



**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE TURISMO Y HOTELERÍA
ITHI**

CARRERA: GASTRONOMÍA

TEMA:

**“INCIDENCIA DE OTRAS CULTURAS GASTRONÓMICAS EN LA
DESVALORIZACIÓN DE LA COMIDA ANCESTRAL EN EL BARRIO
SAN CARLOS DE LA PARROQUIA CHAUPICRUZ DE LA CIUDAD DE
QUITO”**

**Trabajo de Grado previo a la obtención del Título de
Tecnólogo en Gastronomía**

AUTOR: Adrian Gabriel Cañar Moya

DIRECTOR: Ing. Sonia Lucio U.

Quito – Ecuador

2013

DEDICATORIA

A mi madre Susana Cañar que con su apoyo desde muy lejos ha sido de gran ayuda para poder culminar estos estudios, demostrándome que por un hijo una madre haría hasta lo imposible para ayudarlo.

Gracias a Dios por darme la oportunidad de nacer y darme una abuelita con tanta paciencia, amor y dedicación, brindándome ayuda por muchos años y sobretodo nunca perdiendo la confianza en mí.

A mi nueva familia “Acosta Rubio”, que me han acogido como uno más de su familia, brindándome cobijo, amistad y mucha paciencia. Y sobre todo a mi compañera y novia que está en mi vida desde hace 4 años y que me ha dado lo mejor que se puede ofrecer a alguien y que es un bebe.

AGRADECIMIENTO

Gracias a Dios por brindarme la oportunidad de nacer y tener buena salud.

Al instituto Tecnológico de Turismo y Hotelería Internacional “ITHI”, por brindarme la oportunidad de aprender con maestros muy competentes y con ganas de enseñar.

A mi tutora Ing. Sonia Lucio Ureña que con gran ayuda y paciencia me ha guiado en el camino para culminar este proyecto.

DECLARACION DE AUTORIA

Yo , Adrian Gabriel Cañar Moya declaro de forma verbal y escrita que este trabajo de monografía con tema “INCIDENCIA DE OTRAS CULTURAS GASTRONOMICAS EN LA DESVALORIZACION DE LA COMIDA ANCESTRAL EN EL BARRIO SAN CARLOS DE LA PARROQUIA CHAUPICRUZ DE LA CIUDAD DE QUITO” es de mi estricta autoría y autenticidad.

Responsabilizándome de los conceptos, propuesta y opiniones en el documento presentado

Atentamente

Adrian Gabriel Cañar Moya

Quito, 30 de Octubre del 2012

ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA

En el presente documento consta la cesión de derechos de mi trabajo de fin de carrera en conformidad con las siguientes cláusulas:

PRIMERO: La Ing. Sonia Lucio Ureña, por sus propios derechos, en calidad de tutora del trabajo de fin de carrera, y el Sr. Adrian Cañar, por sus propios derechos, en calidad de autor del trabajo de fin de carrera.

SEGUNDO:

UNO: Adrian Cañar realizo el trabajo de fin de carrera titulado “INCIDENCIA DE OTRAS CULTURAS GASTRONOMICAS EN LA DESVALORIZACION DE LA COMIDA ANCESTRAL EN EL BARRIO SAN CARLOS DE LA PARROQUIA CHAUPICRUZ DE LA CIUDAD DE QUITO” para obtener el título de Tecnólogo en Gastronomía en el Instituto de Turismo y Hotelería Internacional “ITHI”, bajo la tutoría de la Ing. Sonia Lucio Ureña.

DOS: Es política del Instituto de Turismo y Hotelería Internacional “ITHI”, que los trabajos de fin de carrera se materialice, se difunda y se lo aplique en beneficio de la comunidad y de los estudiantes que conforman el Instituto de Turismo y Hotelería Internacional “ITHI”.

TERCERO: Comparecen, Ing. Sonia Lucio Ureña, en calidad de Tutor del trabajo de fin de carrera, y el Sr. Adrian Cañar, como autor del mismo, por medio del presente escrito, tiene a bien ceder de forma gratuita sus derechos en el trabajo de fin de carrera con título: “INCIDENCIA DE OTRAS CULTURAS GASTRONOMICAS EN LA DESVALORIZACION DE LA COMIDA ANCESTRAL EN EL BARRIO SAN CARLOS DE LA PARROQUIA CHAUPICRUZ DE LA CIUDAD DE QUITO” y conceden autorización para que el Instituto de Turismo y Hotelería Internacional “ITHI”, pueda utilizar este trabajo en beneficio de los estudiantes y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

CUARTA: Las partes involucradas declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente Acta de Cesión de Derechos del trabajo de Fin de Carrera.

TUTOR

AUTOR

Ing. Sonia Lucio Ureña

TUTORA DEL TRABAJO DE FIN DE CARRERA

CERTIFICA

Haber revisado este informe de investigación, que se ajusta a las normas institucionales y académicas establecidas por el Instituto Tecnológico de Turismo y Hotelería Internacional “ITHI”, de Quito; por lo tanto se autoriza su presentación final para los fines legales pertinentes.

Ing. Sonia Lucio Ureña

Fecha: Quito, 1 de marzo del 2013

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN	9
TEMA: “INCIDENCIA DE OTRAS CULTURAS GASTRONOMICAS EN LA DESVALORIZACION DE LA COMIDA ANCESTRAL EN EL BARRIO SAN CARLOS DE LA PARROQUIA CHAUPICRUZ DE LA CIUDAD DE QUITO”	10
PRIMERA PARTE - PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	10
1.1. Identificación del problema de investigación.	10
1.2. Definición del problema de investigación.	10
1.1.2 Indicadores del problema de investigación.	12
1.1.3 Causas del problema de investigación.	13
1.1.4 Efectos del problema de investigación.....	15
1.2. Formulación del Problema.	16
1.3. Objetivos.....	17
1.3.1.Generales.....	17
1.3.2.Específicos.....	17
1.4. Justificación.	18
1.4.1. Relevancia Social.....	18
SEGUNDA PARTE - MARCO TEÓRICO.....	19
2.1. Descripción del entorno	19
2.1.1. Descripción Geográfica de la parroquia Chaupicruz	19
2.1.2. Descripción general del Barrio San Carlos	19
2.1.3. Historia Gastronomía Quiteña	22
2.1.4. Identificación de la cultura gastronómica.....	41
2.1.5. Análisis de la calidad de los establecimientos gastronómicos presentes	54
2.1.6. Cocina ancestral	64
2.1.7. Definición de cocina ancestral	64
2.1.8. Tipos de Cocina	64
2.1.9. Importancia de promover la cocida ancestral.....	67
2.2. Hipótesis	68
2.2.1 Desarrollo de Sistema de Hipótesis	68
TERCERA PARTE – METODOLOGÍA.....	69
3.1. Tipo y diseño de la Investigación.	69

3.1.1 Tipo de Investigación.....	69
3.1.2 Diseño de la investigación	69
3.2. Población y Muestra.	70
3.2.1 Población.....	70
3.2.2 Muestra	70
3.3. Instrumentos Recolección de datos.....	71
3.4. Descripción del trabajo de campo	72
3.5. Procesamiento y Análisis.	72
CUARTA PARTE - PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	73
4.1. Presentación gráfica de resultados	73
4.1.1 Encuesta	73
4.1.2 Entrevista	84
4.1.3 Trabajo de campo.....	86
4.2. Análisis e interpretación de resultados.....	86
4.2.1 Encuesta	86
4.2.2 Entrevista	88
4.2.3 Trabajo de Campo.....	89
4.3 Conclusiones	90
4.4 Recomendaciones	91
QUINTA PARTE - PROPUESTA.....	92
5.1 Título de la propuesta.....	92
5.2 Justificación	92
5.3 Contenido del recetario	93
REFERENCIAS.....	114
APÉNDICES.....	115
ANEXOS	118

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla de tipo de restaurantes en Quito	114
Contenido del recetario.....	93

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráficos de fichas de empresa de gastronomía	42
Gráficos de fichas de observación.....	54
Grafico de Edad de los Encuestados.....	73
Grafico del Sexo de los Encuestados.....	74
Procedencia de los encuestados.....	75
Grafico de frecuencia de consumo.....	76
Grafico de tipo de comida que encuentra.....	77
Grafico de tipo de comida preferida	78
Grafico de restaurante que mas visita.....	79
Grafico de calificación de la comida	80
Grafico sobre conoce sobre comida ancestral quiteña	81
Grafico sobre si preferiría comer comida ancestral por comida rápida	82
Grafico sobre si cree que la comida ancestral de afuera a interferido en que se pierda nuestra comida ancestral	83

INTRODUCCIÓN

Este tema se lo realiza, para conocer el porqué se ha ido desvalorizando la comida ancestral quiteña, y por ende se va a tomar un segmento del mercado Quiteño como es el barrio de San Carlos para realizar esta investigación, ya que en este sector se estima que existen personas de estrato o nivel medio y medio alto.

Nuevamente el gran interés que tienen las personas para conocer nuevos productos dan cabida para que se instalen en el mercado quiteño nuevos restaurantes de comida extranjera, estos cada día son mas y mas y se van relevando los restaurantes de comida tradicional Quiteña.

En nuestro país, afortunadamente subsisten todavía las comidas tradicionales y la costumbre de reunirnos en familia para disfrutarla, pero esto se lo va perdiendo poco a poco.

Una de las causas y la más importante es la globalización, esto significa que las incidencias de otras culturas gastronómicas en la cultura Quiteña podrían suponer la paulatina desaparición de las costumbres y tradiciones alimentarias regionales, y ya que nuestras herencias culinarias no se han internacionalizado ya sea por la falta de recursos, promoción, etc.... son muy pocos conocidos en el mundo por la buena cocina. Esto podría cambiar dando gracias a las nuevas generaciones de gastrónomos que se podrían especializar en recuperar las costumbres tradicionales ecuatorianas, y por ende quiteñas.

En esta investigación se quiere dar a conocer el porqué se va desvalorizando la cultura gastronómica en Quito, y así conocer cuáles son las fortalezas y debilidades que se podrían obtener al adquirir nuevas costumbres.

La cultura culinaria ha ido variando con el paso del tiempo, modernizando utensilios para realizar los productos tradicionales, pero en la mayoría de cosas se ha conseguido un acabado moderno y diferente.

TEMA: “INCIDENCIA DE OTRAS CULTURAS GASTRONOMICAS EN LA DESVALORIZACION DE LA COMIDA ANCESTRAL EN EL BARRIO SAN CARLOS DE LA PARROQUIA CHAUPICRUZ DE LA CIUDAD DE QUITO”.

PRIMERA PARTE - PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Identificación del problema de investigación.

1.1.1 Definición del problema de investigación.

La comida ancestral en la ciudad de Quito ha sufrido deterioro y desvalorización por parte de las generaciones actuales, la gastronomía

Ancestral

“Para definir el concepto, es necesario identificar los términos que lo componen, y queda muy claro. En ese contexto, la cultura consiste en las costumbres, conocimientos (científicos, artísticos, etc.), expresiones y formas de vida de un determinado grupo social o pueblo, para una época o lapso de tiempo determinado.

Y por ancestral, se entiende que se refiere a lo tradicional o que proviene de los antepasados (un ancestro literalmente es un antepasado directo, pero aquí se utiliza en un sentido más amplio). Y en este sentido no apunta a los antepasados familiares directos, sino que refiriéndose a los orígenes de un pueblo.

Por lo tanto que la cultura ancestral es aquella relativa a los pueblos originarios y tradiciones que dieron vida a la sociedad tal como la conocemos hoy en día.

Por lo mismo no hay una única cultura ancestral, sino que dependerá de donde se utilice este concepto; por ejemplo, en el Perú está la cultura Chavín, Pucará, Moche, Nazca, Inca y muchas otras, todas culturas ancestrales que dejaron su huella en la historia no tan sólo de un país, sino que de toda la región. En Chile destaca la cultura mapuche, y a la llegada de los españoles se encontraron con pueblos originarios como Aymaras, Pincunches y muchos otros. En México está la cultura Maya, de gran desarrollo e impresionantes avances para la época.

Y así, de esta manera cada pueblo se debe de cierta manera a la cultura ancestral (o culturas, como suele ocurrir) que sirvió de base para definirlo tal como es en la actualidad. Y no sólo es un asunto histórico o de honrar a nuestros antepasados, sino que hay mucho que podemos aprender de su filosofía y sabiduría de vida, cosa tan necesaria hoy en día.

No hay que confundir lo que es la cultura ancestral con el culto a los antepasados, que se da como veneración a los ancestros ya fallecidos, donde se cree que estos interceden y participan de la existencia de los vivos. Esto se ha dado en una diversidad de culturas (por ejemplo común en aquellas ancestrales, aunque suene redundante), destacando el papel que le daban a los ancestros en China. Esto se ha dado históricamente en Egipto, África, la antigua Roma, la India y otros lugares.” (tuspreguntas.misrespuestas.com, 2012)

Cocina ancestral

“La cocina ancestral son técnicas culinarias transmitidas de generación en generación, y estos platillos generalmente son hechos en determinadas fechas con las mismas formas de prepararse como lo hacían sus antepasados y sus ingredientes sin variación”. (Vega, 2012)

1.1.2 Indicadores del problema de investigación

Proliferación de lugares de comida rápida:

Gracias a la globalización los restaurantes de comida rápida se han ido aumentando en el mundo, ya que estos son creadas para personas que no tienen mucho tiempo para comer y gracias a productos de gran sabor y rapidez, estos han tenido gran acogida en todo el mundo.

Estos lugares donde se ofrece alimentos de comida rápida ofrecen alimentos simples y de rápida preparación como hamburguesas, fritas, pizzas, pollo, entre otros.

Los lugares de comida rápida en el Ecuador, principalmente en las grandes ciudades como Quito y Guayaquil han ido aumentando con gran rapidez, gracias a la gran acogida que poseen estos lugares.

No conocedores del saber culinario:

Las personas encargadas de transmitir estas culturas ancestrales gastronómicas son personas conocedoras sobre el tema gastronómico, independientemente de cómo lo han llegado a aprender y estas están encargadas de sobrellevar y dar a conocer las culturas gastronómicas ancestrales, estas culturas se transmiten año tras año.

Las herencias culinarias han sido transmitidas años tras años con ciertas variaciones pero siempre llegando a un mismo resultado, estas se van perdiendo poco a poco porque la modernidad de la gente se impone.

Intervención de otras culturas gastronómicas:

Gracias a que existen mucha oferta gastronómica en Quito, se han venido creando nuevas ofertas culinarias de la más alta cocina que se pueda encontrar, por este motivo la comida quiteña y ecuatoriana se ha quedado relegada, y estas se las adquiere en muy pocas ocasiones, ya no como se las consumía antes

Por suerte en las mesas quiteñas todavía se mantiene la costumbre de comer en familia y preparar platillos típicos Quiteños, pero esto se lo va perdiendo poco a poco, se debe realizar una gran campaña para dar a conocer internacionalmente nuestra comida para así dar un empujoncito y sentirnos orgullosos de poseer algo así.

1.1.3 Causas del problema de investigación.

Oferta gastronómica de otras culturas:

Gracias a la globalización las diferentes culturas gastronómicas han tomado gran parte del mercado nacional y gracias a eso se puede apreciar sobretodo en el centro norte de la ciudad de Quito que existen varias ofertas en el ámbito culinario, así como:

- Los pollos Gus
- Tpsi Burguer

- Kokoriko pollos

Estos restaurantes de comida extranjera son de gran acogida en el mercado y esto es gracias a las ganas de experimentar nuevas cosas.

La oferta gastronómica en el mercado tiene gran variedad de culturas gastronómicas y se podría decir que la ciudad es muy atractiva para aquellos inversionistas extranjeros o nacionales.

Falta de tiempo para la elaboración de comida ancestral:

El tiempo es una causa grave por la que no se prepararía comida ancestral quiteña ya que es más conveniente preparar alimentos rápidos y fáciles, como ya se lo conoce para realizar algo tradicional se lleva un poco más de costo y tiempo para prepararlo.

Las técnicas culinarias ancestrales se han venido pasando de generación en generación y para realizarlas la mayoría necesitan mucho tiempo para prepararlas, esto sería un gran inconveniente para las personas y estas decidan invertir en otros tipos de empresas gastronómicas.

Lugares de alimentación de comida rápida:

La comida rápida ha sido generalizada gracias a que estas se pueden encontrar en cualquier lugar, a estos se las puede colocar en cualquier lugar no muy cómodo, ya que los alimentos ofrecidos son muy rápidos y fáciles de hacerlos.

“Corría el año 1902 cuando dos visionarios emprendedores americanos, Frank Hardart y Joseph Horn, decidieron abrir su primer restaurante “Automat” en los Estados Unidos, un

establecimiento situado en el 818 de Chestnut St. de la ciudad de Filadelfia.

Un lugar que ciertamente resultaba algo extraño para la época, ya que no disponía de mesas ni de camareros para atender, sino que únicamente ofrecía una única barra con 15 taburetes para que los clientes pudieran acomodarse.

Era la primera vez en Estados Unidos que en un restaurante los clientes se servían por sí mismos: introducían unas monedas en una ranura, giraban un pomo que abría una pequeña ventana de cristal y retiraban un plato de comida, a su temperatura adecuada y generalmente envuelto en un papel encerado.” (Diario de gastronomía, 2011)

Aquí nacieron los restaurantes de comida rápida por primera vez y esto se han ido generalizando por todo el mundo, y la ciudad no es una excepción.

1.1.4 Efectos del problema de investigación.

Pérdida total de los saberes culinarios ancestrales:

Al invadirnos de culturas gastronómicas en el futuro, la pérdida de las culturas culinarias estarían en peligro de seguir existiendo, por ende la educación gastronómica debe hacer todo lo posible para que esto no ocurra, sería muy lamentable que con el paso del tiempo las generaciones se olviden de cómo era nuestra cocina, y se sientan atraídos o más bien se encuentren dependientes de cosas que están siendo introducidas en este momento en el sector Gastronómico.

Personas como el señor Carlos Gallardo chef de la Universidad de las Américas UDLA, se está encargando de realzar la comida típica ecuatoriana con expediciones por todo el Ecuador y especialmente en Quito, personas como el son las que se deben ir formando para no perder nuestra identidad culinaria, es un gran ejemplo para todos.

1.2. Formulación del Problema.

Como incide el desarrollo de otras culturas gastronómicas en la desvalorización de la comida ancestral?

La cultura gastronómica de la ciudad de Quito se ha ido desvalorizando, esto gracias a las grandes ofertas culinarias extranjeras que se tiene en Quito, esto se da gracias a la gran demanda que posee este sector ya sea por comida rápida o ya que somos tan curiosos nos da por conocer nuevas cosas.

La población Quiteña influye totalmente o en su mayoría, gracias al apoyo en el desarrollo de estas culturas gastronómicas extranjeras, y por ende su expansión en el mercado.

Los inversionistas ven atractivo nuestro mercado para crear nuevas empresas gastronómicas pero la mayoría de veces no los hacen enfocados en comida ancestral sino en comida extranjera.

1.3. Objetivos.

1.3.1. Generales.

- Realizar una investigación sobre la incidencia de otras culturas gastronómicas y su incidencia en la desvalorización de la comida ancestral que se consume el Barrio San Carlos de la parroquia Chaupicruz del Cantón Quito.

1.3.2. Específicos.

- Realizar un levantamiento de las culturas gastronómicas existentes en el barrio San Carlos.
- Determinar conocimiento y consumo de comida ancestral existente en el barrio de San Carlos.

1.4. Justificación.

1.4.1. Relevancia Social.

Esta investigación ayudaría a la sociedad a conocer el porqué se ha perdido o se van perdiendo con el tiempo las culturas gastronómicas heredadas por los antepasados, sus efectos en las generaciones y lo más importante el que hacer para que en este caso las costumbres no desaparezcan, y sobresalgan otras.

Dar a conocer nuestra historia a través de la gastronomía, gracias a personas q realcen y que necesariamente no sean expertos en cocina, dando conferencias, buscando ayuda estatal para promociones, etc. Esto nos ayudaría mucho a la internacionalizarnos y así los inversionistas acaparen nuestro mercado y se interesen más por este.

SEGUNDA PARTE - MARCO TEÓRICO

2.1. Descripción del entorno

2.1.1. Descripción Geográfica de la parroquia Chaupicruz

Parroquia urbana del noroeste de la ciudad de Quito, capital de Ecuador. Limita al norte con la parroquia de Cotocollao.

2.1.2. Descripción general del Barrio San Carlos

Ubicación: Se encuentra al noroccidente de la ciudad de Quito, en la parroquia de Chaupicruz

Altura: Región sierra a 2800 metros a nivel del mar

Clima: En Quito la temperatura es de 7 grados C (55 F), en la noche a 26 C (78 F) , al mediodía, y promedios 15 C (64 F). Hay dos estaciones, lluviosa y seca.

Temperatura: 10 a 29 grados centígrado

Habitantes: 9354

Religión: Católica

Actividades socio – culturales: “Algunos datos curiosos nos indican que las grandes fiestas familiares en Quito y en las demás ciudades constituían los bautizos, cumpleaños, festejos por nombramientos para un cargo de importancia. Las fiestas duraban muchas veces días y hasta semanas en las quintas y haciendas.

Los bailes eran acompañados de pequeñas orquestas: con violines, guitarras, mandolinas. Las mansiones eran cubiertas con cortinajes negros y se levantaba un templo. Las personas

guardaban duelo estricto vistiendo ropas negras y recluyéndose en sus mansiones, prohibidas de asistir por conciencia y respeto a toda actividad social o de diversión.

Otra costumbre muy española era la tertulia que la realizaban en las primeras horas de la noche. Se citaban en las diferentes casas de amigos. Asistían padres e hijos.

Cada uno formaba grupos. Los mayores hablaban de política y los jóvenes se dedicaban a los juegos de salón traídos de España, como el de las sortijas y las prendas. Finalmente se servían una taza de chocolate caliente, con queso fresco para diluirlo en él, acompañado de bizcochuelos horneados en casa.

Muchas de estas costumbres todavía se mantienen como los ritos de la Semana Santa, que se celebran con una multitudinaria procesión que encabeza la imagen de Jesús del Gran Poder. Las fiestas de Navidad con novenarios que se hacen en las casas que se ofrecen para recibir al Niño Jesús y Finados, etc. Además se festejan los carnavales.

En épocas pasadas se jugaba con los llamados “cascarones” (huevos) que se lanzaban entre los jugadores, ahora se los ha cambiado por globos llenos de agua. Las fiestas de año nuevo, la fiesta de los inocentes, del 28 al 6 de enero. Antiguamente la celebraban con grandes bailes en salones, acompañados de la música orquestada.

Los quiteños y quiteñas lucían disfraces muy creativos. Además se aceptaban inocentadas o bromas llenas de humor y picardía. Esta costumbre casi se ha extinguido en la actualidad.

En los pueblos y ciudades pequeñas de la provincia, actualmente festejan el aniversario de su cantonización, las fiestas de la cosecha o Inti Raimi y otras como las del Paseo del Chagra en Machachi". (alarblog.blogspot, 2012)

Fiestas “Las fiestas de Quito son unas de las fiestas ciudadanas y populares, más importantes a nivel nacional. Esta se caracteriza por la presencia de: las bandas de pueblo, tarimas para todo tipo de expresión artística en muchos puntos de la ciudad. Se celebra desde fines del mes de noviembre donde se empieza a sentir en el ambiente un aire festivo y culminan el 6 de diciembre, día de la fundación española de la ciudad. A esta vienen visitantes de todo el país y muchos extranjeros; el 5 de diciembre la ciudad se paraliza producto del despliegue de algarabía, color, alegría incontenible y fiesta total. Durante esta época se celebra la Feria de Quito "Jesús del Gran Poder" que es representada a través de una feria taurina. También se efectúan en la ciudad conciertos de diverso tipo de música, con muchos artistas locales e internacionales, con bailes generales callejeros, desfiles de varias expresiones culturales locales e invitados de todo el mundo, y ferias gastronómicas.

Destacan también la presencia de chivas (vehículos representativos de la cultura costeña, desprovistos de ventanas y puertas) que sirven para realizar city-tours, las cuales transportan a gente que baila al son de una banda de pueblo. Dichos vehículos son autorizados por el Ayuntamiento a circular por la ciudad en forma temporal previa revisión mecánica y de seguridad.

Parte importante de las fiestas de la ciudad, es la elección de la Reina de Quito, con lo que dan inicio oficialmente las festividades. La reina juega un papel muy importante porque trabaja por la ciudad en sus necesidades más puntuales fijadas de antemano por consenso y es la ayuda social que brinda a los sectores más desprotegidos de la capital

2.1.3. Historia de la gastronomía Quiteña

“Quito es el punto de fusión de las latitudes, sus secretos culinarios ofrecen una mezcla sorprendente de sabores durante todo el año. Gracias a la riqueza del suelo ecuatoriano, la calidad, el exotismo y la frescura de sus ingredientes y especerías, los restaurantes ofrecen infinitas opciones para aquellos que disfrutan de una buena comida, acompañada de una atmósfera apropiada y con un servicio personalizado.

Todos los elementos necesarios para brindarle una velada entrañable, alegre e inolvidable, mientras avanza la noche y los alegres espacios se llenan de gente y música, mientras disfruta de la ciudad y comparte una agradable filosofía de vida, la del buen comer.

La Sal Quiteña es una delicadeza gastronómica comparable solamente a las trufas negras de Perigord, u otros manjares del mismo alto nivel. Exquisitez apreciada con desmesura en el Quito de antaño, ha venido perdiendo popularidad entre las nuevas generaciones gracias al Internet, el Nintendo Wii y el PlayStation, los paseos en el Quicentro, las farras en la mariscal, el té de hongos, el i-pod, los chupes en la calle y la Enciclopedia.

Parte de la pérdida de su popularidad también se debe a que la Sal Quiteña es un ingrediente que requiere de alto grado de experiencia de manipulación por parte del cocinero, y su uso empírico por gran parte de los habitantes de la ciudad en los últimos años, aliado a la campaña cultural que

ha iniciado Guayaquil para autoproclamarse "Ciudad más Cool del país", ha venido desprestigiando su alguna vez honroso mérito incluso entre algunos quiteños.

Historia de la Sal Quiteña Hay varias versiones sobre el descubrimiento de los salares quiteños. Se dice que a comienzos de siglo, mientras Don Evaristo participaba de una de las primeras filmaciones de los comerciales del municipio, se tropezó en alguna de las bien mantenidas aceras de la ciudad, cayéndose de nariz y abriendo una grieta a través de la cual vislumbró el primer salar de Quito. Otros dicen que los salares fueron formados por la combinación única de represión indígena, orgullo español, mojigatería criolla y falso sarcasmo que estuvieron bajo presión y fermentación adecuada por centenas de años bajo el suelo capitalino y que brotaron del mismo durante alguna de las erupciones del Guagua Pichincha.

De todas formas, Don Evaristo fue el primer minero conocido de la Sal Quiteña hasta donde registra La innoble mineralización de la Sal Quiteña a pesar de ser un producto de alta apreciación gastronómica, la mineralización de Sal Quiteña siempre fue desprestigiada a lo largo de su historia, incluso por sus más grandes explotadores.

Tal es el caso de Carlos Michelena, que según dice, no es mineralizador de Sal Quiteña por haber nacido en Latacunga. Probablemente habría llegado más lejos si se hubiera quedado contándoles sus chistes a las vacas del páramo. Otro ingrato mineralizador de Sal Quiteña es el Pájaro Febres Cordero, que a pesar de ser Quiteño, tampoco reconoce el mérito o la existencia de la Sal Quiteña. Probablemente se hubiera hecho más famoso quedándose en casa, sentado y escribiendo artículos para la Enciclopedia. Una historia con sabor Debido a su posición geográfica, Quito se encuentra entre los fríos y altos páramos andinos y los tibios valles

subtropicales, esta privilegiada ubicación influye directamente en la variedad de productos agrícolas que son la base de la cocina típica quiteña., por sobre todos los alimentos, el más tradicional e histórico es el maíz, considerado sagrado por los antiguos habitantes de la ciudad.

En un libro escrito en 1590 por el padre Acosta, este sacerdote refiere que al maíz se lo conocía como el pan de los indios y "cómanlo comúnmente cocido así en grano u caliente, que llaman ellos mote", esto ha subsistido por más de 4 siglos y sigue siendo uno de los preferidos de los quiteños, lo mismo que su variedad llamada "tostado". También se suele moler el maíz para hacer harina y con ella preparar tortillas.

Hay siete variedades de maíz que son utilizados en muchos platos tradicionales como en el sancocho, la fanesca, las bolas de maíz con condumio de carne y otros potajes memorables como la colada morada, plato típico de la temporada de difuntos (2 de noviembre). El ají es otro de los vegetales muy utilizado, en este caso como condimento picante de la comida.

Algunos le atribuyen propiedades afrodisíacas lo que puede estar relacionado con el ardor que provoca su consumo. No solo en Quito, sino en todo el Ecuador, el ají es el compañero inseparable de todo tipo de comidas.

Desde Colombia hasta Argentina se extiende el cultivo de la quinua, una herbácea que es fuente de proteínas e hidratos de carbono y de cuyas propiedades ya estaban al tanto los Incas y otras tribus precolombinas. La mejor y más sabrosa forma de preparar la quinua es en una sopa hecha en base al caldo del espinazo del chanco. Sobre esta sopa hay una leyenda muy peculiar.

Se cuenta que no hace mucho era tradición que todos los lunes, en los hogares quiteños no podía faltar esta sopa pues era de mala suerte comer otro tipo de sopa al comenzar la semana., en

cualquier esquina, calle o parque es común encontrar a una mujer, por lo general indígena, cargando un canasto donde lleva los famosos chochos, una leguminosa que desde tiempos inmemoriales es uno de los manjares favoritos del quiteño., suelen ser cocidos y pasados por agua durante varios días para que pierdan el amargo excesivo de su sabor, se comen con sal y limón.

La gran variedad de frutas que hay en los huertos aledaños a la ciudad han dado paso a una de las más sabrosas tradiciones: los helados de paila cuya principal característica es ser de pura fruta y elaborarse a mano, moliendo el hielo y la fruta con una cuchara de madera en una gran paila. En el barrio La Concepción, al norte de la ciudad, se mantiene vigente esta forma de elaboración.

Una de la frutas con las que se elabora este postre es con la chirimoya, de la que se dice que llegó a Ecuador, más exactamente al valle de Guayllabamba, desde México a través de unos amigos de Garcilaso de la Vega, cronista colonial descendiente de incas. Además, la variedad de frutas es casi innumerable debido a que Quito es la capital de un país tropical por lo que durante todo el año se puede encontrar taxo, guanábana, guayaba, naranjilla, mora, banano, durazno, babaco, papaya, piña, mandarina, naranjas y aguacate, entre otras.

EL COMIENZO DE LA GASTRONOMÍA.- De las prácticas alimenticias estudiadas, en diversos pueblos, por LEVI-STRAUSS, se deduce que la ingestión de productos crudos y podridos correspondería a un modo de vida nómada y natural. En cambio la presencia de cerámicos adecuado para la cocción, sería una manifestación de vida sedentaria ligada a una

actividad mental definida como cultura. Según este antropólogo, los tres modos de ingestión mencionados, una vez que aparece lo cocido, responden a modificaciones introducidas por el intelecto, puesto que lo conocido es el resultado de la relación de alimento, agua y fuego.

En esta combinación interviene la noción de tiempo, el control de temperatura, el condicionamiento y orden de los ingredientes, el uso d condimentos, la calidad del artefacto y otros factores.

En correlación con la práctica de la cocina, lo crudo se ingiere luego de someterlo a limpieza y aderezarlo. Cosa igual ocurre con lo podrido, lo asado, lo ahumado, y frito, constituyen expresiones que se arriman sea a lo natural, sea a lo cultural, el antropólogo dice que “solo la observación etnográfica puede precisar lo que cada una (cada cultura) entiende por crudo, cocido o podrido y no hay razón de que sea lo mismo para todos”

. La cocina propiamente dicha y tal como en la actualidad se la piensa, se inició con la confección de artefactos adecuados para realizar la cocción, comenzó asimilando la capacidad de producir símbolos, es decir, al proceso de la cultura, LEVI-STRAUSS distingue dos prácticas tangibles en torno al tema: El trabajo de la cocina y el protocolo, y una intangible, que sería la mitología: en muchos pueblos se involucran profundamente estos contenidos.

COTOCOLLAO.- El antecedente étnico – antropológico permite desarrollar una aproximación a la cocina del complejo cerámico descubierto en Cotocollao. Los arqueólogos lo han inscrito en el periodo formativo dentro del esquema elaborado para ubicar las culturas que habitaron en el actual territorio del ecuador. Este complejo cerámico (1500 a.c), es el testimonio de habitantes que subieron de los valles que rodean el Ilaló, es decir de las zonas menos altas de la hoya de Guayllabamba.

El análisis arqueológico de los cerámicos y de los restos líticos y óseos no permiten por sí solos determinar el modo de ser de la cultura, del asentamiento de Cotocollao, porque los objetos son una parte del conjunto y su presencia no es suficiente para conocer aspectos relacionados con la organización social, creencias, etc. No obstante, de la forma y decoración de los cerámicos surgen las primeras deducciones vinculadas con la subsistencia.

Del estudio arqueológico se desprende que hubo un ámbito diferenciado, es decir, un sitio escogido para habitar. Este debió ubicarse cerca de la plantación de maíz y a cierta distancia de un manantial, río o lago; cerca también de un paraje boscoso que facilitó la leña, el fuego debió obtenerse por fricción, mantener el fuego suponía la existencia de un cobertizo que evitará su extinción por causa de la lluvia.

En tres categorías se agrupan los objetos de cerámica: de servicio, de cocina, y de almacenamiento y de transporte. Los objetos de servicio y los de almacenamiento tienen decoraciones con aplicación de diversas técnicas y engobe de color rojo. La decoración y el color sugieren un especial registro estético, especie de distintivos que determinan el uso: estas piezas no se expusieron al fuego. Las ollas esféricas carecen de decoración y fueron sometidas al calor de la brasa para cocinar; dada su forma podrían haberse acomodado a un hoyo semicircular, abierto por un lado para introducir la leña o quizás se equilibraron sobre tres piedras o tulpas, sistema que permitió introducir la leña por tres lados. De suyo, el sitio para mantener la brasa, determinó la diferenciación del espacio, noción que vinculada con la geometría de la decoración y la aplicación de color implica complejidad cultural.

El maíz fue el cereal que sustentó al grupo; no se conoce la variedad. La presencia de las ollas significa que se lo coció con agua y sin desgranar. Como en el complejo cerámico se encontró un rallador, es posible pensar que las mazorcas de maíz tierno raspadas con este artefacto dieron lugar a la masa.

También esta masa pudo cocinarse con agua, operación que vendría a ser el preámbulo de la mazamorra. En frío esta masa, mezclada con agua y guardada en ollas grandes, pudo convertirse en una suerte del brebaje. Los tiestos y comales hallados en el complejo se utilizaron para tostar los granos, aunque no es arriesgado creer que pudieron servir para asar la masa. En relación con estos procedimientos, cuencos grandes y ollas grandes, estos tendrían la función de almacenar el elemento crudo, tostado y cocido.

Las ollas con pseudo asas de correa tendrían la misma función de almacenamiento en este caso líquidos, pero suspendidas en algunas salientes de la pared

LA FLORIDA.- Del periodo denominado desarrollo regional, provienen las tumbas halladas en el sector de la Florida – la prueba del carbono 14, señaló en el 260 d.c.. El cementerio se situó en un lugar del declive del Pichincha que acabó en la planicie actualmente ocupada por el aeropuerto, por las características de los objetos se dedujo que en algunas tumbas se enterraron sujetos importantes. Junto a los restos óseos se colocaron objetos de hueso, piezas líticas, cerámicos, además de ornamentos de oro y cobre dorado. La exploración encontró en torno a las tumbas, remanentes de habitantes.

Se ha dicho que el menaje de las tumbas es una reproducción del ámbito real, por ende, los artefactos funerarios se moderaron según los patrones de los objetos de uso en habitaciones y

otros espacios. Por cierto que en los sitios sagrados se encontraron vestigios de prácticas diversas como ocurre en la Florida.

Otras osamentas reposaban cerca de la principal, restos que sugieren el sacrificio de esposas, no cabe duda que cerámicos y objetos líticos, son fundamentales para reconstruir el contexto culinario de un pueblo. Los objetos sugieren las técnicas aplicadas para procesar los alimentos, vegetales ó cárnicos que existieron en el entorno territorial.

La información arqueológica de la Florida, posibilita la recreación, a partir de esta clasificación de los cerámicos. En algún lugar del recinto estuvo el fogón con sus piedras para asentar las ollas. En torno a las piedras, en los carbones encendidos, se plantarían los artefactos trípodes. En el espacio interior, cuencos y compoteras reposarían en el suelo.

Algunas vasijas o jarras yacerían semienterradas en el piso.

La piedra de moles y su cuenco, no siempre fue de arcilla, por que pudo ser de madera, para su mejor uso pudo ubicarse afuera.

Los instrumentos de caza, debieron ocupar el espacio de actividad masculina. El maíz fue el alimento principal, los artefactos señalan que se los consumió cocido, molido, y cocido-molido-fermentado, la carne de venado, cuy y pato machacón se aprovechó cocida; los churos se comieron crudos. Los huesos de estos animales y caparazones de churos se encontraron en los entierros. No hay evidencia de otros alimentos, aunque, debido a la ubicación del complejo pudieron completar la comida con frejol, la quinua, el melloco, la yuca y el ají, propios de la zona noroccidental.

CHILIBULO.- El asentamiento de Chilibulo, en las faldas del cerro unguí, situado al occidente de Pichincha, pudo ser un poblado de cazas desperdigadas en la zona en que enmarca entre el

Pintado y al sur Chillogallo, también en este sitio se realizaron evaluaciones eran agricultores y el lugar en que vivieron y trabajaron, presentaba condiciones favorables: buena tierra, bosque propicio para la caza, fuentes de agua y, dadas las quebradas existentes, defensa natural en caso de agresiones.

En la primera exploración se rescató una olla de trípode y tiestos con hollín. Se dedujo que se trataba de un fogón las demás excavaciones confirmaron la existencia de tumbas y de artefactos relacionados de la cocina y el servicio presenta estas características: ollas de cuerpo alargado, pequeñas, platos semiesféricos, teteras pequeñas, ollas asimétricas (zapato), cántaros, vasos de cilindro, vasos con forma de campana, olla trípode, mortero, piedra de moler, obsidiana. Budares (tiestos para tostar), etc.

De la presencia inca se encontró pocos artefactos: un arívalo, un plato.

Sin embargo algunas ollas y pucus señalaban la influencia de la cerámica inca, los artefactos sugieren diversas preparaciones del maíz, conocido en su estado de choclo; en sazón ocao, asado en la brasa; seco y tostado; conocido como mote choclo; molido y cocido. Si la carne de venado, se cocina, asa o ahúma. Cecinada y expuesta al sol se seca y puede conservarse. Conejos, cuyes, tórtolas, patos machacones, se comen cocinados o asados, estos últimos se criaban en los estanques de Turubamba. Los churos se comen crudos. El mortero se relaciona con el ají, aunque este condimento se lo consume directamente de la planta. La sal se conserva para ocasiones especiales.

COCHASQUÍ.-En el sector norte de la hoya, en las pendientes de la cordillera occidental, se encuentra el complejo arqueológico Cochasquí. En los alrededores de las pirámides de excavación arqueológicas develaron la existencia de ollas esféricas, ollas trípode, ollas

zapatiformes, cuencos. Los tres tipos de ollas se utilizaron para cocinar, la evidencia apareció en el hollín que cubría sus exteriores.

Los bastimentos no debieron ser diferentes a los mencionados en los sitios anteriores, es decir, el maíz, los tubérculos, el frejol, la quinua, el amaranto. Debió aprovecharse la carne de cuyes y conejos más que de los venados.

El investigador observó que las ollas trípode y ollas zapatiformes son muy frecuentes en las culturas de Mesoamérica, aspecto que propone cierta vinculación con esos pueblos. Las técnicas para preparar los alimentos fueron las mismas que en Chilibulo; de igual modo, se sirvió la comida en cuencos.

No se conocen los sistemas para alimenta a grupos numerosos de trabajadores, aunque es posible pensar en grandes cantidades de maíz cocido y tostado, de papas y carne, raciones que se necesitaban para mantener a quienes levantaron las grandes tolas.

SEÑORÍOS ÉTNICOS.- Ya en 1400 las noticias que llegaban del sur inquietaban a los habitantes de la hoya de Guayllabamba.

La comunicación no fluía con facilidad porque en las hoyas que se suceden al sur del nudo de Tiopullo se hablaban diferentes lenguas. Jacinto Jijón y Caamaño hizo una primera aproximación al mapa lingüístico, a partir de los topónimos y patronímicos existentes. Identificó el Panzaleo y otras lenguas. Consta en documentos del siglo XVI que se buscaron traductores para comunicarse con algunos caciques Cañarís. En todo caso, la posible comunicación, como en otras situaciones de interculturalidad, traía consigo el viaje de las palabras.

El quichua penetró de esta manera en los pueblos septentrionales andinos. Con las palabras se trasladaron algunas piezas de alfarería y ciertos textiles. Estos últimos, antes de la presencia de

camélidos en la región de Quito, fueron siempre de algodón que los yumbos producían en el noroccidente, y de las fibras de la cabuya nativa.

En cuanto a los alimentos, las papas llegaron mucho antes; pero, nadie sabe con seguridad si las llamas pacían en estos lugares al comienzo del periodo de Integración o si llegaron con los incas. De las llamas se aprovechó su carne, además de su lana. No hubo mucha población en la hoya de Guayllabamba. Los pablados de casas desperdigadas en mesetas, bajíos y declives, albergaban hasta 1500 habitantes y nunca superaron los 10000.

Una visión general de localización demográfica sitúa a los habitantes en el valle de los Chillos; en la zona de Cumbayá se prolonga hasta el Quinche; en las inmediaciones de Guayllabamba, Cochasquí, Tabacundo, Cayambe y Otón; en las mesetas de Perucho y San José de Minas; en la zona de Quito que desde Chillogallo avanza hasta Zambiza y San Antonio de Pichincha. Los yumbo vivían en las estribaciones occidentales del Pichincha.

El término quichua *llacta* fue adoptado por F. Salomon para referirse a la organización social de las comunidades. No encontró término equivalente – no se sabe que lengua hablaban los habitantes de la hoya; un examen de ciertas particularidades relacionó la lengua con el chibcha y el cachiquel. La *llacta* es: Un grupo de personas que comparten derechos hereditarios sobre ciertos factores de producción (tierras, el trabajo de ciertos individuos, herramientas específicas e infraestructuras), y que reconocen como autoridad política a un miembro privilegiado del propio grupo. Tal autoridad es denominada Señor Étnico para distinguirlo de gobernantes que no fueron reconocidos como miembros del propio grupo.

LA INFLUENCIA INCA.- En la cocina de los siglos XV y XVI de la hoya de Guayllabamba intervino el influjo inca, con la introducción de productos, artefactos y técnicas. Se sabe que los

señoríos étnicos sureños se adhirieron a los conquistadores incas, no ocurrió lo mismo con los señoríos étnicos del norte. La presencia de pucarás o fortalezas defensivas en San Antonio de Pichincha, en el Quinche y en Quito loma revelan la resistencia de los señoríos. Inició la conquista del Inca Túpac Yupanqui, pero fue su hijo Huaynacapac quien la consolidó. Este gobernante se impuso en Cochasquí y derrotó a las caras, acción que originó el cruento acontecimiento de Yahuarcocha o “lago de sangre”.

De acuerdo con las prácticas de conquista de los incas, la consolidación de su dominio en la hoya se ejecuto mediante el sistema MITMA. Los cayambis fueron trasladados a Ancara, cerca del lago Titicaca, y fueron situados por indígenas traídos de Collao. Cerca de Cotocollao situaron grupos de cañarís y Chachapoyas. En Uyumbicho y Achambo se instalaron familias procedentes de la etnia Huayacuntu, nativa del origen de Piura. La movilización de los pueblos obedecía a una estrategia que consideraba factores como la experiencia agrícola, la ingeniería de riego y la militar. El pucará de Rumicucho se levanta cerca de San Antonio de Pichincha, no lejos del cañón del Guayllabamba. Sobre un montículo se han trabajado 5 terrazas, en la última quedan los muros de algunos aposentos.

Los arqueólogos encontraron en la quinta terraza evidencia humana muy densa. Los artefactos relacionados con la cocina incluyen vasijas y tostadores parecidos a los que Cochasquí y Caranqui. De la cerámica inca consta pucus y aríbalos. También se encontraron metates trabajados con piedra andesina color plomo azulado y morteros. Los matates y morteros revelan el consumo de maíz. Restos óseos de llamas jóvenes señalan que se aprovecho la carne de estos animales, los huesos de crías de llamas, según los arqueólogos sugieren alguna práctica ritual. Restos de caracoles indican que estos moluscos fueron muy comunes en la comida de los habitantes de Rumicucho, posiblemente soldados.

PANORAMA CULINARIO.- Del año 1653 proviene la Historia del Nuevo Mundo, escrita por el padre Bernabé Cobo. Este libro contiene información detallada sobre la alimentación de los habitantes del altiplano. Sin embargo, es pertinente considerar esta fuente por que la población de la hoya de Guayllabamba adaptó muchas prácticas culinarias de los incas. Cobo, como observador directo de la vida cotidiana de esos habitantes confirma que ellos permanecían fieles a sus costumbres. De vez en cuando Cobo alude a los alimentos introducidos, vegetales o cárnicos, tales como habas y coles o gallinas y carneros, respectivamente; por haber vivido antes en México, compara algunas prácticas, en especial la referida al maíz, con las del incario, a las que encuentra similares. En raras ocasiones se comentan los detalles de la elaboración de los platos que integraban la comida, y más escasas son las calificaciones de sabores y texturas. Es frecuente, en cambio, la enumeración de productos, con sus nombres originales. Para resolver el problema se recurre a la deducción, probable, si además se considera que algunas de las composiciones y ciertos procedimientos se han mantenido, aunque con modificaciones debidas a prácticas introducidas por lo españoles.

SOPAS.- Una sopa es una preparación culinaria que consiste en un líquido con substancia y sabor. En algunos casos posee ingredientes sólidos de pequeño tamaño sumergidos en su volumen. Una de sus características primordiales es que se ingiere con cuchara. Si no tuviera ingredientes sólidos (vegetales o productos cárnicos) se considera un caldo alimenticio, base de todas las sopas. Si se reduce será un consomé. La sopa suele proceder de una preparación culinaria con evaporación, como es el cocido, o mediante retención de vapores: estofado.

Tradicionalmente, se puede espesar añadiendo al final de la cocción pan o cereales como el arroz, fideos o pasta menuda. Se suele servir generalmente al inicio de cada comida.

La primera clasificación suele hacerse en función de la temperatura de servir, es decir en sopas frías, o sopas calientes. Las sopas toman su nombre de los ingredientes empleados, con propiedades nutricionales y saporíferas características: sopa de pescado, sopa juliana, sopa de espárragos, sopa de arracacha, etcétera. Suelen incorporar productos locales que están al alcance de la mayoría, como en el caldo del "Sancocho", que se prepara con carnes, papas, yuca, vegetales. La sopa de Bolas de Maíz tostado se menciona como comida de los aborígenes de Quito, el plato se ha mantenido, aunque las bolas de maíz, son el resultado de amasar la harina de maíz crudo o calentado con el caldo de la sopa, que es un fondo de res. Se suelen rellenar las bolas con queso fresco sazonado con cebolla, sal y manteca con achiote. En la tradición culinaria las bolas se las cocinaron con agua, sal y ají.

MAZAMORRAS.- Se llamaba mazamorra al guiso con el que se alimentaba a los galeotes y a los marineros, que consistía en las legumbres disponibles, generalmente lentejas y garbanzos, cocidos juntos, y aliñados con algunos vegetales disponibles, normalmente pimientos. El caldo inicial se hace con agua, sal y papas troceadas. Aparte y para qué la textura resulte uniforme, se diluye la harina de maíz en un poco de agua fría y se la echa al caldo. Con la asistencia de una cuchara de madera se revuelve constantemente para evitar que se aglutine y asiente en el fondo de la olla. Esta mazamorra incluye carne seca o fresca, y se la conoce con el nombre de mazamorra de maíz.

GUISOS.- Un guiso es la cocción en un medio semi-graso de un alimento, a diferencia del estofado permite reflujo de los vapores durante el proceso de elaboración culinaria.

El guiso se trata de un proceso que suele tener una gran variedad de ingredientes, por regla general suelen emplearse los alimentos disponibles en la región, en la temporada o los que son del gusto del cocinero que lo prepara. Gonzales Holguín y Cobo Hablan de la chuchuca, guiso que toma el nombre de un procedimiento para conservar el maíz. Se escogen las mazorcas de maíz medio maduras, se desgrana y se cocina los granos por unos 5 a 10 minutos. Se escurren y desparraman los granos sobre una estera para secarlos al sol, una vez secos se los guarda hasta por un año.

Para preparar el guiso se remoja el grano durante 2 o 3 horas, se muele, para eliminar la corteza, se refrigera el molido y se decanta: la corteza flota y se puede retirar. La chuchuca se cocina a fuego lento con agua, una vez blanda se añade la sal, papas y torsos de carne.

MAÍZ SECO Y COCIDO MOTE.- El maíz blanco o amarillo seco se lo cocina con agua y ceniza o cal. Luego de algunos hervores se retira, se refriega con las manos y se lava con abundante agua. Una vez escurrido, se echa sobre una estera y se expone al sol. Varias horas demora la cocción del grano hasta cuando se abre. Se lo come frío, caliente, con sal o sin ella.

SALSAS.- Es una mezcla líquida de ingredientes (fríos o calientes) que tienen por objeto acompañar a un plato. La consistencia líquida (o semi-líquida) de una salsa puede cubrir una muy amplia gama que puede ir desde el puré a la más líquida de un caldo. Algunos autores definen la salsa como un aderezo líquido para los alimentos.

El objetivo de la salsa es acompañar a otras comidas como un aderezo mejorando el sabor, haciendo un contraste o complementando, es por este motivo que suelen ofrecer al paladar sensaciones relativamente marcadas que estimulen los sentidos del paladar y de los aromas. Hay autores culinarios que denominan a las salsas como 'destilados del deseo'.

Las salsas no sólo afectan a las sensaciones del gusto y el olor, pueden ofrecer colores diversos que afectan a la apariencia visual de un plato y a veces orquestan diversas sensaciones al mismo tiempo. Gonzales Holguín informa que habían unos pescaditos de río llamados Chichi, con los cuales se confeccionaban unos panecitos que se secaban al sol, Rodríguez Docampo dice que en Quito “Chiche” eran camarones de río machacados y revueltos uchú, salsa apetecida. Pero el confundió a los pescados con los camarones, aunque quizás se trataba de una salsa que se untaba en los demás alimentos. Se decía que esta salsa tenía propiedades afrodisiacas y diuréticas.

CARNES Y AVES.- Las carnes más consumidas en la hoya le Guayllabamba eran las de llama, venado, cuy, aves de caza como: pato, perdices y tórtolas. Esta confirmado el consumo de la carne de llama, por los huesos de estos animales encontrado en Rumicucho.

La carne desprendida de la piel se asoleaba, una vez destazado se añadía al locro, la sal y el ají matizaban el sabor de la carne rancia. Otra forma de consumo de la carne de llama era asada. Al cuy los habitantes lo consumían con el cuero, pelándolo solamente como si fuera lechón, suelen hacer un guisado entero, sacándole el vientre y los órganos, acompañándolo de ají, o sino asándolo.

COCINA ACTUAL DE QUITO.- Por el sector de la Ciudad 1. ¿Cuáles son los cambios que se han dado en la comida quiteña? Antes y ahora Una diferencia muy notable es la utilización de

técnicas, la cocina de antes utilizaba instrumentos que hoy ya no están en el mercado por decir tiestos de barro, ollas de barro, también cucharas de madera y piedras de moler; la misma harina se hacía en molinos de piedra movidos por agua, esto ahora es quizás muy exclusivo en pocas casa se aún se usan estos productos sobre todo en ciudades pequeñas; en la actualidad la utilización de esos mismos instrumentos tienen que ver con energía eléctrica que es el fenómeno del siglo XX, y que ha dado lugar a todos los aparatos que son utilizados en la cocina como licuadora, batidora, molinos en fin todo esta movido por la energía eléctrica en la actualidad.

La vajilla es otra diferencia, pues ha entrado el plástico cosa desconocida antes y esto ha marcado diferencias tanto en la confección de platos como también con el sabor cambian ya que no es el mismo de antes.

¿Qué clase de comidas permanecen hasta la actualidad? Lo que tiene q ver con los cereales, con el maíz ya que es lo más antiguo en esta zona del planeta, luego viene la papa que sirve para una multiplicidad de platos entre ellos está el locro, que tiene un aproximado de 2500 años, otro elemento que en cambio tiene que ver con la presencia de los españoles es el puerco, la gallina, la res, el vacuno y la oveja, básicamente las carnes son un aporte de los españoles en la cocina y permanecen en la actualidad.

¿Qué valor tienen los sabores? Hay dos elementos que funcionan para la determinación de los sabores, una es el sabor en sí ya sea picante, dulce, salado, amargo, neutro (el mote) esto interviene en la percepción del sabor del ser humano. El otro factor es el motivo de la tradición que se hereda de padres a hijos y por eso queda el gusto de los sabores en las personas, un ejemplo de esto es que nosotros no vemos al ají como un ingrediente más en los platos, como es el caso de México que ven al ají como parte del plato.

ANÁLISIS GASTRONOMICO NORTE DE QUITO.- Llegando al Norte de la Capital no se puede dejar pasar por alto las famosas tripas de la Florida, están ubicadas en la Prensa y Florida a tres minutos del actual aeropuerto. Cecilia heredo de su madre tanto el negocio como la sazón que da un toque especial al sabor de la comida, “los hijos son los principales receptores de su saber y la esperanza para dar continuidad a la preparación de determinado alimento.” Lleva ya 36 años sirviendo a 300 personas aproximadamente cada día. “lo más importante para lograr fortalecer al negocio ha sido durante todos estos años el aseo y la amabilidad con que se atiende a los clientes” es uno de los pensamientos de la dueña del local. Al pasar por la prensa es inevitable no regresar a ver el lugar donde se venden las tripas, pues la enorme montaña de humo que forma hace muy visible al lugar. Las personas que conocen y han tenido la oportunidad de probar las deliciosas tripas y los choclos se han convertido en clientes fijos, “es muy difícil dejar la tentación a un lado, además que comer tripa mishki es bueno para la salud” afirma Cristina Egas quien después de salir de su trabajo en Quifatex por lo menos dos de tres días asiste a servirse su plato de tripas con papas.

Las personas que conocen y han tenido la oportunidad de probar las deliciosas tripas y los choclos se han convertido en clientes fijos, es muy difícil dejar la tentación a un lado.

Hace 26 años América Noboa abrió una tienda, en medio de las obras de construcción del barrio "El Rosario", nunca imaginó que con el tiempo ésta se iba a transformar en uno de los restaurantes más famosos de la capital, "El Palacio del Menudo".

“Este local, que cuenta entre sus clientes más famosos al Presidente de la República, Fabián Alarcón, ha sido modificado en varias ocasiones, pues sus dueños han considerado la necesidad de ampliarlo para albergar a la cada vez más grande clientela que lo visita todas las tardes.”

El administrador del local, Darwin Catujamba opina que el medio culinario ofrece varias opciones, pero está seguro, que los platos típicos están destinados a triunfar porque no son una moda.

En la actualidad, el Palacio del Menudo cuenta con dos locales, uno de los cuales está ubicado cerca del monumento a la Mitad del Mundo. Sin embargo, en el local original, ubicado en la avenida de La Prensa (machala y vaca de castro), aún se cocinan historias. Tal como lo asegura su administrador, "los clientes prefieren éste por la tradición".

SECRETOS DE ANTAÑO.- Para que el dulce de leche quede en su punto se debe poner un poquito de harina de maíz. Al dulce de guayaba se le añade la clara de huevo batida. Para el toque especial de los quimbolitos se le añade un poco de chicha de jora. Centro de la Ciudad En el Centro de Quito la Cafetería Modelo, la Heladería San Agustín son una parte de los lugares más conocidos y frecuentados. La Cafetería Modelo es distinguida no sólo por ser el lugar donde se encuentran platos típicos, sino por su famoso ponche una bebida hecha con leche y huevos, cumpliendo hasta hoy en día la receta al pie de la letra. Este lugar está en funcionamiento desde 1950 con José Báez Espinosa y en la actualidad se encuentra bajo el mando de Guillermo Báez Martínez hijo del creador del negocio. Es inevitable visitar el centro y no degustar algún producto de esta cafetería, los productos son para todos los gustos, nadie se queda sin probar algo, hay jugos cítricos, helados, sánduches, empanadas, una infinidad de antojitos que son satisfechos al instante, el olor que atrae a las personas al lugar, es el secreto de los dueños para que su venta aumente cada día, “la cocina no es sólo una forma de alimentarse sino una expresión de la cultura de la que hemos sido esclavos y de la sociedad en la que vivimos”, este es el pensamiento de los fieles consumidores del lugar. Que se puede esperar de la Heladería de San

Agustín ubicado en las calles Guayaquil y Mejía, y es el sitio más antiguo de la capital, ha ido creciendo y aumentando la oferta de productos. Son más de 130 años los que este lugar está a disposición de las personas. Se empezó con la venta de los helados hechos en pailas de bronce y movidas lentamente a mano, pero en la actualidad a más de producir helados también se elaboran los más deliciosos secos de chivos y los cebiches desde 1950. “Durante todo este tiempo de existencia la Heladería ha tratado de que el cliente quiteño y el turista, conozca sobre el origen de las costumbres alimentarias que han trascendido de generación en generación.” Afirma Yolanda Álvarez, actual dueña del lugar después de haberlo heredado.” (Cabanilla, 2012)

2.1.4. Identificación de la cultura gastronómica

Para realizar esta investigación se tuvo que realizar varias preguntas en el sector de san Carlos a conocedores y no conocedores de tema gastronómico

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA		
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN HORNADOS SAN CARLOS Cristóbal Vaca De Castro Oe7-92 (Hernán Cortez), Quito, Pichincha, Ecuador	2. FICHA N 1	3. FICHAS ASOCIADAS 
4. TELÉFONO	5. Email	6. WEB
7. OPERA DESDE 2008		
8. TIPO Y CATEGORÍA: SEGUNDA		
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS		
Aislado	Núcleo poblacional <input checked="" type="checkbox"/>	Carretera
10 TIPO DE EDIFICIO		
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno <input checked="" type="checkbox"/>
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 80 capacidad de los Salones Capacidad de Terrazas		
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Restaurante con especialidades locales <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Restaurante cocina internacional <input type="checkbox"/> Bar <input type="checkbox"/> Comida para llevar <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="checkbox"/> Estacionamiento <input type="checkbox"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="checkbox"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="checkbox"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="checkbox"/> Piscina <input type="checkbox"/> Salones para reuniones <input type="checkbox"/> Juegos para niños <input type="checkbox"/> Primeros auxilios <input type="checkbox"/> Formas de pago <input type="checkbox"/> Otros 		
13. PERSONAL Y CAPACIDAD		
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Fines de semana <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Semana <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Semana Santa <input type="checkbox"/> Feriados <input type="checkbox"/> Navidad <input type="checkbox"/> Verano 		
15. COMO LLEGAN SUS CLIENTES: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Boca oreja <input type="checkbox"/> A través de operadora(cuales) <input type="checkbox"/> De los hoteles y hosterías <input type="checkbox"/> Promoción directa propia <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Pagina Web <input type="checkbox"/> Reserva con anticipación <input type="checkbox"/> Reserva teléfono Internet <input type="checkbox"/> Otros <input type="checkbox"/> Medios de transporte 		
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Todo el año <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> temporal (indicar época) 		
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) TODAS		
18. Ficha realizada por: Adrian Cañar		19. Fecha: 8 junio 2012

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA		
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN POLLOS HORNEADOS KOKORIKO Huachi y Cristóbal Vaca de Castro San Carlos - Quito	2. FICHA N 2	3. FICHAS ASOCIADAS 
4. TELÉFONO	5. Email	6. WEB
7. OPERA DESDE: 2009		
8. TIPO Y CATEGORÍA: TERCERA		
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS		
Aislado	Núcleo poblacional X	Carretera
10 TIPO DE EDIFICIO		
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno X
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante: 70 px capacidad de los Salones: Capacidad de Terrazas:		
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Restaurante con especialidades locales X <input type="radio"/> Restaurante cocina internacional <input type="radio"/> Bar <input type="radio"/> Comida para llevar <input type="radio"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="radio"/> Estacionamiento <input type="radio"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="radio"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="radio"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="radio"/> Piscina <input type="radio"/> Salones para reuniones <input type="radio"/> Juegos para niños <input type="radio"/> Primeros auxilios <input type="radio"/> Formas de pago <input type="radio"/> Otros 		
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 3		
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Fines de semana X <input type="radio"/> Semana X <input type="radio"/> Semana Santa <input type="radio"/> Feriados <input type="radio"/> Navidad <input type="radio"/> Verano 		
15.COMO LLEGAN SUS CLIENTES:		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Boca oreja X <input type="radio"/> A través de operadora(cuales) <input type="radio"/> De los hoteles y hosterías <input type="radio"/> Promoción directa propia <input type="radio"/> Pagina Web <input type="radio"/> Reserva con anticipación <input type="radio"/> Reserva teléfono Internet <input type="radio"/> Otros <input type="radio"/> Medios de transporte 		
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Todo el año X <input type="radio"/> temporal (indicar época) 		
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) todas		
18. Ficha realizada por: Adrian Cañar		19. Fecha: 8 junio 2012

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA		
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN TOPSI BURGUER Vaca de castro o66-18 y machala	2. FICHA N 3	3. FICHAS ASOCIADAS 
4. TELÉFONO 2537 635	5. Email ramirovallejom@hotmail.com	6. WEB
7. OPERA DESDE 2007		
8. TIPO Y CATEGORÍA: tercera		
9. UBICACIÓN: san Carlos		
Aislado	Núcleo poblacional X	carretera
10 TIPO DE EDIFICIO		
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno X
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante: 35 pax capacidad de los Salomes: Capacidad de Terrazas:		
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Restaurante con especialidades locales <input type="radio"/> Restaurante cocina internacional X <input type="radio"/> Bar <input type="radio"/> Comida para llevar X <input type="radio"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="radio"/> Estacionamiento <input type="radio"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="radio"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="radio"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="radio"/> Piscina <input type="radio"/> Salones para reuniones <input type="radio"/> Juegos para niños <input type="radio"/> Primeros auxilios <input type="radio"/> Formas de pago <input type="radio"/> Otros 		
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 3		
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Fines de semana X <input type="radio"/> Semana <input type="radio"/> Semana Santa <input type="radio"/> Feriados <input type="radio"/> Navidad <input type="radio"/> Verano 		
15.COMO LLEGAN SUS CLIENTES:		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Boca oreja X <input type="radio"/> A través de operadora(cuales) <input type="radio"/> De los hoteles y hosterías <input type="radio"/> Promoción directa propia <input type="radio"/> Pagina Web X <input type="radio"/> Reserva con anticipación <input type="radio"/> Reserva teléfono Internet X <input type="radio"/> Otros <input type="radio"/> Medios de transporte 		
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Todo el año X <input type="radio"/> temporal (indicar época) 		
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) todas		
18. Ficha realizada por: Adrian Cañar		19. Fecha: 8 junio 2012

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA			
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN	1. FICHA N	3. FICHAS	ASOCIADAS
Chifa ting fu Vaca de castro y machala	4		
4. TELÉFONO: 2 599 037	5. Email NO	6. WEB	
7. OPERA DESDE: 2002			
8. TIPO Y CATEGORÍA: TERCERA			
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS			
Aislado	Núcleo poblacional	X	carretera
10 TIPO DE EDIFICIO			
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno X	
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 40 PAX capacidad de los Salomes Capacidad de Terrazas			
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Restaurante con especialidades locales <input type="radio"/> Restaurante cocina internacional X <input type="radio"/> Bar <input type="radio"/> Comida para llevar X <input type="radio"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="radio"/> Estacionamiento <input type="radio"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="radio"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="radio"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="radio"/> Piscina <input type="radio"/> Salones para reuniones <input type="radio"/> Juegos para niños <input type="radio"/> Primeros auxilios X <input type="radio"/> Formas de pago <input type="radio"/> Otros 			
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 4			
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Fines de semana <input type="radio"/> Semana X <input type="radio"/> Semana Santa <input type="radio"/> Feriados <input type="radio"/> Navidad <input type="radio"/> Verano 			
15.COMO LLEGAN SUS CLIENTES:			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Boca oreja X <input type="radio"/> A través de operadora(cuales) <input type="radio"/> De los hoteles y hosterías <input type="radio"/> Promoción directa propia <input type="radio"/> Pagina Web <input type="radio"/> Reserva con anticipación <input type="radio"/> Reserva teléfono Internet <input type="radio"/> Otros <input type="radio"/> Medios de transporte 			
16. PERÍODO DE FUNCIONAMIENTO			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Todo el año X <input type="radio"/> temporal (indicar época) 			
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) TODAS			
18. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR		19. Fecha: 8 JUNIO 2012	

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA			
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN	2. FICHA N	3. FICHAS	ASOCIADAS
Palacio del menudo Vaca de castro y machala	5		
4. TELÉFONO 2599 933	5. Email	6. WEB	
7. OPERA DESDE: 2005			
8. TIPO Y CATEGORÍA: COMIDA ECUATORIANA			
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS			
Aislado	Núcleo poblacional <input checked="" type="checkbox"/>	Carretera	
10 TIPO DE EDIFICIO			
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno <input checked="" type="checkbox"/>	
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 35 PX capacidad de los Salomes Capacidad de Terrazas			
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Restaurante con especialidades locales X <input type="checkbox"/> Restaurante cocina internacional <input type="checkbox"/> Bar <input type="checkbox"/> Comida para llevar X <input type="checkbox"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="checkbox"/> Estacionamiento <input type="checkbox"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="checkbox"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="checkbox"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="checkbox"/> Piscina <input type="checkbox"/> Salones para reuniones <input type="checkbox"/> Juegos para niños <input type="checkbox"/> Primeros auxilios <input type="checkbox"/> Formas de pago <input type="checkbox"/> Otros 			
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 3			
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Fines de semana <input type="checkbox"/> Semana X <input type="checkbox"/> Semana Santa <input type="checkbox"/> Feriados <input type="checkbox"/> Navidad <input type="checkbox"/> Verano 			
15. COMO LLEGAN SUS CLIENTES:			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Boca oreja <input type="checkbox"/> A través de operadora (cuales) <input type="checkbox"/> De los hoteles y hosterías <input type="checkbox"/> Promoción directa propia <input type="checkbox"/> Pagina Web <input type="checkbox"/> Reserva con anticipación <input type="checkbox"/> Reserva teléfono Internet <input type="checkbox"/> Otros <input type="checkbox"/> Medios de transporte 			
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Todo el año X <input type="checkbox"/> temporal (indicar época) 			
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) TODAS			
18. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR		19. Fecha: 8 JUNIO 2012	

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA		
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN Pollos gus Vaca de castro y machala esquina	2. FICHA N 6	3. FICHAS ASOCIADAS 
4. TELÉFONO 2594 905	5. Email: www.pollosgus.com	6. WEB
7. OPERA DESDE: 2001		
8. TIPO Y CATEGORÍA: SEGUNDA		
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS		
Aislado	Núcleo poblacional <input checked="" type="checkbox"/> X	Carretera
10 TIPO DE EDIFICIO		
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno <input checked="" type="checkbox"/> X
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 60 px capacidad de los Salomes Capacidad de Terrazas		
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Restaurante con especialidades locales <input checked="" type="checkbox"/> x <input type="checkbox"/> Restaurante cocina internacional <input type="checkbox"/> Bar <input type="checkbox"/> Comida para llevar <input checked="" type="checkbox"/> x <input type="checkbox"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="checkbox"/> Estacionamiento <input type="checkbox"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="checkbox"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="checkbox"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="checkbox"/> Piscina <input type="checkbox"/> Salones para reuniones <input type="checkbox"/> Juegos para niños <input type="checkbox"/> Primeros auxilios <input type="checkbox"/> Formas de pago <input type="checkbox"/> Otros 		
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 8		
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Fines de semana <input type="checkbox"/> Semana <input checked="" type="checkbox"/> x <input type="checkbox"/> Semana Santa <input type="checkbox"/> Feriados <input type="checkbox"/> Navidad <input type="checkbox"/> Verano 		
15.COMO LLEGAN SUS CLIENTES: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Boca oreja <input checked="" type="checkbox"/> x <input type="checkbox"/> A través de operadora(cuales) <input type="checkbox"/> De los hoteles y hosterías <input type="checkbox"/> Promoción directa propia <input checked="" type="checkbox"/> x <input type="checkbox"/> Pagina Web <input checked="" type="checkbox"/> x <input type="checkbox"/> Reserva con anticipación <input type="checkbox"/> Reserva teléfono Internet <input type="checkbox"/> Otros <input type="checkbox"/> Medios de transporte <input checked="" type="checkbox"/> x 		
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Todo el año <input checked="" type="checkbox"/> x <input type="checkbox"/> temporal (indicar época) 		
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) TODAS		
18. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR		19. Fecha:

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA		
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN	2. FICHA N	3. FICHAS ASOCIADAS
Chester pollos	7	
4. TELÉFONO 3 400336	5. Email	6. WEB
7. OPERA DESDE: 2009		
8. TIPO Y CATEGORÍA: CUARTA		
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS		
Aislado	Núcleo poblacional <input checked="" type="checkbox"/>	carretera
10 TIPO DE EDIFICIO		
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno <input checked="" type="checkbox"/>
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 25 capacidad de los Salomes Capacidad de Terrazas		
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Restaurante con especialidades locales <input type="checkbox"/> Restaurante cocina internacional <input type="checkbox"/> Bar <input type="checkbox"/> Comida para llevar <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="checkbox"/> Estacionamiento <input type="checkbox"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="checkbox"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="checkbox"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="checkbox"/> Piscina <input type="checkbox"/> Salones para reuniones <input type="checkbox"/> Juegos para niños <input type="checkbox"/> Primeros auxilios <input type="checkbox"/> Formas de pago <input type="checkbox"/> Otros 		
13. PERSONAL Y CAPACIDAD		
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Fines de semana <input type="checkbox"/> Semana <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Semana Santa <input type="checkbox"/> Feriados <input type="checkbox"/> Navidad <input type="checkbox"/> Verano 		
15.COMO LLEGAN SUS CLIENTES:		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Boca oreja <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> A través de operadora(cuales) <input type="checkbox"/> De los hoteles y hosterías <input type="checkbox"/> Promoción directa propia <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Pagina Web <input type="checkbox"/> Reserva con anticipación <input type="checkbox"/> Reserva teléfono <input checked="" type="checkbox"/> Internet <input type="checkbox"/> Otros <input type="checkbox"/> Medios de transporte 		
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Todo el año <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> temporal (indicar época) 		
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) <input checked="" type="checkbox"/> TODAS		
18. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR		19. Fecha:

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA		
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN Cevichería cangrejo cervecero Vaca de castro y machala	2. FICHA N 8	3. FICHAS ASOCIADAS 
4. TELÉFONO: NO	5. Email: NO	6. WEB
7. OPERA DESDE: 2011		
8. TIPO Y CATEGORÍA: CUARTA		
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS		
Aislado	Núcleo poblacional <input checked="" type="checkbox"/>	carretera
10 TIPO DE EDIFICIO		
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno <input checked="" type="checkbox"/>
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 30 capacidad de los Salomes Capacidad de Terrazas		
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Restaurante con especialidades locales <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Restaurante cocina internacional <input type="checkbox"/> Bar <input type="checkbox"/> Comida para llevar <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="checkbox"/> Estacionamiento <input type="checkbox"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="checkbox"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="checkbox"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="checkbox"/> Piscina <input type="checkbox"/> Salones para reuniones <input type="checkbox"/> Juegos para niños <input type="checkbox"/> Primeros auxilios <input type="checkbox"/> Formas de pago <input type="checkbox"/> Otros 		
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 3		
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Fines de semana <input type="checkbox"/> Semana <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Semana Santa <input type="checkbox"/> Feriados <input type="checkbox"/> Navidad <input type="checkbox"/> Verano 		
15.COMO LLEGAN SUS CLIENTES:		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Boca oreja <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> A través de operadora(cuales) <input type="checkbox"/> De los hoteles y hosterías <input type="checkbox"/> Promoción directa propia <input type="checkbox"/> Pagina Web <input type="checkbox"/> Reserva con anticipación <input type="checkbox"/> Reserva teléfono Internet <input type="checkbox"/> Otros <input type="checkbox"/> Medios de transporte 		
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO		
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Todo el año <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> temporal (indicar época) 		
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) PROCESO		
18. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR		19. Fecha:

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA			
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN EL LEÑADOR Vaca de castro y machala		2. FICHA N 9	
		3. FICHAS ASOCIADAS 	
4. TELÉFONO 1800 700800/2295140		5. Email: www.ellenador.com	
6. WEB			
7. OPERA DESDE 2009			
8. TIPO Y CATEGORÍA: segunda			
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS			
Aislado		Núcleo poblacional X	
carretera			
10 TIPO DE EDIFICIO			
Edificio histórico		Edificio Tradicional	
Edificio Moderno X			
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 50 PX capacidad de los Salomes Capacidad de Terrazas			
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Restaurante con especialidades locales <input type="radio"/> Restaurante cocina internacional X <input type="radio"/> Bar <input type="radio"/> Comida para llevar X <input type="radio"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="radio"/> Estacionamiento <input type="radio"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="radio"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="radio"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="radio"/> Piscina <input type="radio"/> Salones para reuniones <input type="radio"/> Juegos para niños <input type="radio"/> Primeros auxilios <input type="radio"/> Formas de pago <input type="radio"/> Otros 			
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 5			
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Fines de semana <input type="radio"/> Semana X <input type="radio"/> Semana Santa <input type="radio"/> Feriados <input type="radio"/> Navidad <input type="radio"/> Verano 			
15.COMO LLEGAN SUS CLIENTES:			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Boca oreja X <input type="radio"/> A través de operadora(cuales) <input type="radio"/> De los hoteles y hosterías <input type="radio"/> Promoción directa propia X <input type="radio"/> Pagina Web X <input type="radio"/> Reserva con anticipación <input type="radio"/> Reserva teléfono Internet <input type="radio"/> Otros <input type="radio"/> Medios de transporte 			
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Todo el año X <input type="radio"/> temporal (indicar época) 			
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) TODAS			
18. Ficha realizada por: ADRIAN C AÑAR		19. Fecha:	

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA			
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN Pollos de carchi	2. FICHA N 10	3. FICHAS ASOCIADAS 	
4. TELÉFONO NO	5. Email NO	6. WEB NO	
7. OPERA DESDE: 2010			
8. TIPO Y CATEGORÍA: TERCERA			
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS			
Aislado	Núcleo poblacional	X	Carretera
10 TIPO DE EDIFICIO			
Edificio histórico	Edificio Tradicional		Edificio Moderno X
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 30 PX capacidad de los Salomes Capacidad de Terrazas			
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Restaurante con especialidades locales X <input type="radio"/> Restaurante cocina internacional <input type="radio"/> Bar <input type="radio"/> Comida para llevar X <input type="radio"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="radio"/> Estacionamiento <input type="radio"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="radio"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="radio"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="radio"/> Piscina <input type="radio"/> Salones para reuniones <input type="radio"/> Juegos para niños <input type="radio"/> Primeros auxilios <input type="radio"/> Formas de pago <input type="radio"/> Otros 			
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 3			
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Fines de semana <input type="radio"/> Semana X <input type="radio"/> Semana Santa <input type="radio"/> Feriados <input type="radio"/> Navidad <input type="radio"/> Verano 			
15.COMO LLEGAN SUS CLIENTES:			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Boca oreja X <input type="radio"/> A través de operadora(cuales) <input type="radio"/> De los hoteles y hosterías <input type="radio"/> Promoción directa propia <input type="radio"/> Pagina Web <input type="radio"/> Reserva con anticipación <input type="radio"/> Reserva teléfono Internet <input type="radio"/> Otros <input type="radio"/> Medios de transporte 			
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO			
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Todo el año X <input type="radio"/> temporal (indicar época) 			
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) TODAS			
18. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR		19. Fecha:	

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA		
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN Punto rojo comida colombiana	2. FICHA N 11	3. FICHAS ASOCIADAS 
4. TELÉFONO NO	5. Email NO	6. WEB NO
7. OPERA DESDE 2010		
8. TIPO Y CATEGORÍA: TERCERA		
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS		
Aislado	Núcleo poblacional X	carretera
10 TIPO DE EDIFICIO		
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno X
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 20 PX capacidad de los Salomes Capacidad de Terrazas		
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Restaurante con especialidades locales <input type="radio"/> Restaurante cocina internacional X <input type="radio"/> Bar <input type="radio"/> Comida para llevar <input type="radio"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="radio"/> Estacionamiento <input type="radio"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="radio"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="radio"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="radio"/> Piscina <input type="radio"/> Salones para reuniones <input type="radio"/> Juegos para niños <input type="radio"/> Primeros auxilios <input type="radio"/> Formas de pago <input type="radio"/> Otros 		
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 2		
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Fines de semana <input type="radio"/> Semana X <input type="radio"/> Semana Santa <input type="radio"/> Feriados <input type="radio"/> Navidad <input type="radio"/> Verano 		
15.COMO LLEGAN SUS CLIENTES: <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Boca oreja X <input type="radio"/> A través de operadora(cuales) <input type="radio"/> De los hoteles y hosterías <input type="radio"/> Promoción directa propia <input type="radio"/> Pagina Web <input type="radio"/> Reserva con anticipación <input type="radio"/> Reserva teléfono Internet <input type="radio"/> Otros <input type="radio"/> Medios de transporte 		
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Todo el año X <input type="radio"/> temporal (indicar época) 		
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) TODAS		
18. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR		19. Fecha:

EMPRESAS DE GASTRONOMÍA		
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN Helados heidy	2. FICHA N 12	3. FICHAS ASOCIADAS 
4. TELÉFONO NO	5. Email facebook/heladosheidy	6. WEB
7. OPERA DESDE: 1982		
8. TIPO Y CATEGORÍA: tercera		
9. UBICACIÓN: SAN CARLOS		
Aislado	Núcleo poblacional X	carretera
10 TIPO DE EDIFICIO		
Edificio histórico	Edificio Tradicional	Edificio Moderno X
11 CAPACIDAD capacidad del Restaurante 60 PX capacidad de los Salones Capacidad de Terrazas		
12. SERVICIOS COMPLEMENTARIOS <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Restaurante con especialidades locales X <input type="checkbox"/> Restaurante cocina internacional <input type="checkbox"/> Bar <input type="checkbox"/> Comida para llevar <input type="checkbox"/> Vehículos/ para el traslado de pasajeros <input type="checkbox"/> Estacionamiento <input type="checkbox"/> Jardines/ terrazas para uso de clientes <input type="checkbox"/> Actividades recreativas para clientes con medios propios <input type="checkbox"/> Actividades para clientes subcontratados a otras empresas <input type="checkbox"/> Piscina <input type="checkbox"/> Salones para reuniones <input type="checkbox"/> Juegos para niños <input type="checkbox"/> Primeros auxilios <input type="checkbox"/> Formas de pago <input type="checkbox"/> Otros 		
13. PERSONAL Y CAPACIDAD 4		
14. FRECUENTACIÓN Y TIPO DE CLIENTES <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Fines de semana X <input type="checkbox"/> Semana X <input type="checkbox"/> Semana Santa <input type="checkbox"/> Feriados <input type="checkbox"/> Navidad <input type="checkbox"/> Verano 		
15. COMO LLEGAN SUS CLIENTES: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Boca oreja X <input type="checkbox"/> A través de operadora(cuales) <input type="checkbox"/> De los hoteles y hosterías <input type="checkbox"/> Promoción directa propia <input type="checkbox"/> Pagina Web <input type="checkbox"/> Reserva con anticipación <input type="checkbox"/> Reserva teléfono Internet <input type="checkbox"/> Otros <input type="checkbox"/> Medios de transporte 		
16. PERIODO DE FUNCIONAMIENTO <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Todo el año X <input type="checkbox"/> temporal (indicar época) 		
17. SUGERENCIAS Y OBSERVACIONES (permisos, registros y licencias) TODAS		
18. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR		19. Fecha:

2.1.5. Análisis de la calidad de los establecimientos gastronómicos presentes

Estas fichas se las realizaron en diferentes lugares del barrio San Carlos, utilizando como modelo una ficha de observación.

FICHA DE OBSERVACIÓN	
2. NOMBRE Y DIRECCIÓN HORNADOS SAN CARLOS Cristóbal Vaca De Castro Oe7-92 (Hernán Cortez), Quito, Pichincha, Ecuador	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. DIAS DE ATENCION: LUNES A DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 9:00 AM	
6. HORA DE CIERRE: 21:00 PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR <ul style="list-style-type: none"> • HORNADO • PAPAS CON CUERO • FRITADA • YAHUARLOCRO • TORTILLAS CON CAUCARA • LLAPINGACHOS • MENUDO • BEBIDAS (GASEOSAS, CHICHA, AGUAS) 	
8. CALIDAD DE SERVICIO <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA <p>OBSERVACIÓN: la calidad del servicio fue muy fría, parecía que nadie ha tenido una buena capacitación de cómo atender a la clientela, es necesario dar una buena capacitación, para que así gracias a un buen servicio se obtenga mas acogida</p>	
9. CALIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA <p>OBSERVACIÓN: la comida estuvo con gran sabor y buena presentación, con sus precio para nada costosos comparada con otros lugares, este uno de los lugares gastronómicos que mas acogida a tenido en el sector norte de quito.</p>	
9.1 SABOR DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.3 CANTIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10. AMBIENTE <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA <p>OBSERVACIÓN: el ambiente cálido y muy al acorde a la comida que se servía, no existía mucha decoración</p>	
10.1 DECORACION <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10.2 LIMPIEZA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10.3 OTROS <ul style="list-style-type: none"> • WIFI • SALIDA DE EMERGENCIA • PARQUEADERO 	
11. RESULTADO: Este es uno de los restaurantes de comida tradicional ecuatoriana más frecuentada por personas del sector, y por personas de otros lugares también.	
12. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR	13. Fecha: 8 JUNIO 2012

FICHA DE OBSERVACION	
2. NOMBRE Y DIRECCIÓN POLLOS HORNEADOS KOKORIKO Huachi y vaca de castro	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. ATENCIÓN: LUNES A DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 11.00 AM	
6. HORA DE CIERRE: 21.00 PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR: <ul style="list-style-type: none"> • POLLOS HORNEADOS • PAPAS FRITAS • SOPA DE POLLO • BEBIDAS (GASEOSAS, AGUAS, TE) 	
8. CALIDAD DE SERVICIO <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA OBSERVACIÓN: el servicio pésimo, los trabajadores del lugar no podían ocultar que su trabajo no les gusta mucho, y eso se lo asimila a la forma de recibir la atención.	
9. CALIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA OBSERVACIÓN: la comida estuvo muy buena, se notaba que eran productos de fabricación buenos, y la rapidez del servicio fue lo mejor.	
9.1 SABOR DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.3 CANTIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10. AMBIENTE <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA • MALA X OBSERVACIÓN: el ambiente se sentía pesado gracias a sus trabajadores que no mostraban ni una sonrisa, en cambio la decoración muy al acorde del lugar	
10.1 DECORACION <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10.2 LIMPIEZA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10.3 OTROS <ul style="list-style-type: none"> • WIFI • SALIDA DE EMERGENCIA X • PARQUEADERO 	
11. RESULTADO: Es una de las tantas sucursales que existen en el Ecuador expandiéndose también a Colombia, esto se debe a la gran acogida que tiene por parte de sus comensales.	
12. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR	
13. Fecha: 8 JUNIO 2012	

FICHA DE OBSERVACION	
2. NOMBRE Y DIRECCIÓN Comida rápida TOPSI BURGUER VACA DE CASTRO OE6-18 Y MACHALA	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. ATENCION: LUNES – DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 11:00 AM	
6. HORA DE CIERRE: 22:00 PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR <ul style="list-style-type: none"> • HAMBURGUESAS • CHURRASCOS • PAPAS FRITAS • BEBIDAS (GASEOSAS, BEBIDAS, AGUAS, TE) 	
8. CALIDAD DE SERVICIO <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA <p>OBSERVACIÓN: el servicio estuvo excelente con una buena calidad al atender al cliente, aquí se nota cuando existe unas buenas relaciones humanas.</p>	
9. CALIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA <p>OBSERVACIÓN: si se dedicaran solo a las hamburguesas “muy buenas” fuera lo mejor porque venden otro tipo de comida que no fue lo mejor que haya comido.</p>	
9.1 SABOR DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.3 CANTIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10. AMBIENTE <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA • <p>OBSERVACIÓN: el ambiente muy acogedor y muy al acorde al tipo de comida que se ofrece.</p>	
10.1 DECORACIÓN <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
10.2 LIMPIEZA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
10.3 OTROS <ul style="list-style-type: none"> • WIFI X • SALIDA DE EMERGENCIA X • PARQUEADERO X 	
11. RESULTADO: Es un lugar dedicado a la comida rápida especialmente a las hamburguesas, posee un gran espacio para los comensales y una gran atención.	
12. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR 13. Fecha: 6 JUNIO 2012	

FICHA DE OBSERVACION	
2. NOMBRE Y DIRECCIÓN CHIFA TING FU VACA DE CASTRO Y MACHALA	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. ATENCION: LUNES – DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 9:00 AM	
6. HORA DE CIERRE: 22:00 PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR <ul style="list-style-type: none"> • CHAULAFAN VARIADO • TALLARINES VARIADOS • WAN TANG • SOPAS VARIADAS • BEBIDAS (GASEOSAS, AGUAS, TE) 	
8. CALIDAD DE SERVICIO <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA • MALA X <p>OBSERVACIÓN: la mayoría de los restaurantes orientales son administrados por los mismos dueños que son orientales, y son conocidos por ser muy frios y eso se nota a la hora de hacer el pedido o la orden, eso influye mucho a la hora de elegir el lugar donde quieres comer.</p>	
9. CALIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA <p>OBSERVACIÓN: el restaurante cuenta con personal muy conocedora del tema de comida oriental sobretodo los chefs porque eso se presencia a la hora de comer, muy buen sabor y una buena porción, y sobretodo los precios no tan exagerados.</p>	
9.1 SABOR DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.3 CANTIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
10. AMBIENTE <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA <p>OBSERVACIÓN: el ambiente muy acorde al menú que se presenta en este lugar.</p>	
10.1 DECORACIÓN <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10.2 LIMPIEZA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
10.3 OTROS <ul style="list-style-type: none"> • WIFI • SALIDA DE EMERGENCIA • PARQUEADERO X 	
11. RESULTADO: Es el restaurante de comida oriental más conocido en este sector, la preferencia de la gente es por sus precios muy accesibles y la calidad en sus platos.	
12. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR	13. Fecha: 6 JUNIO 2012

FICHA DE OBSERVACION	
2. NOMBRE Y DIRECCIÓN PALACIO DEL MENUDO VACA DE CASTRO Y MACHALA	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. ATENCIÓN: LUNES _ DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 10:00 AM	
6. HORA DE CIERRE: 22:00 PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR	
<ul style="list-style-type: none"> • MENUDO • CALDO DE GALLINA CRIOLLA • LLAPINGACHOS • SECO DE CHIVO • SECO DE POLLO • SECO DE CARNE • FRITADA • ALMUERZO • BEBIDAS (GASEOSAS, AVENA, AGUA, TE) 	
8. CALIDAD DE SERVICIO	
<ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
OBSERVACIÓN: se caracteriza por su buena atención, y eso se reconoce al entrar a este lugar porque siempre te reciben con una sonrisa.	
9. CALIDAD DE COMIDA	
<ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
OBSERVACIÓN: la comida muy buena en sabor y calidad, pero me parece que sus precios son muy excesivos y dedicados a personas de un estatus mayor	
9.1 SABOR DE LA COMIDA	
<ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA	
<ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.3 CANTIDAD DE COMIDA	
<ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10. AMBIENTE	
<ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
OBSERVACIÓN: el ambiente muy acogedor, pero muy pequeño con muy pocas mesas.	
10.1 DECORACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
10.2 LIMPIEZA	
<ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
10.3 OTROS	
<ul style="list-style-type: none"> • WIFI • SALIDA DE EMERGENCIA X • PARQUEADERO X 	
11. RESULTADO: Es un lugar que se encuentra ubicado en el centro de San Carlos , es conocido por su gran calidad en su comida y atención, pero también por sus precios excesivos.	
12. Ficha realizada por: ADRIÁN CAÑAR	13. Fecha: 7 JUNIO 2012

FICHA DE OBSERVACION	
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN • POLLOS GUS VACA DE CASTRO Y MACHALA ESQUINA	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. ATENCIÓN: LUNES _ DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 9:00 AM	
6. HORA DE CIERRE: 22:00 PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR. • POLLOS HORNEADO • CONSOMES • CHAULAFAN • CEVICHE • PAPAS CRIOLLAS • ARROZ CON MOROS • PAPAS FRITAS • ENSALADAS • BEBIDAS (GASEOSAS, AGUAS, TE)	
8. CALIDAD DE SERVICIO • EXCELENTE X • BUENA • MALA OBSERVACIÓN: este restaurante como todas sus sucursales es conocido por su buen servicio, y rapidez	
9. CALIDAD DE COMIDA • EXCELENTE X • BUENA • MALA OBSERVACIÓN: su comida es excelente a un precio moderado para las personal que la siguen desde hace mucho tiempo.	
9.1 SABOR DE LA COMIDA • EXCELENTE X • BUENA • MALA	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA • EXCELENTE X • BUENA • MALA	
9.3 CANTIDAD DE COMIDA • EXCELENTE • BUENA X • MALA	
10. AMBIENTE • EXCELENTE X • BUENA • MALA OBSERVACIÓN: el ambiente es muy acogedor y con asientos muy cómodos para esperar a que te llegue to comida.	
10.1 DECORACIÓN • EXCELENTE X • BUENA • MALA	
10.2 LIMPIEZA • EXCELENTE X • BUENA • MALA	
10.3 OTROS • WIFI X • SALIDA DE EMERGENCIA X • PARQUEADERO X	
11. RESULTADO: es una franquicia de las mas conocidas en Quito y posee una gran acogida en el sector .	
12. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR	13. Fecha: 7 JUNIO 2012

FICHA DE OBSERVACION	
2. NOMBRE Y DIRECCIÓN <ul style="list-style-type: none"> CHESTER POLLOS Vaca de castro y Machala oe 13_199	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. ATENCION: LUNES _ DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 11:00 PM	
6. HORA DE CIERRE: 21:00PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR <ul style="list-style-type: none"> POLLOS HORNEADOS POLLO CRISPY PAPAS FRITAS SALCHIPAPAS BEBIDAS (GASEOSAS, AGUAS , TE) 	
8. CALIDAD DE SERVICIO <ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE BUENA X MALA <p>OBSERVACIÓN: con una buena calidad de servicio, tiene una gran acogida por parte de sus clientes, justo al frente se encuentra un grande competidor como es el “POLLOS GUS”, pero se ha logrado mantener a flote gracias a promociones., y su servicio a domicilio.</p>	
9. CALIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE X BUENA MALA <p>OBSERVACIÓN: la comida estuvo excelente pese a no poseer un gran espacio dentro del local, lo que le da fama es la gran rapidez al servir la comida.</p>	
9.1 SABOR DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE BUENA X MALA 	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE BUENA X MALA 	
9.3 CANTIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE X BUENA MALA 	
10. AMBIENTE <ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE BUENA MALA X <p>OBSERVACIÓN: el ambiente muy acogedor pero muy pequeño, perfecto para comida para llevar.</p>	
10.1 DECORACIÓN <ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE BUENA MALA X 	
10.2 LIMPIEZA <ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE BUENA X MALA 	
10.3 OTROS <ul style="list-style-type: none"> WIFI SALIDA DE EMERGENCIA PARQUEADERO 	
11. RESULTADOS: Con muy poco tiempo ubicado en el sector y en el mercado a tenido una gran acogida por parte de las personas.	
12. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR	13. Fecha: 7 JUNIO 2012

FICHA DE OBSERVACION	
2. NOMBRE Y DIRECCIÓN <ul style="list-style-type: none"> • CEVICHERIA CANGREJO CERVECERO VACA DE CASTRO Y MACHALA	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. ATENCION: LUNES _ DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 9:00 AM	
6. HORA DE CIERRE: 17:00 PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR <ul style="list-style-type: none"> • ALMUERZOS • ENCEBOLLADOS • CEVICHE • CANGREJOS • PESCADOS FRITOS • BANDERAS • ARROZ MARINERO • BEBIDAS (GASEOSAS, JUGOS, TE, AGUAS) 	
8. CALIDAD DE SERVICIO <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA • MALA X <p>OBSERVACIÓN: el servicio no estuvo al acorde a lo que yo presentaría, primero su vestimenta no tenia limpieza ni concordancia entre todos, se notaba la falta de higiene.</p>	
9. CALIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA <p>OBSERVACIÓN: la comida de un gran sabor, pero al observar el servicio da de que pensar, de cómo es la manipulacion de sus alimentos.</p>	
9.1 SABOR DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
9.3 CANTIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
10. AMBIENTE <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA • MALA X <p>OBSERVACIÓN: el ambiente muy acalorado y lo más normal en decoración.</p>	
10.1 DECORACIÓN <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA • MALA X 	
10.2 LIMPIEZA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA • MALA X 	
10.3 OTROS <ul style="list-style-type: none"> • WIFI • SALIDA DE EMERGENCIA • PARQUEADERO 	
11. RESULTADO: Ya que este lugar no ha tenido mucha acogida, tambien se ofrece almuerzos todos los días.	
12. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR	13. Fecha: 8 JUNIO 2012

FICHA DE OBSERVACION	
2. NOMBRE Y DIRECCIÓN <ul style="list-style-type: none"> • PIZZERIA EL LEÑADOR VACA DE CASTRO OE5-320 Y MACHALA	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. ATENCION: LUNES _ DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 11:00 AM	
6. HORA DE CIERRE: 22:00 PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR <ul style="list-style-type: none"> • PIZZAS • PARRILLADAS • CHIVITOS • HAMBURGUESAS • SANDUCHES • ENSALADAS • BEBIDAS (GASEOSAS, AGUAS, TE) 	
8. CALIDAD DE SERVICIO <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA OBSERVACIÓN: gran calidad en el servicio por sus excelentes relaciones humanas, y gran rapidez en la entrega de sus productos.	
9. CALIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA OBSERVACIÓN: la comida excelente como es conocido este lugar, ofrecen gran variedad en sus productos.	
9.1 SABOR DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
9.3 CANTIDAD DE COMIDA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE • BUENA X • MALA 	
10. AMBIENTE <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA OBSERVACIÓN: el ambiente es muy acogedor, con muy buena decoración	
10.1 DECORACIÓN <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
10.2 LIMPIEZA <ul style="list-style-type: none"> • EXCELENTE X • BUENA • MALA 	
10.3 OTROS <ul style="list-style-type: none"> • WIFI X • SALIDA DE EMERGENCIA X • PARQUEADERO X 	
11. RESULTADO: Es un franquicia muy conocida en el norte de quito, posee unas 6 franquicias, y tienen posibilidades grandes de expansión nacional.	
12. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR	13. Fecha: 9 JUNIO 2012

FICHA DE OBSERVACION	
1. NOMBRE Y DIRECCIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> HEIDY HELADERIA VACA DE CASTRO	
3. UBICACIÓN: SAN CARLOS	
4. ATENCION: LUNES _ DOMINGO	
5. HORA DE APERTURA: 9:00 PM	
6. HORA DE CIERRE: 19:00PM	
7. ESPECIALIDADES A OFERTAR	
<ul style="list-style-type: none"> HELADOS DE CREMA POSTRES (PASTELES, FRUTILLAS CON CREMA, QUESADILLAS, PASTAS.) BEBIDAS (GASEOSAS, AGUAS, JUGOS NATURALES) 	
8. CALIDAD DE SERVICIO	
<ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE BUENA X MALA 	
OBSERVACIÓN: el servicio muy ameno, realizado por personas con una gran calidez, en fines de semanas se realiza grandes colas para adquirir un helado, y si se toma un poco de tiempo para hacerlo.	
9. CALIDAD DE COMIDA	
<ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE X BUENA MALA 	
OBSERVACIÓN: esta heladería tiene gran acogida gracias a la gran variedad de productos frios que se ofrece, los helados son muy ricos y no tienen precios tan excesivos.	
9.1 SABOR DE LA COMIDA	
<ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE X BUENA MALA 	
9.2 PRESENTACION DE LA COMIDA	
<ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE X BUENA MALA 	
9.3 CANTIDAD DE COMIDAD	
<ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE BUENA X MALA 	
10. AMBIENTE	
<ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE X BUENA MALA 	
OBSERVACIÓN: el ambiente muy al acorde con lo que se ofrece en este lugar, se encuentra muy bien ubicado en el sector.	
10.1 DECORACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE X BUENA MALA 	
10.2 LIMPIEZA	
<ul style="list-style-type: none"> EXCELENTE X BUENA MALA 	
10.3 OTROS	
<ul style="list-style-type: none"> WIFI SALIDA DE EMERGENCIA X PARQUEADERO 	
11. RESULTADOS:	
Está en el mercado hace unos 40 años ofreciendo sus helados como postre en un restaurante que poseía la dueña, pero se hicieron famosos los helados y por eso decidieron abrir esta heladería.	
12. Ficha realizada por: ADRIAN CAÑAR	
13. Fecha: 10 JUNIO 2012	

2.1.6. Cocina ancestral

2.1.7 Definición de cocina ancestral

“Es aquella que se basa en productos de calidad y estacionales, manifestándose como señal de identidad con una cultura propia; una cocina que se hace pensando en el producto en sí, al que trata con mimo y esmero, con el fin de obtener de él su máximo aroma y sabor, incluyendo un aspecto atractivo y la mejor de sus texturas, contribuyendo de esta forma a la satisfacción del comensal. Una cocina en la que las cosas sepan a lo que tienen que saber, sin la obligación modernista de "que hay que tener el paladar muy formado" (Moreno, 2012).

2.1.8 Tipos de Cocinas

Cocina ancestral:

- “Es aquella que se basa en productos de calidad y estacionales, manifestándose como señal de identidad con una cultura propia; una cocina que se hace pensando en el producto en sí, al que trata con mimo y esmero, con el fin de obtener de él su máximo aroma y sabor, incluyendo un aspecto atractivo y la mejor de sus texturas, contribuyendo de esta forma a la satisfacción del comensal. Una cocina en la que las cosas sepan a lo que tienen que saber, sin la obligación modernista de "que hay que tener el paladar muy formado" (Moreno, 2012).

- “la cocina ancestral quiteña se refiere a costumbres y conocimientos culinarios que se transmiten de generación en generación y q dan vida a la sociedad tal y como la conocemos”

Cocina contemporánea:

- “A la cocina contemporánea llamada la cocina del conocimiento, refleja la era del marketing frente a la necesidad de crear un concepto, donde la comida en sí misma pasa a un plano secundario. (Cabanilla, 2012)

Cocina vernácula:

- “La cocina vernácula es propio del lugar o país de nacimiento es algo nativo esto quiere decir que es nacido o creado en la casa de uno.” (Cabanilla, 2012)

Cocina tradicional:

- “La cocina tradicional es una realidad imaginada, construida por cada uno de nosotros, como nuestra nación, nuestra ciudad o nuestras relaciones. Por otro lado se puede decir que es la nacida en nuestros hogares y en la actualidad es la comida popular propia de cada personalidad. Esta comida tradicional no posee de mucha tecnología empleada en la elaboración de los alimentos ya que estos no tenían muchos secretos, simplemente una olla o sartén, manteca o aceite, cocina de carbón o petróleo y tiempo. El aprendizaje de las costumbres culinarias, se producía oralmente de madres a hijas, siempre entre mujeres, ya que estas han sido y son históricamente, las responsables de la alimentación cotidiana, esto hacia que las costumbres se perpetuaran más fácilmente. Aunque debemos comentar que ya en tiempos del Egipto de los faraones, los hombres usaban las recetas

cotidianas practicadas por las mujeres en casa, para elaborar la cocina cortesana, de este modo ya en aquel entonces los hombres eran chefs y las mujeres cocineras. Los platos de la comida tradicional de Quito son el seco de gallina; locros, humitas, empanadas, la fritada; el caldo de patas, hornado seco de chivo entre otros, estos llaman la atención de todo el pueblo de Quito.” (Cabanilla, 2012)

Cocina autóctona:

- “Autóctono es aquello que es propio del ecosistema o lo que se ha adaptado al mismo. En la mitología griega lo autóctono es lo surgido directamente de la tierra. Lo autóctono se considera a aquellos platillos que son considerados como la base de la culinaria local, los cuales pueden ser nombrados con la lengua de las culturas madres, aunque también muchas de estas recetas han incorporado ingredientes procedentes del Viejo Mundo. De esta manera, descorrió los velos de la pureza culinaria y en distintas partes del país se producen platillos similares.

Prevalece el show, la búsqueda de atención (en un mundo de mensajes a través de la imágenes), la sorpresa y la experimentación de nuevos sabores. Todo se transforma, la comida cambia, así lo que se ve no coincide con el registro mental que se tiene del sabor, a veces lleva al desconcierto y otras al placer absoluto.

Estamos en la era de la ciencia ligada a la cocina, la figura del cocinero va ligada a químicos, expertos en alimentación, etc. impensable en otro tiempo, los avances de la tecnología sirven para reinterpretar el uso de los ingredientes y sus posibles combinaciones”. (recetas.org, 2012)

2.1.9 Importancia de promover la cocina ancestral

Es de gran importancia promover la cocina ancestral quiteña ya que así con el pasar del tiempo no se podrán perder las culturas culinarias heredadas por nuestros antepasados, y gracias a esto nuestras generaciones puedan disfrutar de lo que por ahora se posee y no se vean envueltos en culturas ajenas que se van metiendo en nuestra vida día a día

Esta cultura gastronómica tiene gran variedad en productos y sabores, gracias a los diferentes tipos de productos autóctonos que poseemos. Esto nos convierte en quizás una de las gastronomía más variadas que exista en América y quizás en el mundo.

2.2. Hipótesis

2.2.1 Desarrollo de Sistema de Hipótesis

Hipótesis de la investigación

- La presencia de otras culturas gastronómicas incide negativamente en la valorización de la comida ancestral del Barrio San Carlos de la ciudad de Quito.

Hipótesis Nula

- La presencia de otras culturas gastronómicas incide positivamente en la valorización de la comida ancestral del Barrio San Carlos de la ciudad de Quito.

Hipótesis alternas

- La falta de tiempo en las personas debido a sus diferentes ocupaciones incide en el consumo de alimentos rápidos promoviendo la pérdida del consumo de comida ancestral.
- La promoción y difusión de alimentos de culturas externas influye en el comportamiento de las personas al momento de alimentarse.

TERCERA PARTE – METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de la Investigación.

3.1.1 Tipo de Investigación

La investigación está compuesta de dos variables una independiente y una dependiente más su delimitación.

- **Variable independiente:** Incidencia de otras culturas gastronómicas
- **Variable dependiente:** Desvalorización de la comida ancestral
- **Delimitación:** Barrio San Carlos de la parroquia Chaupicruz de la ciudad de Quito.

El tipo de investigación es descriptiva por el uso de estadígrafos como porcentajes los que se ven reflejados en las interpretaciones de los resultados de las encuestas.

3.1.2 Diseño de la investigación

El diseño de la investigación es cuantitativo según los datos que se obtuvieron con los instrumentos de recolección.

3.2. Población y Muestra.

3.2.1 Población

La población determinada para la investigación es el número de habitantes del Barrio San Carlos según los últimos datos estadísticos proporcionados por el INEC 2012 que determina a 9354 personas que habitan en el sitio.

Se definió a toda la población para poder determinar sus tendencias alimenticias.

3.2.2 Muestra

Para establecer la muestra de definió como probabilística simple.

$$n = \frac{9354 \cdot 0,50 \times 0,50}{\left(9354 \left(\frac{-1}{2}\right) \right)^2 (0,05)^2 + 0,50 \times 0,50}$$

$$n = \frac{9354 \cdot 0,25}{\left(9354 \left(\frac{-1}{2}\right) \right)^2 (0,0025) + 0,50 \times 0,50}$$

$$n = \frac{2338,5}{23,63} \quad \mathbf{n=99}$$

. p= 0.50

. q= 0.50

. E= 0.05

. K= 2

3.3. Instrumentos Recolección de datos.

Los instrumentos de recolección utilizados en la investigación fueron:

Encuesta.- La encuesta posee 10 preguntas mixtas y una cerrada, se la realizó a 99 personas en el sector de San Carlos en los meses de julio y agosto, de esta forma se pretende conocer reacciones de las personas a ciertas preguntas realizadas sobre cocina tradicional quiteña.

Entrevista estructurada.- Un número considerable de preguntas para ser realizadas a diferentes profesionales y gente conocedora del tema a investigar serán hechas para luego poder consolidar un bagaje de conocimientos estrechamente necesarios para la ejecución de este documento.

La entrevista cuenta con ocho preguntas mixtas y dos cerradas.

Trabajo de campo.- El trabajo de campo se lo realizara en el sector de san Carlos, y se visitara los mas reconocidos restaurantes que se encuentran en este sector, los restaurantes ha visitar serán en once total , en los que encontraremos restaurantes de estrato alto , medio y bajo.

Y así nos permitirá conocer la afluencia de los comensales, su acogida y su funcionamiento externo.

3.4. Descripción del trabajo de campo

Encuesta.- La encuesta se la desarrollo en los fines de semana ya que es el tiempo en que hay mayor afluencia de personas para consumir alimentos, se la realizo a 99 personas del sector

Entrevista.- La entrevista se la realizo entre semana en la mañana ya que es la hora en la que menos afluencia de comensales.

Se la realizo a tres personas del sector

- Fernando Vega: chef ejecutivo “Andersencatering”

Quito (San Carlos)

- Kevin Cuichan: dueño expendedor de comida rápida

Quito (San Carlos)

Trabajo de campo.- El trabajo de campo y observación para definir la calidad en los servicios gastronómicos se lo realizo en distintas fechas y horas.

3.5. Procesamiento y Análisis.

Para el procesamiento y análisis de los datos se utilizo PC. Excel.

CUARTA PARTE - PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Presentación gráfica de resultados

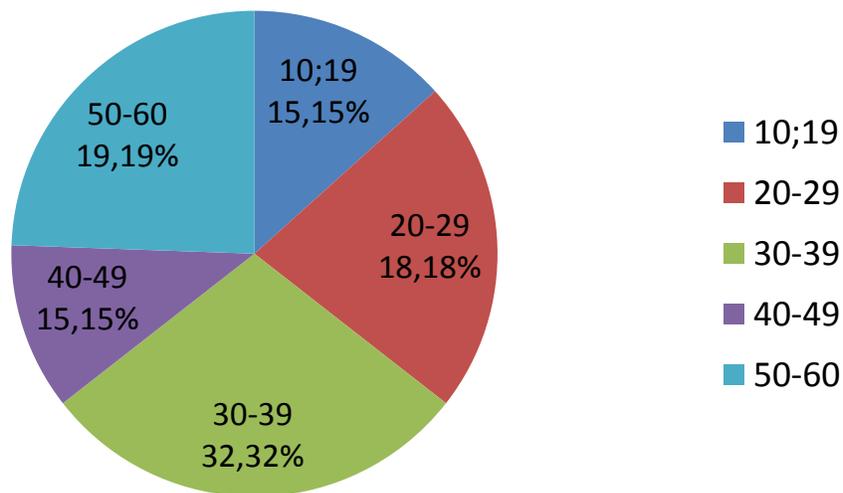
4.1.1 Encuesta

DATOS INFORMATIVOS: EDAD DE LOS ENCUESTADOS

VARIABLES O INDICADORES	FRECUENCIA	%
10-19	15	15,15
20-29	18	18,18
30-39	32	32,32
40-49	15	15,15
50-60	19	19,19
TOTAL	99	100,00

ELABORADO POR : ADRIAN CAÑAR

EDAD DE LOS ENCUESTADOS

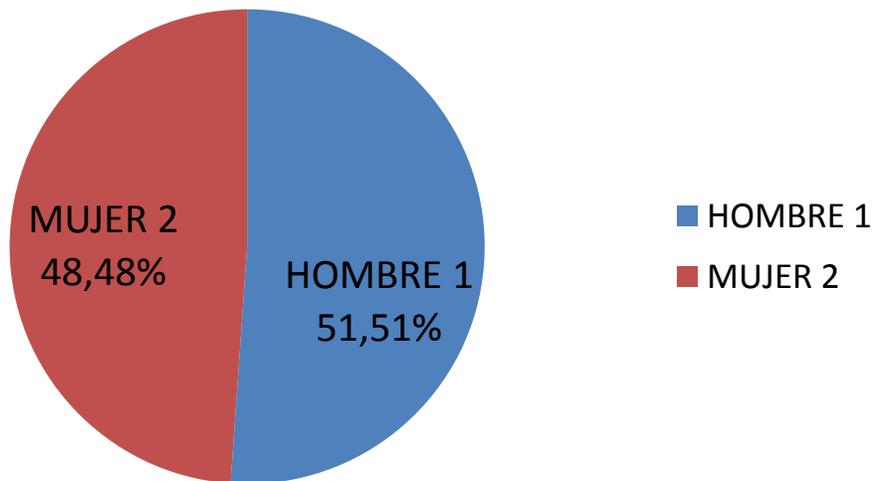


DATOS INFORMATIVOS: SEXO DE LOS ENCUESTADOS

VARIABLES INDICADORES	O	FRECUENCIA	%
HOMBRE 1		51	51,51
MUJER 2		48	48,48
TOTAL		99	100,00

ELABORADO POR : ADRIAN CAÑAR

SEXO DE LOS ENCUESTADOS

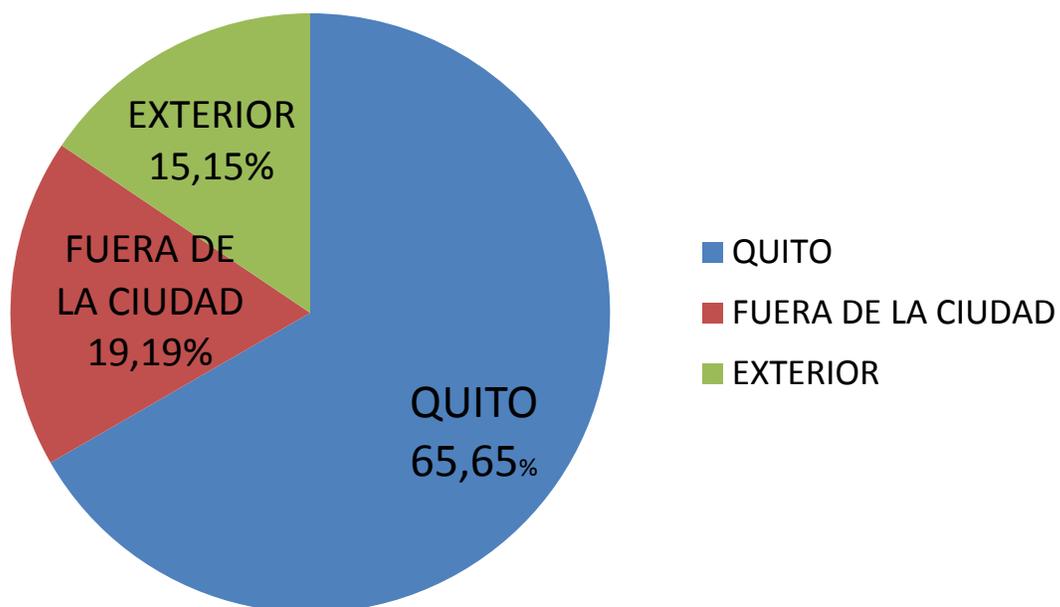


DATOS INFORMATIVOS: PROCEDENCIA DE LOS ENCUESTADOS

VARIABLES INDICADORES	FRECUENCIA	%
QUITO	65	65,65
FUERA DE LA CIUDAD	19	19,19
EXTERIOR	15	15,15
TOTAL	99	100,00

ELABORADO POR : ADRIAN CAÑAR

PROCEDENCIA DE LOS ENCUESTADOS

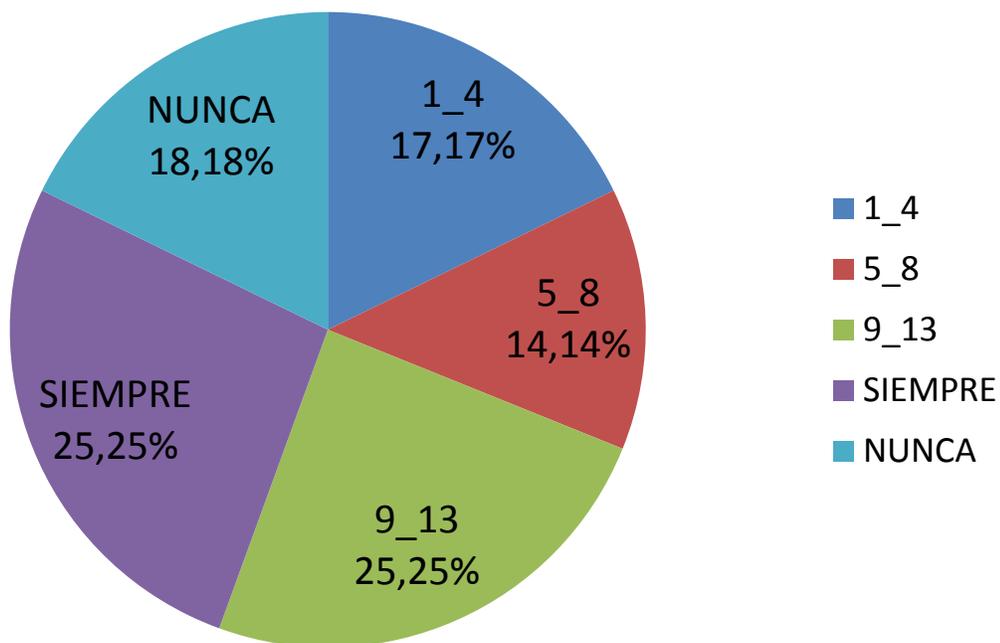


DATOS INFORMATIVOS: CON QUE FRECUENCIA COME USTED EN EL BARRIO SAN CARLOS

VARIABLES O INDICADORES	FRECUENCIA	%
1_4	17	17,17
5_8	14	14,14
9_13	25	25,25
SIEMPRE	25	25,25
NUNCA	18	18,18
TOTAL	99	100,00

ELABORADO POR : ADRIAN CAÑAR

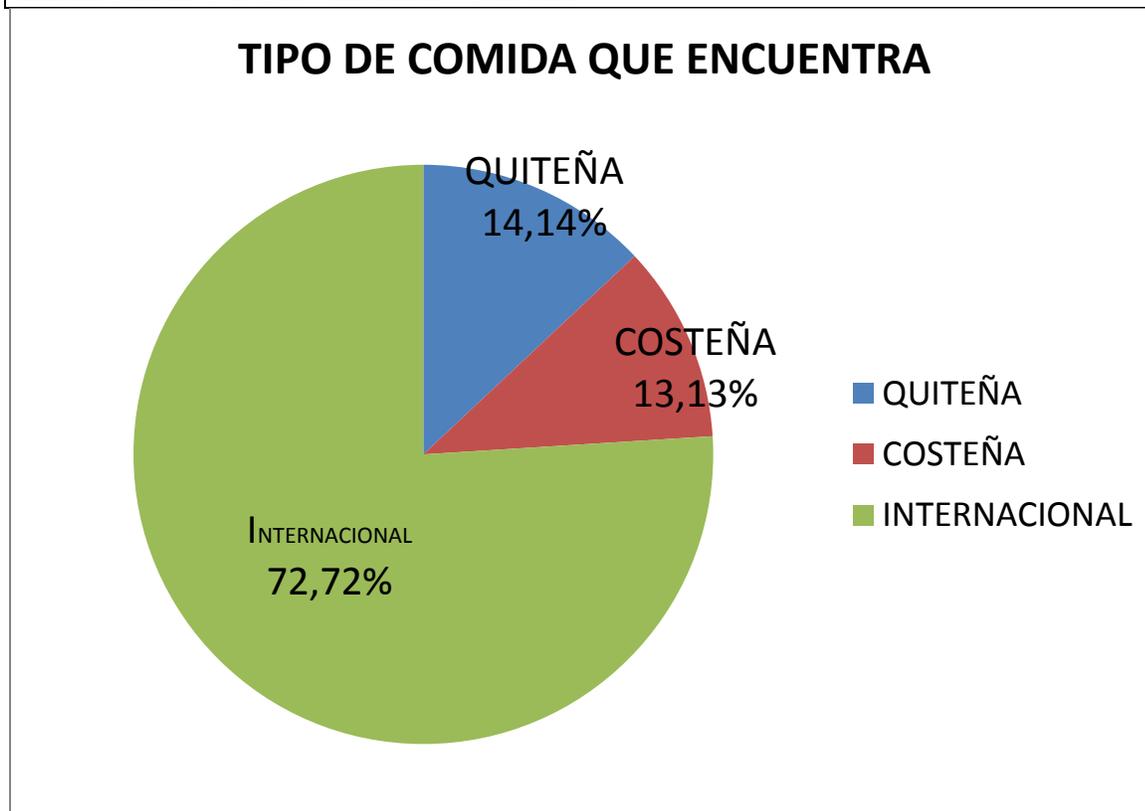
FRECUENCIA DE CONSUMO EN SAN CARLOS



DATOS INFORMATIVOS: QUE TIPO DE COMIDA ES LA QUE MAS ENCUENTRA

VARIABLES O INDICADORES	FRECUENCIA	%
QUITEÑA	14	14,14
COSTEÑA	13	13,13
INTERNACIONAL	72	72,72
TOTAL	99	100

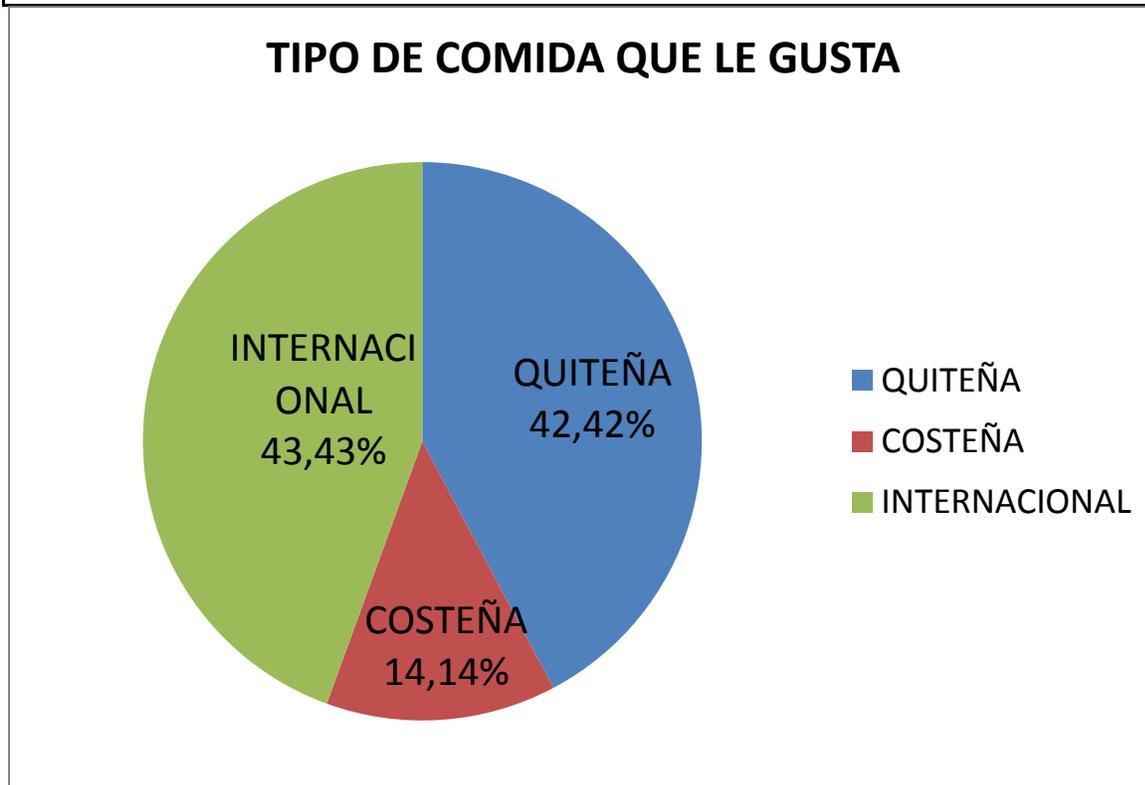
ELABORADO POR : ADRIAN CAÑAR



DATOS INFORMATIVOS: QUE TIPO DE COMIDA ES LA QUE MAS LE GUSTA

VARIABLES O INDICADORES	FRECUENCIA	%
QUITEÑA	42	42,42
COSTEÑA	14	14,14
INTERNACIONAL	43	43,43
TOTAL	99	100

ELABORADO POR : ADRIAN CAÑAR

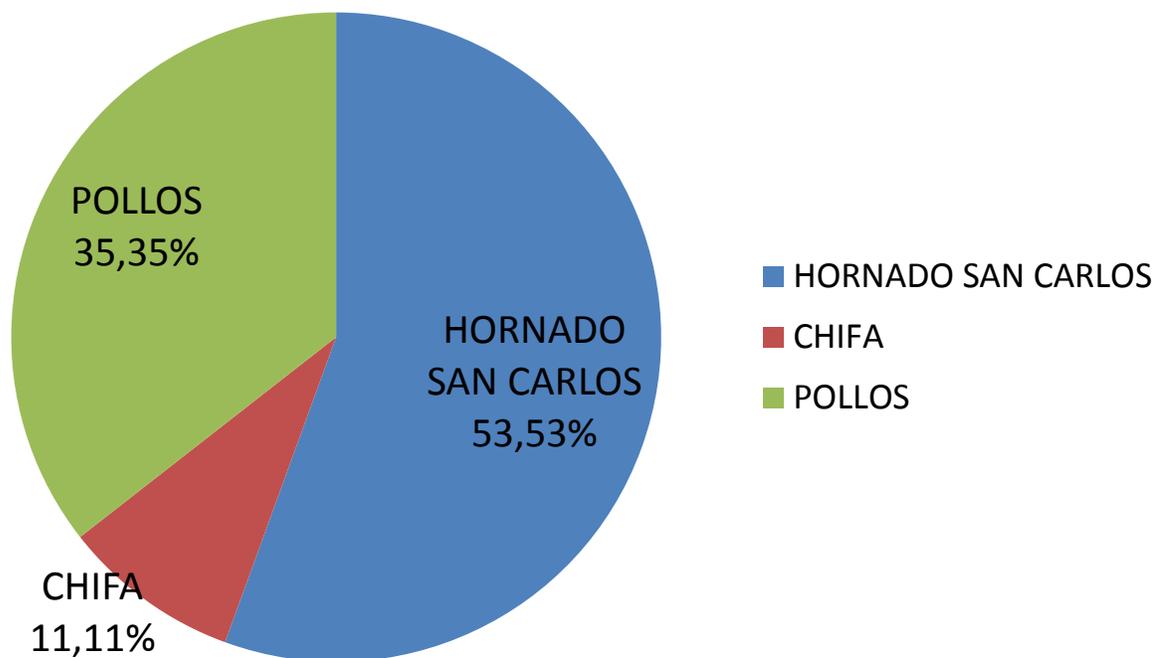


DATOS INFORMATIVOS: CUAL ES EL RESTAURANTE QUE USTED MAS VISITA

VARIABLES O INDICADORES	FRECUENCIA	%
HORNADO SAN CARLOS	53	53,53
CHIFA	11	11,11
POLLOS	35	35,35
TOTAL	99	100

ELABORADO POR : ADRIAN CAÑAR

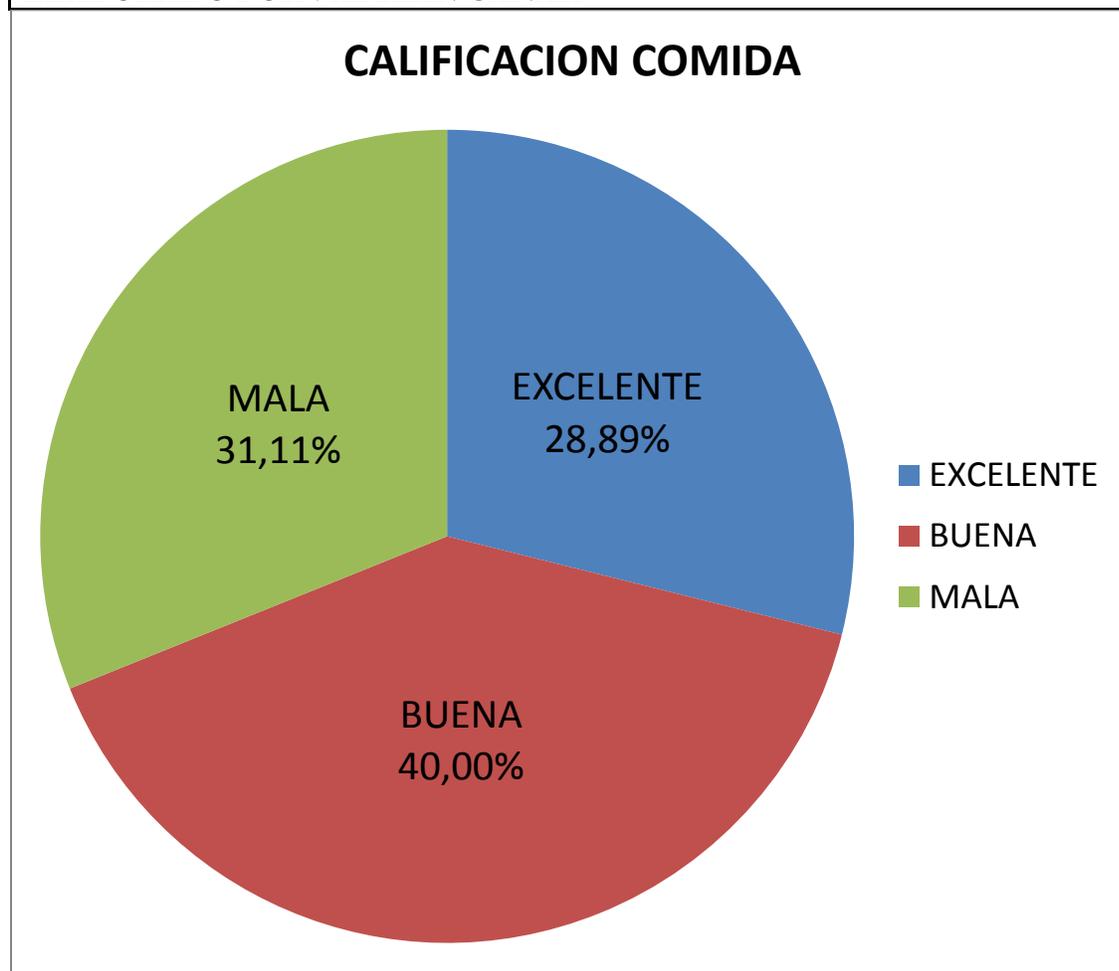
RESTAURANTE QUE MAS VISITA



DATOS INFORMATIVOS: QUE CALIFICACION LE DARIA A LA COMIDA

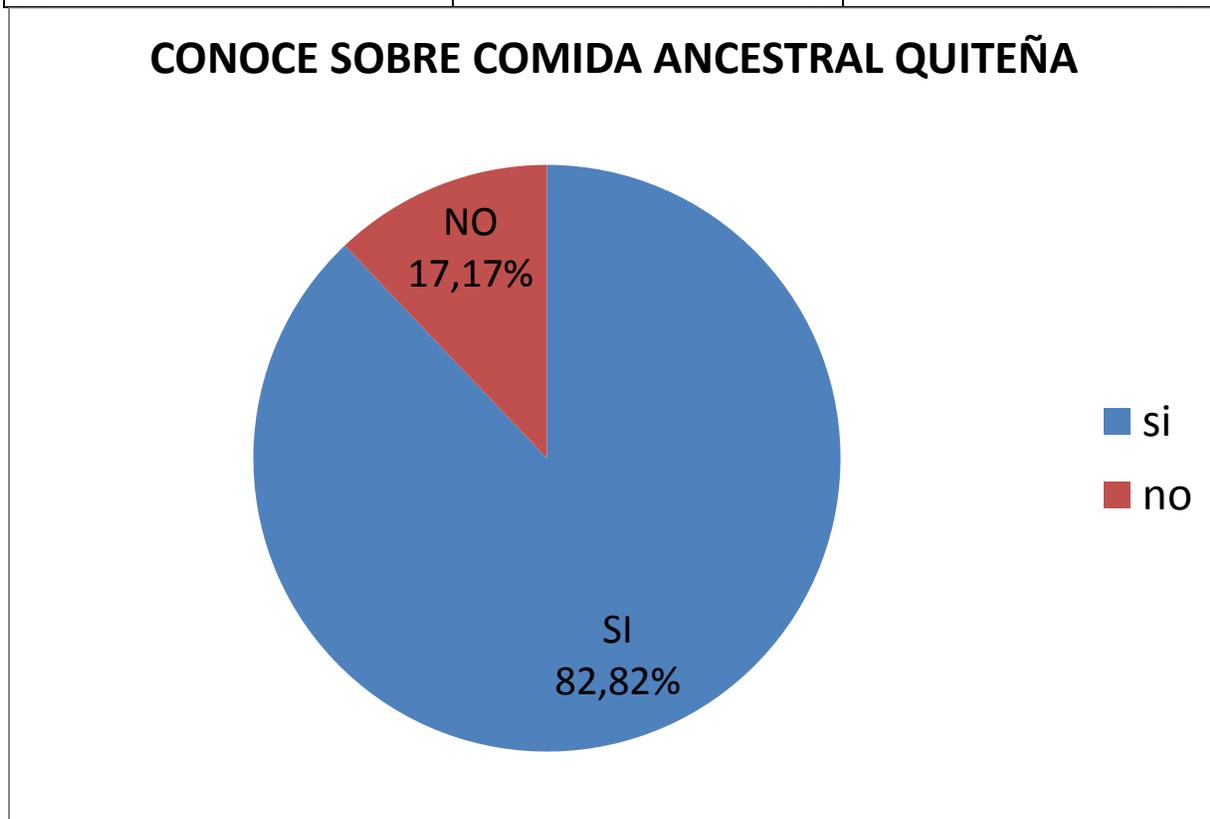
VARIABLES O INDICADORES	FRECUENCIA	%
EXCELENTE	28	28,28
BUENA	40	40,40
MALA	31	31,31
TOTAL	99	100

ELABORADO POR : ADRIAN CAÑAR



DATOS INFORMATIVOS: CONOCE SOBRE COMIDA ANCESTRAL QUITENA

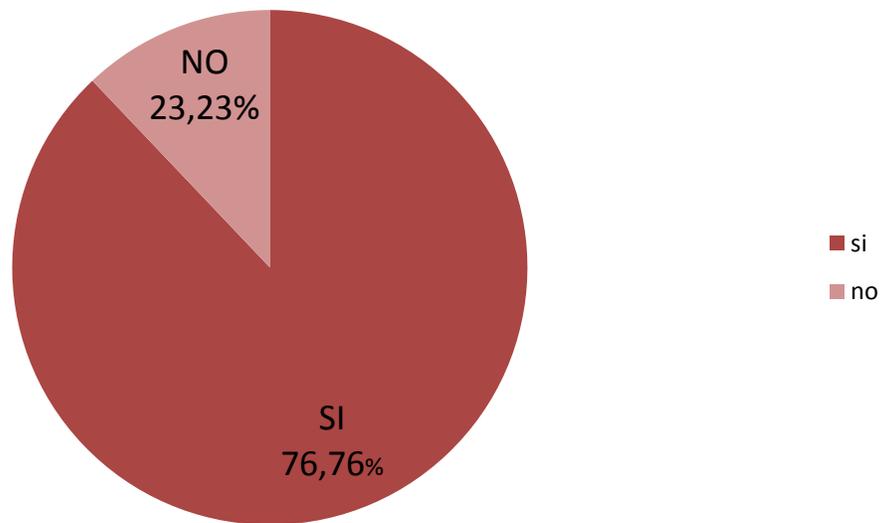
VARIABLES O INDICADORES	FRECUENCIA	%
si	82	82,82
no	17	17,17
total	99	100



DATOS INFORMATIVOS: PREFERIRIA COMIDA ANCESTRAL POR COMIDA RAPIDA

VARIABLE O INDICADORES	FRECUENCIA	%
Si	76	76,76
No	23	23,23
Total	99	100

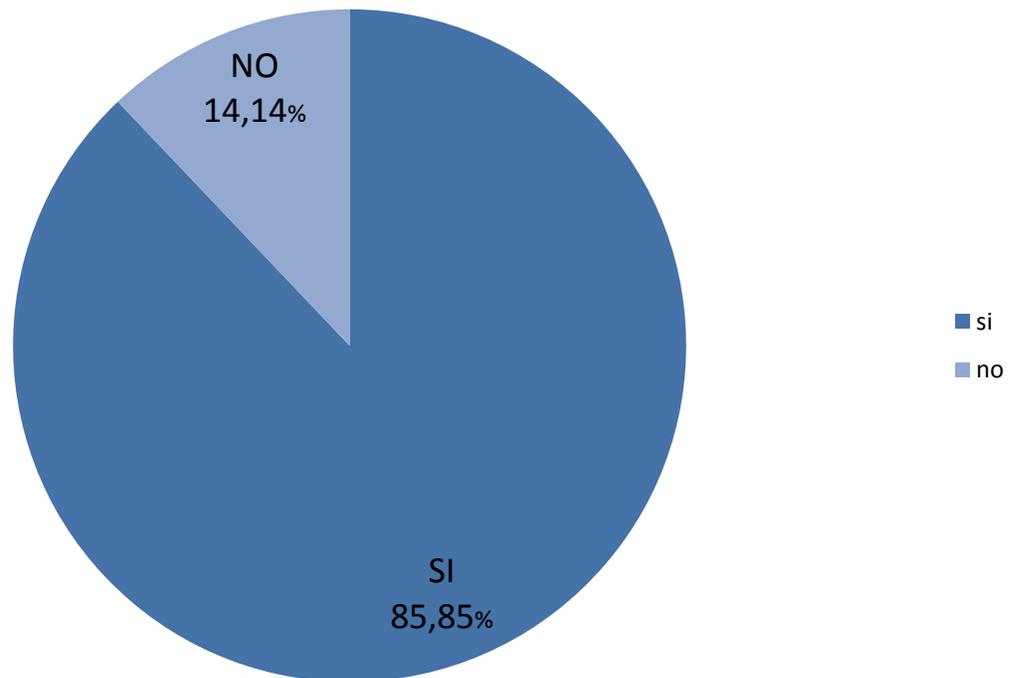
PREFERIRIA COMIDA ANCESTRAL POR COMIDA RAPIDA



DATOS INFORMATIVOS: CREE QUE LA COMIDA ANCESTRAL DE AFUERA A INTERFERIDO EN QUE SE PIERDA LA COMIDA ANCESTRAL

VARIABLES O INDICADORES	FRECUENCIA	%
si	85	85,85
no	14	14,14
total	99	100

CREE QUE LA COMIDA ANCESTRAL DE AFUERA A INTERFERIDO EN QUE SE PIERDA LA COMIDA ANCESTRAL



4.1.2 ENTREVISTA

<u>ENTREVISTA</u> NOMBRE: FERNANDO VEGA EDAD: 33 AÑOS OCUPACION: COCINERO TELEFONO: 099037487 CORREO ELECTRONICO: andersencatering@gmail.com	FOTOGRAFIA
1. CONOCE USTED SOBRE COCINA ANCESTRAL QUITIÑA? SI x NO	
2. QUE CONOCE SOBRE LA COCINA ANCESTRAL QUITIÑA? La cocina ancestral quiteña se basa desde la siembra, la cosecha, selección y prepracion de los diferentes tipos de productos que brindaba la tierra desde épocas pasadas	
3. CUANTOS RESTAURANTES DE COCINA ANCESTRAL QUITIÑA CONOCE? MENCIONELOS: Ninguno	
4. CONOCE RECETAS DE COCINA ANCESTRAL QUITIÑA? MENCIONELOS Locro, cremas, potajes, purés	
5. DIGAME QUE CONOCE SOBRE LA COCINA CONTEMPORANEA? La cocina contemporánea, nace a partir de las técnicas culinarias, donde los procesos dentro de la cocinan empiezan a variar para formar un plato terminado que tenga un buen color, olor, forma y sabores	
6. CONOCE LA DIFERENCIA ENTRE COCINA ANCESTRAL Y CONTEMPORANEA? Ancestral basada en la preparación con productos sin utilizar técnicas innovadoras Contemporánea implica diferentes técnicas par realzar sabores de la comida	
7. USTEDE CREE QUE SE VA PERDIENDO NUESTRA CULTURA CULINARIA? SI X NO	
8. CUAL CREE QUE ES EL MOTIVO POR EL CUAL QUE SE VA PERDIENDO NUESTRA CULTURA CULINARIA? Por las diferentes formas de ir preparando los alimentos, se va globalizando y el mercado exige fusionar los alimentos	
9. RECOMENDACIONES PARA AYUDAR A QUE NO SE VAYA PERDIENDO NUESTRAS HERENCIAS CULINARIAS? Es desde la casa no perder las recetas de las abuelas, investigar y preparar esos platos a nuestros familiares, solo asi podemos conservar las herencias culinarias	

<u>ENTREVISTA</u>	FOTOGRAFIA
NOMBRE: KEVIN CUICHA EDAD: 32 AÑOS OCUPACION: COCINERO TELEFONO: 0997529618 CORREO ELECTRONICO:	
1. CONOCE USTED SOBRE COCINA ANCESTRAL QUITEÑA? SI x NO	
2. QUE CONOCE SOBRE LA COCINA ANCESTRAL QUITEÑA? Yo soy quiteño y mi madre es una mujer que siempre a trabajado en la cocina, antes vendía tortillas con caucara por arriba por “LA LOMA” y le iba muy bien, de ahí aprendí mucho porque mi madre también preparaba en la casa le gustaba hacer mucho las “COLADAS” de haba, maíz, etc. Y unos de mis platos favoritos era el “HORNADO” hecho en leña claro, de ahí solo viendo e aprendido a hacer mucha cosas, como el hornado, la fritada, las coladas, etc.	
3. CUANTOS RESTAURANTES DE COCINA ANCESTRAL QUITEÑA CONOCE? MENCIONELOS: Ninguno	
4. CONOCE RECETAS DE COCINA ANCESTRAL QUITEÑA? MENCIONELOS *Locro *Tripa mishque *Yahuarlocro *Bille*Caldo de calavera	
5. DIGAME QUE CONOCE SOBRE LA COCINA CONTEMPORANEA? No lo se	
6. CONOCE LA DIFERENCIA ENTRE COCINA ANCESTRAL Y CONTEMPORANEA? No solo que lo ancestral es lo propio de nosotros, lo que hemos heredado por nuestroa antepasados, se utilizaban platos u ollas hechos a barro, y siempre se comia sopa, hecha de cualquier cosa que haya en la casa, el arroz no se consumía mucho, tal vez porque yo naci y vivia en Nono al noroccidente de Quito hasta los 20 años y alla no existía muchas cosas. Me acuerdo que mi mama Maria siempre ponía las carnes de res encima de la cocina de leña, para q se ahumara por unos 5 dias siquiera, era muy rico.	
7. USTEDE CREE QUE SE VA PERDIENDO NUESTRA CULTURA CULINARIA? SI X NO	
8. CUAL CREE QUE ES EL MOTIVO POR EL CUAL QUE SE VA PERDIENDO NUESTRA CULTURA CULINARIA? Por las diferentes formas de ir preparando los alimentos, se va globalizando y el mercado exige fusionar los alimentos	
9. RECOMENDACIONES PARA AYUDAR A QUE NO SE VAYA PERDIENDO NUESTRAS HERENCIAS CULINARIAS? Enseñando a nuestros hijos como era la comida de antes, a ue coman todo lo q se les enseñe.	

4.1.3 TRABAJO DE CAMPO



4.2. Análisis e interpretación de resultados

4.2.1 Encuesta

Luego de haber realizado las encuestas se ha llegado a la conclusión de en lo que corresponde a la edad se puede apreciar de que la mayoría de personas encuestadas tienen una edad que comprende a una edad de 20 a 29 años y esto corresponde al 18,18 %, de 10 a 19 años corresponde al 15,15%, de 30 a 39 años corresponde a 27,27%, y de 50 a 60 años corresponde al 19,19%.

Con estos resultados se apreció que la mayoría de encuestados serían de una edad madura y una mejor posibilidad económica, tal vez con mejores posibilidades de adquirir algún producto ofertado en el sector de San Carlos y así poder recibir una mejor opinión de acuerdo a lo que se preguntaría en las encuestas.

En el cuadro que se aprecia el sexo de los encuestados se puede determinar que un 51,51% corresponde al sexo masculino, y el 48,48% corresponde a personas de sexo femenino, gracias a esto podemos determinar que no existe diferente rango de encuestados de acuerdo al sexo, y de acuerdo a esto se apreciaría que existe igualdad de intereses y conocer que producto se prefiere y en general

En el gráfico de la ciudad de origen se puede apreciar que la mayoría de encuestados son de la ciudad de Quito, y así gracias a este cuadro se podría saber cuál es la preferencia en comida de acuerdo a la ciudad de origen

En el gráfico se puede apreciar que el 17,17% de encuestados frecuentan comer en San Carlos de 1 a 4 veces al mes, el 14,14% de encuestados frecuentan comer en San Carlos de 5 a 8 veces al mes, el 25,25% de encuestados frecuentan comer en San Carlos de 9 a 13 veces al mes, un 25,25% de encuestados frecuentan comer en San Carlos siempre, el 18,18% de encuestados nunca han comido en San Carlos, es importante conocer la aceptación de la comida en el sector porque así se conocería que aumentar en la oferta de sector.

En el gráfico del tipo de comida que se oferta se puede apreciar que solo un 13% de personas encuestadas encuentran comida quiteña, el 14,14% de personas encuestadas encuentran comida quiteña y el 72,72% de encuestados encuentran comida internacional, o con raíces extranjeras. Con estos resultados se da a notar que en el sector se encuentra más lugares donde se ofrece comida internacional y hay pocos lugares donde se encuentra comida ecuatoriana, y mucho menos quiteña.

En los lugares de mas visita se puede observar que uno de los mas acudidos por las personas es de comida quiteña (HORNADOS DE SAN CARLOS) con un 55,6%, un 8,89% prefieren comer en un chifa, y un 35,56% prefieren comer en cualquier lugar donde se oferta Pollos horneados, con estos se da a denotar que las personas todavía prefieren estos lugares donde se oferta comida quiteña, la calificación que las personas dieron a estos restaurantes en general fueron que la comida estuvo excelente en un 28,28%, buena 40,40% y mala en un 31,31%

Sobre conocimientos de cocina ancestral un 82,82% dijo que si conocía y un 17,17% que no conocían.

4.2.2 Entrevista

- Según la entrevista realizada al señor Kevin Cuichan, propietario de un kiosco donde oferta comida rápida, como brochetas, choclos, etc., en la esquina del parque ingles de San Carlos, se denota que el señor si tiene conocimientos sobre lo que se oferta en este sector, y nos comentos sobre las cosas que existen en la misma, se hablo del lugar donde se oferta comida quiteña (hornados de San Carlos) y q es un lugar donde se iba a pasar muy bien y sobre todo a comer muy rico

- Según el chef Fernando Vega la comida ancestral ya no se la toma muy en cuenta en el mercado interno porque la globalización se ha encargado de hacernos fijar como clientes en otras culturas gastronómicas, la mayoría de personas Quiteñas tenemos ciertos rasgos en lo comemos día a día o mejor dicho, nuestros padres se encargan de alimentarnos con platos preparados con productos autóctonos.

El chef Fernando Vega menciona que no ha visto o no conoce ningún restaurante donde se utilicen técnicas ancestrales para realizar platillos quiteños, y esto sería un inconveniente para que nuestras generaciones no conozcan este tipo de técnicas y se pierdan en el tiempo.

4.2.3 Trabajo de Campo

El trabajo de campo se lo realizo en el sector de San Carlos, para conocer qué tipo de comida se ofrece en el sector y cuál es su preferencia por parte de los comensales, se investigo también cuantos tipos de restaurantes de comida ancestral quiteña y ecuatoriana existen en el sector y así conocer cuál es la oferta en el lugar.

4.3 Conclusiones

***La presencia de otras culturas gastronómicas incide negativamente en la valorización de la comida ancestral del Barrio San Carlos de la ciudad de Quito.**

La gran problemática es la globalización y por ende la necesidad de ir fusionando platillos para la satisfacción del mercado.

***La presencia de otras culturas gastronómicas incide positivamente en la valorización de la comida ancestral del Barrio San Carlos de la ciudad de Quito.**

Nunca incidiría positivamente las intervenciones en nuestro mercado de nuevas culturas gastronómicas, ya que las personas prefieren experimentar nuevas cosas y dejan de lado a nuestra cultura culinaria

***La falta de tiempo en las personas debido a sus diferentes ocupaciones incide en el consumo de alimentos rápidos promoviendo la pérdida del consumo de comida ancestral.**

Todo el mundo necesita adquirir alimentos, y gracias a la vida tan ajetreada que poseemos es necesario adquirir platillos rápidos en su elaboración y servicio, y la mayoría de comida de estar características se la podría considerar “comida rápida”

4.4 Recomendaciones

***La gran problemática es la globalización y por ende la necesidad de ir fusionando platillos para la satisfacción del mercado.**

Simplemente darnos a conocer ya sea con ayudas gubernamentales o institucionales, para la promoción de nuestra comida, y el rescate de la misma.

***Nunca incidiría positivamente las intervenciones en nuestro mercado de nuevas culturas gastronómicas, ya que las personas prefieren experimentar nuevas cosas y dejan de lado a nuestra cultura culinaria.**

Las instituciones gastronómicas serian de gran apoyo para el realce de nuestra cultura gastronómica ya que poseemos los conocimientos necesarios para dar a conocer como fue nuestra cultura ancestral gastronómica.

***Todo el mundo necesita adquirir alimentos, y gracias a la vida tan ajetreada que poseemos es necesario adquirir platillos rápidos en su elaboración y servicio, y la mayoría de comida de estar características se la podría considerar “comida rápida”**

Crear establecimientos gastronómicos que se dediquen a la fabricación de comida rápida basada en productos típicos tradicionales.

QUINTA PARTE - PROPUESTA

5.1 Título de la propuesta

Desarrollo de un recetario de comida ancestral quiteña que prevalezca en el barrio de San Carlos

5.2 Justificación

Este recetario se lo realiza con el fin de dar a conocer técnicas culinarias heredadas por nuestros antepasados y rescatar la tradición gastronómica Quiteña, y así proponer una variedad de recetas Quiteñas, que sean agradables para el consumidor

Nuestras técnicas ancestrales en la preparación de los alimentos se han ido perdiendo, esto sucede gracias a la modernización de nuestra época. Gracias a este recetario se propone buscar recetas que hayan tenido alguna influencia extranjera ya en su preparación o en su presentación.

5.3 Contenido del recetario

<u>RECETA ESTANDAR</u>			FOTOGRAFIA
NOMBRE DEL PLATO: MOTE NUMERO DE PAX: 20 DIFICULTAD: bajo TIPO COCCION: hervido			
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Maíz blanco o amarillo	1000	Gramos	
Ceniza o cal	40	Gramos	
Agua	4000	ml	
Preparación: <ul style="list-style-type: none"> • Remojar el maíz por 12 horas con la cal o la ceniza, y 2000 ml agua • Retirar el agua y lavar bien con las manos • Poner a secar en una estera por unas 12 horas mas • Poner a hervir el resto del agua con el maíz ya seco • Cuando el agua este en ebullición bajar toda la llama • Cocinar de 8 a 10 horas hasta q este hasta que reviente el maíz • Se come frio, caliente con sal o sin ella 			

RECETA ESTANDAR

FOTOGRAFIA

**NOMBRE DEL PLATO: TRIPA
MISHQUI**
NUMERO DE PAX: 10
DIFICULTAD: bajo
TIPO COCCION: braseado



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
tripa de res (intestino delgado)	1200	Gr	lavado
menjurgue	120	Gramos	
hierva buena	15	gr	
vinagre blanco	100	ml	
jugo de limón	100	ml	
comino molido	20	gr	
Sal	30	gr	

Preparación:

- Empezamos lavando muy bien las tripas colocándoles directamente en el grifo de agua haciendo que esta ingrese y limpie lo mejor posible su interior y estrujándolas con la mano.
- En un bol colocamos vinagre, el limón, la hierba buena picada, sal y a esta preparación le introducimos la tripa para frotarlas fuertemente y dejarlas reposar en refrigeración por 30 min.
- Retiramos las tripas del bol y volvemos a pasar por agua hasta verificar que desaparezca el color amarillo y luzcan blanquecinas.
- Condimentamos las tripas con el menjurgue, la sal, el comino y el achiote y dejamos reposar por 2 horas las cortamos en trozos de 10 centímetros y las llevamos a la parrilla para asarlas al carbón hasta que se doren intensamente, retiramos y cortamos en pequeños pedazos y servimos acompañado de papas con salsa de maní y mote cocinado.

RECETA ESTANDAR

FOTOGRAFIA

NOMBRE DEL PLATO: LOCRO DE PAPAS Y QUESO

NUMERO DE PAX: 20

DIFICULTAD: bajo

TIPO COCCION: guiso



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Papa chola	1400	Gramos	La mitad en cubos de 1 cm, la otra mitad cubos de 3 cm.
Cebolla blanca	40	Gr	Brunoise
culantro	40	Gr	Brunoise
Fondo de pollo	2000	MI	
Queso fresco	400	gr	Desmenuzado
sal	30	gr	
achiote	50	gr	

Preparación:

- **Realizar un refrito con la cebolla, el culantro y el achiote**
- **Colocar los dados de papas pequeños a refreír hasta que estén cristalinos**
- **Cuando estén las papas cristalinas soltar el caldo frio en la olla**
- **Y después de 10 minutos colocar las otras papas y dejar cocinar por unos treinta minutos con movimientos constantes para que no se asiente.**
- **Al final colocar el queso desmenuzado**
- **Rectificar con sal y pimienta**
- **Se puede acompañar con aguacate**

<u>RECETA ESTANDAR</u>			FOTOGRAFIA
NOMBRE DEL PLATO: SOPA DE BOLAS DE MAIZ NUMERO DE PAX: 10 DIFICULTAD: bajo TIPO COCCION: guiso			
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Harina de maíz	300	Gramos	tostado
Manteca de cerdo	40	Gramos	
Costilla de cerdo	400	gramos	
Caldo de res	2000	ml.	
Queso blanco	100	Gramos	
papas	600	Gramos	troceadas
col	100	Gramos	troceado
cebolla blanca	50	gramos	brunoise
culantro	50	gramos	brunoise
achiote	50	ml	Pasta
Preparación: BOLAS DE MAIZ <ul style="list-style-type: none"> • Colocar la harina de maíz en un bol, colocar la manteca, 10 gr de sal y 4 cucharadas de caldo de res. • Amasar hasta lograr una masa uniforme • En otro bol pequeño colocar 25 gramos de cebolla y el queso desmenuzado • Realizar con la masa bolas de unos 30 gramos y colocar condumio de queso y cebolla • Apartar CALDO <ul style="list-style-type: none"> • Preparar un refrito de cebolla blanca achiote y culantro • Colocar el hueso y refreír unos cinco minutos • Colocar el caldo de res, dejar hervir unos 25 minutos y colocar las papas • Después de 10 minutos colocar la col y las bolas de maíz • La sopa estar lista cuando las bolas de maíz floten, rectificar con sal y pimienta. 			

RECETA ESTANDAR

FOTOGRAFIA

**NOMBRE DEL PLATO: MAZAMORRA
QUITENA**

NUMERO DE PAX: 10

DIFICULTAD: bajo

TIPO COCCION: guiso



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Lentejas	100	Gramos	Remojado 12 horas
Garbanzos	100	Gramos	Remojado 12 horas
Cebolla blanca	50	Gramos	
Achiote	50	Ml	
Agua	1500	ml	
Sal	30	gr	
Papas	300	Gr.	
Harina de maíz	100	Gr	
Hueso de res	300	Gr.	

Preparación:

- **Hacer un refrito de cebolla blanca y achiote, colocar el hueso de res troceado.**
- **Colocar el agua las lentejas y garbanzos previamente remojados un día antes**
- **Cocinarlos por 60 minutos**
- **Colocar las papas y la harina de maíz disuelta en agua fría**
- **Revolver para que no se asiente**
- **Después de 15 minutos retíralo**
- **Rectificarlo con sal y pimienta**

RECETA ESTANDAR

NOMBRE DEL PLATO: SOPA DE CHUCHUCA
NUMERO DE PAX: 10
DIFICULTAD: bajo
TIPO COCCION: guiso

FOTOGRAFIA



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
chuchuca	300	Gr.	Remojada un día antes
Papa chola	400	Gr	Troceada
agua	1500	MI	
Cebolla blanca	50	gr	Brunoise
culantro	50	Gr	Brunoise
Espinazo de cerdo	400	Gr	Troceado
achiote	50	Gr	
sal	30	gr	

Preparación:

- **Ponga al fuego una olla con agua suficiente al momento de hervir, coloque el espinazo y La chuchuca que dejo el día anterior en remojo.**
- **Haga un refrito en un satén con manteca, achiote, cebolla, culantro y perejil. Moviendo con una cuchara de palo pequeña, para que no se queme el refrito.**
- **Cuando la Cebolla este transparente adicione a la sopa, debe estar ya cocinada la chuchuca y la carne**
- **Añada las papas,**
- **Si desea hacer la chuchuca de queso, adicione dos tazas de leche y un cuarto de queso picado. Se sirve Caliente acompañada de tostado.**
- **Rectificar con sal y pimienta**

<u>RECETA ESTANDAR</u>			FOTOGRAFIA
NOMBRE DEL PLATO: TORTILLAS DE MAÍZ EN TIESTO NUMERO DE PAX: 20 DIFICULTAD: bajo TIPO COCCION: asado			
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Harina de maíz crudo	600	Gramos	
Manteca de cerdo	40	Gramos	
Huevos	2	Unidades	
Sal	20	Gramos	
Achiote	20	Gramos	Liquido
Queso tierno	150	Gramos	Rayado
Preparación: <ul style="list-style-type: none"> • Tamizar (cernir) las harina de maíz • Tostar la harina por 10 minutos en constante movimiento en el tiesto • Colocar en un bol mediano • En la harina colocar los huevos el achiote la sal y la manteca de cerdo. • Revolver constantemente hasta que se unan todos los ingrediente • Dejar enfriar • Cuando este frio realizar pequeñas bolas de 60 gr cada una y rellenarlos con queso • Dar la forma de tortilla • Precalentar el tiesto • Poner las tortillas en pocas unidades para que se cocinen por igual y retirarlos. • Servirlos calientes. 			

RECETA ESTANDAR			FOTOGRAFIA
NOMBRE DEL PLATO: HORNADO QUITEÑO NUMERO DE PAX: 25 DIFICULTAD: balto TIPO COCCION: hornear			
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Pierna de cerdo	600	Gramos	Aliñar por 3 días antes
Manteca de cerdo	40	Gramos	
Comino	40	Gramos	Pepa
Sal	50	Gramos	
Chicha o cerveza	1200	Gramos	
Pimienta negra	30	Gramos	
Achiote	40	Gramos	pepa
Preparación: <ul style="list-style-type: none"> • Preparar una mezcla en la licuadora con la sal, la mitad de la chicha o cerveza, el comino, el achiote, y la pimienta negra. • Aliñar la pierna de cerdo con este preparado y hacerlo unos tres días antes, y mover constantemente cada dos horas. • Al tercer día precalentar el horno a 380 grados Fahrenheit, e ingresar la pierna de cerdo en una lata, e incluir el resto de la chicha. • Mover cada 40 minutos la pierna de cerdo para que se cocine por igual • Después de 8 horas de cocción sacar la pierna y rociar con agua helada la piel para que se endure. 			

<u>RECETA ESTANDAR</u>			FOTOGRAFIA
NOMBRE DEL PLATO: CALDO DE PATAS NUMERO DE PAX: 10 DIFICULTAD: intermedio TIPO COCCION: guiso			
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Pata de res	1000	Gramos	Troceada
agua	4000	ml	
Mote	250	Gramos	cocinado
Cebolla blanca	2	Unidades	Brunoise
Orégano	30	Gramos	
Achiote	20	Gramos	Pasta
Mani	150	Gramos	Pasta
Preparación: <ul style="list-style-type: none"> • Poner en ebullición 4 litros de agua • Colocar la pata troceada en el agua hirviendo y bajar toda la intensidad del fuego • Dejar cocinar por unas 6 horas • Hacer un refrito de cebolla, achiote y orégano • Colocar el refrito en el caldo después de las 6 horas • Licuar el maní y agua y colocar en el agua • Poner el mote cocinado y dejar hervir 20 minuto mas • Retirarlo del fuego • Servirlo bien caliente 			

RECETA ESTANDAR

FOTOGRAFIA

**NOMBRE DEL PLATO: MACHICA
TRAPOSA**

NUMERO DE PAX: 10

DIFICULTAD: bajo

HERRAMIENTAS DE COCCION: asado



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Machica	500	Gramos	
Manteca de cerdo	50	Gramos	
Queso fresco	100	Gramos	Troceado
Sal	20	Gramos	

Preparación:

- **Tostar la machica en el tiesto por unos 5 minutos**
- **Añadir la manteca de cerdo y revolver constantemente**
- **Tostar por 6 minutos mas**
- **Al finas añadir el queso troceado**
- **Servir caliente**

RECETA ESTANDAR

FOTOGRAFIA

**NOMBRE DEL PLATO: COLADA
QUITENA**

NUMERO DE PAX: 6

DIFICULTAD: bajo

HERRAMIENTAS DE COCCION: hervido



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Manzanas verdes	7	Unidades	Manzanas pasposas
azúcar	125	Gramos	
canela	10	Unidades	
Pimienta de olor	10	Gramos	
maicena	50	Gramos	
leche	100	Gramos	
agua	1000	ml	

Preparación:

- retirar la piel y las semillas de la manzana
- licuar con 1000 ml de agua
- poner en una olla y dejar hervir a fuego lento, mover constantemente
- después de que hierba, añadir el azúcar, la canela y la leche mezclada con la maicena
- dejar hervir por 10 minutos mas
- servir caliente

RECETA ESTANDAR

FOTOGRAFIA

NOMBRE DEL PLATO: AJI DE QUESO
NUMERO DE PAX: 5
DIFICULTAD: bajo
HERRAMIENTA DE COCCION: hervido



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Queso fresco	300	Gramos	Troceado
asnayuyo	100	Gramos	Brunoise
Caldo de pollo	750	Unidades	
Cebolla blanca	50	Gramos	Brunoise
Papas	400	Gramos	Batalla fina
culantro	15	Gramos	Brunoise

Preparación:

- **Hacer un refrito con la cebolla, el culantro, la cebolla blanca y achiote**
- **Refreír las papas**
- **Agregar el caldo y el queso fresco**
- **Dejar hervir por 30 minutos**
- **Servir caliente**

RECETA ESTANDAR

NOMBRE DEL PLATO: COLADA MORADA
NUMERO DE PAX: 20
DIFICULTAD: alta
HERRAMIENTA DE COCCION: hervido

FOTOGRAFIA



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Piña	100	Gramos	
agua	3000	MI	
babaco	100	Gramos	
fresa	100	Unidades	
Mora	200	Gramos	
Mortiño	50	Gramos	
Atado de hiervas	50	Gramos	Rayado
Harina morada	100	Gramos	
azucar	250	Gramos	
Canela, clavo de olor	50	gramos	

Preparación:

- Realizar un almíbar con agua azúcar, babaco, piña, y fresa, dejar reposar
- Licuar la mora y el mortiño y cernir
- Dejar hervir el licuado de mora y mortiño con atado de hiervas, canela y el clavo de olor
- Poner el azúcar, la canela y el clavo de olor y dejar hervir por unos 45 minutos
- Si esta muy espeso agregar agua.

RECETA ESTANDAR

FOTOGRAFIA

NOMBRE DEL PLATO: COLADA DE CHUROS
NUMERO DE PAX: 20
DIFICULTAD: media
HERRAMIENTA DE COCCION: hervido



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Harina de haba	400	Gramos	
churos	200	Gramos	Remojarlos antes para que no mueran
Cebolla blanca	100	Gramos	Brunoise
Culantro	100	Gramos	Brunoise
Sal	50	Gramos	
Manteca de cerdo	50	gramos	

Preparación:

- **Realizar un refrito con la manteca de cerdo la cebolla y el culantro**
- **Refreír por unos 5 minutos**
- **La harina de haba disolver con unos 400 ml de agua fría para que no se forme grumos**
- **Colocar la harina disuelta en el refrito y dejar hervir**
- **Bajar la llama y dejar en ebullición por unos 45 minutos**
- **Si esta muy espeso colocar mas agua**
- **Servir hirviendo con un puñado de caracoles**

<u>RECETA ESTANDAR</u>			FOTOGRAFIA
NOMBRE DEL PLATO: QUESADILLAS QUITENAS NUMERO DE PAX: 10 DIFICULTAD: media HERRAMIENTA DE COCCION: horno			
INGREDIENTE S	CANTIDA D	UNIDA D	OBSERVACIONES
huevo	60	Gramos	
mantequilla	15	Gramos	
harina	125	Gramos	Tamizado
yemas	160	Gramos	
Sal	50	Gramos	
Queso fresco	50	gramos	Rallado
Azúcar impalpable	125	gramos	
maicena	15	gramos	
Preparación: <ul style="list-style-type: none"> • Prepare la masa batiendo el huevo, agregue la margarina derretida y luego vierta el agua con la sal poco a poco, amase hasta lograr una masa suave y homogénea, deje reposar. • Prepare el relleno batiendo las yemas con el azúcar hasta que se derrita, luego adicione la maicena y cuando la preparación esté muy esponjosa agregue el queso. • Extienda la masa lo más fino posible y corte en diez pedazos, coloque dos cucharadas aproximadamente en el centro y proceda a doblar los bordes, observando que el relleno quede al descubierto. • Introduzca las quesadillas en el horno precalentado a 175 grados y deje que se doren, luego saque del horno deje que se enfríen y sirva. 			

<u>RECETA ESTANDAR</u>			FOTOGRAFIA
NOMBRE DEL PLATO: HUMITAS QUITEÑAS NUMERO DE PAX: 30 DIFICULTAD: media HERRAMIENTA DE COCCION: vapor			
INGREDIENTE S	CANTIDA D	UNIDAD	OBSERVACIONES
Maíz tierno	1000	Gramos	Molido
mantequilla	70	Gramos	
Cebolla blanca	100	Gramos	
Polvo hornear	15	Gramos	
huevos	240	Gramos	
Harina maíz	250	gramos	
Queso tierno	500	gramos	Desmenuzado
Preparación: <ul style="list-style-type: none"> • Quitar las hojas al maíz, procurando que queden enteras. Hervir agua y colocar las hojas ahí por un minuto. Escurrir. • Moler la mitad del maíz desgranado y mezclar con la cebolla, reservar. • Licuar el resto de los granos, la mantequilla, el polvo de hornear, los huevos y la harina de maíz. • Mezclar hasta conseguir una masa homogénea. • Agregar a la preparación anterior, y añadir el queso. • Colocar sobre dos de las hojas de maíz, un poco de masa, doblar de manera que todo quede bien envuelto. • Amarrar con tiritas hechas de las mismas hojas de maíz. • Repetir esto con las hojas de maíz restantes. • Hervir agua en una olla grande y colocar las humitas a vapor, cubrir con el resto de las hojas de maíz. • Bajar la temperatura y cocer por 30 minutos 			

RECETA ESTANDAR

NOMBRE DEL PLATO: ROSERO QUITIÑO
NUMERO DE PAX: 30
DIFICULTAD: media
HERRAMIENTA DE COCCION: hervido

FOTOGRAFIA

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Mote	500	Gramos	Cocido y picado finamente
Piña grande y madura	400	Gramos	Cubitos
Babaco	300	Gramos	Cubitos
Azucar	500	Gramos	
Chamburos maduros	200	Gramos	pelados, sin semilla y finamente picados
Esencia de vainilla	30	gramos	
Fresas	1000	Gramos	Rodajas

Preparación:

- Una vez picada la piña, divida la pulpa en 3 porciones.
- Ponga 1 porción en una olla y agréguele 1 taza de azúcar y 1/2 taza de agua.
- Cocine hasta que la piña se ablande.
- Tome la otra porción de piña, lícuela y ciérnala.
- Reserve la mitad del babaco picado y licue la otra mitad.
- Cocine en 1/2 litro de agua los chamburos picados.
- Cuando estén blandos, agréguelos 1/2 libra de azúcar y deje cocinar por 20 minutos más.
- Pique el mote y coloque en un recipiente grande.
- Agregue las frutas cocidas, las pulpas de babaco y piña, y las porciones licuadas de fruta.
- Mezcle bien y añada una cantidad moderada de agua, la esencia de vainilla y azúcar al gusto.
- Por último agregue las frutillas cortadas en rodajas.
- Ponga la fuente en el refrigerador o añada hielo triturado a la preparación.

<u>RECETA ESTANDAR</u>			FOTOGRAFIA
NOMBRE DEL PLATO: FRITADA QUITEÑA NUMERO DE PAX: 5 DIFICULTAD: media TIPO DE COCCIÓN: freir			
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
carne de cerdo	1200	Gramos	
plátanos maduros,	3	unid	Cortados en la mitad
Papas medianas	8	unid	
Ajo en pepa	100	Gramos	Entero
mote	250	Gramos	Cocinado
ramas de cebolla	3	unid	
sal	50	gramos	
Preparación: <ul style="list-style-type: none"> • Poner en el fuego una paila con el agua, sal, cebollas y ajo. • Dejar hasta que hierva. • Separar las grasas de la carne y picarla en trozos medianos. • Agregar las grasas a la paila y cuando estén bien blandas agregar la carne, cocine a fuego lento hasta que estén cocidas. • Cuando solo falte que se dore la fritada, agregar a la paila las papas y los maduros para que se doren y cojan sabor. • Servir la carne con las papas, los maduros y el mote. 			

RECETA ESTANDAR

FOTOGRAFIA

NOMBRE DEL PLATO: SOPA DE QUINUA
NUMERO DE PAX: 10
DIFICULTAD: media
TIPO DE COCCION: hervido



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
quinua cocida	250	Gramos	
papas	400	gramos	Cortados en la mitad
carne de res o de chanco	230	Gramos	
cebolla blanca	25	Gramos	Brunoise
tomate pelado	60	Gramos	Cocinado
mantequilla	15	gramos	
arvejas	75	gramos	
sal	40	gramos	

Preparación:

- **Hacer un refrito con cebolla, tomate, mantequilla, sal, condimentos.**
- **Luego añadir dos litros de agua y colocar la carne, ésta se debe cocinar hasta que esté suave.**
- **Al cocido poner las papas, las arvejas y la quinua cocida.**
- **Dejar al fuego por 20 minutos.**
- **Servir caliente, adornado con perejil o pimienta roja finamente picados.**

RECETA ESTANDAR

FOTOGRAFIA

NOMBRE DEL PLATO: TIMBUSHCA
NUMERO DE PAX: 10
DIFICULTAD: media
TIPO DE COCCION: guiso



INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Papas grandes	500	Gramos	Cocinadas
pecho de res	200	gramos	Cortados en la mitad
col	100	Gramos	Picado
maní tostado y molido	150	Gramos	Licuada
ajo molido	10	Gramos	
tazas de leche	250	gramos	
sal	75	gramos	

Preparación:

- Realizar un caldo con el pecho de res, sazonar con sal, pimienta, ajo.
- Añadir el maní disuelto en las 2 tazas de leche, incluir la col
- Dejar hervir 1/2 hora.
- El momento de servir agregar las papas cocinadas.

<u>RECETA ESTANDAR</u>			FOTOGRAFIA
NOMBRE DEL PLATO: YAHUARLOCRO NUMERO DE PAX: 10 DIFICULTAD: media TIPO DE COCCION: guiso			
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	OBSERVACIONES
Panza de borrego con sus tripas	500	Gramos	
Litro de sangre	100	gramos	
Libras de papa chola	1100	Gramos	
Litros de leche	200	Gramos	
Tomate mediano	100	Gramos	
Ajo	50	gramos	Brunoise
Orégano	30	Gramos	
Manteca de color	50	gramos	
Tallos de cebolla blanca	50	Gramos	Brunoise
Cebolla paiteña	50	Gramos	Brunoise
Culantro	50	Gramos	Brunoise
Aguacate	1	unidad	
Preparación: <ul style="list-style-type: none"> • Cocer la panza y las tripas en abundante agua con una cebolla paiteña, dos ajos y una rama de cebolla blanca, hasta que esté muy blanda. Reservar el agua de la cocción. • Picar las tripas y la panza en cuadrados pequeños y reservalas. • Pelar y picar las papas. Picar la cebolla paiteña en finas rodajas, reservar la mitad y el resto picar muy fino. Además, picar el ajo y la cebolla blanca muy fino. • Hacer un refrito con la manteca de color y una parte de la cebolla blanca y una parte del ajo, agregar el orégano. Luego, añadir una parte de las papas, la panza y las tripas. • Incorporar el agua de cocción del borrego y dejar cocer hasta que las papas estén blandas. Luego, poner el resto de las papas y la leche, y si fuese necesario, más agua, pues debe quedar cremoso y suave. Al gusto, agregar sal, pimienta y culantro muy fino. • Con la cebolla paiteña fina, la cebolla blanca, el ajo, el orégano, sal y pimienta hacer un refrito para freír la sangre. Al final agregar el culantro. • Servir muy caliente y acompañar con un plato aparte con la sangre, el aguacate, la cebolla curtida y el tomate. 			

5.4 REFERENCIAS

Apéndice A

Actividad	Categoría	Total	Zona						
			Tumbaco	norte	centro	La delicia	Eloy Alfaro	Los chillos	quitumbe
Alimentos y bebidas	Primera	414	34	264	16	32	35	2	31
Alimentos y bebidas	Segunda	564	35	408	42	31	38	2	8
Alimentos y bebidas	Tercera	977	45	587	169	73	79	10	14
Alimentos y bebidas	Cuarta	494	15	235	164	32	40	3	5
Alimentos y bebidas	De lujo	9	1	7	-	1	-	-	-
Total		2458	130	1501	391	169	192	17	58

ELABORADO POR: Adrian Cañar

Apéndice B

ENCUESTA			
NOMBRE:	EDAD	OCUPACION	SEXO
1. SEXO Masculino Femenino			
2. PROCEDENCIA Quito Fuera de la ciudad Exterior			
3. FRECUENCIA DE CONSUMO AL MES 1 – 4 5 – 8 9 – 13 Siempre Nunca			
4. ¿Qué TIPO DE COMIDA ENCUENTRA EN EL SECTOR? Quiteña Costeña internacional			
5. QUE TIPO DE COMIDA PREFIERE Quiteña Costeña Internacional			
6. CUAL ES EL RESTAURANTE QUE MAS VISITA EN EL LUGAR? Hornado San Carlos Chifa ting fu pollos			
7. ¿QUE CALIFICACION LE DARIA A LA COMIDA DEL LUGAR? Excelente Buena Mala			

<p>8. CONOCE ACERCA DE COMIDA ANCESTRAL?</p> <p>SI NO</p>
<p>9. PREFERIRÍA COMIDA ANCESTRAL ANTES QUE COMIDA RÁPIDA?</p> <p>SI NO</p>
<p>10. CREE QUE LA COMIDA INTERNACIONAL A INTERFERIDO EN LA PROLIFERACION DE LA COMIDA ANCESTRAL?</p> <p>SI NO</p>

Apéndice C

ENTREVISTA	FOTOGRAFIA
<p>NOMBRE:</p> <p>EDAD:</p> <p>OCUPACION:</p> <p>TELEFONO:</p> <p>CORREO ELECTRONICO:</p>	
<p>1. CONOCE USTED SOBRE COCINA ANCESTRAL QUITEÑA?</p> <p>SI NO</p>	
<p>2. QUE CONOCE SOBRE LA COCINA ANCESTRAL QUITEÑA?</p>	
<p>3. CUANTOS RESTAURANTES DE COCINA ANCESTRAL QUITEÑA CONOCE? MENCIONELOS:</p>	
<p>4. CONOCE RECETAS DE COCINA ANCESTRAL QUITEÑA? MENCIONELOS</p>	
<p>5. DIGAME QUE CONOCE SOBRE LA COCINA CONTEMPORANEA?</p>	

6. CONOCE LA DIFERENCIA ENTRE COCINA ANCESTRAL Y CONTEMPORANEA?

7. USTEDE CREE QUE SE VA PERDIENDO NUESTRA CULTURA CULINARIA?

SI NO

8. CUAL CREE QUE ES EL MOTIVO POR EL CUAL QUE SE VA PERDIENDO NUESTRA CULTURA CULINARIA?

9. RECOMENDACIONES PARA AYUDAR A QUE NO SE VAYA PERDIENDO NUESTRAS HERENCIAS CULINARIAS?

ANEXOS

alarblog.blogspot. (2012). *COSTUMBRES DE QUITO*. QUITO: alarblog.blogspot. Obtenido de <http://alarblog.blogspot.com/2009/12/ecuador-costumbres-y-tradiciones-de.html>

diario de gastronomia. (1 de abril de 2011). Obtenido de [diario de gastronomia.com:](http://diariodegastronomia.com/blogs/cocina-e-historia/9582-el-primer-restaurante-de-comida-rapida.html)
<http://diariodegastronomia.com/blogs/cocina-e-historia/9582-el-primer-restaurante-de-comida-rapida.html>

Moreno, J. M. (2012). *cocina antigua, cocina de siempre*. madrid: grupo gastronomico gaditano. Obtenido de <http://grupogastronomicogaditano.com/Principal.htm>

recetas.org, m. (2012). *cocina contemporanea*. mis recetas.org. Obtenido de <http://www.mis-recetas.org/grupos/comentarios/19>

tuspreguntas.misrespuestas.com. (2012). *CULTURA ANCESTRAL*. Obtenido de <http://tuspreguntas.misrespuestas.com/preg.php?idPregunta=12392>

Vega, C. F. (2012). *cocina ancestral*. Quito: Adrian Cañar.

QUITO TURISMO

Dirección: Av. 6 de Diciembre N25-96 entre Av. Colón y Pasaje Batallas

Teléfonos: (593 2) 299-3300 al 30 ext. 1053

Fax: (593 2) 2993341

Email: gcevallos@quito-turismo.com