al natural, en mermeladas o en almíbar son incomparables, estas son el babaco, el chamburo, la piña, la papaya, la badea, el ovo, el capulí, la guaba y la guayaba. Los cítricos introducidos son inevitables para los diversos cebiches (Pazos, 2010).

2.5.1 Festividades y nacimiento de la cocina criolla

El sincretismo entre culturas formó la cocina criolla. Las fechas de las celebraciones populares, muchas de ellas de antiquísima data prehispánica, se remarcaron en la cultura popular a través de platos y preparaciones culinarias.

Interminables resultan los testimonios del folclor ecuatoriano y de manifestaciones afines, enriquecidos por una serie de autos sacramentales, hechos, personajes, pasajes de proyección estética, etc, provenientes así mismo, de aquella amplísima cobertura que contemplaba otros motivos de costumbres y tradiciones.

Esto determina que, a lo largo del año, nativos y extranjeros, pudieran observar o involucrarse en los llamados eventos de proyección estética que se ofrecían en ciudades, pueblos y caseríos de las distintas provincias ecuatorianas.

Son las fiestas de los santos patronos, las celebraciones religiosas, las fiestas indígenas y turísticas, las que propician la aparición de importantes motivos de carácter folclórico.

En medio de un profuso calendario que por su misma naturaleza resulta imposible estructurar completamente, como un excelente testimonio de todo cuanto tenemos para ofrecer a propios y extraños, además de la Fiesta del Montubio en la región costeña y de la Mama Negra en tierra cotopaxense, tenemos el Pase del Niño en Cuenca.

De igual manera, el Inti Raymi o Fiesta del Sol en Cañar, las celebraciones de Corpus Christi, San Juan, San Pedro y San Pablo en provincias del Litoral y serranas; los Chigualos en Manabí y los Carnavales de Guaranda y Chimbo en Bolívar.

Parte imprescindible de las celebraciones son los personajes que intervienen en los desfiles, comparsas, romerías y otras manifestaciones del folclore social. La Mama Negra, el Capitán, Aruchico, Yumbo, Abago, Huaco, Capariche, Danzante, Curiquingue, Caporal, Diablo huma y decenas de disfrazados tienen significado preponderante en cada festividad aun en medio del sincretismo, es decir, en la mezcla de símbolos católicos e indígenas.

La banda de pueblo y la banda mocha también ponen su cuota interpretando aires típicos, cachullapis, danzantes, bombas, albazos, etc; las marimbas ponen las notas festivas con sus andareles, agua corta y décimas, y los grupos de músicos montubios hacen lo propio con sus pasillos, pasacalles, polcas, amorfinos, contrapuntos y el singular baile de la iguana.

Los juegos pirotécnicos (castillos, vaca loca, cohetes, globos, ratones, etcétera) y las comidas nativas y criollas (mote pata, mote pillo, cuy asado, greñoso, tigrillo, hornado, aguado, bollo, colada morada, chugchucaras, chicha de jora, encocado, etc.) y cientos de platos más, constituyen parte fundamental de estas expresiones festivas que, individualmente o en grupo, dan cuenta de lo nuestro, pese a la constante culturización, que en más de una ocasión deteriora el auténtico folclore, tenido como tal si conserva los elementos de anónimo, tradicional, espontáneo, funcional y vulgar (Barrera, 2011).

2.6 Gastronomía tradicional

“la cocina tradicional es una realidad imaginada, construida por cada uno de nosotros, como nuestra nación, nuestra ciudad o nuestras relaciones. Se refiere a los platos tradicionales que se preparan en fechas especiales en la que un menú es parte de la costumbre o tradición” (Beatriz & Beatriz, 2009, pág. 36).

La cocina tradicional ecuatoriana constituye una dimensión que responde a las aspiraciones históricas de un pueblo en aras de la significación y preservación las identidades individuales y colectivas, tradiciones, normas, valores sociales, creencias y sobre todo el patrimonio, así como rasgos esenciales que presentan los sistemas culturales, lo cual ha logrado numerosas preparaciones, cada una de ellas con su sello particular distintivo.

De las especies animales (a excepción de las acuáticas y selváticas tropicales) casi se han perdido todas, solo queda el cuy, en menor medida el conejo de monte, pues de los venados y perdices de páramo. Los conquistadores trajeron los conocidos alimentos del Viejo Mundo, tanto de origen vegetal como animal, y también varias formas de preparación, como las frituras, entre ellas sobresale un plato convertido en característico: el ceviche, de muy posible origen árabe, el cual ha sufrido variantes, a veces calamitosas, como el añadido de salsa de tomate; esta maravilla de la culinaria se servía en plato sopero, acompañada por maíz tostado y chifles, después se añadió el canguil.

Otra muestra de la Influencia externa, común a todos los países de la antigua América Española, es la mazamorra, sopa de origen marinero confeccionado por los navegantes al final del viaje, con restos de galletas; este plato, ahora con diversos ingredientes tiene una larga historia, pues su nombre viene del griego y es posible que su uso tenga varios siglos. Es de lamentar que, por el Inveterado rastacuerismo de los ecuatorianos, ahora se le llame "colada" y a las coladas tradicionales se les conozca como "cremas". Ejemplos ¿olvidados? del mestizaje culinario son el "cuy en escabeche" o el "venado o conejo de monte marinados en cerveza", sin embargo, se debe recalcar que nuestra cocina es esencialmente sincrética.

La cocina ecuatoriana tradicional no era adicta a las especias (a excepción de la canela, el clavo de olor y el ishpingo, para dulces y mistelas) más bien se criticaba su uso excesivo: "no cocina María sino especería" afirmaban las abuelas con desagrado. En el siglo XIX se hace sentir la influencia francesa que da mayor cabida a la pimienta y al comino, pero desecha el ají, antes usado con largueza y en forma de salsa espesa con la cual se untaba los alimentos sólidos, aunque también se mezclaba con las variadísimas sopas ecuatorianas (Freile, 2013).

2.7 Cultura y patrimonio

La cultura alimentaria es la suma de las prácticas y conocimientos en la producción de alimentos, preparación de recetas propias de los territorios y consumo de las mismas. Todo alimento preparado que contiene importancia simbólica, cultural e identidad para un país, ciudad o comunidad se considera Patrimonio Cultural Alimentario. Se trata de comidas, muchas veces cata logadas como platos típicos, que tienen una historia tras sus ingredientes recetas y formas de preparar. Al hablar de Patrimonio Alimentario no solo se hace relación con la elaboración de platos o bebidas tradicionales, sino también, con los productos que se utilizan como ingredientes; por ello, se habla de Patrimonio Natural y Cultural Alimentario (Ministerio de Cultura y Patrimonio , 2013).

La gastronomía ecuatoriana, debido a su gran valor histórico y amplia riqueza culinaria, representa un legado cultural construido a través del compartir sabores y saberes y la adaptación a una gran biodiversidad natural que otorga, a cada región del país, una característica particular asociada al placer de comer y beber bien. El Patrimonio Natural Alimentario se refiere a los productos nativos con los que se prepara la comida, por

ejemplo, la quinua, el maíz, el mortiño. La preparación, el conocimiento, las técnicas y la tradición -transmitidos de generación en generación- para elaborar un plato, a más del plato en sí, se consideran Patrimonio Cultural Alimentario. Revalorizar, dinamizar y potenciar el Patrimonio Alimentario es una apuesta para el reconocimiento y fortalecimiento de las identidades diversas de nuestro país (Centeno & Molina, 2013).

2.8 Patrimonio intangible

Por intangible se entiende lo que no puede tocarse, que no es material; también lo que es sagrado y, por tanto, intocable. Cuando se habla de patrimonio intangible, se habla del “capital” invisible, cultural y social, que tiene un grupo o un espacio determinado. En síntesis, el patrimonio intangible quiere significar los valores, conocimientos, sabidurías, tradiciones, formas de hacer, de pensar, de percibir y ver el mundo; de vivir, de convivir y hasta de morir que tiene un territorio y su pueblo.

El Ecuador, tiene una diversidad étnica: Los Tsáchilas, chachis, awás, los recientemente “redescubiertos” huanca vilcas y manteños, quichuas, sionas, secoyas, cofanes, shuar, achuar, huaorani y záparos (ya en extinción). Todos conservan, además, su propio idioma hasta la actualidad, 500 años después del inicio de la Conquista europea y en plena época de globalización. Hay que sumar a éstos los grupos afro, ubicados principalmente en las provincias de Esmeraldas e Imbabura, que, si bien llegaron accidentalmente (como los grupos indígenas 12 mil años antes y los europeos, bastante después), hoy forman parte del gran acervo étnico del país. Vemos, entonces, que el Ecuador hace gala de una vasta diversidad cultural.

La cultura cambia inexorablemente en el tiempo y el espacio. Si pretendemos conservar las etnias y culturas (del Ecuador o cualesquiera que fueran) intocables, estáticas, como en la última fotografía o etnografía que se les haga, el fracaso es inminente; y sería un error e irrespeto tan grave cuanto el etnocidio.

Así, los tapices y tejidos que vemos hoy en la Plaza de los Ponchos de Otavalo, no son, ni cercanamente, los mismos que se fabricaban hace quinientos años; ni siquiera hace veinte. Cambian, se mejoran y matizan con colores inspirados en los nuevos requerimientos, en sus nuevas ideas y, por qué no, en referentes de otras latitudes (Salazar, 2013).

2.9 Patrimonio gastronómico

La Organización Mundial del Turismo, el patrimonio turístico es el conjunto de bienes Turismo y Patrimonio Gastronómico materiales e inmateriales que constituyen la materia prima que hace posible el desarrollo del turismo.

El patrimonio cultural puede ser extraordinario, pero se reduce su potencial de atracción si existen problemas de transporte, hospedaje, seguridad y demás servicios complementarios.

La gastronomía incluye, además, el momento de elaboración como una rica manifestación de los sentimientos y costumbres de nuestros pueblos. Porque, hay que decirlo: El patrimonio gastronómico no sólo cumple la función de alimentarnos, también la de proporcionarnos placer y la de estimular todos nuestros sentidos. Este es un arte dinámico que se halla determinado por factores geográficos como el clima, los tipos de suelo; factores históricos como invasiones,

colonizaciones e inmigraciones que han contribuido con sus costumbres y alimentos a la cocina de los pueblos. Justamente, para conocer un pueblo es preciso conocer su memoria y su cultura.

En el contexto de los estudios sobre turismo, el tema de los hábitos alimentarios, las costumbres gastronómicas y los patrones de consumo de alimentos cobra cada vez mayor relevancia, porque implica un llamado de atención sobre un tema fundamental, que afecta tanto a las comunidades receptoras como a las visitantes.

Por esto, cuando se analiza la situación alimentaria en contextos turísticos, ésta deberá ser entendida como un tema que exige análisis e intervenciones integrales. Para quienes se ocupan de ofrecer una propuesta cultural en materia de turismo, las comidas regionales son, sin duda, un modo de acercar culturalmente a distintas sociedades que, en el terreno de la mesa, se presentan como mundos ajenos (Magri Harsich, 2008).

2.10 Ruta turística

La Organización Mundial de Turismo (OMT/WTO) define el turismo como el conjunto de actividades que realizan las personas durante sus viajes y estancias en lugares distintos al de su entorno habitual, por un período consecutivo inferior a un año, con fines de ocio, por negocios y otros motivos». Asimismo, distingue las siguientes categorías de turismo: 1) turismo doméstico, que abarca a los residentes de un país que visitan ese mismo país, 2) turismo de entrada, que implica a los no residentes de un país al visitar ese país, y 3) turismo de salida o emisor, que comprende a los residentes de un país que visitan otros países. Las tres clasificaciones básicas pueden combinarse entre sí para derivar en otras tres categorías: 4) turismo interno, que hace referencia al turismo doméstico y al turismo de entrada, 5) turismo

nacional, que incluye al turismo doméstico y al turismo de salida o emisor y 6) turismo internacional, que comprende al turismo de entrada o receptivo y al de salida o emisor.

Los problemas de definición se extienden al término turista. Antes de ofrecer una definición más precisa se apunta una primera enunciación que da cuenta de la complejidad del asunto:

Turista es, en sentido estricto, aquel que, por motivos de placer, realiza un tour; un viaje a través del cual se visita, durante un período más o menos corto, una serie de lugares. Sin embargo, bajo el epígrafe turista suele incluirse a casi cualquier visitante: al vacacionista, al residente de origen foráneo y hasta a aquel que cruza lo más rápida y económicamente que puede un territorio que es ruta obligada entre su punto de origen y su destino.

La OMT también ha tratado de atajar el problema de definición del turista. Un concepto clave es el de visitante, término que se divide en visitantes de un día o excursionistas y en turistas. Los visitantes son quienes viajan a un país distinto de su país de residencia habitual durante un periodo que no excede los doce meses y cuyo propósito principal de visita es cualquiera que no sea el ejercicio de una actividad remunerada en el lugar visitado. Los visitantes de un día o excursionistas son aquellos que no llegan a pasar una noche en un alojamiento público o privado en el país visitado. Los turistas son visitantes que permanecen una noche como mínimo en el país visitado (OMT) (Mantecón, 2008).

2.11 Marco legal

2.11.1 Constitución del Ecuador

Sección primera Agua y alimentación

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

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*. 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. Se prohíbe el desarrollo, producción, tenencia, comercialización, importación, transporte, almacenamiento y uso de armas químicas, biológicas y nucleares, de contaminantes orgánicos persistentes altamente tóxicos, agroquímicos internacionalmente prohibidos, y las tecnologías y agentes biológicos experimentales nocivos y organismos genéticamente

modificados perjudiciales para la salud humana o que atenten contra la 25 soberanía alimentaria o los ecosistemas, así como la introducción de residuos nucleares y desechos tóxicos al territorio nacional.

Sección cuarta

Cultura y ciencia

Art. 21.- Las personas tienen derecho a construir y mantener su propia identidad cultural, a decidir sobre su pertenencia a una o varias comunidades culturales y a expresar dichas elecciones; a la libertad estética; a conocer la memoria histórica de sus culturas y a acceder a su 27 patrimonio cultural; a difundir sus propias expresiones culturales y tener acceso a expresiones culturales diversas. No se podrá invocar la cultura cuando se atente contra los derechos reconocidos en la Constitución.

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. 25.- Las personas tienen derecho a gozar de los beneficios y aplicaciones del progreso científico y de los saberes ancestrales.

Sección quinta Cultura

Art. 377.- El sistema nacional de cultura tiene como finalidad fortalecer la identidad nacional; proteger y promover la diversidad de las expresiones culturales; incentivar la libre creación artística y la producción, difusión, distribución y disfrute de bienes y servicios culturales; y salvaguardar la memoria social y el patrimonio cultural. Se garantiza el ejercicio pleno de los derechos culturales. 171

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

Sección octava

Ciencia, tecnología, innovación y saberes ancestrales

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

1. Generar, adaptar y difundir conocimientos científicos y tecnológicos.
2. Recuperar, fortalecer y potenciar los saberes ancestrales.
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. 174

Sección tercera

Patrimonio natural y ecosistemas

Art. 404.- El patrimonio natural del Ecuador único e invaluable comprende, entre otras, las formaciones físicas, biológicas y geológicas cuyo valor desde el punto de vista ambiental, científico, cultural o paisajístico exige su protección, conservación, recuperación y promoción. Su gestión se sujetará a los principios y garantías consagrados en la Constitución y se llevará a cabo de acuerdo al ordenamiento territorial y una zonificación ecológica, de acuerdo con la ley.

Art. 405.- El sistema nacional de áreas protegidas garantizará la conservación de la biodiversidad y el mantenimiento de las funciones ecológicas. El sistema se integrará por los subsistemas estatal, autónomo descentralizado, comunitario y privado, y su rectoría y regulación será ejercida por el Estado. El Estado asignará los recursos económicos necesarios para la sostenibilidad financiera del sistema, y fomentará la participación de las comunidades, pueblos y nacionalidades que han habitado ancestralmente las áreas protegidas en su administración y gestión. Las personas naturales o jurídicas extranjeras no podrán adquirir a ningún título tierras o concesiones en las áreas de seguridad nacional ni en áreas protegidas, de acuerdo con la ley.

Art. 406.- El Estado regulará la conservación, manejo y uso sustentable, recuperación, y limitaciones de dominio de los ecosistemas frágiles y amenazados; entre otros, los páramos, humedales, bosques nublados, bosques tropicales secos y húmedos y manglares, ecosistemas marinos y marinos-costeros.

Art. 407.- Se prohíbe la actividad extractiva de recursos no renovables en las áreas protegidas y en zonas declaradas como intangibles, incluida la explotación forestal. Excepcionalmente dichos recursos se podrán explotar a petición fundamentada de la Presidencia de la República y previa declaratoria de interés nacional por parte de la Asamblea Nacional, que, de estimarlo conveniente, podrá convocar a consulta popular. 181 (Constitucion de la Republica del Ecuador, 2008)

2.12 Glosario de términos

Achira: Planta de la fam. Alismatácea (*Saggitaria montevidensis*), propia de la región de la Plata. Sirve de pasto y, además, sus hojas y rizomas se usan en medicina casera.

Alimento Kosher: Un alimento Kosher lo es, básicamente porque una empresa ha certificado que este producto cumple con el control de calidad que imponen las normas judías. Kosher es una palabra que deriva del hebreo Kashrut que significa “puro”.

Antiquísimo, ma: Antiguo.

Andareles: Baile y música de los negros de la provincia de Esmeraldas. Se interpreta con conjunto de marimba, bombo, guasá, cununos, y es cantado por solista y coro; es un tipo de pieza responsorial.

Arrope de mora: es una especie de mermelada liviana de mora.

Bulto: volumen o tamaño de cualquier cosa. Elevación causada por cualquier hinchazón.

Carnes coloradas: carne cortada en cubos condimentada con ajo, cebolla, achiote, cerveza, sal y comino y bien cocida.

Caldo de patas: es una preparación a base de caldo de patas de res con mote y orégano.

Cebar: Dar comida a los animales para aumentar su peso o atraerlos.

Chicha del yamor: es la bebida tradicional de las fiestas del yamor en Otavalo, elaborada con distintos tipos de maíz: maíz morocho blanco y amarillo, chulpi, canguil, maíz negro y maíz blanco

Demografía: Ciencia que estudia la población, ocupándose particularmente de la investigación estadística, de sus tendencia, composición, tamaño y distribución.

El meloso (preparación): El arroz meloso es una variedad entre los arroces secos y caldosos. Y se caracteriza por la ausencia de caldo en el resultado final, su textura sólo debe quedar untosa, de ahí su nombre de meloso.

Empanadas de morocho: masa a base de maíz morocho molido relleno de carne, pollo o queso.

Etnocidio: Muerte o destrucción de una cultura particular. El concepto es complementario del de genocidio, que significa la muerte o destrucción de los hombres de una determinada comunidad étnico-cultural.

Foie gras: Pasta hecha de hígado de ganso. Apl. También este nombre a la pasta elaborada con hígado de cerdo.

Foráneo: forastero, extraño.

Gallareta: Ave acuática, vive frecuentemente en lagunas y ríos de vegetación muy densa.

Inexorable: Que no se deja vencer con ruegos. 2. Que ocurre necesariamente.

Los Chigualos: Son versos más cortos que la copla tienen a veces 5 o 6 sílabas los versos no son exactos en cada estrofa.

Mijo: Fruto de esta planta. Es un grano redondeado y de cascara delgada. Se usa en la alimentación de los animales domésticos y de ganado; a los mamíferos se les debe suministrar en forma de harina.

Mistelas: Bebida que se hace con aguardiente, agua, azúcar y algo de canela. 2. Líquido obtenido por la adición de alcohol al mosto de uva sin fermentar, en cantidad suficiente para evitar que origine la fermentación.

Náhuatl: Lengua uto- azteca, de un grupo de pueblos prehispánicos de México y Centroamérica, que actualmente posee unos 700.000 hablantes. El subgrupo náhuatl es el más importante; a él pertenecen el azteca y el chichimeca.

Nogadas: preparación hecha con panela y tocte.

Rastacuerismo: Vividor, advenedizo. 2. Persona inculta y adinerada que hace gala de jactancia y ostentación para darse importancia.

Sincretismo: Movimiento o institución que nace de la fusión de elementos de religiones precedentes.

Taino: Dialecto caribe que hablaba el pueblo taino y que aún se conserva en el NO. De Brasil.

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Temporalidad

La presente investigación se realizó en la parroquia de la Dolorosa del Priorato tuvo una duración de aproximadamente 15 meses por ende es transversal.

3.1.2. Naturaleza

La investigación es no experimental porque se basa en recopilar información ya existente de forma empírica y sistemática lo que significa que se limita a la observación de situaciones ya existentes describiendo procesos dentro de la gastronomía ancestral y típica de la parroquia.

3.2. Población

Ibarra está constituida por cinco parroquias urbanas: San Francisco, El Sagrario, Caranqui, Alpachaca y Priorato; y siete parroquias rurales: San Antonio, La Esperanza, Angochagua, Ambuquí, Salinas, La Carolina y Lita, la población

total del cantón Ibarra alcanza a 181.175 habitantes de los cuales 93.389 corresponden a mujeres y 87.786 a hombres (Fuente INEC).

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

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

3.2.1. Muestra

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

Dónde:

- n = Es el tamaño de la muestra a determinarse
- N = Universo o población
- Z = Nivel de confianza 1.95
- P y Q = Constante de la varianza, 50
- e = Margen de error, 5

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

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

n = 395 encuestas

La muestra calculada redondeada es de 400 adultos mayores. Haciendo referencia a la muestra del macro proyecto que fue distribuido 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, pero para obtener mejor fundamentados se amplió a 20 entrevistas.

3.3. Métodos

3.3.1 Teóricos

Inductivo: Nos permitirá formular las conclusiones generales a partir de premisas específicas dadas desde el marco teórico, que proporcionará los segmentos a investigar dentro del campo gastronómico patrimonial de cada parroquia la Dolorosa del Priorato.

Deductivo: Permitirá un conocimiento específico de los productos, utilización y aplicación en el patrimonio gastronómico de acuerdo a las costumbres y tradiciones socioculturales de la parroquia la Dolorosa del Priorato, partiendo de conocimientos generales.

Analítico – Sintético: Este método permitirá sintetizar y analizar la información recopilada en la investigación, documental de la parroquia la Dolorosa del Priorato, para luego ser descrita y valorada.

Además, se utilizará cuadros, tablas y gráficos, como estrategia de interpretación de la información recopilada.

Histórico: Permitirá establecer las relaciones existentes entre los hechos acontecidos en el desarrollo del patrimonio gastronómico de la parroquia La Dolorosa del Priorato con el fin de establecer hechos, dependencias históricas y esclarecer antecedentes culturales que demuestren la interacción que ha existido.

3.3.2 Empírico

Observación: Se utilizó para la recopilación de datos que se obtendrán mediante la observación de hechos, para lo cual se establece los diferentes aspectos que se van estudiar principalmente gastronómicos y turísticos.

3.3.3 Matemáticos

Se utilizó cuadros, tablas y gráficos, como estrategia de interpretación de la información recopilada de la parroquia la Dolorosa del Priorato con el fin de obtener resultados verídicos.

2.4 Estrategia

Entrevista: Se recoge toda la información posible mediante entrevistas estructuradas, las cuales se las realizó a una muestra de los adultos mayores de la parroquia La Dolorosa del Priorato.

Cuestionario: Son las preguntas estructuradas que fueron formuladas en la entrevista dirigida a aquellas personas que aportarán con información relevante para la elaboración del proyecto.

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 inserción de datos tanto propios de la elaboración, como de cada uno de los productos, las culturas, las tradiciones, los modos de vida y entre otros. Se utilizó una ficha para cada bien observado.

(Ver anexo 2)

Video – Grabadora: Se utilizó para recopilar los datos de la entrevista.

CAPÍTULO IV

3. ANÁLISIS Y TABULACIÓN DE DATOS

4.1 Plan de procesamiento de datos

A continuación, se muestran los gráficos estadísticos de la información recopilada a través de la opinión de la ciudadanía a través de las entrevistas que se aplicaron a los adultos mayores de la localidad.

En primer lugar, consideramos necesario destacar que la elaboración de cada entrevista tiene un carácter académico, con el objetivo de recopilar información verídica que será empleada en la investigación y desarrollo del macro proyecto para así esclarecer las costumbres y tradiciones de la parroquia la Dolorosa del Priorato.

Se han hecho un total de 20 entrevistas dirigidas a los adultos mayores de 60 años en adelante estas entrevistas realizadas permitieron obtener un porcentaje de los resultados, las mismas que sirvieron de referencia para la elaboración de los gráficos estadísticos, el análisis de estos datos ayudara a sintetizar e interpretar los datos obtenidos para así llegar a obtener un informe final de todos los resultados de la investigación.

Asumiendo estos aspectos la metodología utilizada fue práctica para el manejo de los entrevistados, llevando a cabo una entrevista de audio video manteniendo la comodidad de las personas eh incluyendo en la entrevista un banco de preguntas asignado.

4.2 Tabulación y análisis de resultados

1. ¿Qué alimentos ancestrales existían en la zona?

Tabla 1 Alimentos ancestrales de la zona

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	%
Frejol	20	100%
Maíz	20	100%
Arvejas	20	100%
Papa	15	75%
Trigo	12	60%
Aguacate	16	80%
Camote	8	40%
Zambo	8	40%
Haba	17	85%
Quinua	12	60%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Gráfico 1 Alimentos que existían en la Zona



Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

En la parroquia la dolorosa sus productos ancestrales más cultivados eran el fréjol, maíz, arvejas, debido a su clima cálido y a su extenso valle que permite el desarrollo de estos productos andinos los cuales son consumidos en su gran mayoría por la población de esta parroquia, consecutivamente a estos productos, está la papa y el camote los cuales son indispensables en el consumo diario y en la realización de sus festividades, el trigo es muy utilizado para la elaboración de panes, roscas y coronas que son ofrendas tradicionales para su comunidad, el zambo un producto necesario para la elaboración de los locros que son consumidos en esta comunidad y el aguacate que es un acompañante en la mayoría de sus comidas.

2. ¿Qué alimentos se producen actualmente?

Tabla 2 Alimentos que se producen actualmente

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Quinoa	12	60%
Trigo	8	40%
Maíz	17	85%
Papa	13	65%
Arveja	19	95%
Verduras	15	75%
Habas	9	45%
Huerto De Aguacates	14	70%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.



Gráfico 2 Alimentos que se producen actualmente

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Debido al aumento de la población los alimentos han dejado de producirse, existiendo así una escasa área de terreno para sembrar los productos que antes consumían diariamente lo cual ha producido sólo la siembra de huertos de aguacate, esto a causa de los pobladores compren sus productos para poder consumirlos en sus hogares.

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

Tabla 3 Métodos de conservación de alimentos que existían

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Secar	20	100%
Salar	17	85%
Esteras Grandes	12	60%
Colgar	11	55%
Curar Con Maltion	6	30%
Costalillo	5	25%
Cocinado	4	20%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

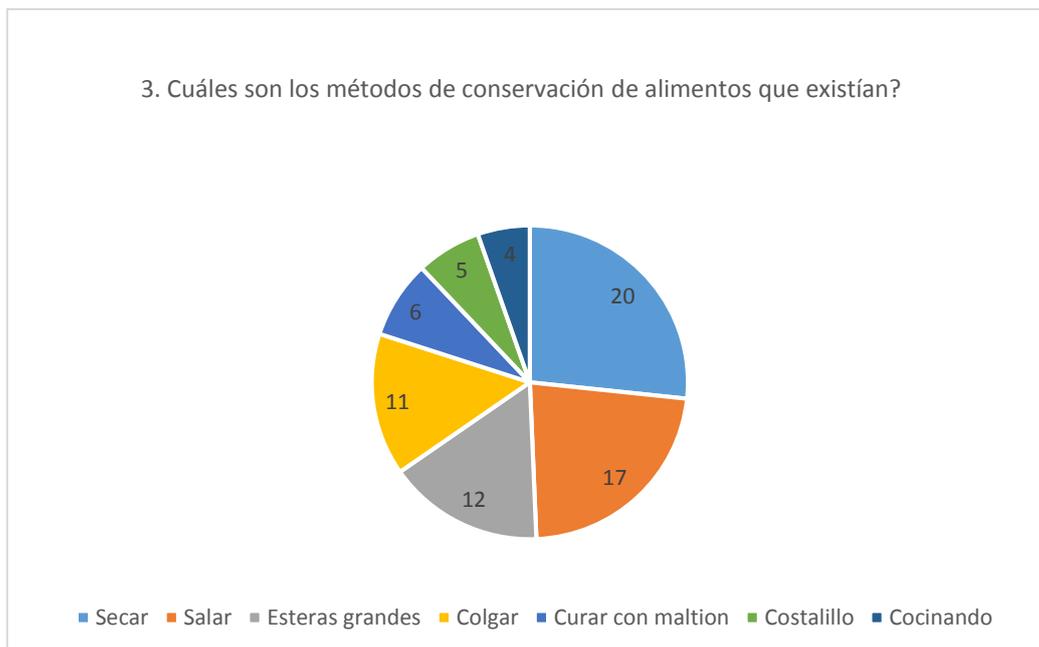


Gráfico 3 Métodos de conservación que existían

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

En la antigüedad utilizaban muchas maneras para conservar sus alimentos entre las cuales tenemos secar, salar, colgar (consiste en colgar la carne sazonada sobre el alambre que se

encontraba en encima de la tulpa); estos métodos utilizaban para las carnes, para conservar sus granos los curaban con malatión y posteriormente los guardaban en costalillos o esteras grandes para así tener sus reservas hasta la siguiente cosecha, algunos alimentos también los conservaban cocinándolos eso siempre y cuando su consumo era mínimo, todos estos métodos ayudaban a que sus alimentos dure más tiempo y pueden ser consumidos con seguridad.

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

Tabla 4 Temporada de cosecha de alimentos

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Junio	20	100%
Julio	18	90%
Agosto	17	85%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.



Gráfico 4 Temporada de cosecha de alimentos

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Sus cosechas las realizaban en los meses de junio, julio, agosto; la gente agradecía a la pachamama por los alimentos cosechados como eran el maíz, frejol entre otros; también existía un tiempo establecido para la preparación del terreno, siembra de los mismos.

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

Tabla 5 Tipos de especias

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Manteca	19	95%
Sal	18	90%
Ajo	14	70%
Panela	13	65%
Cebolla	10	50%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

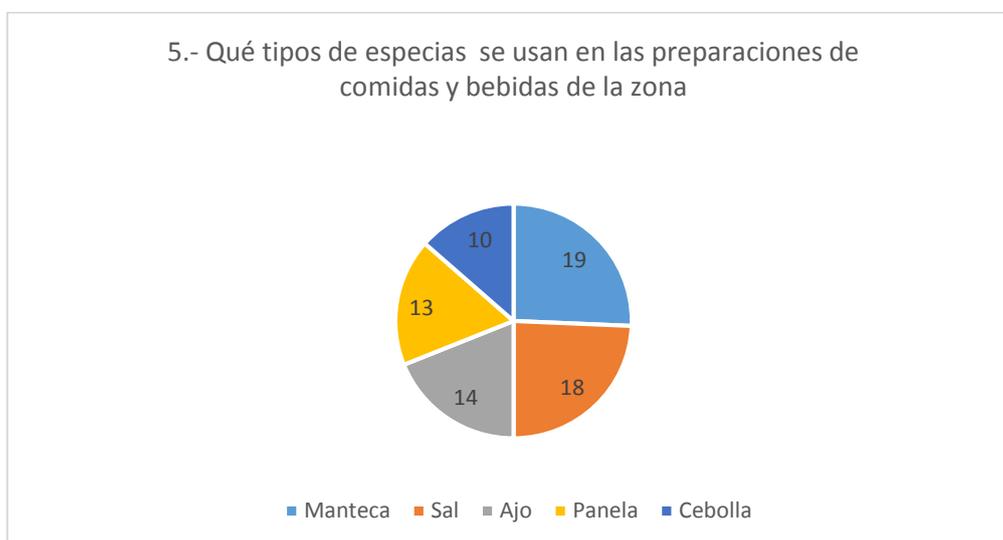


Gráfico 5 Tipos de especias

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

En la antigüedad la ama de casa usaba condimentos muy básicos, esenciales para sazonar sus comidas y poder brindar a sus familias, las mujeres de la casa reservaban la manteca que era derivada del cerdo que faenaban caseramente, también usaban la manteca para realizar panes, coronas, sopas especialmente para sazonar sus locros complementando con cebolla larga, ajo, sal. Además, nunca faltaba en sus mesas las coladas o aguados que eran endulzados con panela.

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

Tabla 6 Comidas y bebidas que se preparaban en la zona

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Arroz De Cebada	18	90%
Locros	15	75%
Arroz con Porotos	13	65%
Arroz con Alverjas	12	60%
Pan De Maíz	17	85%
Pan De Trigo	16	80%
Chochos y tostado	18	90%
Aguado De Panela	10	50%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia

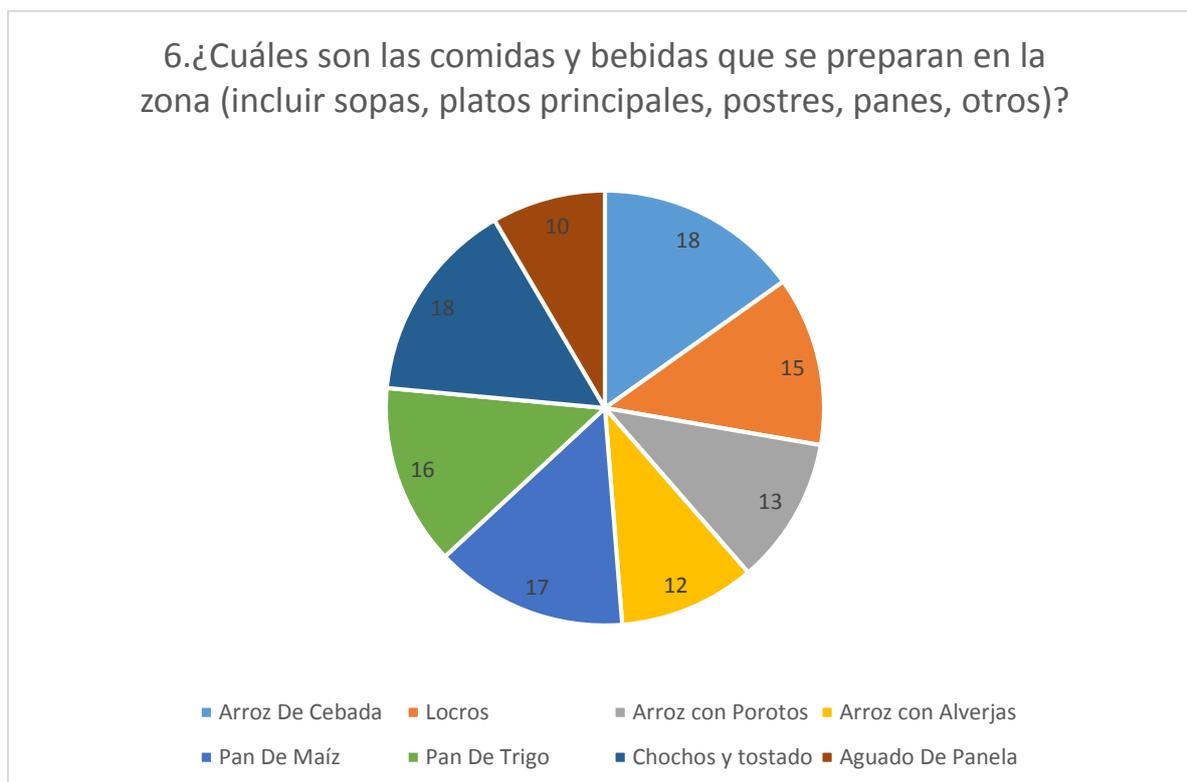


Gráfico 6 Comidas y bebidas que se preparaban en la zona

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Las comidas que más se realizaban en esta parroquia eran con los productos propios de la zona como: papa, cebada, frejol, arveja, caña de azúcar, trigo, maíz entre otros. Con los cuales preparaban: el arroz de cebada, locros, arroz con fréjol o alverjas, aguado de panela, coladas de dulce, pan de trigo o de maíz, todas estas preparaciones se realizaban cotidianamente. En la actualidad muchas de las familias siguen manteniendo sus costumbres.

7. Métodos y Técnicas de elaboración

Tabla 7 Técnicas de elaboración

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Leña (Ahumado)	20	100%
Asado	18	90%
Tostar	15	75%
Cocinado	13	65%
Horno De Leña	12	60%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

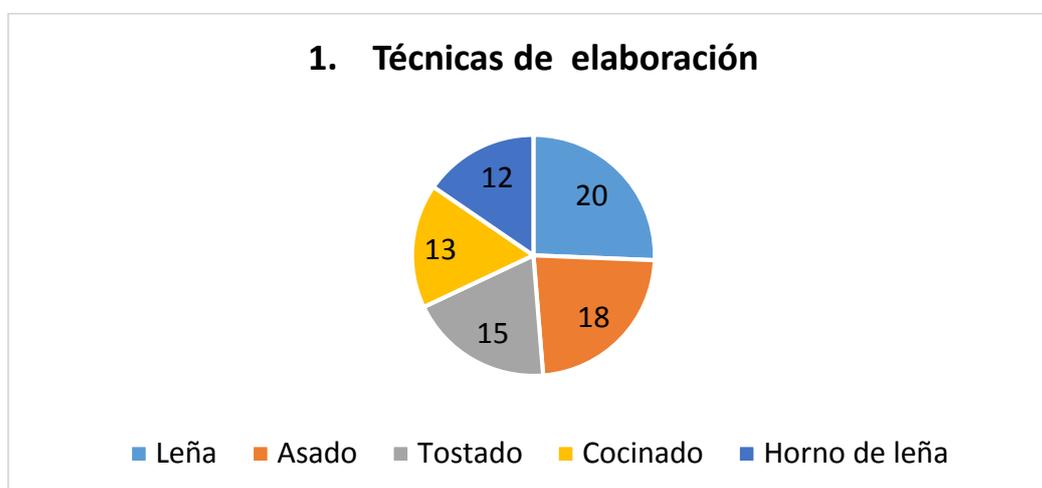


Gráfico 7 Técnicas de elaboración

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Al momento de realizar sus preparaciones existen una extensa variedad de formas de elaboración una de ellas es la de realizar sus comidas a base de leña lo que daba ese sabor característicos de ahumado, una técnica similar es la del carbón que se utilizaba para la preparación de algunos platos principales (cuy asado), además utilizaban la técnica de tostar granos, para luego ser molidos y posteriormente la elaboración de harinas; el cocido usualmente lo utilizaban para la cocción de varias preparaciones como potajes, carnes, verduras, granos y productos de la zona, otro proceso es hornear en leña como: pan, carnes.

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

Tabla 8 Utensilios que se usan

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Ollas De Barro	18	90%
Platos De Barro	15	75%
Ollas De Aluminio	14	70%
Cuchara De Palo	20	100%
Olletas de Bronce	18	90%
Pailas de Bronce	17	85%
Pondos	15	75%
Tiesto	5	25%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

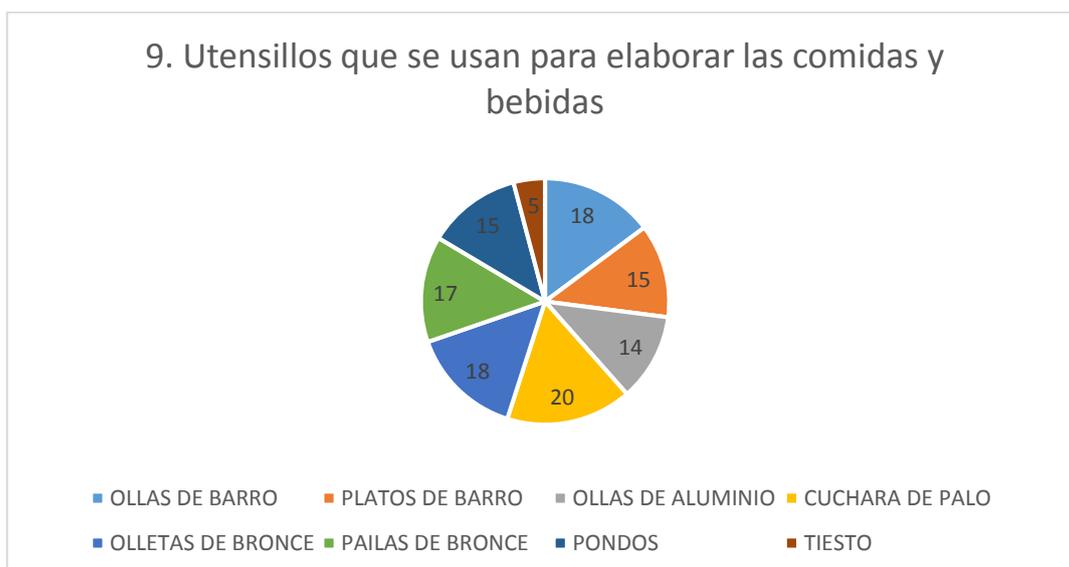


Gráfico 8 Utensilios que se usan

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Todos los utensilios que utilizaban en las preparaciones de sus comidas eran de barro, bronce, madera (ollas, platos, pondos de barro; olletas, paila de bronce; cucharas, bateas de madera); posteriormente se fue utilizando las ollas de aluminio debido a que ya no cocinaban en leña porque iban utilizando las cocinas de gas, dejando atrás los utensilios tradicionales. Muy pocas familias aún conservan sus utensilios para cocinar el mote y para fermentar la típica chicha de jora.

Entrevista contexto socio cultural

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

Tabla 9 Manifestaciones culturales

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Caldo De Gallina	20	100%
Cuy Asado	20	100%
Hornado	18	90%
Boda	17	85%
Chicha De Jora	19	95%
Chicha De Arroz	15	75%
Agape	20	100%
Roscas	13	65%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia

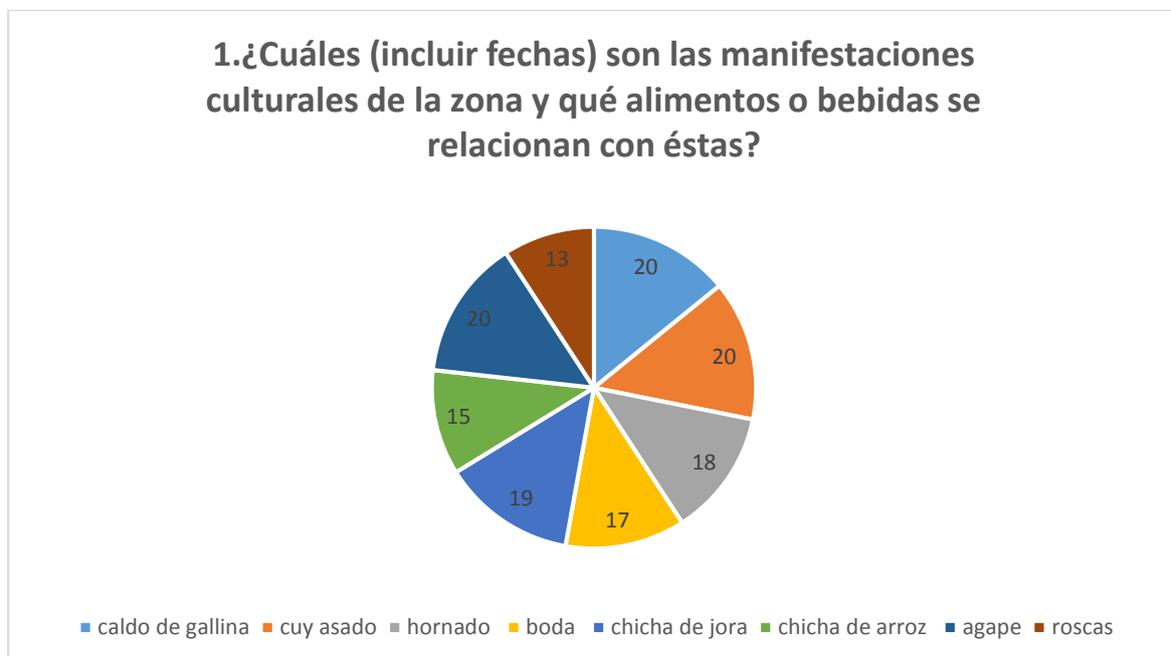


Gráfico 9 Manifestaciones culturales

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

1.1.- Fiestas

Tabla 10 Fiestas

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Marzo Virgen De La Purita	14	70%
Mayo Virgen De La Dolorosa	20	100%
Junio San Juanes	18	90%
Junio San Pedro	16	80%
Octubre Parroquializacion	13	65%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia

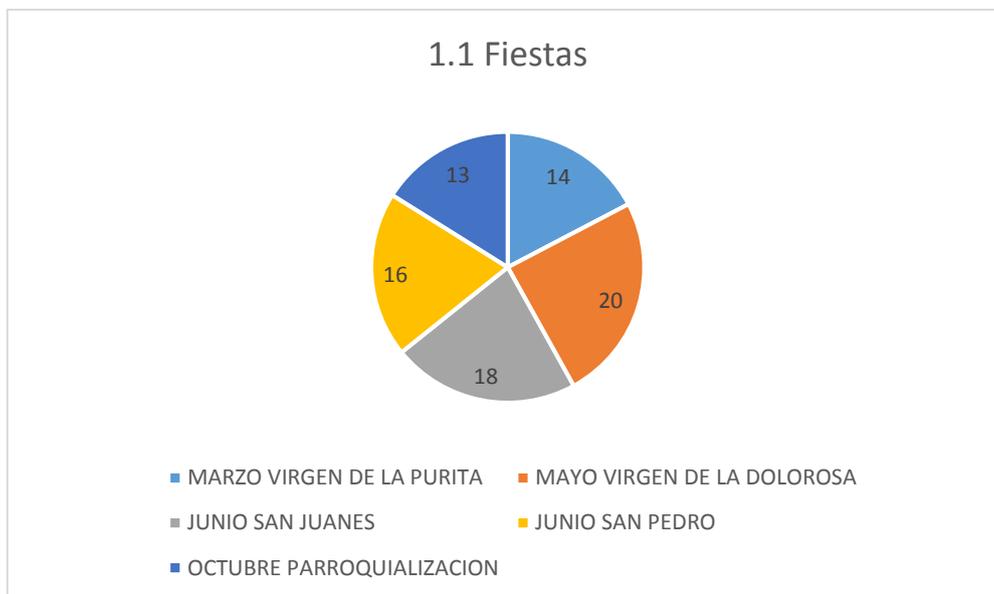


Gráfico 10 Fiestas

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

En las fiestas religiosas y parroquiales las familias y los sacerdotes organizaban varios eventos uno de ellos es la preparación de los platos típicos con los cuales comparten entre los comuneros, los sacerdotes son los encargados de organizar la festividades católicas empezando por las festividades de la Virgen de la Purita que se realizan en el mes de Marzo y posteriormente las fiestas de la Virgen de la Dolorosa de Priorato patrona de la Parroquia que

se celebra en el mes de mayo, en la cual realizan varias preparaciones propias de cada familia así como: caldo de gallina, cuy asado, hornado y la boda que consiste en una colada de maíz con camote, gallina; como bebida principal de estas festividades es la chicha de jora o arroz. Los San Juanes y San Pedros se llevan a cabo en el mes de Junio unas de las preparaciones más comunes en estas festividades es el ágape que consiste en tender sabanas para colocar las preparaciones que brindan cada comunidad como es tostado, queso, papas, arvejas, habas, mellocos entre otros alimentos, los cuales se comparten con todos los presentes.

En estas festividades también se preparaba las roscas de pan que se brindan como una ofrenda para la iglesia, estas costumbres aún se mantienen y se realizan cada año.

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

Tabla 11 Quienes intervienen en las preparaciones

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Hombres	5	25%
Mujeres	20	100%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia

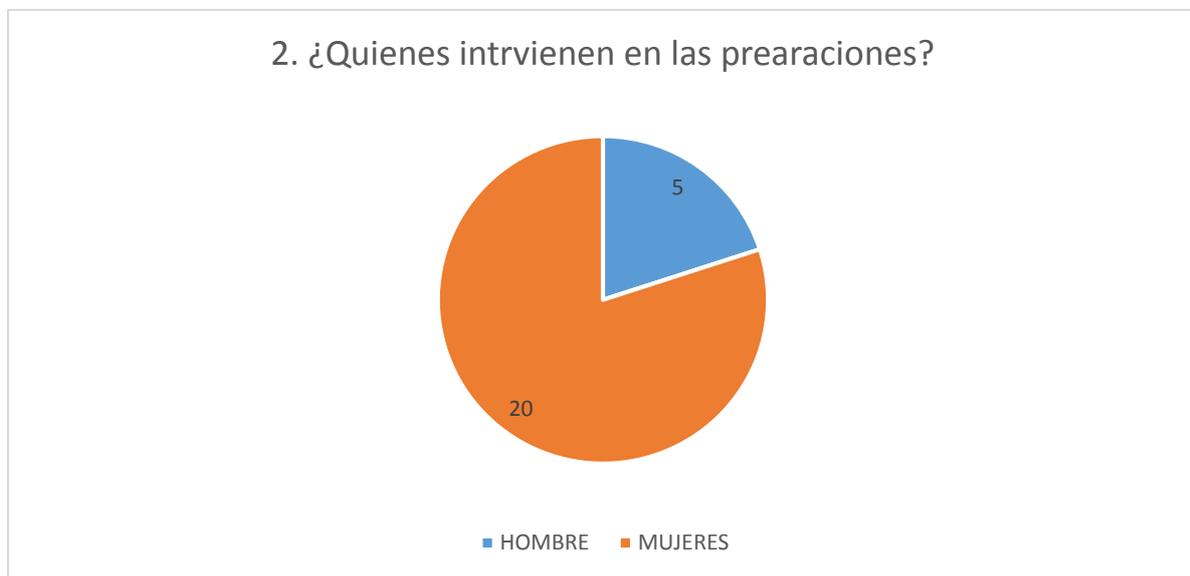


Gráfico 11 Quien interviene en la preparación

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

En las preparaciones toda la comunidad participaba: las mujeres eran las encargadas de preparar las ofrendas, comida, bebidas para el párroco, autoridades, pueblo. Los hombres organizaban con los sacerdotes lo socio cultural de la parroquia.

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

Tabla 12 A a quién se transmite los conocimientos

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Hijos	15	75%
Familiares	5	25%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.



Gráfico 12 A a quién se transmite los conocimientos

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Los conocimientos se transmiten de padres a hijos, familiares de generación en generación, su cultura, costumbre los cuales permiten perdurar y mantener las tradiciones propias de la familia, comunidad.

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

Tabla 13 Influencia de las preparaciones en el comportamiento

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Unión entre la comunidad	17	85%
Unión a los más allegados	17	85%
Ninguna	3	15%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

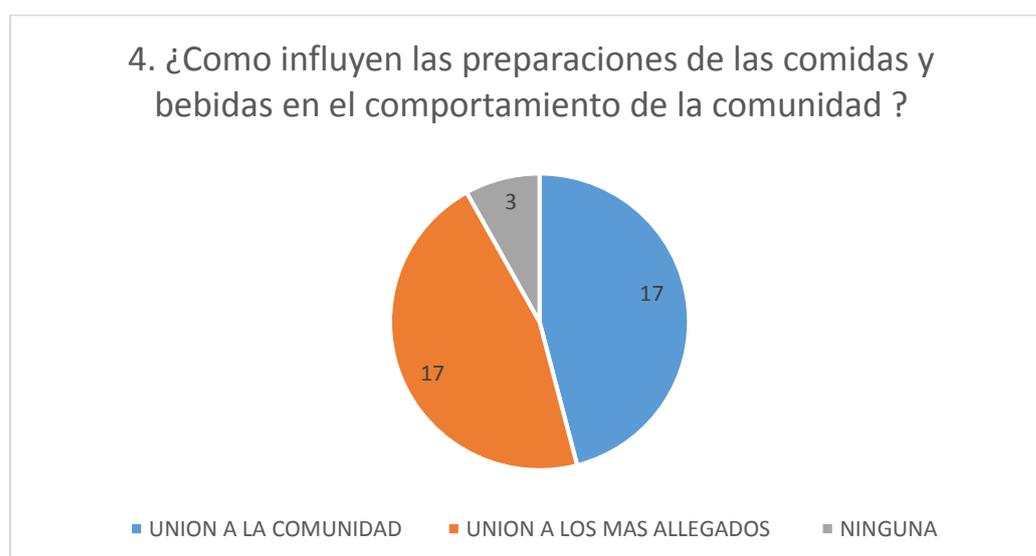


Gráfico 13 Influencia de las preparaciones en el comportamiento

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

El comportamiento de la comunidad en la preparación de la comida, bebida; existe la unión, colaboración, generosidad de cada una de las personas y allegados que intervienen en la elaboración de las recetas para así compartir con cada una de las personas del lugar y visitantes.

5. ¿Desde cuándo se prepara las comidas?

Tabla 14 Desde cuando se preparan

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Hace 4 generaciones atrás.	20	100%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

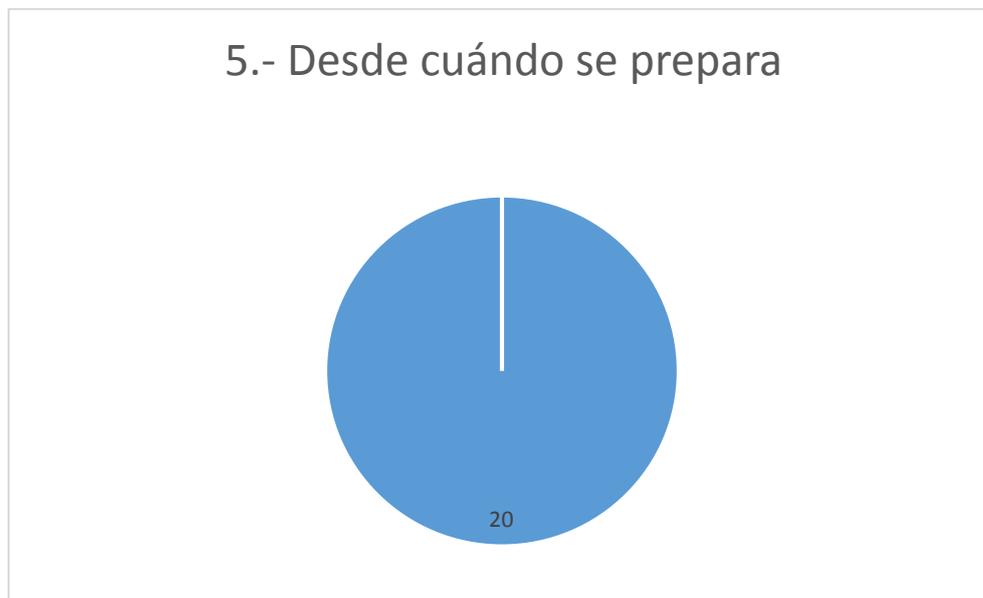


Gráfico 14 Desde cuando se preparan

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Se preparan estas comidas típicas desde hace más de 4 generaciones atrás, permitiendo que cada familia siga manteniendo, transmitiendo sus costumbres propias de la comunidad, para mantener en futuras generaciones lo propio de su cultura en cada una de las familias.

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

Tabla 15 Utensilios y características

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Platos de barro	17	85%
Plato de china o loza	14	70%
Manteles	5	25%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

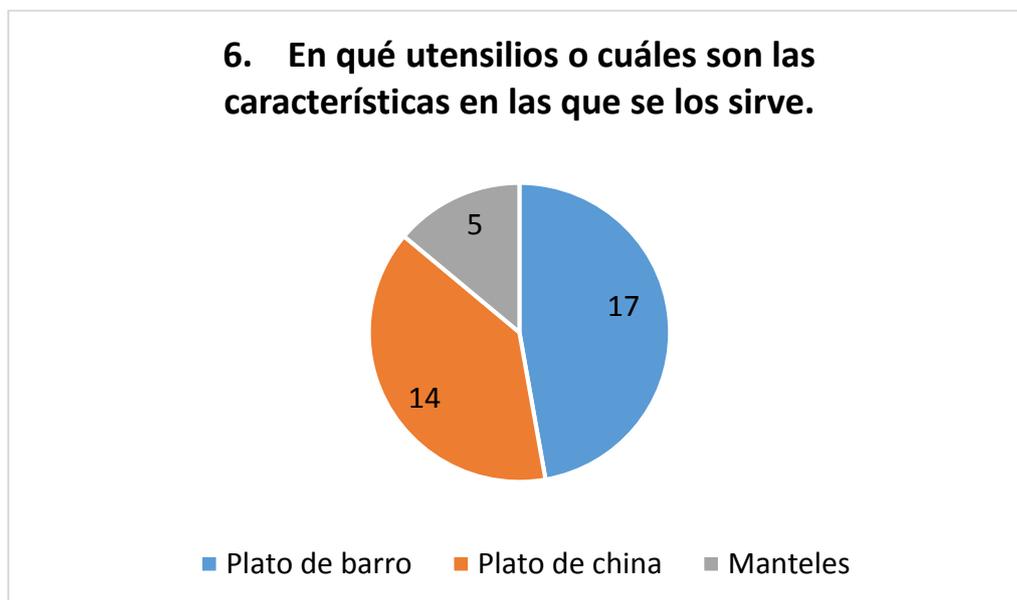


Gráfico 15 Utensilios y características

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Los utensilios que utilizaban para servir sus comidas eran: platos de barro, platos de china o porcelana, manteles. Los platos de barro se los utilizaban para las celebraciones de sus fiestas lo cual simbolizan tradición y homenaje. Los manteles o ágape eran para la integración de la comunidad porque cada familia llevaba alimentos los cuales se colocaban en los manteles para compartir con todos los integrantes de la comunidad. Los platos o utensilios de porcelana los ocupaban para sus comidas diarias.

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

Tabla 16 Recuerdos asociados

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Enseñanza de la Madre	14	70%
Enseñanzas de la Abuelitas	14	70%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia

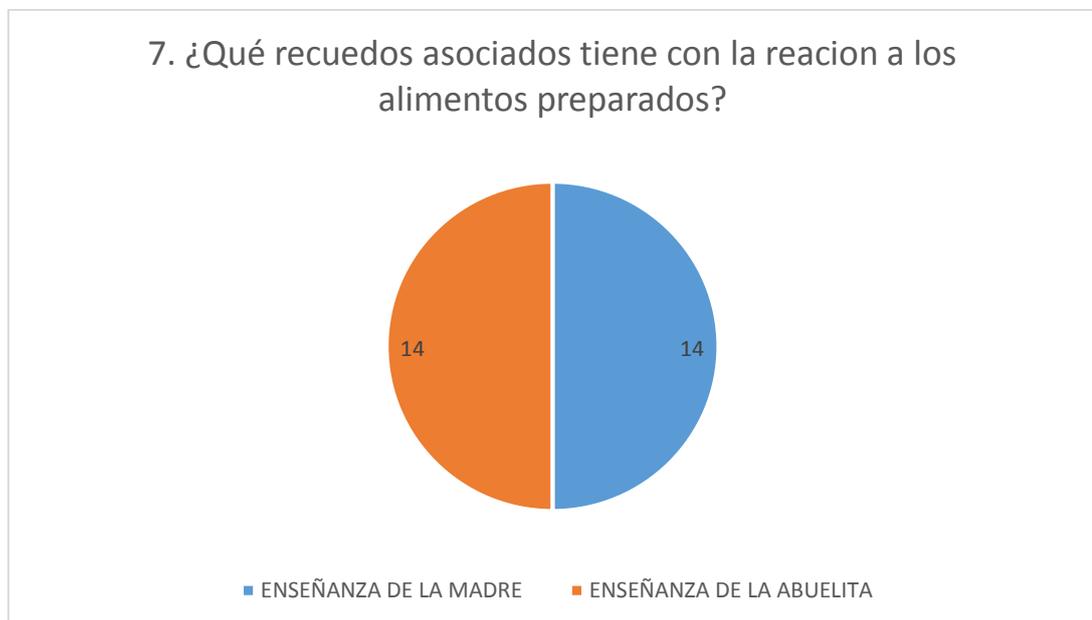


Gráfico 16 Recuerdos asociados

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Con relación a los alimentos preparados están vinculados con los recuerdos y enseñanzas de la madre o abuelita por la manera como realizaban paso a paso sus recetas, porque desde niños aprendían a realizar varias recetas para poder transmitir a sus hijos y familia, que a su vez están ligados con lo religioso- festivo.

8. ¿Qué significado tiene el plato?

Tabla 17 Significado del plato

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Priostes	14	70%
Banda De Pueblo	17	85%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.



Gráfico 17 Significado del plato

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

El significado de la receta representa un valor socio cultural ya que mediante esto podían hacer la integración con la comunidad mediante el prioste que era el encargado de la realización de varias festividades religiosas conjuntamente con la banda del pueblo, que daba realce a sus fiestas; las mujeres de la comunidad cocinan y sirven a todas las personas que se integran en las festividades.

¿Qué historia conoce del plato?

Tabla 18 Significado del plato

DESCRIPCION	CANTIDAD	%
Mama	20	100%

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.



Gráfico 18 Historia del plato

Elaborado por: Arias Yessenia, Ger Jesenia.

Mediante varias generaciones sus madres fueron transmitiendo sus conocimientos hacia sus hijos permitiendo que surja una historia sobre las recetas que fueron pasando por varias generaciones, lo cual nos conlleva a que cada familia mantenga su tradición.

4.3 Informe final del análisis

Después de haber realizado el levantamiento de la información, se da a conocer la pérdida de cultivo de algunos alimentos ancestrales como frejol, camote, zambo, debido al aumento de la población en la parroquia, pero aún se mantiene la siembra y el cultivo de productos tales como: arveja, maíz, papas, habas, quinua, huertos de aguacate, trigo y algunas verduras que son de consumo diario. Algunos productos que aún se consumen y no son propios de la parroquia son adquiridos en el mercado.

Las amas de casa acostumbraban a cocinar en leña sus recetas como arroz de cebadas, locros, granos (fréjol, arvejas) también tenían varios métodos de conservación de sus alimentos por ejemplo para conservar sus carnes salaban y secaban al sol para así poder conservar y tener una reserva en sus hogares, además ellas utilizaban condimentos muy básicos y naturales para sazonar sus comidas como el ajo, cebolla larga, manteca de cerdo y sal, también no faltaban en sus mesas las coladas o aguadas que endulzaban con panela.

Las familias rendían homenaje a sus patronos o santos como: La Virgen de la Purita, San Juanes, San Pedro, Virgen de la Dolorosa; realizando varias ofrendas que iban dirigidas a el párroco, por ende se compartía con la comunidad; los sacerdotes junto con los hombres eran los encargados de realizar las festividades, las mujeres de las familias realizaban y acostumbran a preparar varias preparaciones como el caldo de gallina, cuy asado, hornado, las típicas bodas y su principal bebida la chicha de jora o de arroz.

Por otra parte, esta investigación dio a conocer las diferentes tradiciones, costumbres que fueron transmitidas por las abuelitas y madres hacia sus hijos lo cual ha permitido que se

mantenga la tradición tanto cultural y gastronómica que hacen que sea propia de cada comunidad.

3.4 Discusión de resultados y marco teórico.

Según el autor (Barrera, 2011) menciona que con la llegada de los españoles se introdujeron nuevas recetas a la cocina ecuatoriana tales como: caldo de gallina, cuyes asados y pailas repletas de fritada. Además, sobresalen los potajes como la fanesca de semana santa, el caldo de pata de res, el caldo de bolas de maíz. Los campesinos realizaban todas estas recetas en complementación a sus festividades.

Mediante la investigación que se realizó en esta parroquia se recolecto más información verídica dando como resultado un sentido contrario a las afirmaciones de (Barrera, 2011); para ello se cita que el caldo de gallina, cuy asado, chicha de jora entre otros son ancestrales debido a que los productos especialmente el cuy es una especie originaria de américa andina. Lo que sí es afirmativo es que todas estas recetas eran una complementación a sus festividades celebradas cada año.

El autor (Freile, 2013). Dice que la cocina ecuatoriana tradicional no era adicta a las especias (a excepción de la canela, el clavo de olor y el ishpingo, para dulces y mistelas). En el siglo XIX se hace sentir la influencia francesa que da mayor cabida a la pimienta y al comino, pero desecha el ají, antes usado con largueza y en forma de salsa espesa con la cual se untaba los alimentos sólidos, aunque también se mezclaba con las variadísimas sopas ecuatorianas.

En referente a la afirmación anterior del autor (Freile, 2013). Lo similar se da en la sazón propia en la utilización de especias, de acuerdo a los resultados de la investigación la diferencia

es notoria en que algunas familias en sus recetas solamente aun utilizan ajo, cebolla y manteca y en sus bebidas canela y panela con la finalidad de mantener el sabor natural del producto.

Según el autor (Centeno & Molina, 2013). menciona al patrimonio natural alimentario refiriéndose a los productos nativos con lo que se prepara la comida, por ejemplo: la quinua, el maíz, el mortiño. La preparación, el conocimiento, las técnicas y la tradición transmitidos de generación en generación se consideran un patrimonio cultural alimentario. De acuerdo con las entrevistas se da a conocer que aún se mantiene el cultivo de los productos nativos como son el maíz y la quinua estando así en acuerdo con lo que menciona el autor Molina. W. Pero además de esos productos también se ha podido constatar que productos tales como: papas, arveja, habas, frejol y verduras de igual forma se cultivan en esta zona.

4.6 Recetas Estándar

CALDO DE GALLINA CRIOLLA					Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Sopa			
Tiempo de preparación:		1:30	No. de ficha: 1		
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones		Mise en place
Agua	4000	ml	17tz		Hervir
Gallina	4540	g	2 u	Gallina criolla	Cortar en presas
Zanahoria	130	g	1u		Brunoise
Cebolla larga	80	g	1 rama	Cebolla blanca	Brunoise
Ajo	10	g	2 diente	Ajo en pepa	Brunoise
Comino	10	g	1 crd		
Sal	10	g	1crd		
Apio	20	g	1 rama		Lavado
Cilantro	20	g	1 rama		Picado
Papa nabo	100	g	1 u		Mirepoix
Papa	1000	g	12 u	Papa Capira	Pelada
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Hervir la gallina de campo con todos los ingredientes (cebolla, sal, apio, papa nabo, zanahoria). • Dejar cocinando por 1 hora aproximadamente. • Cortar el pollo en presas y añadirlas a la sopa. • Agregar las papas y espolvorear abundantemente culantro y servir. 					
Nota: Se acostumbra servir en platos de barro el caldo de gallina criolla.					

Colada de Maíz (Boda)					Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Sopa			
Tiempo de preparación:		3 días	No. de ficha: 2		No. de pax: 10
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observación		Mise en place
Harina de maíz recentado	100	g	½ tz	Molida	Disolver
Ajo	5	g	1 dienete	Ajo en pepa	Mirepoix
Cebolla	15	g	1 rama	Cebolla blanca	Mirepoix
Comino	5	g	1crd		
Leche	500	g	2tz		
Agua	4000	ml	17tz		
Camote	100	g	1u		
Sal	15	g	1crd		
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Disolver la harina en un recipiente con agua fría. • En la olla colocar el restante del agua y la leche, realizar un refrito (ajo, cebolla, comino) • Colocar el refrito en la olla dejar a fuego lento, incorporar la harina disuelta y dejar hervir. 					
Nota: Servir con camote, presa de gallina.					

CUY ASADO					Foto
Elaborado por:		Arias Yesselnia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Plato Principal			
Tiempo de preparación:		2 días	No. de ficha: 3		No. de pax: 4
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones		Mise en place
Cuy	800	g	3tz		Pelado y lavado
Papas	500	g	2tz		Lavadas y cocinadas
Cebolla larga	30	g	1rama		Brunoise
Comino	15	g	1crd		Molido
Ajo	15	g	1diente	Ajo de Pepa	Brunoise fino
Achiote	10	g	1crd	en Pepa	
Sal	80	g	2crd	Al gusto	
Manteca	250	g	1tz	Cerdo	
Maíz	454	g	2tz		Tostado
Ají					
Cebolla larga	30	g	1rama	blanca	Brunoise
Ají	30	g	2dientes		Molido
Ensalada					
Lechuga	200	g	1 u	Criolla	Lavada
Tomate riñón	250	g	2 u		Mirepoix
Cebolla paiteña	100	g	1u	colorada	Juliana
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Aliñar el cuy con cebolla larga, comino, ajo, sal. • Dejar reposar por un día. • Preparar el carbón • Asar el cuy previamente barnizado con achiote y manteca hasta obtener una textura dorada. 					
Ají: Moler ají entero, cebolla larga, sal en piedra					
Ensalada: Trocear la lechuga, tomate en trozos grandes, cebolla curtida y mezclar.					
Nota: Servir el cuy acompañado de papas, tostado, ensalada y ají.					

HORNADO					Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Plato Principal			
Tiempo de preparación:		1 día	No. de ficha: 4		No. de pax: 30
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observación		Mise en place
Pierna de chancho	5448	g	1u	Con tocino	Limpiar- pinchar
Naranja agria	250	g	3u	Madura	Exprimir
Ajo	200	g	2 cabecitas	en pepa	Moler
Sal	250	g	1tz		Moler
Comino	150	g	½ tz	en pepa	Moler
Cebolla paitaña	250	g	3u	colorada	Moler
Achiote	100	g	½ tz		Moler
Cebolla larga	100	g	½ atado		Moler
Mote	2000	g	9tz		Cocido
Papas	2000	g	9tz		Cocinadas enteras
Lechuga	1000	g	2u	Criolla	Lavada
Tomate riñón	1000	g	12u		Mirepoix
Cebolla paitaña	600	g	6u	colorada	Pluma
Cilantro	600	g	1atado		Picado
Maíz	2000	g	4lb		Tostado
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Moler los condimentos (ajo, sal, comino, pimienta, achiote, cebolla larga y paitaña jugo de naranja) • Limpiar bien la pierna y adobar por 8 horas en un alta de aluminio. • • Quemar la leña por 3 horas en el horno, atizar el carbón, luego barrer el carbón a un alado. • Meter la lata en el horno y dejarlo toda la noche, vigilarlo o ver hasta que el cuero este bien dorado. 					
Nota: Servir el hornado en bandejas de barro con papas enteras, mote, tostado, lechuga y encurtido					

CHICHA DE JORA					Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Bebida			
Tiempo de preparación:		8 días	No. de ficha: 5		No. de pax: 60
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observación		Mise en place
Jora de maíz	2050	g	4lb	Brotos	
Agua	15000	ml	15 l		Hervida
Canela	100	g	6u		
Panela	400	g	2u		
Azúcar	1816	g			
Atado de hiervas aromáticas	100	g	1 atado		
Hojas de plátano	50	u	50 u		Lavadas
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Tender el maíz en las hojas de plátano y esparcir agua 1 vez al día hasta que salgan los brotes. • Dejar secar los brotes y moler. • Cocinar con canela y dejar reposar en un recipiente grande, en un ambiente fresco y seco por 5 días. • Hervir el agua con la hierba cernir la chicha y mezclar con el agua. • Endulzar con panela y azúcar 					
Nota: Servir en pundos la bebida. Es una bebida tradicional.					

CHICHA DE ARROZ					Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Bebida			
Tiempo de preparación:		3 días	No. de ficha: 6		No. de pax: 30
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones		Mise en place
Arroz	5000	g	11 lb	Molido	Molido
Agua	50000	g	50 l		Hervir
Canela	100	g	6 u		
Piña	1000	g	2 u		Cortar
Guanábana	800	g	½ u		Pelar
Azúcar	1800	g	4 l		
Atado de hierbas aromáticas	200	g	Atado		Lavar
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Moler el arroz en el molido • Hervir el agua con las hierbas aromática, canela, clavo de olor, pimienta de dulce, • Cernir la mitad del arroz con el agua aromática, la otra mitad volver a moler. • Cernir nuevamente • Licuar la guanábana, piña con el agua de hierbas y colar. • Mezclar todo y dejar reposar en un pondo por dos días tapado. • Sacar en otro recipiente para endulzar y servir. 					
Nota: Servir en pundos la bebida. Es una bebida tradicional.					

ROSCAS DE PAN				Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia		
Tipo de preparación:		Roscas de pan		
Tiempo de preparación:		2:00	No. de ficha: 7	No. de pax:
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones	Mise en place
Harina	1000	g	2 l	Tamizada
Manteca	100	g	½ tz	Clarificada
Levadura	50	g	2crd	Activa
Sal	20	g	1crd	
Azúcar	250	g	½ l	
Agua	200	ml	1tz	Tibia
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • Colocar en un recipiente la harina realizar un volcán en los contornos poner azúcar, sal. • Incorporar la levadura mezclada con agua tibia. • Mezclar en forma circular hasta obtener una masa y de ser necesario poner agua. • Dejar reposar por 20 minutos y dar forma de una trenza o roscas. • Calentar el horno, engrasar las latas, colocar las roscas o trenzas y llevar al horno de leña. • Dejar hornear 45 min y retirar. 				
Nota: Se utilizan para ofrendas para el párroco				

ARROZ DE CEBADA CON CARNE DE CERDO					
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Sopa			
Tiempo de preparación:		1:30	No. de ficha: 8		
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones		Mise en place
Carne de cerdo	454	G	1lb		Cortar en presas
Paiteña	50	G	1u	colorada	Brunoise
Cilantro	15	G	3ramitas		Brunoise
Ajo	15	G	1diente		Lavada
Arroz de cebada	185	G	½ tz	escojido	Lavado
Hoja de col	100	G	3 hojas		
Comino	10	G	1crd	molido	
Agua	3000	ml	3 l		Lavado
Papa	800	G	2lb	Chola	Pelada
Sal	15	G	1crd		
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Poner en una olla grande los 3000 ml de agua, la carne, paiteña, rama de cilantro y ajos. • Lavar el arroz de cebada y añadirlo en la olla. • Dejar cocinar a fuego lento por lo menos 2 horas. • Añadir los trozos de col, papa y sazonar con los condimentos cocinar hasta que todo este suave. • Espolvorear cilantro y servir. 					
NOTA: Es una receta que lo consumían casi a diario.					

LOCRO DE PAPA					Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Sopa			
Tiempo de preparación:		1:30	No. de ficha: 9		
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observación		Mise en place
Papa	1500	g	3lb	chola	Pela, cortar
Manteca	30	g	1crd	Cerdo	Lavado
Cebolla larga	80	g	1rama	blanca	Brunoise
Cebolla paiteña	80	g	1u	colorada	Lavada
Ajo	15	g	2dientes	Pepa	Brunoise
Comino	10	g	1crd	molido	
Sal	10	g	1crd		
Leche	245	ml	1tz		Lavado
Achiote	20	g	1crd		Picado
Agua	3000	ml	3 l		Mirepoix
Zanahoria	100	g	1u		Mirepoix
Apio	20	g	2rama		
Cilantro	15	g	2rama		Mirepoix
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Hervir en una olla 3 litros de agua, agregar la cebolla larga, cebolla paiteña, ajo, zanahoria, achiote, apio, sal. • Agregar la papa cortada y dejar cocinar hasta que espese. • Colocar la leche, hervir. • Espolvorear cilantro y servir. 					
Nota: La receta la variaban con productos de la zona como camote.					

ARROZ CON FREJOL				Foto	
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Plato Principal			
Tiempo de preparación:		1:30	No. de ficha: 10		
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones		Mise en place
Frejol	454	G	2tz	Porotos	Lavado
Cebolla larga	15	G	1 rama		Brunoise
Cilantro	10	G	1 rama		
Manteca	30	G	1crd		
Sal	10	G	1crd		
Arroz cocido	250	G	1crd		Cocido
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • En una olla colocar agua, frejol, sal y cocinar. • Sazonar el frejol con sal, manteca, cebolla larga, cilantro. • Servir acompañado con arroz blanco. 					
Nota: Lo servían en platos de porcelana o china					

ARVEJA CON ARROZ				Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia		
Tipo de preparación:		Plato Principal		
Tiempo de preparación:		90 min	No. de ficha: 11	
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones	Mise en place
Arveja	454	G	2tz	Lavado
Cebolla larga	15	G	1rama	Brunoise
Cilantro	10	G	1rama	
Manteca	30	G	1crd	
Sal	10	G	1crd	
Arroz cocido	250	G	1tz	Cocido
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • En una olla colocar agua, arveja, sal y cocinar. • Sazonar la alverja con sal, manteca, cebolla larga, cilantro. • Servir acompañado con arroz blanco. 				
Nota: Lo servían en platos de porcelana o china				

CHOCHO CON TOSTADOS				Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia		
Tipo de preparación:		Entrada		
Tiempo de preparación:		45 min	No. de ficha: 12	
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones	Mise en place
Maíz	454	g	2tz	Remojado
Cebolla paitaña	60	g	1u	
Ajo	15	g	1diente	
Tocino	100	g		Brunoise
Sal	40	g	2crd	
Chocho	454	g	2tz	
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • Remojar el maíz por 15 min. • Freír el tocino de cerdo o pollo. • Agregar el maíz, cebolla, ajo, sal, remover hasta que tenga un color dorado. • Acompañar con chochos. 				
Nota: acompañar con encurtido de tomate riñón y cebolla				

AGUADO DE PANELA				Foto	
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia			
Tipo de preparación:		Bebida			
Tiempo de preparación:		15min	No. de ficha: 13	No. de pax: 8	
Ingredientes	Cantidad	Unidad	observaciones	Mise en place	
Agua	2000	g	2 l		
Panela	225	g	1u		
Limón	30	ml	3u		
Procedimiento:					
<ul style="list-style-type: none"> • Colocar en una jarra agua, panela, limón. • Mezclar y servir. 					
Nota: La bebida la acompañaba en su almuerzo.					

PAN DE MAIZ				Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia		
Tipo de preparación:		Pan de maíz		
Tiempo de preparación:		4 Horas	No. de ficha: 14	
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones	Mise en place
Harina de maíz	1816	G	4lb	Tamizar
Harina	908	G	2lb	Tamizar
Leche	908	G	2lb	Tibia
Mantequilla	454	G	2tz	Derretir
Manteca	454	G	2tz	Derretir
Huevo	240	G	4u	
Sal	30	G	1crd	
Azúcar	100	G	½ tz	
Levadura	75	G	3crd	Disuelta
Queso	1000	G	1u	Rallado
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • Poner en un recipiente levadura, azúcar; dejar leudar. • Colocar la harina cernida y forma un volcán. • Incorporar huevo, mantequillas, leche, manteca. • Revolver todos los ingredientes hasta forma una masa. • Colocar el queso rallado. • Reposar por 1 hora y dar forma circular. • En una lata previamente calentada y engrasada colocar el pan y llevar al horno de leña. • Dejar hornear hasta que consiga un color dorado. 				
Nota: Realizaban para su comida diaria o festividades.				

PAN DE TRIGO				Foto
Elaborado por:		Arias Yessenia Ger Jesenia		
Tipo de preparación:		Postre		
Tiempo de preparación:		4 Horas	No. de ficha: 15	
Ingredientes	Cantidad	Unidad	Observaciones	Mise en place
Harina de trigo	1816	G	4lb	Tamizar
Harina	908	G	2lb	Tamizar
Agua	454	G	2lb	Tibia
Mantequilla	454	G	2tz	Derretir
Manteca	454	G	2tz	Derretir
Huevo	150	G	4u	
Sal	30	G	1crd	
Azúcar	100	G	½ tz	
Levadura	75	G	3crd	Disuelta
Procedimiento:				
<ul style="list-style-type: none"> • Poner en un recipiente levadura, azúcar; dejar leudar. • Colocar la harina cernida y forma un volcán. • Incorporar huevo, mantequillas, leche, manteca. • Revolver todos los ingredientes hasta forma una masa. • Reposar por 1 hora y dar forma circular. • En una lata previamente calentada y engrasada colocar el pan y llevar al horno de leña. • Dejar hornear hasta que consiga un color dorado. 				
Nota: Realizaban para su comida diaria o festividades.				

CAPÍTULO V

PROPUESTA

5.1 Introducción

El presente proyecto consiste en la realización de una ruta gastronómica que dará a conocer varios puntos referentes como: viviendas de los barrios y caseríos enfatizando en rescatar la gastronomía típica y ancestral de esta parroquia.

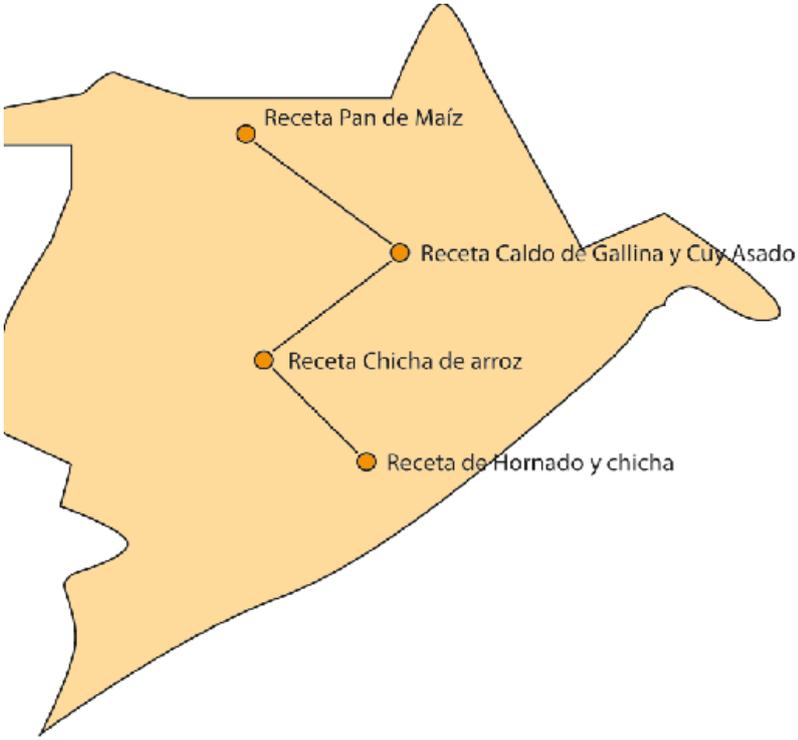
El eje principal de esta ruta se focalizará en la riqueza gastronómica, y en las festividades tradicionales del lugar, motivo por el cual sobresalen sus habitantes en preparar sus recetas típicas y tradicionales. Dado a que la mayor parte del recorrido y actividades se realizan en la comunidad, la denominación escogida para esta ruta es: **Ruta Pueblo del Prior**.

Para difundir este proyecto se llevará a cabo la realización de trípticos (**ver anexo 3**) que se entregaran únicamente a las personas que conforman el recorrido y banners publicitarios (**ver anexo 4**), que ayudaran al reconocimiento de todo el patrimonio gastronómico y cultural existente en la parroquia.

Este proyecto beneficiará a toda la comunidad, ya que mediante el presente se dará un realce de las recetas como: caldo de gallina, cuy asado, hornado, chicha de jora, roscas de pan, chicha de arroz, pan de maíz y pan de trigo y las festividades principales.

5.2 Ruta turística

DISEÑO DE RUTA

NOMBRE DE LA RUTA: Ruta Pueblo del Prior.	
DATOS INFORMATIVOS:	
PROVINCIA: Imbabura	
PARROQUIA: Dolorosa del Priorato	
ALTURA: 2.225msnm	
CLIMA: Cálido seco andino	
TEMPERATURA: 21 grados centígrados	
POBLACION: 5135 habitantes	
BARRIOS: 13 legalmente constituidos	
Grado: fácil	Duración: 1 día
MAPA:	
 <p>El mapa muestra un camino que conecta cuatro recetas tradicionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> Receta Pan de Maíz Receta Caldo de Gallina y Cuy Asado Receta Chicha de arroz Receta de Hornado y chicha 	

Itinerario	
Horas	Actividades
7:00	Encuentro y salida terminal terrestre Ibarra.
7:30-9:00	Visita a la casa de la Sra. Barbarita Enríquez ahí se realizará la receta del pan de maíz en horno de leña y café destilado.
9:00-10:00	Visita laguna de yahuarcocha y paseo en bote.
10:00-10:30	Refrigerio (chicha de arroz con pan de trigo o chochos con tostado).
10:30-13:00	Visita a la casa de la Sra. Matilde Velastegui donde se realizará la receta del caldo de gallina y cuy asado. Visita a la iglesia de la parroquia.
13:00-14:00	Representación de los bailes tradicionales (San Juanes y San Pedro)
14:00-17:00	y quema de la chamiza. Visita a la casa del Sr. Alonso Eduardo Moran ahí se degustará de un
17:00-18:00	delicioso hornado y chicha de jora.
Descripción puntos gastronómicos	
<p>1.- Casa de la Sra. Barbarita Enríquez se realizará la receta típica del pan del maíz, para mantener la tradición se lo horneara en horno de leña, los visitantes podrán conocer más de cerca además de poder participar en la realización de todas las actividades.</p> <p>2.- Casa de Sra. Matilde Velastegui se realizará la receta típica del caldo de gallina y la receta tradicional del cuy asado los visitantes conocerán las formas de faena miento y cocción y podrán degustar de estas deliciosas preparaciones.</p> <p>3.-Casa del Sr. Alonso Eduardo Moran aquí solo degustaremos la receta tradicional del hornado, la receta ancestral de la chicha de jora, no se realizará estas recetas con los integrantes debido a que el tiempo de cocción del hornado es muy largo y el recorrido solo es de un día.</p>	

Descripción atractivos**LAGUNA DE YAHUARCOCHA**

Es una de las principales lagunas de la provincia de Imbabura en la cual se pueden realizar diferentes actividades.

**PUERTO DE YAHUARCOCHA**

Es un lugar donde se puede disfrutar en familia con distintas actividades acuáticas para estar en contacto con la naturaleza.

**IGLESIA DE LA DOLOROSA DE PRIORATO**

Iglesia Dolorosa del Priorato donde podemos apreciar arte, cultura, tradiciones, fiestas religiosas.



SU

5.2 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 determinados.

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

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

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

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

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

Bajo cada matriz se debe incluir el análisis y argumentación de las razones y las circunstancias por la que asignó el valor correspondiente a cada indicador.

De ésta manera se presenta las matrices para el análisis de impactos del macro proyecto denominado “Puesta en valor de la Gastronomía de Imbabura”

5.3.1 Impacto turístico

IMPACTO INDICADOR	NIVELES DE							
	- 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					2	4		6
$\Sigma = 6$ Nivel de Impacto Turístico = $\frac{\Sigma}{\text{Numero de indicadores}}$ Nivel de Impacto Turístico = $\frac{6}{4}$ Nivel de Impacto Turístico = 1.5 Impacto Medio Positivo								

Indicador	Análisis
<ul style="list-style-type: none"> - Afluencia de turismo nacional y receptivo 	<p>Se le asignó un impacto medio positivo debido a la influencia turística que existe en la región este proyecto permitirá el aumento de turistas y aumentará el impacto gastronómico y turístico de los lugares como: Laguna de yahuarcocha.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Diversificación de destinos turísticos 	<p>Se le asignó un impacto bajo positivo debido al desconocimiento de algunos destinos turísticos uno de los lugares es la iglesia de la parroquia. El proyecto pretende proponer nuevas alternativas de turismo, básicamente relacionado al turismo gastronómico. La diversificación de destinos turísticos alineados a las políticas estatales permitirá que ésta actividad sea un eje primordial en la economía del país.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Incremento de la actividad turística 	<p>Se le estableció un impacto medio positivo porque varias organizaciones han tratado de dar realce principalmente a la laguna lo cual se pretende que mediante esta propuesta haya una aceptación por el turismo local y la comunidad para así poder promover e innovar el turismo en la parroquia con tendencias atractivas al turista.</p>

<p>- Difusión y promoción del sector</p>	<p>Se le estableció un impacto bajo positivo ya que es mínimo el conocimiento de todos los lugares turísticos existen en la parroquia solo se ha dado mayor realce a la Laguna de Yahuarcocha por ende el proyecto permitirá a los turistas conocer todos sus lugares tanto culturales y gastronómicos y expandir la idea a nivel provincial en el sector gastronómico.</p>
--	---

5.3.2 Impacto socio-cultural.

INDICADOR	NIVELES DE IMPACTO							
	-3	-2	-1	0	1	2	3	
- Identidad cultural.					x			
- Costumbres						X		
- Familia						X		
- Nutrición					x			
- Participación comunitaria						x		
TOTAL					2	6		8
Σ= 8								
Nivel de Impacto Socio-Cultural= $\frac{\Sigma}{\text{Numero de indicadores}}$								
Nivel de Impacto Socio-Cultural= $\frac{8}{5}$								
Nivel de Impacto Socio-Cultural = 1,6 Impacto Medio Positivo								

Indicador	Análisis
<ul style="list-style-type: none"> - Identidad cultural. 	<p>Se le asignó un impacto bajo positivo debido a la pérdida de su identidad cultural en cierto porcentaje de la población como es su vestimenta. Lo cual se propone que su cultura y tradición permanezca entre sus familias para así poder mantener su identidad tradicional en la parroquia.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Costumbres 	<p>Se le asigna este valor medio alto positivo debido a las costumbres y tradiciones que aún prevalecen en esta parroquia que son eje fundamental de cada comunidad. Se propone dar un realce y promoción de sus festividades y costumbres para así fomentar la tradición en la parroquia.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Familia 	<p>Se le asigna un valor medio alto ya que se considera que la alimentación y la familia deben estar relacionadas directamente en el desarrollo y convivencia de sus miembros.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Nutrición 	<p>Se le estableció un valor bajo positivo debido a que algunas familias no hay una alimentación adecuada de alimentos ricos en nutrientes. Lo que el proyecto quiere es demostrar que la nutrición tiene que ver con la calidad de vida de los habitantes.</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Participación comunitaria 	<p>El indicador es medio positivo porque la presencia y la participación de las familias de la comunidad ayudarán a mejorar las relaciones, se propone que las nuevas generaciones se integren a las costumbres de la comunidad para así poder mantener la identidad gastronómica ancestral.</p>
---	--

5.3.3 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 Económico = $\frac{\Sigma}{\text{Numero de indicadores}}$							
Nivel de Impacto Económico = $\frac{6}{3}$							

Nivel de Impacto Económico= 2 Impacto Medio Positivo
--

Indicador	Análisis
- Generación de micro empresa	Se le asignó un impacto medio positivo ya que el turismo fomentara un incremento de productividad dentro de la parroquia, Mediante este proyecto las personas de esta parroquia podrán crear más fuentes de trabajo teniendo como base la gastronomía y recursos naturales del sector.
- Reactivación de la producción agrícola	Se le asignó un impacto medio positivo debido a que si mantiene algunos lugares de producción agrícola en algunas familias. Se plantea la reactivación agrícola hacia la parroquia con el fin de aumentar la producción agrícola del sector para así poder incrementar el estado económico.
- Mayores ingresos para empresarios del sector	Se le estableció un impacto medio positivo debido a que la mayoría de los sectores económicos si mantienen un ingreso medio por parte del turismo. Por lo tanto el proyecto pretende es mejorar tanto la oferta turística gastronómica, para así poder mejorar los ingresos para los empresarios del sector; pero que a la vez el proyecto permita fomentar la responsabilidad empresarial del sector.

5.3.4 Impacto educativo

INDICADOR	NIVELES DE IMPACTO						
	-3	-2	-1	0	1	2	3
- Mayores conocimientos						x	
- Investigación							x
- Capacitación						x	
TOTAL						4	3
$\Sigma = 7$ Nivel de Impacto Económico = $\frac{\Sigma}{\text{Numero de indicadores}}$ Nivel de Impacto Económico = $\frac{7}{3}$ Nivel de Impacto Económico = 2.3 Impacto Medio Positivo							

Indicador	Análisis
- Mayores conocimientos	Se le asignó un impacto medio positivo debido a que mediante las entrevistas se logró adquirir información de los adultos mayores. Se beneficiarán la comunidad de los conocimientos proporcionado para así poder aumentar y mantener las costumbres propias del lugar.
- Investigación	Se le asignó un impacto alto positivo debido a la investigación obtenida en la parroquia. Esta información ayudara a obtener mayor conocimiento de

	esta parroquia para así tener un estatus de vida mejor para las personas.
- Capacitación	Se le asignó un impacto medio positivo ya que beneficiara a la población en general. Mediante la capacitación las personas de esta parroquia podrán tener más conocimiento acerca de la atención hacia el turista.

5.3 Informe de Impactos

Mediante el análisis de los impactos nos permite conocer que en el campo turístico y gastronómico las personas tienen un mínimo conocimiento de todos los lugares culturales existentes de la parroquia, el proyecto permitirá expandir, promocionar el turismo gastronómico a nivel provincial y nacional.

Se ha observado una pérdida de su cultura en cuanto a la vestimenta, alimentación, lo cual deben estar relacionadas directamente con las familias para rescatar en las nuevas generaciones sus costumbres y mantener su identidad gastronómica ancestral. Mediante la reactivación de la gastronomía propia del lugar, habrá un mayor ingreso económico y fuentes de trabajo. La población se beneficiará de los conocimientos proporcionados de las entrevistas a los adultos mayores, para así poder aumentar, mantener, conservar sus raíces propias del lugar.

CONCLUSIONES

- Por ende, damos a conocer que la parroquia la dolorosa del priorato tiene una gastronomía ancestral, típica y tradicional, debido a que aún se mantiene sus tradiciones y costumbres tanto gastronómicas como culturales, mediante nuevas alternativas podrá ser un eje primordial en atraer turistas.
- La gastronomía es un recurso que se ha ido transmitiendo durante los años por sus tradiciones tanto religiosas, culturales, ya sea como un legado cultural o heredado por sus antepasados.
- Con las metodologías y estrategia aplicadas se pudo comprobar, analizar, verificar diferentes aspectos que ayudaron a la investigación del proyecto.
- Los alimentos se encuentran íntimamente ligados de manera directa con las fiestas locales debida a su forma de preparar y a los productos de cada temporada, en donde dependiendo de la fiesta y celebración se hacen las preparaciones.
- No hay una promoción adecuada de una ruta gastronómica de la parroquia en estudio, por lo que se evidenció la falta de colaboración de organismos tanto públicos como privados a más de la comunidad. Los impactos son positivos, lo que hace factible su implementación.

RECOMENDACIONES

- Es recomendable crear nuevas propuestas con la ayuda de las autoridades como el ministerio, municipio, que ayuden a la parroquia a ser difundida.
- Fomentar y promocionar los eventos gastronómicos para así poder mantener, mejorar la interculturalidad en manifestaciones sociales sin perder, ni abandonar las raíces que la diferencia de las demás comunidades.
- Crear un centro de recopilación de investigación de la parroquia debido a la falta de información que existe, para así poder brindar un apoyo a nuevas investigaciones.
- Promover el patrimonio gastronómico de diferentes formas con el fin de mantener la tradición, festividades que existen en la parroquia.
- La ruta gastronómica debe ser difundida a nivel local, regional y nacional con el fin de que el turismo tenga un impacto positivo, en la parte gastronómica.

ANEXOS

Anexo 1 ENTREVISTA LEVANTAMIENTO DEL INVENTARIO GATRONÓMICO

Fuente

Fecha

Lugar

Elaborado por

9. Qué alimentos ancestrales existían en la zona
10. Qué alimentos se producen actualmente
11. Cuáles son los métodos de conservación de alimentos que existían
12. Cuál es la temporada en la que cosechan los alimentos
13. Qué tipos de especias se usan en las preparaciones de comidas y bebidas de la zona
14. Cuáles son las comidas y bebidas que se preparan en la zona (incluir sopas, platos principales, postres, panes, otros)
15. Ingredientes cantidad, unidad
16. Técnicas de elaboración
17. Utensilios que se usan para elaborar las comidas y bebidas

ENTREVISTA CONTEXTO SOCIO CULTURAL

9. Cuáles (incluir fechas) son las manifestaciones culturales de la zona y qué alimentos o bebidas se relacionan con éstas.
10. Quiénes intervienen en las preparaciones de los alimentos
11. Cómo o a quién se transmiten los conocimientos

12. Cómo influyen las preparaciones de las comidas y bebidas en el comportamiento de la comunidad.
13. Desde cuándo se prepara
14. En qué utensilios o cuáles son las características en las que se los sirve.
15. Qué recuerdos asociados tiene con relación a los alimentos preparados
16. Qué significado tiene el plato
17. Qué historia conoce del plato

Atractivos turísticos:
Paradas estratégicas:

Anexo 3 Tríptico

Ruta: Pueblo del Prioro

Itinerario

Horas	Actividades
7:00	Desayuno y salida terminal terrestre Ibarra.
7:30-9:00	Visita a la casa de la Sra. Bárbara Brincoso allí se realizará la receta del pan de maíz en horno de leña y café descafé.
9:00-10:00	Visita a la casa de yahuacocha y poses en bols.
10:00-10:30	Teléfono (chicha de arroz con pan de trigo).
10:30-11:00	Visita a la casa de la Sra. Mariela Vela a quien se realizará la receta del caldo de gallina y chicha.
11:00-11:30	Visita a la Iglesia de la parroquia.
11:30-12:30	Representación de los bailes tradicionales de los San Juanes.
13:30-15:00	Quema de la shamisa en homenaje a San Pedro y San Pablo.
15:00-17:00	Visita a la casa del Sr. Alonso Eduardo Morán ahí se degustará el delicioso hervido y chicha de jora.

Parroquia la Dolorosa

del Priorato

Es una parroquia que está ubicada a norte de la ciudad de Ibarra. Tiene un clima cálido seco andino y una temperatura de 21° C. Esta parroquia guarda sus costumbres y tradiciones manteniendo su gastronomía principalmente en los festivales religiosos, entre sus platos típicos se encuentran: Caldo de gallina, cuy asado, hervido, chicha de jora, chicha de arroz y rosas de pan. Todos estos platos son irrefragables y característicos de esta parroquia es por ello que la afluencia de turistas propios y extranjeros es muy concurrencia tanto en días festivos o recreativos de fin de semana.

Autores: Arias Jácome Yessenia Raquel;
Gier Castillo Jesenia Edith.
Director de Tesis:
MSC. Falcón Santiago

Gastronomía de la Parroquia La Dolorosa del Priorato

Gastronomía Ancestral

Cuy Asado

Hornado

Hornado

Chicha de Jora

Chicha de Jora

Chicha de Arroz

Chicha de Arroz

Colada de Maíz (Boda)

Colada de Maíz (Boda)

Gastronomía de la Parroquia La Dolorosa del Priorato

Gastronomía Típica

Chicha de Arroz

Rosas de Pan

LAGUNA DE YAHUACOCHA

Es una de las principales lagunas de la provincia de Imbabura en la cual se pueden realizar diferentes actividades.

PUERTO DE YAHUACOCHA

Es un lugar donde se puede disfrutar en familia con distintas actividades acuáticas para estar en contacto con la naturaleza.

IGLESIA DE LA DOLOROSA DE P. PRIORATO

Iglesia Dolorosa del Priorato donde podemos apreciar su arte, cultura, tradiciones, fiestas religiosas.

Anexo 4 Banner



"Gastronomía de la Provincia de Imbabura como patrimonio cultural inmaterial, Parroquia la Dolorosa del Priorato Cantón Ibarra"

Autores: Arias Jácome Yessenia Raquel ; Ger Castillo Jesenia Edith.
Afiliaación: Universidad Técnica del Norte UTN, Ibarra Ecuador



INTRODUCCIÓN

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

OBJETIVO

Los objetivos de esta investigación son:
Recopilar información del contexto socio-cultural y analizar su relación con la Gastronomía de la parroquia La Dolorosa del Priorato
Diseñar una Ruta Turística/Gastronómica de la Parroquia La Dolorosa del Priorato

RESULTADOS ESPERADOS

Pregunta-directora de la investigación
¿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 La Dolorosa del Priorato?

MATERIALES Y METODOS

Investigación Cualitativa dentro del periodo 2014-2015
Muestra de 799 sujetos de estudio divididos en 49 parroquias de la provincia
Instrumentos de levantamiento de datos (Entrevistas, Scales de escala estado y contexto socio-cultural recopilación bibliográfica)

RESULTADOS

Los resultados obtenidos de la parroquia que se da a conocer en la Gastronomía Típica y Ancestral principalmente es sus festividades y eventos sus acontecimientos culturales
Se realiza un tríptico publicitario que se finaliza en una Ruta Turística/Gastronómica dando así un toque a sus lugares Turísticos y Gastronómicos



Bibliografía:
 Barreto, J. P. (2010). *Cocinas regionales andinas*. Quito Ecuador: Corporación Editora Nacional.
 Horta, M. d. (2007). *Patrimonio Cultural Inmaterial*. Bogotá, Colombia.
 Muñoz de Navarrete, Y. C. (2011). *Abolomonar Cuzco: El arte y la ancestralidad de cocinas*. Ibarra: Tachero.
 Oliveira, S. (20 de febrero de 2011). *La Gastronomía como atractivo turístico primario de un destino*. Obtenido de EBSCO: <http://support.ezret.com/contact/ask.asp>
 Pantoja, Y. M. (2011). *Procesos, tesis, y muestra gráfica*. Quito Ecuador: Novación Imprenta.
 Torres, A. M. (2012). *Planificación del Turismo Gastronómico Sustentable*. México: CEGARO.
 Yachón, M. d. (2009). *Platónes*. 20/0 Quito: Banco Interamericano de Desarrollo.

BIBLIOGRAFÍA

Constitucion de la Republica del Ecuador. (Enero de 2008). Obtenido de Asamblea Nacional:
http://www.asambleanacional.gov.ec/documentos/constitucion_de_bolsillo.pdf

Barrera, J. p. (2011). Chef del Ecuador. En J. p. Barrera. ediecuatorial.

Betancourt, M. G. (2004). La Enciclopedia. Madrid: Salvat Editorial.

Centeno, J., & Molina, W. (2013). Patrimonio alimentario . Patrimonio alimentario. Ecuador
: El telegrafo .

Colegio de periodistas de Pichincha. (1997). Manual de periodismo.

Diario La Hora. (Jueves de Octubre de 2013). Civismo y fiesta por aniversario del Priorato. La
Hora.

Freile, C. (2013). Naturaleza, cultura alimentación.

G, M. (2014). informe de participacion ciudadana . ibarra : munisipio de ibarra participacion
ciudadana .

Gallardo, C. (2012). Ecuador Culinario. Ecuador.

Gutiérrez, C. (2012). HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA. Estado de México: RED
TERCER MILENIO S.C.

Hautecoeur, L. (1958). la cultura esta en peligro . madrid : guadariama .

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

Industrias Alimentarias de la Convención SA. (2011). Historia del chocolate. Lima: Infocus
Media.

Jaramillo Granda, M. (2012). Texto Guía de Cocina ecuatoriana.

Luis Ramiro, L. M. (2006). Estrategias de desarrollo turístico para la parroquia la dolorosa del priorato.

Machado, E. H. (2009). Procedimiento para el Diseño de un Producto Turístico Integrado en Cuba. En E. H. MACHADO, Procedimiento para el Diseño de un Producto Turístico Integrado en Cuba. (pág. 161).

MAE, E. Y. (2007). Guía de patrimonio de áreas naturales protegidas del Ecuador . Quito : ministerio de turismo.

Magri Harsich, G. (2008). El patrimonio gastronómico como parte del turismo. En G. Magri Harsich, Reflexión Académica en Diseño y Comunicación N° X (págs. 32-33). Buenos Aires: Universidad de Palermo.

Mantecón, A. (2008). La Experiencia del turismo.

Ministerio de Cultura y Patrimonio . (2013). La gastronomía ecuatoriana, un patrimonio cultural emblemático. PATRIMONIO ALIMENTARIO, 2-3.

Ministerio de Turismo del Ecuador. (2012). Imabura. En M. d. Ecuador, Ecuador Culinario Saberes y sabores (pág. 131). Quito.

Moreno, B. G. (2012). La cocina y la experiencia culinaria. Murcia : Posgrado Gestión y Producción Artística – Universidad de Murcia.

Myhrhold Nathan, Y. C. (2011). Modernist Cuisine. El arte y la ciencia de la cocina. Italia: Taschen.

obando, s. (1986). tradiciones de imbabura . Ibarra: abya yala.

Oliveira, S. (20 de Febrero de 2011). La Gastronomía como atractivo turístico primario de un destino. Obtenido de EBSCO: <http://support.epnet.com/contact/askus.php>

Patrimonio, M. C. (2012). La diversidad, riqueza patrimonial. NUESTRO PATRIMONIO N° 43, 11.

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

Posso, Y. M. (2013). Proyectos, tesis, y marco lógico. Quito Ecuador: Noción Imprenta.

PUCESI . (2011). Productos Andinos. Ibarra: PUCESI .

Rodrigo, V. D. (1988). Monografía de Ibarra. Ibarra, Imbabura, Ecuador: Ediciones Culturales Imbabura.

Ruiz, A. L. (2012). ruta turistica. En A. L. RUIZ, DISEÑO DE UNA RUTA TURÍSTICA PARA EL CANTÓN PANGUA, PROVINCIA DE COTOPAXI (pág. 12). chimborazo: ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO.

Salazar, R. (2013). Patrimonio intangible. Ecuador terra incógnita, 5.

Torres, A. M. (2012). Planificación del Turismo Gastronómico Sostenible. México: CEGAHO.

Turismo, M. d. (2007). Plandetur. Quito: Banco Interamericano de Desarrollo.

UNESCO. (2003). Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial. Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial. París.

Valareza, j. P. (2012). la fiesta popular tradicional del ecuador. Quito, Ecuador.