



**INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y  
HOTELERÍA**

**CARRERA: GASTRONOMÍA**

**TEMA:**

**“RESEÑA DE LA INFLUENCIA DE LA RELIGIÓN  
CATÓLICA EN LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DEL  
CENTRO HISTORICO DE QUITO”**

Trabajo de Investigación previo a la obtención del Título de  
Tecnólogo en Gastronomía

**Autor:** Santiago José Basantes Espinosa.

**Directora:** Lcda. Norelia Ortega

**Quito – Ecuador**

**2014**

## **DEDICATORIA**

Dedicado a mis padres que me dieron vida, educación y su apoyo incondicional.

A mis profesores y amigos, quienes brindaron su ayuda para culminar el presente trabajo.

A todos quienes me apoyaron hago esta dedicatoria, se los agradezco de todo corazón.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a mi madre y padre por el esfuerzo realizado en mi vida como estudiante, el apoyo que brindaron en mis estudios. A toda mi familia que me dieron fortalezas para seguir adelante con mi carrera, pese a las adversidades de la vida.

Agradezco especialmente a mi tutora Norelia Ortega, por su ayuda y paciencia en la realización del presente trabajo. A mi profesora Ingrid Arévalo por su colaboración y apoyo.

## **AUTORIA**

Yo, Santiago José Basantes Espinosa, autor del presente informe, me responsabilizo por los conceptos, opiniones y propuestas contenidos en el mismo.

Atentamente

Santiago José Basantes Espinosa

Quito, 24 de Octubre del 2014

**NORELIA ORTEGA**

**DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO**

**CERTIFICA**

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

**NORELIA ORTEGA**

Quito, 24 de Octubre del 2014

## ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE TRABAJO FIN DE CARRERA

Conste por el presente documento la cesión de los derechos en trabajo fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

PRIMERA: El ..... y por sus propios derechos en calidad de Director del trabajo fin de carrera; y el Sr./Srta..... por sus propios derechos, en calidad de autor del trabajo fin de carrera.

SEGUNDA:

UNO.-

El Sr./Srta..... realizó el trabajo fin de carrera titulado:.....  
.....,  
para optar por el título de..... en el Instituto Tecnológico Superior de Turismo y Hotelería ITHI, bajo la dirección de.....

DOS.- Es política del Instituto Tecnológico Superior de Turismo y Hotelería ITHI, que los trabajos fin de carrera se aplique, se materialicen y difundan en beneficio de la comunidad.

TERCERA:

Los comparecientes....., en calidad de director del trabajo fin de carrera y la Sr./Srta....., como autor del mismo, por medio del presente instrumento, tienen a bien ceder en forma gratuita sus derechos en el trabajo fin de Carrera titulado:.....  
....., y conceden autorización para que el ITHI pueda utilizar este trabajo en su beneficio y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

CUARTA: aceptación: las partes declaradas que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derecho.

(NOMBRE Y FIRMA DIRECTOR) (NOMBRE Y FIRMA ESTUDIANTE)

Quito, 24 de Octubre del 2014

# ÍNDICE

<b>PORTADA</b> .....	i
<b>DEDICATORIA</b> .....	ii
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	iii
<b>DECLARACIÓN DE AUTORÍA</b>	
<b>ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS</b>	
<b>ÍNDICE DE CONTENIDOS</b>	
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b>	
<b>RESUMEN</b> .....	14
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	15
<b>PRIMERA PARTE – PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b> .....	16
1.1 Identificación del problema .....	16
1.2 Formulación del problema.....	18
1.3 Objetivos.....	18
1.3.1 Objetivos Generales .....	18
1.3.2 Objetivos Específicos .....	18
1.4 Justificación .....	19
<b>SEGUNDA PARTE - MARCO TEÓRICO</b> .....	20
2.1 Fundamentación teórica.....	20
2.2 Estructura del marco teórico.....	22
2.3 Desarrollo de capítulos .....	22
<b>Capítulo 1 ÁMBITO ESPACIAL-QUITO</b> .....	22
1.1 Generalidades de la ciudad de Quito .....	22
1.2 Breve reseña histórica de la gastronomía prehispánica del actual Quito .....	24
1.2.1 Productos alimenticios precolombinos.....	24
1.2.2 Evolución de las preparaciones precolombinas. ....	37
1.2.3 Culturas prehispánicas del Ecuador y sus características gastronómicas. ...	43
1.3 Breve reseña histórica del Quito colonial.....	54
<b>Capítulo 2 INFLUENCIA DE LA RELIGIÓN CATÒLICA</b> .....	58
2.1 Evangelización y Conquista .....	58
2.2 El arte y su influencia en la gastronomía de la ciudad de Quito .....	63
2.3 Costumbres religiosas.....	65

<b>Capítulo 3 GASTRONOMÍA ENDÉMICA DE QUITO</b> .....	68
3.1 Productos .....	68
3.1.1 Productos endémicos de América .....	68
3.1.2 Otros productos .....	69
3.1.3 Platos típicos de Quito .....	69
3.2 Platillos con influencia de la Religión Católica.....	80
3.3 Recetas.....	91
<b>Capítulo 4 FUSIÓN GASTRONÓMICA</b> .....	98
4.1 Primeros cambios en la gastronomía de Quito. ....	99
4.2 Mestizaje Gastronómico – influencia de la Religión Católica .....	101
4.3 Fusión gastronómica actual .....	102
<b>TERCERA PARTE - METODOLOGÍA</b> .....	112
3.1 Tipo y diseño de Investigación.....	112
3.2 Universo y Muestra .....	112
3.3 Instrumentos Recolección de datos .....	113
3.4 Descripción del trabajo de campo .....	113
3.5 Procesamiento de la Información .....	114
<b>CUARTA PARTE - PRESENTACIÓN DE RESULTADOS</b> .....	115
4.1 Presentación gráfica de resultados.....	115
4.2 Análisis e interpretación de resultados .....	117
4.3 Conclusiones.....	123
4.4 Recomendaciones .....	124
<b>QUINTA PARTE - PROPUESTA</b> .....	125
5.1 Título de la propuesta .....	125
5.2 Justificación.....	125
5.3 Impacto .....	125
5.4 Objetivos.....	125
5.4.1 Objetivo General .....	125
5.4.2 Objetivos Específicos .....	126
5.5 Ubicación sectorial y física .....	126
5.6 Viabilidad .....	127
5.7 Plan de Ejecución .....	128
5.8 Recursos .....	129

5.8.1	Materiales .....	129
5.8.2	Económicos .....	129
5.8.3	Talento humano.....	130

<b>REFERENCIAS</b> .....	131
--------------------------	-----

## **ANEXOS 1**

### **APÉNDICE A**

### **APÉNDICE B**

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema .....	54
Tabla N° 2: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema.....	57
Tabla N° 3: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema .....	67
Tabla N° 4: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema.....	82
Tabla N° 5: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema.....	84
Tabla N° 6: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema.....	86
Tabla N° 7: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema.....	87
Tabla N° 8: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema.....	88
Tabla N° 9: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema.....	89
Tabla N° 10: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema.....	91

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 1: Planta de la quinua.....	25
Figura N° 2: Grano de la quinua.....	25
Figura N° 3: Grano de amaranto.....	26
Figura N° 4: Planta de amaranto.....	26
Figura N° 5: grano del chocho.....	28
Figura N° 6: Planta del chocho.....	28
Figura N° 7: Planta y cultivo de papa blanca .....	29
Figura N° 8: Cultivo de papa .....	29
Figura N° 9: Variedades de grano de maíz.....	31
Figura N° 10: Planta de choclo.....	31
Figura N° 11: Planta de fréjol.....	33
Figura N° 12: Grano del fréjol rojo .....	33
Figura N° 13: Cuy .....	34
Figura N° 14: Cuy asado con papas y maní.....	34
Figura N° 15: Criaderos de cuy .....	35
Figura N° 16: cultivo de zapallo.....	36
Figura N° 17: Zapallo.....	36
Figura N° 18: Mashua .....	37
Figura N° 19: Taxo.....	37
Figura N° 20: Mortero Valdivia .....	44
Figura N° 21: vasija Valdivia .....	44
Figura N° 22: Plato de la cultura Cotocollao.....	45
Figura N° 23: Cerámica cultura Chorrera.....	46
Figura N° 24: Vasija en forma de calabaza .....	46
Figura N° 25: Cerámica cultura Bahía .....	47
Figura N° 26: Gigante cultura Bahía .....	47
Figura N° 27: Figura cultura Tolita .....	48
Figura N° 28: Figura cultura Tolita .....	48
Figura N° 29: Cerámica cultura Jama Coaque .....	49
Figura N° 30: Cerámica cultura Jama Coaque .....	49
Figura N° 31: Cerámica cultura Puruhá .....	49
Figura N° 32: Cerámica cultua Puruhá.....	49
Figura N° 33: Cerámica cultura Cañarí .....	50
Figura N° 34: Cerámica cultura Cañarí .....	50
Figura N° 35: Cerámica Manteño Huancavilca.....	51
Figura N° 36: Cerámica Manteño Huancavilca.....	51
Figura N° 37: Figura Milagro Quevedo .....	51
Figura N° 38: Figura Milagro Quevedo .....	51
Figura N° 39: Cerámica Inca.....	52
Figura N° 40: Machu Picchu .....	52
Figura N° 41: Indígena Yumbo .....	58
Figura N° 42: Señora principal con su esclava.....	58

Figura N° 43: Representación de flagelación a Cristo.....	59
Figura N° 44: La virgen María y el niño Jesús.....	59
Figura N° 45: Señora principal sosteniendo frutos endémicos de Quito.....	60
Figura N° 46: Indígena Yumbo con traje de festividades.....	60
Figura N° 47: Chuchuca.....	70
Figura N° 48: Chuchuca.....	70
Figura N° 49: Tortillas de maíz.....	70
Figura N° 50: Tortillas de maíz.....	70
Figura N° 51: Locro de zapallo.....	71
Figura N° 52: Locro de zapallo.....	71
Figura N° 53: Pachamanca.....	71
Figura N° 54: Pachamanca.....	71
Figura N° 55: Mazamorra.....	71
Figura N° 56: Mazamorra.....	71
Figura N° 57: Chicha.....	72
Figura N° 58: Chicha.....	72
Figura N° 59: Humitas.....	72
Figura N° 60: Humitas.....	72
Figura N° 61: Granos que conforman la Fanesca.....	73
Figura N° 62: Fanesca.....	73
Figura N° 63: Higo crudo en cocción.....	73
Figura N° 64: Higos con queso.....	73
Figura N° 65: Tortillas con caucara.....	73
Figura N° 66: Tortillas con caucara.....	73
Figura N° 67: Quesadillas.....	74
Figura N° 68: Quesadillas.....	74
Figura N° 69: Helado de paila.....	74
Figura N° 70: Elaboración del helado de paila.....	74
Figura N° 71: Pristiños.....	74
Figura N° 72: Pristiños.....	74
Figura N° 73: Colaciones quiteñas.....	75
Figura N° 74: Colaciones quiteñas.....	75
Figura N° 75: Elaboración del maní confitado.....	75
Figura N° 76: Maní confitado.....	75
Figura N° 77: Rosero quiteño.....	76
Figura N° 78: Elaboración del Rosero quiteño.....	76
Figura N° 79: Churrasco.....	76
Figura N° 80: Churrasco.....	76
Figura N° 81: Menestra de lenteja.....	76
Figura N° 82: Menestra de lenteja.....	76
Figura N° 83: Morocho con empanada de viento.....	77
Figura N° 84: Grano de morocho.....	77
Figura N° 85: Hornado.....	77
Figura N° 86: Hornado.....	77
Figura N° 87: Fritada.....	77

Figura N° 88: Elaboración de la fritada.....	77
Figura N° 89: Colada morada.....	81
Figura N° 90: Colada morada y guagua de pan.....	81
Figura N° 91: Fanesca .....	83
Figura N° 92: Pristiños .....	86
Figura N° 93: Arroz con leche.....	87
Figura N° 94: Dulces quiteños.....	88
Figura N° 95: Sopa de lentejas .....	89
Figura N° 96: Pan de Semana Santa .....	90
Figura N° 97: Restaurante Cotopaxi.....	104
Figura N° 98: Los morochos de San Bartolo.....	105
Figura N° 99: Los Motes de la Inglaterra .....	105
Figura N° 100: Colaciones de la Cruz Verde .....	106
Figura N° 101: Los motes de San Juan.....	107
Figura N° 102: Oferta gastronómica tradicional .....	108
Figura N° 103: Quesadillas de San Juan .....	109
Figura N° 104: Restaurante Mote Colonial .....	109
Figura N° 105: Restaurante Patria.....	110
Figura N° 106: Restaurante La Choza.....	111

# **“RESEÑA DE LA INFLUENCIA DE LA RELIGIÓN CATÓLICA EN LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DEL CENTRO HISTORICO DE QUITO”**

**AUTOR:** Santiago José Basantes Espinosa

**DIRECTOR:** Norelia Ortega

**FECHA:** 24 de Octubre del 2014

## **RESUMEN**

El presente documento revela parte de la historia gastronómica y católica de Quito, ciudad emblemática de Latinoamérica, no solo tomando en cuenta la colonización española, también la etapa prehispánica de la ciudad, que sobresale por acontecimientos importantes para el desarrollo del actual Quito. Se pretende mostrar el misticismo católico que mantiene apego con la gastronomía, producto del coque cultural entre indígenas y españoles. Platillos y festividades indígenas que fueron modificados por la Iglesia Católica son evidencia del cambio en la cosmovisión religiosa y social, vigentes hasta la actualidad en costumbres y tradiciones de los capitalinos.

## INTRODUCCIÓN

La historia gastronómica de la ciudad de Quito está marcada por el mestizaje gastronómico e influencia que la Iglesia Católica tuvo en la ciudad. Revelar la importancia de los hechos acontecidos hace ya varios siglos, permite analizar el desarrollo de la gastronomía tradicional quiteña que sin duda guarda la historia de Quito.

La gastronomía quiteña está conformada por géneros alimenticios considerados como exóticos a vista de los extranjeros, tenemos así varios platillos como el caldo de ville, rosero quiteño, humitas, morocho, entre otros.

Además existen platillos como la colada morada, pristiños, fanesca, que si bien se consumen en el Ecuador tienen su origen en la ciudad de Quito, estos platillos guardan historia y tradición en su elaboración y diseño.

La religión católica influyó en la vida y costumbres de los quiteños, marcando también en la cultura gastronómica de la ciudad que guarda simbolismos religiosos en algunos platillos tradicionales.

Los diferentes alimentos que engloban la tradición quiteña pueden ser apreciados hasta la actualidad, dando a conocer el gran apego religioso de los habitantes de la ciudad.

## **I. EL PROBLEMA**

La falta de información acerca de los diferentes platillos tradicionales quiteños que pueden tener influencia de la religión católica es un problema limitante, ya que la influencia católica es un hecho relevante en la cultura de Quito y ha marcado la existencia misma del país. Este hecho influyó en grandes cambios sociales, políticos, económicos y culturales, incluso en el ámbito gastronómico, por ello se pretende aportar con el siguiente documento a la historia de la cultura gastronómica quiteña, dando énfasis a la influencia del catolicismo en la gastronomía tradicional de la actual ciudad de Quito.

### **1.1 Identificación del problema**

La Gastronomía tradicional quiteña es una fusión entre la cultura europea y americana que sin duda ha sido influenciada por la religión católica, que ha marcado significativamente las costumbres culturales y gastronómicas desde la colonia hasta la actualidad.

La fusión de culturas provocó la aparición de una nueva gastronomía reconocida como mestiza, ya que al estar conformada por la tradicional cocina mediterránea, los diferentes grupos indígenas que fueron sometidos no tenían acceso a diversos alimentos, por lo que el desarrollar nuevos platillos mediante los nuevos productos introducidos por los invasores así como productos nativos de América del Sur, fue fundamental para la supervivencia de los antepasados, dando como resultado un mestizaje gastronómico.

Tras la invasión española en Quito se empieza a desarrollar los diferentes manjares tradicionales que hasta la actualidad se puede degustar, los cuales han pasado por una transformación y evolución tras varios años.

La desvalorización de la gastronomía tradicional quiteña se revela por el limitado número de restaurantes que ofertan platillos tradicionales de Quito, que tras el pasar el tiempo ha perdido su popularidad, además la preferencia del comensal capitalino por la comida rápida o internacional, indican la pérdida cultural gastronómica por la comida tradicional de la ciudad.

La causa de este problema se centra principalmente en la carente promoción de la gastronomía tradicional en medios de comunicación y el municipio de la ciudad, que poco o nada han realizado por revalorizar la comida tradicional de Quito. Escuelas gastronómicas de la ciudad dejan de lado la importancia por impartir parte de la historia y cultura gastronómica de la capital.

Como consecuencia la gastronomía capitalina y del Ecuador no desarrolla su potencial al máximo, el interés por lo típico se pierde en las nuevas generaciones, buscan alternativas como la comida rápida, mostrando poco interés por revalorizar los platillos tradicionales de Quito.

Por ello se plantea como tema:

“Reseña de la influencia de la religión católica en la gastronomía tradicional del Centro Histórico de Quito”

## **1.2 Formulación del problema**

¿Incide en la desvalorización de la cultura gastronómica quiteña, la falta de información acerca de los platillos tradicionales que pueden tener influencia de la religión católica?

## **1.3 Objetivos**

### **1.3.1 Objetivos Generales**

Realizar una reseña detallada acerca de la influencia que tuvo la religión católica en la gastronomía tradicional quiteña, para brindar un documento que sirva de apoyo al área gastronómica del país, concientizando en su valor histórico y social.

### **1.3.2 Objetivos Específicos**

- Investigar el tema planteado en fuentes de información veraz, para alcanzar un desarrollo óptimo del estudio histórico a realizar.
- Identificar los principales platillos que pueden tener influencia de la religión católica, en la ciudad de Quito.
- Definir las características específicas que influyen la preparación y presentación de los platillos tradicionales.

#### **1.4 Justificación**

La influencia gastronómica de la religión católica en la ciudad de Quito, en la época colonial, marca la existencia de una cultura gastronómica arraigada en creencias y simbolismos; es por eso que el tema planteado tiene el objetivo de recuperar parte de esta historia que, tras el pasar de los años se le ha dado poca o nada de importancia. Es de gran relevancia no solo para los habitantes de la capital, sino para todo el Ecuador con el fin de ayudar a entender la importancia del estudio del origen del mestizaje gastronómico de la capital.

Rescatar la historia de Quito es fundamental para el desarrollo gastronómico del país, es por esta razón que el desarrollo del presente documento tiene relevancia tomando en cuenta que existe un número limitado de investigaciones que abarque la influencia de la Religión Católica en la gastronomía quiteña.

La importancia recae en la necesidad actual de rescatar y revalorizar platillos tradicionales que tienen influencia de la Religión Católica.

Con la elaboración de la presente reseña histórica además se pretende infundir un tema importante dentro del Instituto "ITHI" que sirva como documento base de posteriores investigaciones de temas similares.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Fundamentación teórica

La introducción cultural y gastronómica europea denotó una fusión entre ambos continentes que llevó a incluir costumbres religiosas en aquella época que se desarrollaron en la ciudad de Quito de diferentes maneras, ya que el catolicismo marco la vida de los habitantes en la época colonial.

La mezcla de culturas gastronómicas de Europa y América, se desarrolló a tal punto que formó un mestizaje gastronómico, impulsado principalmente por esclavos indígenas, que fusionaron técnicas culinarias que abarco un sin número de nuevos alimentos.

El desarrollo de nuevos platillos con influencia de la religión católica se desarrolló mediante la aplicación de productos de ambos continentes dando origen a manjares como la colada morada, fanesca, pristiños, etc.

Es necesario recalcar textos y autores que aportan información de importancia de la historia colonial de Quito, costumbres, tradiciones, leyendas y en la parte gastronómica resalta el libro "El Sabor de la memoria" del Autor Julio Pazos, aporte de amplio contenido referente a recetas y platillos, además de utensilios utilizados en la época colonial de la ciudad de Quito.

El sabor de la memoria: Historia de la cocina quiteña cuyo autor es Julio Pazos Barrera, la obra mantiene un análisis de los sabores y aromas de la gastronomía quiteña, así como la historia de la gastronomía de Quito desde la época prehispánica hasta la actualidad, haciendo énfasis en la tradición culinaria de la capital del Ecuador y la

influencia de la Religión Católica que marca diferentes platillos tradicionales, se complementa con gráficos y análisis de los ingredientes que han sido pilares en la cocina quiteña, así como su evolución con el pasar del tiempo. Este libro aporta básicamente con los cambios que ha tenido la gastronomía quiteña y con recetas que a lo largo del tiempo se han ido perdiendo, además se reflexiona sobre la importancia de mantener y rescatar la cultura gastronómica de Quito, convirtiendo a esta obra en fuente veraz de información para la elaboración del presente documento.

Historia del Reino de Quito, Juan de Velazco: El texto es la historia del Quito antiguo, se relata el desarrollo de la ciudad desde el primer asentamiento humano, la conquista española, el desarrollo social y económico del Reino de Quito. Además se relata el desarrollo de la Religión Católica y su importancia en la sociedad.

Historia del Ecuador, Vol. 5: Época colonial III. Enrique Ayala Mora: En esta colección de Historia del Ecuador, habla sobre la vida y tradiciones de los quiteños. En este texto se resalta la estructura arquitectónica de las cocinas, las formas de cocción, así como de utensilios que en aquella época servían para la preparación de los alimentos. Narra la historia de la época colonial desde la influencia de la cultura europea que permitió dar apertura a nuevas tradiciones arraigadas al catolicismo, el desarrollo de una estructura social y las causas que dio apertura a la creación de una nueva nación.

## **2.2 Estructura del marco teórico**

## **2.3 Desarrollo de capítulos**

# **Capítulo 1 ÁMBITO ESPACIAL-QUITO**

## **1.1 Generalidades de la ciudad de Quito**

La historia de la actual ciudad de Quito remonta desde los primeros pobladores en la época paleoindio, donde se encuentra los primeros restos y artefactos de humanos en las faldas del Ilaló.

En el periodo formativo asentamientos del hombre en Quito se encuentra en Cotocollao, donde se evidencia que los pobladores se alimentaban del chocho, maíz, zapallo, quinua, fréjol, entre otros. La cultura Cotocollao desapareció tras la erupción del volcán Pululahua.

En el Desarrollo Regional la ciudad fue habitada por la cultura Quito, se asentaron en las laderas del Pichincha. Tuvieron un alto desarrollo social, político y económico. Al llegar el imperio Inca termina el desarrollo de la civilización Quito, a la cual se debe el nombre de la actual ciudad de Quito.

Los Incas se establecieron en donde hoy es el centro histórico de Quito, el imperio estableció su propias costumbre e idioma, la cultura Quitus paso a ser parte de los Incas. La permanencia de los Incas duro poco tras la llegada de los españoles al nuevo mundo.

Tras el arribo de los españoles la ciudad pasaría una transformación completa, que abarco la cosmovisión del indígena, como parte del cambio está la Religión que marca significativamente hasta la actualidad.

San Francisco de Quito es la segunda ciudad más poblada y capital de la República del Ecuador, la ciudad consta de una población de 2'239.191 de habitantes según el censo realizado en el año 2010, su superficie es de 324 km cuadrados.

Quito fue declarado por la Unesco, el primer Patrimonio Cultural de la Humanidad el 8 de septiembre de 1978. Encontramos Iglesias coloniales, calles angostas, plazas, piletas y varios rincones consagrados a la tradición de una ciudad mestiza se ofrecen a cada paso. El centro histórico de Quito antiguamente fue la sede de la Real Audiencia de Quito.

Tiene alrededor de 130 edificaciones monumentales donde se aloja una gran diversidad de arte pictórico y escultórico, principalmente de carácter religioso inspirado en un multifacética gama de escuelas y estilos.

Las joyas arquitectónicas más importantes del Centro Histórico de Quito son sus templos y conventos construidos en la etapa de la Colonia. Entre las que se destacan: Iglesia y convento de San Francisco, Capilla de Cantuña, Iglesia de la Compañía de Jesús, convento e iglesia de Santo Domingo, La Catedral, Basílica de la Merced, claustro e iglesia de San Agustín, El Sagrario.

Es importante recalcar la gastronomía quiteña ya que conserva parte del legado ancestral y colonial, es rica en historia, tradición y sabor.

Existen platillos elaborados en la época colonial que hasta la actualidad se ofertan en el centro histórico de Quito, entre los cuales existen deliciosos postres como las colaciones o el rosero quiteño que se elaboraban desde la colonia española.

## **1.2 Breve reseña histórica de la gastronomía prehispánica del actual Quito**

### **1.2.1 Productos alimenticios precolombinos**

La agricultura fue parte fundamental para los pobladores prehispánicos de Ecuador, la cultura Valdivia desarrollo un calendario con la rotación del sol y la luna. Así demuestra el investigador Gustavo Guayasamín Crespo con el calendario Solar quiteño. El año en el calendario quiteño posee una relación con el actual, los períodos se dividen de la siguiente manera:

Mushuc Nina (Fuego Nuevo) corresponde a días de marzo y de abril.

Sisa Pacha (Tiempo de florecimiento) días de abril y mayo.

Muyu Pukuna Pacha (tiempo de madures del maíz) días de mayo y junio.

Kari Vilka Kuti (El sol que regresa) días de junio y julio.

Rupay Pacha (Tiempo del calor) julio y agosto.

Huayra Pacha. (Tiempo del Viento) Agosto y septiembre.

Quilla Warmi Pacha. (Tiempo de la luna y las mujeres) septiembre y octubre.

Tarpuy Pacha. (Tiempo de la siembra y ofrenda a la tierra) octubre y noviembre.

Aya Pacha (Tiempo de los muertos) noviembre y diciembre.

Warmy Vilka Kuti (Retorno del sol femenino) diciembre y enero.

Tamia Pacha (Tiempo de la lluvia). Enero y febrero.

Muchushka Pacha (Tiempo mocho) febrero y marzo.

Existen fechas específicas para la siembra y cosecha, tema que los pobladores prehispánicos lo manejaban a la perfección, lo que permitió mantener un orden en la producción de los alimentos, hay una gran variedad de cultivos en la América precolombina, que sería la base de la cocina quiteña sin ninguna influencia extranjera, los alimentos principales fueron: la quinua, el amaranto, el fréjol, el chocho, las papas y el maíz como productos de primera necesidad, pero además se consumían en fechas

especiales la carne de llama, la carne del cuy silvestre antecesor del cuy domesticado, peces de río, hongos comestibles, y gran variedad de frutas, vegetales.

## La quinua



**Figura N° 1:** Planta de la quinua  
**Fuente:** R.Joffre, 2009



**Figura N° 2:** Grano de la quinua  
**Fuente:** aybmasters, 2012

La quinua se cultiva desde hace unos 5000 años en zona Andina de Latinoamérica actualmente los Andes bolivianos, peruanos, ecuatorianos, chilenos y colombianos, la quinua es un alimento de los pueblos andinos preincaicos he incaicos.

Este alimento fue considerado sagrado por los Incas, su uso en la alimentación fue primordial para los habitantes de la época.

El uso de la quinua abarco además el campo medicinal por la mayor parte de los pueblos tradicionales andinos. Entre sus usos más frecuentes se pueden mencionar el tratamiento de abscesos, hemorragias, luxaciones y cosmética.

## Proceso de producción

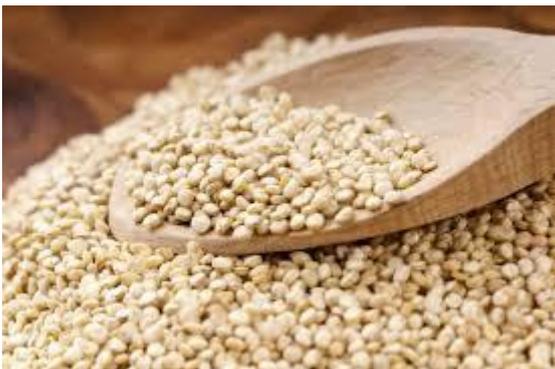
La siembra de la quinua se realiza en terrenos que se preparan con varios meses para garantizar la germinación del grano, esto se realiza entre Abril a Marzo.

Se siembra el grano desde septiembre hasta Octubre, a una profundidad de 2cm. Para la obtención del grano se utiliza ciertos pasos necesarios como el deshierbe del terreno, raleo y purificación.

Hay gran variedad del grano de la quinua, las variedades más usadas en la agricultura son Surumi, Chucapaca, Jacha grano y kurmi.

La recolección del grano se obtiene mediante el tamizado de la planta previamente seca y aplasta para separar el grano comestible con los residuos. Se cultiva en las provincias de Carchi, Cotopaxi, Bolívar, Pichincha e Imbabura en Ecuador.

### **El amaranto**



**Figura N° 3:** Grano de amaranto  
**Fuente:** winuk, 2012



**Figura N° 4:** Planta de amaranto  
**Fuente:** Stüber, 2004

Otro de los alimentos de la dieta alimenticia aborigen es el amaranto, que convertido en harina se lo consumía como colada o mazamorra.

El Amaranto es uno de los cultivos más antiguos de Mesoamérica: los Mayas, los Aztecas, los Incas, pueblos recolectores y cazadores, lo conocían. Los primeros datos de esta planta datan 10 mil años.

El amaranto fue importante en la alimentación diaria de las culturas indígenas, su producción se comparaba a la del maíz o frejol. La hoja de la planta del amaranto puede

ser consumida al igual que su grano ofrece varios beneficios nutricionales. La situación cambió cuando llegaron los españoles, prohibieron su cultivo y su consumo.

En muy poco tiempo el cultivo de amaranto, con alto valor agrícola y religioso, se hundió en el olvido. Su producción decayó vertiginosamente entre 1577 y 1890, y existen pocos registros de producción del grano después de esa fecha. Sin embargo, fue durante este período cuando llegó a África y Asia, y muchas de sus formas ornamentales fueron introducidas en los jardines Europeos. Este hecho, junto con la sustitución de los cultivos nativos por los del Viejo Mundo, llevó al amaranto a una situación lamentable. Solo continuaron con su cultivo pequeños agricultores para el consumo propio en las comunidades indígenas.

### **Proceso de producción**

El rango de adaptación para el amaranto va desde el nivel del mar hasta los 2.800 m de altitud, el grano crecen mejor cuando la temperatura promedio no es inferior a 15°C. Es un cultivo que requiere de humedad adecuada en el suelo durante la germinación de las semillas. La siembra se puede realizar en surcos, de aproximadamente 10 cm de profundidad y separados a 60 o 70 cm.

La planta del amaranto aumenta la capacidad de retención del agua y elementos nutritivos, aporta nitrógeno en grandes cantidades. La cosecha del grano se realiza secando la planta al sol, para continuar con la separación del alimento con los restos no comestibles.

En Ecuador aún hay poca producción del grano sin embargo hay zonas ideales donde se cultiva, tenemos: las provincias de Loja, Azuay, Tungurahua, Cotopaxi, Pichincha e Imbabura y en las zonas secas de la Costa

## El chocho



**Figura N° 5:** grano del chocho  
**Fuente:** Algro, 2013



**Figura N° 6:** Planta del chocho  
**Fuente:** bagricola, 2013

El Chocho es un cultivo ancestral, el cual fue domesticado durante la época prehispánica hace más de 1.500 años, en Ecuador, Perú y Bolivia.

En la época prehispánica el chocho era parte importante de la dieta, representaba el 5% de la dieta de los Incas. Asimismo proveía de gran cantidad de proteína a la población.

La importancia del chocho para las comunidades andinas prehispánicas quedó documentada en pinturas de cerámicas y en tributos encontrados en tumbas de 150 años A.C. Diversas técnicas de lavado y de mejoramiento vegetal fueron aplicadas desde la antigüedad para eliminar los alcaloides tóxicos que le aportan al sabor amargo a la planta y los granos.

### Proceso de producción

La siembra del chocho se realiza en los primeros meses del año y se cosecha entre agosto y septiembre, en suelos arenosos, bien drenados y fértiles. Además es necesario el calor del sol y una sombra ligera. Integra la familia de las Leguminosas, suele

agruparse de varios ejemplares. Su floración se produce en verano, con flores en forma de espiga, en colores que van desde el rosa, amarillo, blanco, azul hasta el morado.

Se puede plantar en macetas o en la tierra directamente, las semillas necesitan abundante agua con una lluvia fina. En el Ecuador el cultivo de chocho se localiza en la Sierra, en las provincias de Cotopaxi, Chimborazo, Pichincha, Bolívar, Tungurahua, Carchi e Imbabura.

## Papas



**Figura N° 7:** Planta y cultivo de papa blanca  
**Fuente:** masdehistoria, 2009



**Figura N° 8:** Cultivo de papa  
**Fuente:** diaadia, 2009

Aunque se desconoce la antigüedad de la papa, de acuerdo con las evidencias botánicas y culturales, la papa fue domesticada por los Collas, actualmente cultura Aymara que se desarrolló en Bolivia.

Los Incas tenían un notable dominio de este cultivo, que se presentaba en la base de su alimentación. Utilizaron terrazas a las cuales colocaron un cimiento de capas de roca y arcilla, en puntos que llegan a más de 2.500 metros de altura sobre el nivel del mar, desde el río, transportaron tierra fértil trepando estos terraplenes.

La agricultura era una actividad sagrada para los Incas, adoradores de la Pachamama o tierra madre y el Inti o Dios Sol, ellos creían que ambos hacían cuidaban y hacían crecer sus cultivos.

Los Incas hicieron experimentos botánicos en su época. Aprendieron a producir enormes cosechas de papa en pequeños lotes de tierra, con gran variedad de ellas; blancas, amarillas, moradas, rojas, etc. y de diversos tamaños.

Durante la conquista española en América del Sur, al principio la papa fue despreciada, pues no había costumbre de consumir raíces en la población del viejo mundo, además su consumo se limitó pues no se mencionaba al tubérculo en la Biblia. La papa había llegado a España hacia 1550 y desde allí se extendió por toda Europa durante el siglo XVI.

### **Proceso de producción**

La papa se cultiva de dos formas directamente con el tubérculo o en semillas, las condiciones de siembra depende de la variedad, en primer lugar se prepara el suelo, se planta las papas en temporadas frías para evitar plagas, el cuidado de la planta se hace mediante un riego de agua regular de una vez a la semana, la cosecha de la papa se realiza entre las 7 a 8 semanas después de la siembra. La profundidad en la tierra es entre los 5cm a 10cm,

En el Ecuador en el Norte se cultiva Superchola, Gabriela, Esperanza, Roja, Fripapa y María. En la Zona Centro: Gabriela, Esperanza, María, Frypapa y especies nativas: Uvilla y Leona Blanca. En la Zona Sur las variedades Bolona, Esperanza, Gabriela y Jubaleña. Las provincias donde se produce mayor volumen de papas son: Carchi, Pichincha, Tungurahua, Chimborazo y Cotopaxi.

## Maíz



**Figura N° 9:** Variedades de grano de maíz  
**Fuente:** ecoosfera, 2010



**Figura N° 10:** Planta de choclo  
**Fuente:** ecoosfera, 2010

Su origen es incierto, debido a su propagación por todo lo largo y ancho de América, el antropólogo norteamericano Richard Stockton MacNeish encontró restos arqueológicos de plantas del maíz doméstico que datan de más de 7000 años a.C. en la Mesa Central de México.

Pero además existen estudios que revelan que la planta del maíz tiene una antigüedad de 60,000 a 80,000 años de edad, la adaptación de este producto dependió mucho del clima y la cultura indígena.

El maíz ya domesticado en América, gozaba de una significativa presencia en las antiguas culturas de nuestro continente, entre ellas las más importantes: Inca, Maya y Azteca. Se sabe que estas tres culturas, con muchos rasgos de similitud, establecieron su economía y alimentación en base al maíz, siendo éste uno de los motivos principales por la que se le incluyó como elemento presente en la mayoría de sus ritos y festividades.

El maíz está presente en diversas cerámicas, mantos y grabados en los muros de diversas culturas, aún hoy podemos apreciar como diversas vestimentas de algunos bailes típicos del Ecuador son adornadas con granos de maíz.

En Europa el maíz fue llevado al viejo continente en el siglo XVII, se adaptó al clima de las regiones de España y de otros países, rápidamente se convirtió en un producto importante por su productividad, actualmente es el cereal con mayor volumen de producción anual en el mundo.

### **Proceso de producción**

El maíz se siembra en buenas condiciones de humedad, Se cultiva en primavera, una vez pasadas las heladas. El cultivo se coloca en distanciadas de 60 a 80cm, poniendo 3 a 4 semillas a 8cm de profundidad.

Para germinar el maíz requiere una temperatura del suelo de al menos 12 grados centígrados, el maíz no tolera las heladas. En lo que se refiere a necesidades de agua la frecuencia de los riegos dependerá del suelo. Entre las especies que se conocen están el morochillo, uva, guagual, blanco blandito, mizhca, chaucho, zhima y chulpi.

El grano se cultiva en las provincias de Loja, Azuay y Pichincha, y en menor cantidad en Bolívar, Chimborazo, Tungurahua e Imbabura en la región interandina. Este cultivo está presente en las provincias costaneras de Manabí, seguida por Esmeraldas y Guayas en la región litoral y en la provincia de Pastaza en la región amazónica.

La época de siembra de maíz es desde el 15 de diciembre hasta el 15 de enero. La temporada de cosecha más alta se da en ciclo de invierno entre Abril y Julio.

## El fréjol



**Figura N° 11:** Planta de fréjol  
**Fuente:** bagricola, 2013



**Figura N° 12:** Grano del fréjol rojo  
**Fuente:** bagricola, 2013

Es uno de los alimentos más antiguos del mundo, el grano se empezó a cultivar hace aproximadamente 7000 años AC en el sur de México, el cultivo se expandió hacia el sur ya que las culturas mesoamericanas comercializaban sus productos en territorio latinoamericano.

La propagación del frejol se desarrolló antes de la llegada de los españoles, los aborígenes de toda América consumían una gran variedad de vegetales y otras semillas, se alimentaban primordialmente del frejol y el maíz. De esta manera el grano se convirtió en parte fundamental de su dieta debido a su alto valor nutricional.

A principios del siglo XVII el fréjol fue llevado hacia Europa, África y Asia por comerciantes y exploradores.

### Proceso de producción

El grano se siembra en suelos fértiles, sueltos, permeables, con buen drenaje, la temperatura ideal del suelo está entre 13 y 26°C. El cultivo del fréjol y maíz se realiza junto generalmente con las mismas condiciones de siembra, este método permite aprovechar el suelo y mejorar la fertilidad.

Las provincias en donde se cultiva fréjol seco son Imbabura, Azuay, Carchi y Loja. Las provincias en donde se cultiva fréjol tierno son Chimborazo, Guayas, Pichincha, Imbabura, Carchi, Azuay y Loja. La siembra del grano se realiza entre Abril a Mayo al terminar la época de lluvia.

### **El cuy**



**Figura N° 13:** Cuy  
**Fuente:** wordpress, 2011



**Figura N° 14:** Cuy asado con papas y maní  
**Fuente:** wordpress, 2011

El cuy, roedor nativo de América del Sur, es una especie oriunda de los Andes y que ya era criado desde hace más de 500 años. También es conocido como cobayo, curi, conejillo de indias y en países de habla inglesa como “guinea pig”. Se cría fundamentalmente por el consumo de su carne.

Se sabe que en el antiguo Perú su consumo era importante pues aparecen en los descubrimientos de los entierros pre-incas e incas. El cuy fue criado domésticamente para consumo y los incas recibieron de las culturas anteriores la tecnología que sirvió para completar la dieta de la población del antiguo Perú.

## Proceso de producción

El cuy es un alimento de alto valor nutritivo originario de Ecuador, Perú, Bolivia y Colombia. En Ecuador la producción del cuy es baja, esto se debe a la falta de tecnología de crianza.

El proceso para obtener el alimento en su fase final consta de tres momentos importantes.

La primera fase es el Empadre, es la acción de unir un macho y una hembra para que se reproduzcan, la edad óptima es de 4 meses para el empadre, el sistema de reproducción es de un macho y 10 hembras.

La segunda fase es la Gestación, inicia cuando la hembra queda preñada y termina con el parto, dura aproximadamente 9 semanas.

Por último el Parto, cuando se presenta el parto, la cría debe pasar por la etapa de Lactancia. En la Recría los cuyes son llevados a espacios especiales durante 15 días con la finalidad de que el animal pueda adquirir un peso entre los 350 a 400 gramos. Para concluir el ciclo de producción del cuy se lleva al Engorde durante 45 a 60 días, y llegan a tener un peso aproximado de 1000 gramos.



**Figura N° 15:** Criaderos de cuy  
**Fuente:** El telégrafo 2010

## Zapallo



**Figura N° 16:** cultivo de zapallo  
**Fuente:** buenasalud, 2012



**Figura N° 17:** Zapallo  
**Fuente:** otramedicina.imujer, 2012

El zapallo es otro vegetal nativo de América, en varias especies y variedades. El que se cultivaba en el Ecuador alcanzaba frutos gigantes, que llegaban a pesar más de 100 libras. Los indígenas lo utilizaban para preparar harina, especialmente como alimento de los niños. Es una de las mejores fuentes de calcio, fósforo, hierro y vitamina A. Actualmente se lo emplea muy ocasionalmente como fruto seco y no como harina o en celebraciones especiales, como en viernes santo para hacer la fanesca.

### Proceso de producción

La siembra comienza a fines del invierno o comienzo de primavera, se aprovecha el suelo junto a al cultivo del maíz.

El zapallo crece con facilidad en cualquier suelo fértil y con abundancia de luz solar, en primer lugar se prepara el suelo con una profundidad de 25 cm, la semilla se planta generalmente en colinas, se requiere abundante agua para que pueda crecer la planta.

El zapallo se cultiva en las provincias de Azuay, Cañar, Guayas, Loja, Manabí, Morona Santiago, Pichincha, Tungurahua y Esmeraldas.

## Otros alimentos nativos

Además de los alimentos ya mencionados tenemos otros nativos de Quito que hasta la actualidad se encuentran en sectores urbanos y rurales de la ciudad, tenemos a continuación: taxo, aguacate, tocte, capulí, chirimoya, frutilla o fresa quítense similar a la europea pero triplica su tamaño, guaba, guayaba, guanábana, higos, limones, manzana de monte, moras, y la mashua como tubérculo.



**Figura N° 18:** Mashua  
**Fuente:** El comercio 2013



**Figura N° 19:** Taxo  
**Fuente:** lucyveron 2012

### 1.2.2 Evolución de las preparaciones precolombinas.

En los tiempos prehispánicos el alimento que consumían era muy variado entre los diferentes sectores de la sociedad. La gente del pueblo tomaba sólo dos comidas al día. El plato usual de los Andes era el chuño, o harina de papa deshidratada. Se le añadía agua, ají y sal, esto se ponía a hervir. También se preparaba el locro con carne seca o cocida, con mucho ají, papas y frijoles. Comían gran cantidad de frutos, como la tuna del cactus. El maíz era bastante consumido y se preparaba hervido o tostado. Además se aprovechó la carne de llama, de vicuña, de patos salvajes, ranas, caracoles, quinua, amaranto, maíz, coca y pescado.

La comida comenzaba con frutas. Luego venían los platillos fuertes. La cocina conventual es el punto fundamental donde nacen recetas con elementos prehispánicos, imposibles de eliminar o sustituir, dando como resultado preparaciones que nacieron para quedarse hasta la actualidad y las festividades que involucran dichos alimentos y sus recetas.

A través de los años, la gastronomía andina ha recibido fuertes golpes de modernidad, que desde sus inicios tras la conquista ha marcado ciertos tiempos con platillos y recetas que prevalecen hasta la fecha

La gastronomía prehispánica formada por el maíz, quinua, insectos, ají, granos, entre muchos más elementos, se vio afectada por la llegada de los españoles, dando un nuevo matiz y perfil de cocina elaborada a las preparaciones originales, fortaleciendo las técnicas de elaboración de los alimentos con nuevos procesos gastronómicos.

Cada lugar con sus elementos regionales afianzados por el clima y las técnicas de cultivo marca una gastronomía regional que prevalece a través de los años. Muchos de los procesos y métodos de elaboración de alimentos permanecieron intactos y hasta hoy en día, la gastronomía prehispánica mantiene en cierto nivel su originalidad.

Como consecuencia, la cultura gastronómica andina fue modificada de manera permanente, dejando aún rastros prehispánicos no olvidados que se usan comúnmente combinados con alimentos europeos.

“Alimentos que hoy se consideran propios de las regiones del país, pero en realidad son platillos modificados por los españoles. La introducción de alimentos netamente europeos marco la existencia de la cocina mestiza”. (Pasos, 2008, p. 235)

## **Preparaciones Modificadas**

### **Mazamorra morada**

La mazamorra elaborada sobre la base de maíz es de origen prehispánico. En la época colonial surgió un nuevo postre al mezclarse productos autóctonos, como el maíz morado y la harina de camote, con azúcar y con una variedad de frutas secas y en compota (guindones, guindas, orejones, abridores, manzana, y membrillo) traídos de España. El cambio de dicha preparación se refleja en nuevos postres y bebidas elaboradas en la actualidad como la colada morada, considerada como la sucesión de la mazamorra prehispánica, igualmente esta preparación se aplica técnicas culinarias modernas en la preparación de sorbetes.

### **Chicha**

La chicha es una bebida considerada como energizante en las culturas indígenas, en la época prehispánica se elaboraba esta bebida con motivos especiales de festividades en honor a sus dioses, actualmente la chicha se elabora de otros géneros alimenticios como el arroz, desarrollada por esclavos negros en la colonia española.

## **Preparaciones Descartadas**

### **Charquicán**

Preparado a base de pez anchoveta seca; en la actualidad ya no se elabora por la limitación de acceso a la anchoveta como se podía antiguamente.

### **Pato al lodo**

El consumo del pato silvestre en la época prehispánica fue muy importante en Sur América, centro América y norte América. La carne proporcionó en gran medida la estabilidad nutricional en la dieta diaria de habitantes precolombinos, la preparación del pato al lodo se realizaba mediante el desangrado del animal, con el barro que se obtenía de los páramos andinos se cubría el ave, su cocción se realizó con fuego avivado por la leña.

Cabe recalcar que la preparación del platillo se está rescatando, en México el desarrollo de recetas y formas de preparación toma popularidad. En Ecuador se prepara en Ambato en el local “Parador Delicias de la Pacha Mama”, Norma Ibarra, es la propietaria del negocio, con la ayuda de su marido quien tuvo la iniciativa de rescatar el platillo se oferta todos días el delicioso pato al lodo.

## **Preparaciones que Prevalcieron**

### **El Locro de zapallo**

Los habitantes de América en la etapa precolombina consumían el zapallo. Puede ser preparado de varias formas, las semillas eran tostadas, del fruto se prepara el locro que brinda varios beneficios nutricionales por la presencia de vitaminas, fibra, potasio, entre

otros. En la época de los hacendados se consumía esta comida todos los días, ellos se sentían sanos y fuertes.

Actualmente el locro es un platillo tradicional de Ecuador y Perú con variantes en cada región, que ha prevalecido tras el tiempo.

### **Pachamanca**

Su nombre deriva del kichwa 'Pacha', tierra y 'Manca', olla. Cocinar esta tradicional comida es una manera de rendir homenaje a la madre tierra. Es al mismo tiempo una forma de adoración a la naturaleza. Pachamanca un ritual andino que ha formado parte de la cultura ancestral de los últimos siglos. Se desarrolla principalmente en Perú y la parte Norte de Ecuador.

Se elabora mediante la creación de una cavidad en la tierra, se incorpora rocas precalentadas y hojas de choclo, se coloca los ingredientes, intercalando los ingredientes acorde al tiempo que cada alimento necesita para su cocción, al final se sella con hojas de plátano, tela gruesa y por último tierra.

Los alimentos que se prepara en la pachamanca son las humitas, tamales habas, papas, oca, y carne de res, cuy, cerdo, entre otros. Adicional se incorpora plantas de ají, salvia y paico para dar más sabor a la preparación.

### **Humitas**

Es una herencia gastronómica de los antepasados del continente americano que datan de la época precolombina. Las Humita se deriva de la lengua quechua Humint'a, variante regional del quichua que se habla en el vecino Perú, sur del Ecuador. La humita mantiene su popularidad en las mesas de los habitantes de Ecuador y de toda Latinoamérica.

## **Sopa de Chuchuca**

Esta preparación consta de hace varios siglos, su origen es precolombino, actualmente se elabora en ciertas partes de Ecuador, a pesar del tiempo ese platillo aún mantiene su popularidad entre los habitantes por su sabor y simplicidad al preparar dicho platillo. La chuchuca es el maíz a medio madurar conocido como cau esto quiere decir que paso de ser tierno pero no está maduro, se desgrana y se cocina hasta que esté suave y después se procede a secarlo al sol.

## **Otros alimentos**

La dieta de las culturas precolombinas, se basó en el consumo de granos como el chocho, el maíz, la quinua, el amaranto. En la actualidad se ha comprobado el valor nutricional de la quinua y el amaranto que supera a la carne de res, lo que ha permitido el resurgimiento de los granos, permitiendo la exportación a diferentes partes del mundo.

La yuca, este tubérculo fue base de la época prehispánica en toda América del Sur, en la actualidad se continúa cultivando y la preparación de varios platillos que tienen como base a la yuca tienen popularidad, un claro ejemplo es el pan de yuca, muchines de yuca, chips de yuca, entre otros.

El maíz, su consumo de vital importancia hasta el día de hoy en las comunidades indígenas, de igual manera su comercialización se ha impulsado a nivel mundial por el valor adquisitivo relativamente económico. El uso del maíz en la industria alimenticia abarca una gran variedad de productos procesados como son snacks y frituras.

La papa, su consumo en un principio se catalogó como tabú, atribuyendo en enfermedades mortales, incluso fue prohibido por la iglesia católica por no ser

mencionada en la biblia, en época de hambruna el tubérculo tuvo importancia en el continente europeo permitió acabar con el hambre de los habitantes, por lo que tomo importancia a nivel mundial. La papa en el presente es un alimento indispensable en gran parte del mundo, la preparación del tubérculo consta de un sin número de receta, la versatilidad del producto permite que mantenga su popularidad.

### **1.2.3 Culturas prehispánicas del Ecuador y sus características gastronómicas.**

Ecuador es cuna de asentamientos indígenas que progresaron rápidamente, gracias a la riqueza de la naturaleza. La historia ecuatoriana precolombina se divide en cuatro etapas importantes entre las cuales están: Paleoindio, Formativo, Desarrollo Regional e Integración.

En cada etapa histórica el desarrollo gastronómico evoluciono en cada región, las culturas más sobresalientes fueron:

#### **Paleoindio o pre cerámico**

##### **10.000 a.C. – 3.600a.C.**

La etapa paleoindio se desarrolló la caza de gallinas de monte y el venado, no existía la agricultura. La base de la alimentación de esta etapa fue la caza de animales y posteriormente su preparación y consumo, destaca igualmente la creación de zanjas donde se arrojaban los desechos. La Población se reunía en pequeños grupos que se trasladaban de un lugar a otro.

## Periodo Formativo

3.600 a.C. – 500 a.C.

El desarrollo de las primeras culturas indígenas está marcado en esta etapa, El sedentarismo permitió el desarrollo de la agricultura y el comercio entre regiones. Se maneja completamente el fuego, la invención de la cerámica a través de la manipulación del barro se fabrican utensilios para cocinar, hervir, guardar y transportar alimentos.

### Cultura Valdivia



**Figura N° 20:** Mortero Valdivia  
**Fuente:** Germanam94, 2010



**Figura N° 21:** vasija Valdivia  
**Fuente:** Germanam94, 2010

La Cultura Valdivia se caracteriza por la elaboración de cerámicas que mantiene complejidad y detalle. La gastronomía de la cultura se caracterizó por el consumo de peces, crustáceos y conchas. Fue una sociedad pesquera y sin agricultura.

## Cotocollao



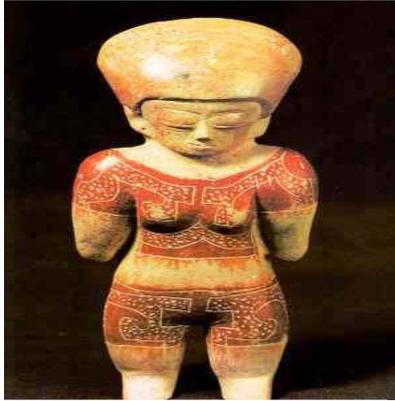
**Figura N° 22:** Plato de la cultura Cotocollao  
**Fuente:** pólit, 2012

La elaboración de la cerámica, permite la utilización de contenedores de comida, vasijas para el agua. En la agricultura se utilizó canastas de paja para transportar los alimentos, se refleja en cerámicas donde se representan a los canasteros cumpliendo su labor diario.

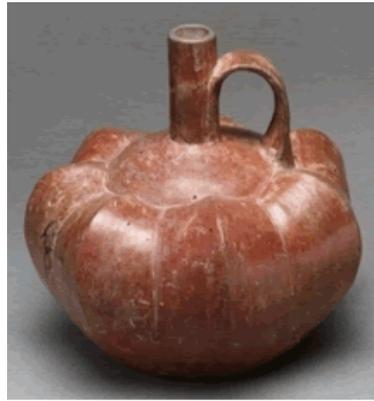
El comercio entre regiones también fue habitual, realizaban el intercambio de productos por sal de la Costa, de igual manera la preparación de condimentos con plantas y hojas para sazonar las preparaciones.

La casas era rectangulares, en su interior existía un espacio destinado para los fogones y huecos grandes de almacenamiento. Se desarrolló la agricultura sobre todo con el cultivo de maíz, poroto, quinua, papa, oca y chochos. Su dieta se complementó del consumo del venado, conejo, lobo, guanta, puma, cuy y tórtolas, Se destacó el trabajo con piedra para elaborar hachas, piedras de moler, metates y morteros que mantienen detalle en su acabado.

## Chorrera



**Figura N° 23:** Cerámica cultura Chorrera  
**Fuente:** eruditos.net, 2011



**Figura N° 24:** Vasija en forma de calabaza  
**Fuente:** eruditos.net, 2011

La pesca fue la principal fuente de alimentos para esta cultura, mediante pequeños navíos, por lo que su dieta se basó principalmente de animales acuáticos como el pez y los caracoles. Se consumía alimentos provenientes de la agricultura como la calabaza y fruta propias de la región. El comercio se realizó con la región oriental de Ecuador.

Con la cerámica se introdujeron representaciones de la naturaleza como el mono, búho, murciélago, llama, aves, pez, churo. Zarigüeya, calabaza y guanábana estas figuras producen el sonido característico de cada representación, es importante recalcar que esta figuras dan indicio de los alimentos que comúnmente se consumían.

## Desarrollo Regional

500 a.C. – 500 d.C.

Existió poder político y religioso. La calabaza y las frutas sobresalen, por considerarlas como principales proveedoras de la materia prima para su alimentación.

Se intensifica el comercio entre regiones del Ecuador, controlado por los caciques, sus parientes y shamanes. La metalurgia también se desarrolla en esta etapa, el dios sol de la cultura La Tolita es el ejemplo más sobresaliente.

### Cultura Bahía



**Figura N° 25:** Cerámica cultura Bahía  
**Fuente:** museos.gob.ec/, 2011



**Figura N° 26:** Gigante cultura Bahía  
**Fuente:** museos.gob.ec/, 2011

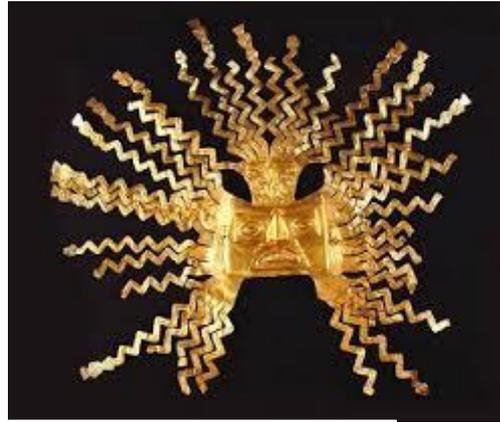
Se ubicaron principalmente en las orillas de las playas, con plataformas de tierra donde establecieron templos y viviendas, su santuario principal se estableció en la isla de la plata que permitió el abastecimiento de la concha espondylus. Su subsistencia se basó de la agricultura sobre todo del maíz, yuca, frejol.

El mar, manglares y ríos también proveían su alimentación mediante la pesca. Cazaban animales como la zarigüeya, venado, almohadillo, y la recolección complemento su dieta.

## Cultura Tolita



**Figura N° 27:** Figura cultura Tolita  
**Fuente:** enciclopediaecuador, 2011



**Figura N° 28:** Figura cultura Tolita  
**Fuente:** comercioexterior, 2012

Chorrera es la base de esta cultura, alcanza su apogeo hacia el 100 después de Cristo. La agricultura fue de vital importancia, mantenían un sistema de canales de drenaje para sus cultivos.

El centro ceremonial de la cultura se ubicó en la isla de la Tolita, compuestos por templos sobre montículos artificiales. En este centro ceremonial se realizó intercambio de bienes como la obsidiana para fabricar espejos, la coca, el ají, algodón, sal.

La mujer se dedicó al hogar, al fogón y al huerto, los hombres a la obtención de materia prima para elaborar ornamentas de metal y grandes objetos de arcilla.

## Cultura Jama – Coaque



**Figura N° 29:** Cerámica cultura Jama Coaque  
**Fuente:** elcomercio.com, 2013



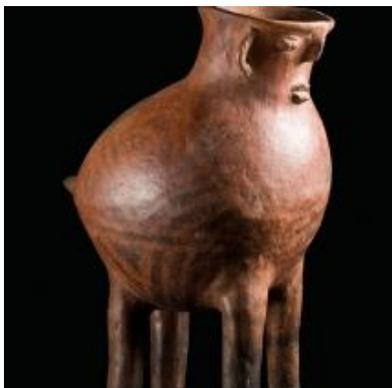
**Figura N° 30:** Cerámica cultura Jama Coaque  
**Fuente:** elcomercio.com, 2013

Esta cultura se caracteriza por el desarrollo de la alfarería, orfebrería, y agricultura. Esta cultura se caracteriza por sus figurillas con una marcada influencia asiática. La alimentación se basa de la agricultura, todos los productos era repartidos por igual a todos los habitantes.

## Integración

500 d. C. – 1532 d. C.

## Cultura Puruhá



**Figura N° 31:** Cerámica cultura Puruhá  
**Fuente:** xoomer.virgilio, 2005



**Figura N° 32:** Cerámica cultura Puruhá  
**Fuente:** xoomer.virgilio, 2005

Se establecieron en las provincias de Chimborazo y Tungurahua. Fabricaron jarros, platos y copas en cerámica; todos en forma de cabezas dramáticas y estilizadas que hacen alusión a temas relacionados con el poder y la fertilidad.

Su gastronomía se basó en el cultivo de hortalizas, fréjoles, papa y maíz, criaron cuy y llamas, cazaron venados y aves e intercambiaron productos como cabuya por sal y algodón.

### Los Cañarís



**Figura N° 33:** Cerámica cultura Cañarí  
**Fuente:** alabado, 2011



**Figura N° 34:** Cerámica cultura Cañarí  
**Fuente:** alabado, 2011

Los grupos Cañarí habitaron las actuales provincias de Azuay y Cañar, desarrollaron una agricultura muy productiva de legumbres, fréjoles y papas; actividad que complementaron con la caza de venados y la domesticación de llamas, cuyes y perros.

## Cultura Manteños – Huancavilcas



**Figura N° 35:** Cerámica Manteño Huancavilca  
**Fuente:** alabado, 2011



**Figura N° 36:** Cerámica Manteño Huancavilca  
**Fuente:** alabado, 2011

Se establecieron en la Costa ecuatoriana, desde la isla Puná hasta Bahía de Caráquez. Su principal modo de subsistencia fue el cultivo de yuca, maíz, maní, tomates, ají, piña, aguacate y zapallo, la caza de diferentes animales como el venado; y la cría doméstica de llamas y patos. De igual manera el mar, los esteros y el manglar les proveyeron de conchas, caracoles, crustáceos y peces.

## Cultura milagro Quevedo



**Figura N° 37:** Figura Milagro Quevedo  
**Fuente:** alabado, 2011



**Figura N° 38:** Figura Milagro Quevedo  
**Fuente:** alabado, 2011

Se asentaron a lo largo del río Guayas, hasta Santo Domingo de los Tsáchilas. Su ubicación permitió que esta cultura tenga rutas comerciales, construyeron diques naturales y campos elevados para el cultivo de maíz y yuca.

Elaboraron en cerámica platos, cuencos, compoteras y grandes vasijas, conocidas como “cocinas de brujo”, caracterizadas por incisiones, diseños de serpientes o ranas que reflejan la fauna local. Trabajaron con cobre, por lo que elaboraron agujas y anzuelos para la pesca. Evans, Meggers y Estrada (1965)

## **Etapa Inca**

### **Cultura inca**



**Figura N° 39:** Cerámica Inca  
**Fuente:** alabado, 2011



**Figura N° 40:** Machu Picchu  
**Fuente:** alabado, 2011

Los Incas extendieron su reino a través del actual territorio ecuatoriano, gracias a la construcción de centros estatales, como Tomebamba, y ceremoniales, como Ingapirca, desde donde controlaron y difundieron sus ideas políticas y religiosas. Bajo el mando incaico, se construyeron fortalezas de piedra y grandes centros poblados en los que se desarrollaban actividades cotidianas y comerciales.

La gastronomía de los Incas se basó en la agricultura y la ganadería. La construcción de grandes terrazas de cultivo y acequias en piedra contribuyó al desarrollo de una agricultura intensiva de productos como el maíz, la quinua y el fréjol.

Obtenían tanto la carne que complementaba su dieta como el material necesario para la elaboración de diversos textiles de las llamas, los guanacos, las vicuñas y las alpacas.

### **Utensilios utilizados en la época prehispánica**

Se manufacturaban armas de caza y otros utensilios en diversas piedras duras como el basalto, el pedernal, la cuarcita, la calcedonia y la riolita.

Los utensilios que servía para la preparación de los alimentos en la etapa prehispánica eran elaborados de piedra, cerámica e incluso de cobre y bronce.

En la parte gastronómica se desarrolló el mortero, comal, tecontamalli, el soplador o aventador que sirve para avivar el fuego, Cuchillo de obsidiana, platos de barro, espátulas, cazuela molera, morteros, metates, manos de moler, molinillo, botijas, botijuelas, ollas, copas, platos, cuencos, compoteras, vasos, cántaros, cucharas, cucharones y otros recipientes.

Los utensilios que se más caracterizaron en la época fueron:

**Cazuela molera:** el barro fue uno de los materiales de las vajillas prehispánicas y se conocía como cerámica de fuego, porque tenía una mezcla de arenas que permitía que se pudiera colocar directo al fuego sin romperse. Muchas de ellas tienen un acabado vidriado que las hace más durables.

**Metate:** por su dimensión es adecuado para moler alimentos de mayor tamaño o en mayores cantidades. Por la fricción y presión que se ejerce en las piedras tritura mucho mejor que otros utensilios actuales. El metlapil es el nombre de la piedra alargada con la

que se tritura. Los primeros antecedentes del metate datan de los años 6,000 o 7,000 a.C a decoración.

**Molinillo:** la palabra es de origen español, pero se desarrolló en la América prehispánica. Las estrías, formas y huecos que tiene este instrumento sirven para batir el chocolate y espumarlo de manera que según expertos no lo puede hacer un instrumento actual. Se elabora en maderas que no confieren ningún sabor, en el que se le da forma y que en ocasiones ayuda a darle el tono café a las maderas que sirven de decoración.

Tabla N° 1: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema

Aspectos gastronómicos relevantes				
PRODUCTOS	UTENSILIOS	PREPARACIONES	TÉCNICAS	MÉTODOS DE COCCIÓN
Cuy, llama, pavo, pato silvestre, conejo, papas, camote, tomates, pimiento, ají, maíz, amaranto, quinua, chocho, zapallo.	Platos de barro, metates, molinillo, cuencos, cántaros.	Totillas de maíz, arepas, mazamorra, chicha, jugo de fruta fermentada, locro de zapallo, humitas, sopa chuchuca, pachamanca.	A fogón A la brasa	Concentración, Expansión.

Nota: Aspectos gastronómicos relevantes. "Elaboración propia".

### 1.3 Breve reseña histórica del Quito colonial

La fundación española de Quito fue en 1534, y se estableció como Real Audiencia en 1563, el territorio se expandía al Norte, Puerto de Buenaventura, Buga, Cali, Popayán, Pasto, Champanchica, Guarchicona. Al Sur, Piura, Cajamarca, Chachapoyas, Moyabamba, Motilones. Al Este, pueblos de Canelos y Quijos, y demás pueblos de la Amazonía. Al Oeste el Océano Pacífico.

El sistema de producción colonial que mantuvo España en el territorio produjo desde el comienzo malestar en gran parte de la población conformada en su mayoría por indígenas, es por esto que hubo varias revueltas y levantamientos durante toda la administración española.

Las clases sociales en la colonia se dividían básicamente entre españoles y criollos en los puestos altos, mientras que en clase baja estaban indígenas, negros, zambos. La economía de Real Audiencia de Quito se basó principalmente de los textiles y la explotación minera.

La Religión Católica cumplió un importante papel durante la época de la colonia. Alrededor de la Iglesia se juntaba la población de las ciudades o villas coloniales, con lo que tuvo gran influencia social.

Las obras de la religión católica en la colonia española fue registrar estadísticas de nacimientos, bautismos, matrimonios, defunciones, un papel muy similar al actual registro civil, la iglesia mantuvo este papel durante varios décadas en Ecuador.

La fundación de asilos, hermandades para ayudar a los pobres, casas para albergar a niños huérfanos, hospitales y toda realización de asistencia social. Igualmente la enseñanza estuvo a cargo de la iglesia católica en escuelas primarias sobre todo, así como en bibliotecas y universidades.

El papel más trascendental de la Religión Católica en Quito y todo Latinoamérica fue el papel que cumplió como evangelizadora y misionera a cargo de las órdenes religiosas, como los Dominicos, Jesuitas, que se empeñaron en incorporar a los indígenas a la religión católica y además se difundió el idioma español.

El arte religioso en este periodo tuvo su mayor esplendor con la llamada "Escuela Quiteña". Se elaboraron obras de arte únicas, con simbolismos mestizos de creencias indígenas y católicas. La venta de obras de arte constituyó una base económica para la ciudad.

La idea de libertad se distribuyó rápidamente, tuvo como precursor a Eugenio Espejo que demostró su valor, arriesgando muchas veces su vida al publicar sus pensamientos e ideas libertarias al público quiteño.

Al llegar los conquistadores, sin trigo o cebada o cárnicos para alimentarse. Encontraron carnes de cacería o de animales tales como el cuy, la llama, pavos, patos, conejos y hasta perros chihuahua, sin ajo, ni cebolla, sin vino ni aceite y, a veces, hasta sin sal, en los primeros tiempos tuvieron que adaptarse a comer maíz y los platos que con este grano se preparaban como son las tortillas, tamales, arepas, mazamoras y similares; se encontraban también productos como cazabe, papas, camotes, tomates, pimientos, chiles, cuyo uso disimulaba en gran parte la falta de sal, también existía aguacates, frijoles, cacao, vainilla, cacahuets, anacardos y diversos tipos de frutas: ananás, papayas, fresas, guanábanas, mameyes, melones y lúcumas. En cuanto al aceite, no lo había por parte alguna y en lo que al vino respecta, se vieron en la necesidad de conformarse con la chicha fuerte, aguamiel y tal vez el jugo de alguna fruta fermentada.

Con la colonización española se comenzó a preparar dulces como las colaciones quiteñas, las mistelas, los buñuelos, pristiños, higos en almíbar y el helado de paila.

Entre los platillos que se elaboró en este periodo fue el hornado con la introducción del cerdo, este manjar tuvo una fusión con productos endémicos como son la papa, la chicha para el agrio, ají rocoto, mote, y tostado.

“Una herencia de los indígenas fue las humitas preparado con el maíz un producto vital en la dieta de los antepasados, las humitas se encuentran por toda sur américa con diferentes recetas pero la esencia indígena es la misma”. (Velasco, s.f, p.120).

Tabla N° 2: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema

Aspectos gastronómicos relevantes				
PRODUCTOS	UTENSILIOS	PREPARACIONES	TÉCNICAS	MÉTODOS DE COCCIÓN
Cuy, llama, pavo, pato, conejo, papas, camote, tomates, pimienta, ají, maíz, carne de res, pollo, cerdo, trigo.	Platos de barro, metates, molinillo, cuencos, cántaros, ollas, cucharas, tenedor, porcelana fina, utensilios de metal tratado.	Totillas, tamales, arepas, mazamorra, chicha, jugo de fruta fermentada, colaciones quiteñas, mistelas, buñuelos, pristiños, higos, helado de paila	Asar, cocer al vapor, hervir, freír, saltar.	Concentración Expansión Mixto.

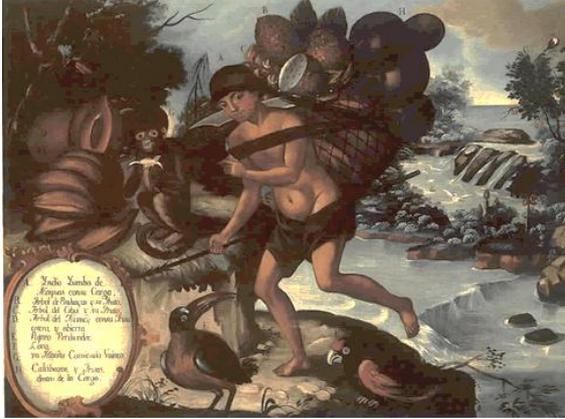
Nota: Aspectos gastronómicos relevantes. “Elaboración propia”.

### Contexto religioso de Quito

Desde la época de la conquista española hasta la actualidad la Iglesia católica ha estado presente. Su influencia no solo ha sido en lo espiritual, sino también en lo económico, social y político. Un protagonismo que hasta antes de la Revolución Liberal protagonizada el 5 de Junio de 1895, comandada por el general Eloy Alfaro, quien promulgó la Ley de Cultos, le permitió dirigir los centros educativos y se le concedía el derecho exclusivo de designar los textos apropiados para todo tipo de enseñanza. Desde entonces, poco a poco, ese control fue asumido por el Estado y la influencia de la Iglesia católica en la sociedad ecuatoriana se ha visto aminorada, por diversos factores: porque la población se ha vuelto más diversa, dejó de ser parte oficial del Gobierno (en 1900 se creó el Registro Civil y la Iglesia perdió el control poblacional que se lo registraba en las parroquias), porque las nuevas generaciones están menos apegadas a lo religioso y, entre otros, porque la sociedad ha identificado una separación que se refleja actualmente de la iglesia católica

## Capítulo 2 INFLUENCIA DE LA RELIGIÓN CATÓLICA

### 2.1 Evangelización y Conquista



**Figura N° 42:** Indígena Yumbo  
**Fuente:** pintoreslatinoamericanos, 2012



**Figura N° 41:** Señora principal con su esclava  
**Fuente:** Kalipedia, 2010

Al Fundar la ciudad de Quito, Sebastián de Benalcázar fue acompañado del sacerdote Mercedario Fray Hernando que tenía a su cargo evangelizar Ecuador y Colombia. Ecuador tuvo mayor apertura a la evangelización a diferencia de otros países de América. En Quito se crea las diócesis en 1546.

La Religión Católica fue muy importante en la conquista española, pues la evangelización se convirtió en una herramienta muy eficaz, la cultura indígena se vio amenazada por la invasión al punto de llegar a su quiebre.

Con la llegada de las diferentes congregaciones religiosas en la época colonial, Quito tuvo un proceso de evangelización, que además se realizó por todo el territorio que antes perteneció a los Incas.

Con la evangelización en la ciudad de Quito comenzó un proceso nuevo de educación, se abarco las ciencias y el arte que mantuvo un lazo muy fuerte con la religión católica. Empezó así la creación de Universidades y Colegios

El arte fue otra herramienta de los invasores, se desarrollaban hermosas pinturas en honor al catolicismo, se impulsó el desarrollo de los artistas de Quito que elaboraban pinturas únicas, unificando dos culturas la católica y la indígena plasmada en hermosos cuadros.



**Figura N° 43:** Representación de flagelación a Cristo  
**Fuente:** Kalipedia, 2010



**Figura N° 44:** La virgen María y el niño Jesús  
**Fuente:** Kalipedia, 2010

### **Escuela Quiteña.**

Es como se llama a la época más sobresaliente de los artistas quiteños durante la existencia de la Real Audiencia de Quito. La escuela quiteña tuvo su auge entre el siglo XVII y XVIII, Quito se convirtió en la ciudad más sobresaliente a lo referente en arte colonial, las pinturas quiteñas fueron admiradas por todo américa inclusive por la corona española.

El arte constituyo la principal fuente económica de la Real Audiencia de Quito, la fama de diferentes artistas fue tal que el rey Carlos 3 compara al artista quiteño Caspicara con el artista italiano Miguel Ángel.



**Figura N° 46:** Señora principal sosteniendo frutos endémicos de Quito  
**Fuente:** pintoreslatinoamericanos, 2012



**Figura N° 45:** Indígena Yumbo con traje de festividades  
**Fuente:** pintoreslatinoamericanos, 2012

La Primera congregación en dar apertura a la enseñanza del arte fue la de los Franciscanos con la creación de la Escuela de artes y oficios, dedicado a la capacitación de arquitectura, también de pintores y escultores.

En el Siglo XVI empezó las primeras expresiones artísticas en Quito, la obra más destacada de la época fue la Iglesia de San Francisco, la pintura no tomo popularidad en esta etapa, más bien la escultura gano protagonismo, destacan Jorge de la Cruz, Francisco Morocho en arquitectura, con la dirección de Fray Jodoco Rickie.

En el siglo XVII destacan varios artistas como Miguel de Santiago con su obra la inmaculada concepción, el infierno y el purgatorio de Hernán de la Cruz, los reyes de Judá y la virgen del pilar de Goríbar.

Durante este siglo las obras contenían esculturas de frutas como la chirimoya, piñas, aguacate, flores y hojas.

En el periodo del siglo XVIII la escuela quiteña había alcanzado gran popularidad en España y Europa, la influencia indígena se marcó en varias obras y esculturas, muestras del mestizaje continúan evidenciándose, en la parte gastronómica la influencia artística

se revela en la naciente gastronomía regional, el gusto por la perfección entre textura, color y sabor al igual que en el arte se presenta en la comida quiteña.

Varios artistas destacan entre los cuales están Manuel Chili conocido como Caspicara destaca en la escultura con su obra demuestra perfección, el reconocimiento nacional e internacional no se hizo esperar, también Bernardo de Legarda demuestra su talento en la escultura y Miguel de Santiago en la pintura

El siglo XIX fue la última etapa de la sobresaliente escuela quiteña, la creación de la República del Ecuador, artistas sobresalientes de la época tuvieron que dejar Quito para ir a varios países como Colombia, Chile y Venezuela. Destacan Manuel de Samaniego en pintura, José Cortés de Alcocer en pintura, José Miguel Vélez en escultura y Gaspar de Zangurima en escultura. En la arquitectura de la ciudad igualmente se plasma esta mezcla de culturas en la fachada de las iglesias, ángeles con rostros indígenas o soles incas en la entrada de las iglesias

### **Los Jesuitas en Quito**

Los Jesuitas fue una orden religiosa que llega a Ecuador en 1586, protagonizaron un desarrollo de proceso de construcción social, que abarcó la educación y la apertura de colegios, universidades así como la construcción de la iglesia de la Compañía de Jesús, donde se estableció la sede de la congregación.

Esta congregación da énfasis en la preparación de los alimentos, se demuestra en varios textos publicados por la congregación jesuita. Se relata como la congregación jesuita mantenía un orden logístico en la cocina del convento, además de tener recetarios que explican cómo preparar los alimentos, y el uso de productos por estación ya que poseían huertos que proveían su alimentación diaria.

También se puede enumerar los siguientes utensilios usados en cocina Olla, espumadera, cazuela, parrilla, perol, plato, vasija, cuchillo, mortero, horno, parrilla, cuchara, torteras, mesa, tapas, colador, tabla, palillos, porcelana, cedazo y caldero. El sistema usado en las cocinas de los jesuitas en otros países, también pudo ser aplicado en Ecuador, ya que su organización siempre caracterizó a la congregación jesuita. (Bartolomé, 1818, p. 27)

### **Conventos y congregación quiteños**

Las congregaciones de Quito resguardan recetas y preparaciones, elaborando recetas de antaño y actuales, como dulces, bocaditos, platillos y remedios de productos naturales como: cremas, lociones y ungüentos, gracias a comercialización de estos manjares y productos medicinales tiene un ingreso económico que utilizan para financiar obras a favor de grupos desfavorecidos.

Entre las congregaciones tenemos:

#### **Las madres de Carmen alto**

En el Carmen Alto se percibe un olor de otro tiempo, hay dos habitaciones donde se fabrica vino, a cada botella es etiquetada que sirven para las misas de varios templos quiteños, se distribuye para las iglesias ubicados en el centro de Quito.

Se cumple al pie de la letra la antigua receta que dejó un sacerdote español hace muchos años. En 25 barriles se guarda el vino elaborado con pasas importadas de Chile, aportan un delicioso sabor dulce. En la calle Benalcázar se oferta el vino y dulces quiteños.

#### **Convento de Santa Catalina**

El convento se encuentra en la Flores y Espejo en el centro de Quito, fue fundado durante la revolución de las Alcabalas, el 14 de marzo de 1593. En el año 1600 fue incorporado en la Orden Dominicana.

En 1613 se instaló en el lugar que hoy ocupa. Las madres preparan las recetas antiguas para curar enfermedades pulmonares, cardíacas que permiten generar ingresos para el convento, el jarabe que mayor popularidad tiene es el de ajo, de rábano y eucalipto para curar la toz, también se oferta la gelatina de pichón que abre el apetito de los niños.

También la gastronomía es importante, especialmente en la repostería, las religiosas preparan tortas, turrone y mermelada de guayaba. El producto que mayor demanda tiene es el vino de comunión, que se fabrica artesanalmente.

### **Convento de la Inmaculada Concepción**

Se fundó en 1577 el convento, ubicado en la Mejía y García Moreno, se oferta producto medicinales como la crema de leche de burra, para las manchas que deja el acné y las arrugas. Además se elabora jarabes, lociones y champús natural, la calidad y precio de los productos son económicos, lo que ha permitido que la demanda aumente.

El producto estrella es el agua de pítima para curar dolores, se elabora hace 35 años con flores y hierbas naturales que se cultivan en el jardín del convento. También se elaboran bocadillos y tortas bajo pedido.

## **2.2 El arte y su influencia en la gastronomía de la ciudad de Quito**

Con la conquista y la enseñanza por parte de la iglesia católica, se produce un proceso que más adelante se conocerá como la época colonial, en la cual el fomento de la cultura, de la ciencia, de los oficios y la marcada religiosidad en los habitantes de Quito, en esta época en la que el país vive en una cierta tranquilidad bajo autoridades absolutistas españolas, se refleja la adaptación de la sociedad a la tradición española, así como la mezcla y la adquisición de una identidad ecuatoriana al no someterse por completo a los hábitos traídos desde tierras lejanas.

La colonización española desarrolló una etapa importante en el arte quiteño, reconocido a nivel mundial como la "escuela quiteña", pintores y escultores sobresalen en esta importante etapa de la ciudad. En este notable periodo del arte quiteño se aprecia hermosos cuadros que demuestra la influencia de la Religión Católica.

La elaboración del arte religioso demuestra el mestizaje cultural provocado por la colonización, esto se ve reflejado en un estilo único en la decoración de las iglesias coloniales de Quito, se aprecia símbolos que pertenecen netamente a la pérdida religión indígena, como el Dios Sol, ángeles con cara de indígenas, frutas típicas de la región andina, entre otros símbolos

En la gastronomía de Quito la influencia del arte se refleja en un estilo mestizo compuesto por productos autóctonos de la región andina y alimentos traídos por la colonia española. El arte se manifiesta con la influencia católica, esto se refleja igualmente en la gastronomía quiteña con el cambio cultural latente en aquella época.

"La comida quiteña tiene un cambio significativo en su preparación, la influencia católica no se hizo esperar en la mesas de los habitantes de la ciudad, la iglesia cambio la identidad gastronómica de Quito". (Pasos, 2008, p. 87)

El arte quiteño fue el principal exponente cultural católico, el mestizaje se evidencia no solo en pinturas y esculturas, la gastronomía también está dotada de este fenómeno cultural. Varias preparaciones son evidencia de la influencia que tuvo la Religión Católica como: la fanesca, los pristiños y la colada morada. La gastronomía quiteña además contiene un repertorio de platillos, bebidas y postres que demuestra la influencia del arte, mediante la adaptación de colores y variación de formas de los productos traídos por los españoles que resalta el mestizaje cultural.

Texturas y colores se mezclan en una obra de arte de la "escuela quiteña" igualmente en la preparación de un platillo quiteño, que revela una gama de colores, texturas y sabores, muestra la historia del mestizaje y la injusticia con el indígena por parte de los españoles en el periodo colonial de Quito.

### **2.3 Costumbres religiosas**

Ecuador presenta una gran gama de expresiones folclóricas y populares que se reflejan claramente en sus fiestas tradicionales y días festivos a lo largo de todo el año. Las tradiciones Religiosas han pasado por proceso de cambio y evolución con cada generación, varias festividades religiosas continúan manifestándose en Quito y el Ecuador, reúnen un gran número de devotos cada año.

Los días festivos de Ecuador tienen una marcada influencia religiosa que revela simbolismos andinos y católicos en fusión. Podemos mencionar varias fechas festivas que tras el pasar del tiempo han evolucionado y continúan latentes en la ciudad de Quito, los cuales se menciona a continuación:

Semana Santa, festividad cristiana católica que rememora los hechos bíblicos del calvario de Cristo. La semana Santa inicia el domingo de Ramos y termina el Domingo de Resurrección. Su fecha es variable y depende del calendario lunar eclesiástico, puede iniciar tempranamente entre el 22 de marzo o en su fecha más tardía el 25 de abril.

La procesión del Jesús del Gran Poder se realiza el viernes santo, inicio en la década de los sesenta, actualmente es la mayor manifestación popular de los quiteños. La celebración reúne un sinnúmero de simbolismo católicos, los personajes que componen la procesión tiene significado importante.

Los cucuruchos: simbolizan al penitente, su vestimenta consta de una túnica morada y bonete alto que muestra su arrepentimiento y cambio.

Las verónicas: Su vestimenta es de color morada con velo negro, representan aquella mujer que limpio el rostro de Jesús en su calvario.

En todo el Ecuador se conmemora el día de los difuntos con ceremonias de colocación de flores en los cementerios. En los pueblos andinos y en algunas comunidades del país las familias enteras asisten al cementerio para honrar a sus muertos, para comer, beber y depositar ofrendas en memoria de sus parientes difuntos; las comidas típicas son las guaguas de pan y la colada morada.

Día de la Virgen de El Quinche, en Pichincha. Se realizan ceremonias religiosas, una feria comercial y la conocida peregrinación de los devotos desde distintos sectores de Quito hasta la parroquia del Quinche.

Los simbolismos religiosos y ancestrales indígenas se hacen presentes en las festividades de Quito, demuestran una expresión cultural única que hasta hoy en día está cargada de sincretismo con el mundo ancestral indígena y la naturaleza.

Empresa Pública Metropolitana Quito Turismo. (2014, Enero 14) La Ciudad. Quito Turismo. [En línea], Español. Disponible: <http://www.quito.com.ec/index.php> [2014, Marzo 14]

Además cabe recalcar que varias fiestas prehispánicas fueron cambiadas por festividades religiosas como:

Muchuc Nina (Día del fuego nuevo) presencia en época prehispánica, hace más de 4.000 años, los indígenas cocinaban granos tiernos con calabazas. Esto se modificó por la celebración de la Semana Santa, la fanesca fue el resultado del cambio de la cosmovisión religiosa prehispánica por la católica.

Inti Raymi (fiesta del sol), en el catolicismo el Corpus Christi. Se celebra en junio Capac Raymi (fiesta mayor del sol). Se cambió por la Navidad. Paucar Huatay (fin de año solar). Ahora se celebra el término de la cuaresma, es la fiesta del carnaval.

Koya Raymi (fiestas de la coya y la luna). Se cambió por la fiesta de las corazas. Inti watana (ceremonia del equinoccio solar). El 8 de septiembre para los cristianos, es la fiesta de la Virgen niña

Mendoza A. (2013, Octubre 13) El calendario de nuestros ancestros. El Telégrafo. [En línea], Español. Disponible: <http://www.telegrafo.com.ec/opinion/columnistas/item/el-calendario-de-nuestros-ancestros.html> [2014, Octubre 01]

Tabla N° 3: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema

Costumbres religiosas		
Festividad religiosas	Personajes	Platos tradicionales
<b>Semana Santa</b>	Los cucuruchos Las verónicas Cristo	Fanesca Pan de yemas
<b>Día de la Virgen de El Quinche</b>	Bandas folclóricas Reina virgen del Quinche	Cuy asado, caldo de gallina, arepas, churos con sal y limón.

Nota: Costumbres religiosas. "Elaboración propia".

## **Capítulo 3 GASTRONOMÍA ENDÉMICA DE QUITO**

### **3.1 Productos**

#### **3.1.1 Productos endémicos de América:**

Antes de la llegada de los españoles, América estaba conformada de indígenas que se dividían a lo largo y ancho del territorio, contaban con un sistema social y económico, además de incurrir en varias ramas de la ciencia.

#### **Verduras y Frutas**

EL tomate, hongos comestibles, ají, zapallo, calabazas, apio, palmito. Los diferentes productos endémicos de América estaban conformados por frutas como la Anona, caimito, chirimoya, ciruela, guanábana, guayabas, mamey, mora, nopales, papaya, piña, tuna, aguacate.

#### **Leguminosas y alimentos de origen animal**

Entre leguminosas tenemos el Fréjol y maní. El producto cárnico que resalta sobre todo en los Andes fue el cuy, su carne brinda todos los elementos nutricionales necesarios para el ser humano, y otros géneros proteínicos como Pavo de monte, pato, codornices, palomas, llama, jabalí, venado, peces de río y lagos y liebres.

#### **Cereales y tubérculos**

Amaranto, quinua, papa, oca, camotes, yuca, batata. En la gastronomía los grupos de indígenas contaban con un gran número de productos alimenticios proporcionados por la naturaleza, la preparación de los alimentos se conformó sobre todo del maíz, que actualmente se ha preservado varios platillos a base del maíz como la chicha, humitas, tortillas, entre otros.

### **3.1.2 Otros productos.**

Además hubo varios productos alimenticios que en actualidad han tomado mayor importancia como Alga espirulina, nopales, cacao, achiote, vainilla.

### **3.1.3 Platos típicos de Quito:**

Quito posee una gran variedad gastronómica que se ha desarrollado tras el pasar del tiempo. Los productos alimenticios que conforman deliciosos platillos son endémicos de América y Europa, esto ha permitido que la gastronomía quiteña posea una cultura rica en historia, misticismos y un sabor único.

Los platillos más populares de la ciudad de Quito se pueden encontrar en los diferentes mercados y restaurantes de la ciudad, tenemos como ejemplo el "Parque José Navarro en el sector el Relleno" donde se oferta una gran variedad de platos tradicionales de Quito y del Ecuador, como tortillas con caucara, morocho con empanada, choclo con queso, habas tiernas.

También se encuentran platillos que tiene trascendencia histórica y cultural como la fanesca. Los churrascos y menestras que se desarrollaron en la época republicana del Ecuador. El locro de papa su origen es pre-hispánico, se consumía por indígenas varios siglos antes de la llegada de los españoles en América.

Entre la oferta gastronomía típica de Quito se elabora el hornado en Sangolqui, la fritada en calderón, en centro de la ciudad la oferta gastronómica es variada se encuentra platillos tradicionales capitalinos como la quesadilla, higos con queso, las colaciones quiteñas, rosero quiteño, helados de paila, pristiños como postres capitalinos.

## Principales platillos y dulces tradicionales de Quito

### Etapa prehispánica

#### La chuchuca



**Figura N° 47:** Chuchuca  
**Fuente:** cocinanativa, 2011



**Figura N° 48:** Chuchuca  
**Fuente:** cocinanativa, 2011

#### Las tortillas de maíz cocidas en piedra



**Figura N° 49:** Tortillas de maíz  
**Fuente:** cocinanativa, 2011



**Figura N° 50:** Tortillas de maíz  
**Fuente:** cocinanativa, 2011

## Locro de zapallo



**Figura N° 51:** Locro de zapallo  
**Fuente:** cursoscocinaperuana, 2012



**Figura N° 52:** Locro de zapallo  
**Fuente:** cursoscocinaperuana, 2012

## Pachamanca



**Figura N° 53:** Pachamanca  
**Fuente:** cocinadeperu.blogpost, 2011



**Figura N° 54:** Pachamanca  
**Fuente:** cocinadeperu.blogpost, 2011

## Mazamorra



**Figura N° 55:** Mazamorra  
**Fuente:** taringa, 2012



**Figura N° 56:** Mazamorra  
**Fuente:** taringa, 2012

## Chicha



**Figura N° 57:** Chicha  
**Fuente:** wordpress, 2013



**Figura N° 58:** Chicha  
**Fuente:** wordpress, 2013

## Humitas



**Figura N° 59:** Humitas  
**Fuente:** laylita, 2009



**Figura N° 60:** Humitas  
**Fuente:** laylita, 2009

## Etapa colonial

### Fanesca



**Figura N° 61:** Granos que conforman la Fanesca  
**Fuente:** eluniverso.com, 2014



**Figura N° 62:** Fanesca  
**Fuente:** eluniverso.com, 2014

### Higos con queso



**Figura N° 64:** Higo crudo en cocción  
**Fuente:** viajeros.com, 2012



**Figura N° 63:** Higos con queso  
**Fuente:** viajeros.com, 2012

### Tortillas con caucara



**Figura N° 65:** Tortillas con caucara  
**Fuente:** fostatic.blogspot, 2011



**Figura N° 66:** Tortillas con caucara  
**Fuente:** fostatic.blogspot, 2011

## Quesadillas



**Figura N° 67:** Quesadillas  
**Fuente:** estaentodo, 2009



**Figura N° 68:** Quesadillas  
**Fuente:** estaentodo, 2009

## Helado de paila



**Figura N° 69:** Helado de paila  
**Fuente:** ibarraenterate, 2001)



**Figura N° 70:** Elaboración del helado de paila  
**Fuente:** ibarraenterate, 2001)

## Pristiños



**Figura N° 71:** Pristiños  
**Fuente:** blogspot, 2011



**Figura N° 72:** Pristiños  
**Fuente:** blogspot, 2011

## Colaciones quiteñas



**Figura N° 73:** Colaciones quiteñas  
**Fuente:** elcomercio.com, 2013



**Figura N° 74:** Colaciones quiteñas  
**Fuente:** elcomercio.com, 2013

## Maní confitado



**Figura N° 75:** Elaboración del maní confitado  
**Fuente:** fundacionamorypazibarra, 2012



**Figura N° 76:** Maní confitado  
**Fuente:** fundacionamorypazibarra, 2012

## Etapa republicana

### Rosero quiteño



**Figura N° 77:** Rosero quiteño  
**Fuente:** lahora.com, 2013



**Figura N° 78:** Elaboración del Rosero quiteño  
**Fuente:** lahora.com, 2013

### Churrasco



**Figura N° 79:** Churrasco  
**Fuente:** menestrasdelnegro, 2014



**Figura N° 80:** Churrasco  
**Fuente:** menestrasdelnegro, 2014

### Menestra



**Figura N° 81:** Menestra de lenteja  
**Fuente:** laylita, 2008



**Figura N° 82:** Menestra de lenteja  
**Fuente:** laylita, 2008

## Morocho de dulce con empanadas de viento



**Figura N° 83:** Morocho con empanada de viento  
**Fuente:** lacasadelahumita, 2014



**Figura N° 84:** Grano de morocho  
**Fuente:** lacasadelahumita, 2014

## Hornado



**Figura N° 85:** Hornado  
**Fuente:** turismo.gob, 2013



**Figura N° 86:** Hornado  
**Fuente:** turismo.gob, 2013

## Fritada



**Figura N° 87:** Fritada  
**Fuente:** eluniverso.com, 2012



**Figura N° 88:** Elaboración de la fritada  
**Fuente:** eluniverso.com, 2012

### **Algunos de los animales traídos de Europa a América:**

La llegada de los españoles en América trajo aspectos positivos como nuevos productos alimenticios, arte, construcción de iglesias. Además tenemos la parte negativa como nuevas enfermedades que disminuyó considerablemente el número de habitantes indígenas en América, esclavitud, explotación al indígena, injusticia social. En el aspecto gastronómico la implementación de animales domésticos, permitieron desarrollar nuevos platillos que actualmente se continúa preparando.

Ganado Vacuno proporcionan la carne, leche, procesos lácteos de todo tipo como quesos, crema mantequilla, requesón, etc. Gallinas (carne, huevos) y otras aves de corral. La adaptación del ganado no tuvo mayor problema en las regiones andinas y costeras del nuevo continente, su producción se intensificó con rapidez, abasteciendo la demanda de los colonizadores.

Caballos, mulas, burros para el transporte y carga. Ovejas por su lana, cabras, cerdos, por la carne y manteca.

Perros y gatos domésticos como mascotas. Las Gallinas aportó en la dieta del indígena y del español con la carne, huevos y otras aves de corral. Entre otros animales se introdujeron la rata negra, el ratón, el pato doméstico. La adaptación de los animales traídos por los españoles no tuvo mayores contratiempos, en la actualidad se puede observar que el consumo y cuidado de la especies introducidas al nuevo mundo perduran, y a la fecha se ha generalizado la producción a lo largo del Continente americano.

## **Productos que trajeron los españoles a América**

Algunos de los productos que trajeron los españoles a América fueron: Trigo necesario para la harina y la producción del pan, arroz, Cebada, Avena, Centeno. Olivos que brindan aceitunas y aceite de oliva, Alfalfa, Lentejas, Lechugas, Col, Rábanos, Espárrago, Zanahoria, Espinaca. La adaptación de nuevos cultivos en el nuevo mundo tuvo contratiempos, empezando desde la región mesoamericana, se intentó sembrar trigo sin tener mayor éxito por las condiciones climáticas necesarios para el cultivo, el arroz fue el grano que se tuvo mayor facilidad de siembra y cosecha en América, permitiendo el abastecimiento de las tropas españolas y los pobladores.

“También está la caña de azúcar. Cítricos como Limones, Naranjas, Limas, Toronjas. Frutas como las Manzanas, Vides para el consumo de su fruto y vino en ciertas regiones de América”. (Pasos, 2008, p.45)

## **Productos que en Europa eran de uso común aunque provenientes algunos de ellos de origen asiático o africano y que llegaron con la conquista:**

Otros productos como el arroz se introdujo en América, su consumo se expandió con rapidez por la facilidad de la adaptación en la parte costera de América. También se importó el azafrán, albahaca, café, canela, anís, almendras, nueces, ajo, cebolla, cilantro, romero, orégano, clavo de olor, jengibre, pimientas y mostaza que fueron parte de nuevos platillos tradicionales en toda América (Pasos, 2008, p.59).

### **3.2 Platillos con influencia de la Religión Católica**

La influencia de la Religión Católica se evidencia en la gastronomía quiteña, desde la colonización española el catolicismo fue muy importante en la sociedad empezando con los colonos, criollos, indígenas y esclavos.

Nuevos productos alimenticios se transportaron a toda América del Sur, esto permitió el desarrollo de nuevos platillos, que un mestizaje gastronómico con la fusión de culturas y la influencia católica en la gastronomía que se evidencia en varios platillos mencionados a continuación:

#### **Colada morada y las guaguas de pan**

Cada 2 de Noviembre Ecuador celebra una fecha especial, este día se conmemora a los difuntos, la familia se reúne para elaborar la deliciosa colada Morada y las guaguas de pan. Esta costumbre que se ha celebrado por varias décadas, posee una historia que remonta al inicio de la colonización española en Quito.

El día de los difuntos existe desde el año 998, el vaticano instituyó esta celebración, posteriormente la religión cristiana la popularizó en todo el viejo mundo. Esta fiesta fue traída hacia América por la colonización española.

El origen de la guagua del pan es incierto, antiguamente se preparaba con forma de caballos, soldados o palomas. Inclusive en las tumbas se colocaba una pequeña muñeca en la cruz del finado representando su paso hacia la paz eterna.

La guagua de pan tiene una transformación en su diseño y preparación, se elaboraron de una masa simple poco colorida y sin ningún detalle, actualmente se rellena de queso, mermelada o manjar comúnmente, los detalles coloridos de las muñecas se agregaron en

el tiempo, además se eliminó el ramillete de flores que la tenía la figura de pan entre sus brazos anteriormente.



**Figura N° 89:** Colada morada  
**Fuente:** Arellano, 2008

La colada morada, tiene su origen en la cultura indígena incluso antes de la colonia española. Los indígenas de toda América del Sur preparaban esta bebida muy diferente a la actual, su preparación era una mazamorra de maíz morado, la bebida se limitaba a ser un postre.



**Figura N° 90:** Colada morada y guagua de pan  
**Fuente:** Arellano, 2008

Los indígenas consideraban, el Champús como la bebida predilecta de los muertos, se prepara como harina, panela, hojas de plantas y mote. La influencia de la Religión Católica en la preparación de la colada morada y las guaguas está presente, muchos

ingredientes nuevos se incorporaron a mazamorra, el color rojo de la actual colada morada es mucho más pronunciado enfocándose al simbolismo católico que representa la sangre de Cristo. Las guaguas de pan tienen una historia muy apegada a la Religión Cristiana, ya que su preparación fue considerada como símbolo del día de los difuntos, fue una tradición cristiana.

En la actualidad la preparación de dichos manjares están apegados a la influencia católica, se celebra con misas para recordar al finado, en Quito esta tradición es un momento de reencuentro familiar se consume la colada morada y las guaguas de pan junto a la tumba del difunto.

**Tabla N° 4: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema**

<b>Influencia en la colada morada y la guagua de pan</b>	
<b>Procedencia</b>	La colada morada tiene su origen en la rustica mazamorra de maíz morado, elaborada por los indígenas antes de la conquista española.
<b>Simbolismos</b>	La influencia católica y cristiana en el platillo, dictamina que sus simbolismos se reflejan en el color, representa a la sangre de Cristo. La guagua de pan demuestra del cuerpo de Cristo.  Para el indígena prehispánico representa el maíz el grano de los dioses, que constituye su vitalidad y fuerza.

*Nota:* Influencia en la colada morada y la guagua de pan. "Elaboración propia".

## **Fanesca**

Este delicioso platillo se consume en Semana Santa, reúne a toda la familia en la preparación de esta deliciosa sopa caliente, se caracteriza por su sabor, lo conforman entre 12 a 15 ingredientes dependiendo de la receta.



**Figura N° 91:** Fanesca  
**Fuente:** eluniverso.com, 2012

Su creación es incierta, aunque existen historias que relatan que la fanesca se preparaba mucho antes de la llegada de los españoles, se elaboraba el platillo en agradecimiento a los dioses por la cosechas.

Con la llegada de la colonia española el platillo se conservó, con la influencia católica se cambió el motivo de su preparación, se convirtió en ofrenda en agradecimiento a Dios.

Existe otra teoría sobre el inicio de la preparación de la fanesca, relata que el Fray Jodoco Ricki, tuvo la idea de plasmar el sufrimiento de Cristo en actividades cotidianas como es comer, también plasmó esto en el arte y otras expresiones. Se pide al chef francés Pierre L'Ulcere que desarrolle un platillo con los ingredientes que se transportó hacia Europa, entre los ingrediente se encontraba el pez faneca, lo cual deriva el nombre del actual platillo.

El platillo anteriormente se constituía de pocos granos y era un caldo muy simple, la simbología de los ingredientes rebela la influencia católica en el platillo.

Tabla N° 5: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema

<b>Influencia en la Fanesca</b>	
<b>Procedencia</b>	Su origen es incierto, aunque existe evidencias que el platillo antecesor de la fanesca fue un caldo sencillo con pocos granos, que servía de ofrenda para los dioses.
<b>Simbolismos</b>	<p>Los 12 granos que contiene el platillo representan a los 12 apóstoles de cristo. También representa el sufrimiento de cristo para el perdón de los pecados.</p> <p>En la cosmovisión indígena el platillo representaba el agradecimiento a los dioses por la abundancia de la cosecha.</p>

*Nota:* Influencia en la Fanesca. "Elaboración propia".

### **Simbolismo de los ingredientes de la fanesca.**

**Chochos:** representa cada día de los 7 pecados capitales, es por esto que debe ser purificado en el agua por 7 días para ser apto para la fanesca.

**Choclos:** los granos del choclo simbolizan todos hijos de San Pedro.

El maíz para el indígena representa un grano sagrado, el varias culturas se habla que el hombre fue hecho de la masa del maíz por los dioses;

**Arvejas:** representan la naturaleza, y forma a las pelus verdes que simbolizan a San Antonio.

**Habas:** representa a María Magdalena.

**Zapallo:** por su abundancia de comida, color y sabor, simboliza a San Francisco de Asís que dejó su fortuna para ayudar al desamparado.

**Fréjol:** Se elabora la fanesca con 3 diferentes tipos de fréjol es por eso que representa a los reyes magos.

El fréjol represento la alianza entre naciones prehispánicas, el grano se daba como ofrenda entre culturas aliadas.

**Bacalao:** Simboliza a Jesús.

**Cebolla:** representa al llanto de la virgen María.

**Lenteja:** representa a las lágrimas de María

Cáceres, D. (2011, Abril 23) La Fanesca y su significado en la Semana Santa. El Tiempo. [En línea], Español. Disponible: <http://www.eltiempo.com.ec/noticias-cuenca/65435-la-fanesca-y-su-significado-en-la-semana-santa/> [2014, Marzo 26]

### **Los pristiños con miel**

La preparación de este tradicional postre quiteño, se desarrolló en la etapa colonial de la ciudad, en un esfuerzo por apegar a los indígenas con su nuevo dios, la iglesia católica intento plasmar esto algo cotidiano como es comer.

El simbolismo de los pristiños en la religión se revela en la forma del postre tan peculiar, una forma redondeada con pedazos que sobresalen de la masa, trata de plasmar a la corona de cristo, con un único fin, plasmar el sufrimiento de cristo a los indígenas, demostrando que Jesús sufrió para que perdonen sus pecados.



**Figura N° 92:** Pristiños  
**Fuente:** blogspot, 2011

**Tabla N° 6:** Resumen de los aspectos sobresalientes del tema

<b>Influencia en los pristiños</b>	
<b>Procedencia</b>	Se desarrolló durante la etapa colonial de Quito, su preparación consta de ingredientes similares a los tradicionales buñuelos españoles. Su forma en corona se debe a que se trató de impulsar la influencia católica en los pueblos indígenas.
<b>Simbolismos</b>	Representa a la corona de Cristo, y crucifixión de cristo por redimir los pecados de las personas.

*Nota:* Influencia en los pristiños. "Elaboración propia".

## **Arroz con leche**

Arroz con leche es un postre popularizado en varias regiones del mundo, el consumo del platillo por mucho tiempo se asoció con una buena nutrición, se revela en textos médicos antiguos que dan certeza de los beneficios medicinales. A lo largo de la historia del arroz con leche ha sido recomendado para los jóvenes, los ancianos, y personas de todas las edades con enfermedades estomacales.

La preparación del arroz con leche se remonta tiempo de los romanos, que sin embargo utiliza un plato tan sólo como un medicamento para solucionar dolores de estómago. Se consideró como parte de los platos de Cuaresma de lujo para los ricos.

La influencia católica en el platillo está ligada a tiempos de cuaresma, y a la antigua creencia de los beneficios medicinales, para que los devotos tengan buena salud y larga vida.



**Figura N° 93:** Arroz con leche  
**Fuente:** laylita, 2008

**Tabla N° 7:** Resumen de los aspectos sobresalientes del tema

<b>Influencia en el arroz con leche</b>	
<b>Procedencia</b>	Su preparación es muy antigua, por lo que su origen es difícil de establecerlo, aunque historiadores comentan que pudo haber llegado a partir de viajeros árabes hacia España. Otras versiones aseguran que procede de la antigua Roma.
<b>Simbolismos</b>	Refleja salud y bien estar de los devotos católicos, ya que antiguamente se consideró como una preparación medicinal.

*Nota:* Influencia en el arroz con leche. "Elaboración propia"

### **Dulces quiteños**

En la ciudad de Quito se fundó el Monasterio de las Madres Conceptas, el primero de América el 13 de Enero de 1577 por cinco Madres españolas quienes iniciaron la preparación de los primeros dulces tradicionales de la ciudad como: los higos confitados en miel, el dulce de sidra, dulce de membrillo, dulce de guayaba, dulce de tomate de árbol, llamado ratoncitos también preparaban el dulce de zambo, de zapallo, de camote, hostias utilizadas para el culto, chocolatines, turrone de miel de abeja con maní o nueces, manjar de leche; había dulces que los preparaban de acuerdo a las fiestas

religiosas, por ejemplo en Navidad se hacían los buñuelos y prístinos, el Jueves Santo se elaboraba dulce de durazno, dulce de higos y arroz de leche que también eran muy tradicionales durante la semana Santa, en Corpus Christi se preparaba el Champús y el Rosero, en Finados es muy tradicional la colada morada.



**Figura N° 94:** Dulces quiteños  
**Fuente:** elcomercio.com, 2013

**Tabla N° 8:** Resumen de los aspectos sobresalientes del tema

<b>Influencia en los dulces quiteños</b>	
<b>Procedencia</b>	La preparación de los primeros dulces tradicionales de la ciudad inicio con la llegada de las Madres Conceptas a Quito.
<b>Simbolismos</b>	Los dulces quiteños preparados en festividades católicas, están arraigadas con la religión y con el simbolismo festivo de cada fecha importante para los devotos.

*Nota:* Influencia en los dulces quiteños. "Elaboración propia".

## Sopa de lentejas

El origen de esta preparación es desconocido, cada región tiene su propia forma prepararlo. Los ingredientes que componen la sopa son en su mayoría son vegetales. Sus ingredientes le convierten en un plato ideal para la abstinencia de la Semana Santa

Para el catolicismo simboliza las lágrimas de María, se toma con vinagre para recordar que se lo dieron a cristo en lugar del agua que pedía.



**Figura N° 95:** Sopa de lentejas  
**Fuente:** blogspot, 2011

**Tabla N° 9:** Resumen de los aspectos sobresalientes del tema

<b>Influencia en la sopa de lentejas</b>	
<b>Procedencia</b>	El origen del platillo es desconocido por la antigüedad de su preparación, hay un sin número de recetas de sopas de lentejas.
<b>Simbolismos</b>	Para el catolicismo simboliza las lágrimas de María, se toma con vinagre para recordar que se lo dieron a cristo en lugar del agua que pedía.

*Nota:* Influencia en la sopa de lentejas. "Elaboración propia".

## **Pan de Semana Santa**

Circulan varias versiones sobre el origen del pan dulce. Aunque se sabe que los primeros en endulzar el pan fueron los romanos, cuenta una leyenda popular que el pan dulce propiamente dicho, también conocido como panettone o panetón nació en la corte de Ludovico “El Moro”, duque de Milán en 1450.

En la época colonial se instituyó la tradición de elaborar el pan para semana santa. Esta tradición recuerda el momento en el que Jesús parte el pan un día antes de su muerte, por lo que los antepasados intercambiaban pan y pescado los jueves Santos, como una señal de hermandad.

En Ecuador la costumbre de preparar el pan por semana santa ha perdido popularidad entre los habitantes, se elabora el pan en forma redonda y escarchado de azúcar, representa la pascua, se oferta en pocas panaderías y establecimientos gastronómicos como la heladería de San Agustín, panadería la Unión.



**Figura N° 96:** Pan de Semana Santa  
**Fuente:** eluniverso.com, 2012

Tabla N° 10: Resumen de los aspectos sobresalientes del tema

<b>Influencia en pan de Semana Santa</b>	
<b>Procedencia</b>	Hay varias versiones de su origen, aunque se sabe que los primeros en endulzar el pan fueron los romanos.
<b>Simbolismos</b>	Esta tradición recuerda el momento en el que Jesús parte el pan un día antes de su muerte, por lo que los antepasados intercambiaban pan y pescado los jueves Santos, como una señal de hermandad.

*Nota:* Influencia en pan de Semana Santa. "Elaboración propia".

### 3.3 Recetas

La influencia Católica está marcada en varios platillos de la gastronomía tradicional quiteña, entre los cuales tenemos la Colada morada y guaguas de pan, fanesca, pristiños con miel, arroz con leche, dulces quiteños, sopa de lentejas, pan de semana santa. Representan una etapa importante para el desarrollo gastronómico de Quito, las recetas presentadas a continuación se incluyen en el documento por la importancia histórica y cultural que han marcado en gran medida la identidad gastronómica de la ciudad.

## Fanesca

### 12 porciones

La fanesca es un platillo emblemático de Quito, consta de 12 granos como el choclo, chochos, habas, arvejas, lenteja, maní y fréjol. Simboliza a los doce Apóstoles. Este delicioso platillo se prepara en semana Santa, se acompaña de frituras de masas y plátano maduro, su preparación es a base de leche y bacalao. La presente receta

		NOMBRE DE LA PREPARACIÓN		Fanesca	
		NÚMERO DE PORCIONES		12pax	
No	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MICE EN PLACE	
1	Cebolla perla	tza	1	Picar en brunoise	
2	Achiote en aceite	cda	1/3		
3	Sal, pimienta, comino			Al gusto	
4	Perejil	cdas	4	Picar en brunoise	
5	Crema de leche	lt	1½		
6	Maní en grano	oz	4	Pelar y tostar	
7	Bacalao seco	lb	1		
8	Arroz	lb	½	Cocinar	
9	Zapallo	tza	1	Corte batalla	
10	Zambo	tza	1	Corte batalla	
11	Mellocos	lb	1	Cocinar por separado	
12	Habas	lb	1	Cocinar por separado	
13	Chochos	lb	1	Cocinar por separado	
14	Choclo	lb	1	Cocinar por separado	
15	Lenteja	lb	½	Cocinar por separado	
16	frejol	lb	1	Cocinar por separado	
17	arveja	lb	1	Cocinar por separado	
18	ajo	u	2	Corte brunoise	
19	mantequilla	tza	½		
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cocinar todos los granos por separado.</li> <li>2. En una olla realizar el refrito con la mantequilla, achiote, sal, comino, zapallo y zampo cortado. agregar los granos con su jugo de cocción.</li> <li>3. Agregar el bacalao y la leche, dejar hervir hasta que el bacalao se cocine.</li> <li>4. Rectificar el sabor y agregar la crema de leche</li> <li>5. Decorar y servir</li> </ol>					

Laylita, R. (2008, Marzo 21) Fanesca Ecuatoriana. Laylita.com. [En línea], Español. Disponible: <http://laylita.com/recetas/2008/03/21/fanesca-ecuatoriana/> [2014, Enero 20]

## Colada Morada

### 24 porciones

Es una bebida tradicional del Ecuador, se consume el 2 de noviembre por motivo de celebración del día de los difuntos. Se acompaña con la guagua de pan que juntos simbolizan al cuerpo y sangre de Cristo.

Se prepara con el maíz negro, babaco, naranjilla, piña, frutillas y mora, además del mortiño que acentúa el color característico de la colada morada. La presente receta corresponde a la preparación actual de la Colada Morada.

		NOMBRE DE LA PREPARACIÓN		Colada morada	
		NÚMERO DE PORCIONES		24pax	
No	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MICE EN PLACE	
1	Harina de maíz morado	taza	1	Cernir	
2	naranjilla	oz	14	Pelar	
3	Mora	taza	2	Lavar	
4	Mortiño	taza	2	Lavar	
5	Frutillas	taza	2	Lavar	
6	Piña	u	1	Corte batalla	
7	canela	u	5		
8	clavo de olor	u	5		
9	pimienta dulce	u	5		
10	panela	oz	14	Rallar y conservar	
11	hierba luisa	gr	100		
12	hojas de cedrón	u	5		
13	hojas de naranja	u	2		
14	agua	taza	12		
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poner cascaras de piña, el centro de la piña, la canela, el clavo de olor, pimienta dulce y panela en un olla grande con 8 tazas de agua. Hervir la mezcla durante 20 minutos.</li> <li>2. Añadir hierba luisa, cedrón y la casara de naranja.</li> <li>3. Cocinar a fuego lento durante 10 minutos. Retirar cernir.</li> <li>4. En una olla aparte, añade las 4 tazas de agua restante con los mortiños y las moras, hervir durante 20 minutos. Retirar del fuego, dejar enfriar. Luego licuar la mezcla y cernir</li> <li>5. Mezclar la harina de maíz morado con una taza de líquido de piña y diluir.</li> <li>6. Agregar las mezcla de las frutas licuadas y cernidas, el juego de naranjilla, el líquido de piña con especias y la harina morada diluida a una olla grande.</li> <li>7. Cocinar a fuego medio, revolver constantemente para evitar que se pegue, dejar hervir.</li> <li>8. Agregar piña en cubos y cocinar a fuego lento durante 10 minutos.</li> <li>9. Retirar del fuego y agregar rodajas de frutillas. Servir caliente.</li> </ol>					

## 20 porciones

Los pristiños es un postre que se elabora en navidad por motivo de celebración del nacimiento de Jesús, se acompaña con una mezcla de panela derretida con agua y especias como clavo de olor y pimienta dulce.

El simbolismo de los pristiños demuestra la corona de cristo en su vía crucis, es por eso su forma característica. La presente receta corresponde a la preparación actual de los pristiños.

	NOMBRE DE LA PREPARACIÓN	Pristiños		
	NÚMERO DE PORCIONES	20pax		
No	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MICE EN PLACE
1	Harina de trigo	lb	1	Cernir Mezclar con la harina reservar en un bowl conservar  exprimir y conservar
2	Polvo de hornear	cda	1	
3	Huevos	u	6	
4	Mantequilla	lb	1	
5	Agua	tza	3	
6	Anís	cda	½	
7	Canela	u	2	
8	limón	u	1	
9	Sal	cda	½	
10	Azúcar	cdas	2	
11	Panela	lb	1	
12	Aceite para freír			
<b>PROCEDIMIENTO</b>				
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Hacer hervir media taza de agua con anís, una rama de canela, media de cucharadita de limón, la sal y el azúcar; sacar del fuego y dejar enfriar.</li><li>2. Cernir la harina con el polvo de hornear, mezclar con la mantequilla y huevos; poner poco a poco el agua de anís y amasar para formar una masa suave y elástica; dejar en reposo durante 15 minutos y después pasar el bolillo hasta dejar delgada la masa.</li><li>3. Costar la masa en rectángulos de 17 cm de largo por 6 cm de ancho, picar los filos y unir los extremos formando una corona. Freír en abundante aceite, muy caliente hasta dorarlos.</li></ol> <p>Para la miel. Poner al fuego el agua restante, con la panela, una rama de canela y el resto del jugo, cernir y poner sobre los pristiños al servir.</p>				

Receta ecuatoriana. (2009, Septiembre 7) Pristiños. [recetaecuatoriana.com](http://recetaecuatoriana.com). [En línea], Español. Disponible: <http://recetaecuatoriana.com/2009/09/pristinos/> [2014, Enero 20]

Es un postre popularizado en el mundo, su preparación es mediante la cocción lenta del arroz, leche y azúcar, además se suele acompañar de canela en polvo o vainilla.

En Ecuador esta preparación está apegada a la iglesia católica, se elaboró en conventos que resguardaron la receta hasta la actualidad. La presente receta corresponde a la preparación actual del arroz con leche.

		NOMBRE DE LA PREPARACIÓN		Arroz con leche	
		NÚMERO DE PORCIONES		6pax	
No	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MICE EN PLACE	
1	Leche	lt	1	Hervir Para el arroz Cocinar	
2	Agua	lt	½		
3	Arroz	oz	4		
4	Azúcar	lb	½		
5	Pasas	oz	2		
6	Mantequilla	cda	½		
7	Esencia de vainilla	cda	1		
8	Yema de huevo	u	1		
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cocer el arroz.</li> <li>2. Agregar la canela, azúcar, pasas y leche hirviendo.</li> <li>3. Dejar hervir hasta que la preparación espese. Añadir la mantequilla, vainilla y mezclar bien.</li> <li>4. Quitar del fuego y agregar las yemas de huevo bien batido en una copa de leche fría.</li> <li>5. Mescle y ponga a hervir hasta que el punto.</li> <li>6. Servir caliente.</li> </ol>					

Receta ecuatoriana. (2009, Junio 1) Arroz de Leche. [recetaecuadoriana.com](http://recetaecuadoriana.com). [En línea], Español. Disponible: <http://recetaecuadoriana.com/2009/06/arroz-de-leche/> [2014, Enero 20]

## Sopa de lentejas

### 4 porciones

La preparación de la sopa de lenteja mantiene una influencia apegada al catolicismo hace varios siglos atrás en Ecuador y en el mundo, su preparación es ideal en semana santa, ya que permite sustituir parte de las proteínas necesarias para el ser humano, por la carencia del consumo de carne de animales en fechas consideradas como importantes para la Región Católica.

		NOMBRE DE LA PREPARACIÓN		Sopa de lentejas	
		NÚMERO DE PORCIONES		4pax	
No	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MICE EN PLACE	
1	lenteja	g	400	Remojar en agua Picar en brunoise Brunoise fino Corte batalla	
2	cebolla	u	1		
3	Diente de ajo.	u	1		
4	Rama de apio.	u	1		
5	Aceite de oliva extra virgen.	g	50		
6	Rebanadas de pan duro.	u	3		
7	agua	lt	1		
8	Sal al gusto.				
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Picar el ajo, cebolla y apio en un sartén para hacerlo refrito con dos cucharas de aceite de oliva.</li> <li>2. Agregar un litro de agua al refrito y un poquito de sal.</li> <li>3. Escurrir las lentejas y agregarlas a la mezcla del sartén.</li> <li>4. Seguir cocinando todo a fuego lento y con el sartén tapado.</li> <li>5. Cuando estén listas las lentejas se sirven acompañados de rodajas de pan duro.</li> </ol>					

Receta ecuatoriana. (2012, Noviembre 15) Sopa de lentejas. [recetaecuadoriana.com](http://recetaecuadoriana.com). [En línea], Español. Disponible: <http://recetaecuadoriana.com/2012/11/sopa-de-lentejas/> [2014, Enero 20]

## Pan de Semana Santa

### 12 Porciones

La oferta del Pan de Semana Santa se la realiza en ciertas panaderías de Quito, la costumbre de su consumo se ha perdido en la actualidad. El significado católico del pan es el compartir, y la amabilidad con el prójimo, conmemora a Jesús cuando reparte el pan a todos sus discípulos antes de su muerte.

		NOMBRE DE LA PREPARACIÓN		Pan de Semana Santa	
		NÚMERO DE PORCIONES		12pax	
No	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MICE EN PLACE	
1	Levadura	50	g		
2	Harina	500	g		
3	Leche	150	g		
4	Azúcar	100	g		
5	Manteca	100	g		
6	Miel	15	g		
7	Crema pastelera	200	g		
8	Ralladura de limón Esencia de vainilla			Al gusto Al gusto	
<p><b>PROCEDIMIENTO</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Colocar en un bol la levadura junto con la harina y la leche tibia.</li> <li>Mezclar bien y dejar leudar.</li> <li>Colocar en un bol la harina, la levadura, el fermento realizado anteriormente, el azúcar, la manteca, la miel, los huevos, la ralladura de limón y la esencia.</li> <li>Amasar hasta lograr una masa homogénea. Dejar descansar por 30 minutos en un lugar cálido.</li> <li>Una vez descansada la masa, estirar con rodillo.</li> <li>Colocar la crema pastelera de chocolate en el centro a lo largo, disponer por encima algunos higos en almíbar y enrollar. Realizar una corona, disponerla en placa untada con manteca y cubrir con crema pastelera.</li> <li>Llevar a horno por 35 minutos a 180° C.</li> </ol>					

Receta ecuatoriana. (2012, Diciembre 23) Pan de Semana Santa. recetaecuadoriana.com. [En línea], Español. Disponible: [http://recetaecuadoriana.com/2012/12/Pan de Semana Santa/](http://recetaecuadoriana.com/2012/12/Pan%20de%20Semana%20Santa/) [2014, Enero 20]

## Higos con queso

### 5 porciones

Cada año en Semana Santa se consumió el higo con queso en Ecuador, esta tradición se viene manteniendo desde la época colonial. Los primeros conventos que llegaron a Quito trajeron esta tradición del viejo mundo, aunque en el presente a la receta se añadieron nuevos ingredientes continua siendo un postre sabroso, que guarda la influencia católica marcada en el país hace ya varios siglos.

		NOMBRE DE LA PREPARACIÓN		Higos con queso	
		NÚMERO DE PORCIONES		5pax	
No	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MICE EN PLACE	
1	higos tiernos	u	10	Dejar en remojo	
2	panela	g	250	Rallar	
3	Queso tierno sin sal	g	100	cortar en rodajas	
4	bicarbonato de sodio	g	5		
5	ramas de canela	u	2		
6	clavos de olor	u	4		
7	Agua			Cantidad necesaria	
8					
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realice cortes en forma de cruz sin llegar a partirlos completamente en la base de los higos y cocínelos en una taza de agua con el bicarbonato aproximadamente por una hora.</li> <li>2. Retire del fuego, retire el agua y pase los higos por agua fría limpia. Guarde los higos cocidos en agua limpia en la refrigeradora hasta el día siguiente.</li> <li>3. Al día siguiente, escurra los higos con cuidado y en esta agua prepare una miel con la panela, la canela y los clavos de olor, añada los higos y cocine por 1 hora aproximadamente. Reserve los higos hasta el día siguiente, donde terminarán su cocción.</li> <li>4. Al tercer día, lleve al fuego los higos y la miel realizada con la panela y cocine juntos estas dos preparaciones por 30 minutos aproximadamente (dulce de higos).</li> <li>5. Sirva el dulce de higos con el queso tierno cortado a su elección.</li> </ol>					

Laylita, R. (2008, Octubre 13) Dulces de Higo. Laylita.com. [En línea], Español. Disponible: <http://laylita.com/recetas/2008/10/13/dulce-de-higos/> [2014, Enero 20]

## **Capítulo 4 FUSIÓN GASTRONÓMICA**

### **4.1 Primeros cambios en la gastronomía de Quito.**

La cocina pre colombina latinoamericana es mestiza se puede evidenciar por las similitudes de los platillos encontrados en todo el continente, la cultura indígena se promulgo a lo largo y ancho de America del Sur permitiendo tener una diversidad gastronómica aún existente.

La influencia de los españoles en américa se difundió rápidamente a través de la Religión católica, la cultura indígena fue opacada por la española, este cambio se reflejó igualmente en la gastronomía del territorio que se convertiría en la ciudad de Quito, que evoluciono con un marcado mestizaje precolombino, y aún más con la influencia española y católica.

La gastronomía de Quito posee influencia de la española, igualmente la colonia adapto la gastronomía española en América implementando productos autóctonos de región andina.

En el Ecuador hubo signos de principios de la actual gastronomía regional, en Quito al ser parte de la región andina se producía el maíz, papas y cuy como productos alimenticios indispensables, La evolución de la gastronomía tuvo su auge en el siglo XVIII. Frutas, vegetales y animales se habían adaptado ya hace varias décadas al nuevo mundo, en Quito se utilizaba mucho el maíz para la elaboración del pan, ya que el clima no permitía la cosecha del trigo.

La comida diaria de las familias quiteñas en temporadas sufría cambios por los escasos de productos como la papa y el maíz.

La adaptación de los nuevos alimentos en Quito desarrolló un cambio permanente en tradición cultural indígena, poco de la gastronomía de caído imperio Inca permaneció existente, y la que pudo preservarse sufrió el mestizaje gastronómico.

La comida quiteña a mitad del siglo XIX y principios del XX tuvo la influencia de la aclamada gastronomía francesa, cambios notables se desarrollaron en la gastronomía de la ciudad, las preparaciones importadas como el mousses, soufflé, entre otros, fue el detonante de una nueva evolución gastronómica que adaptó a nuevos productos y técnicas culinarias en Quito.

La gastronomía de Quito contiene un sin número de platillos exquisitos, la mezcla cultural de España fue la que más aportó a la gastronomía regional actual, de igual manera otras regiones como Francia, Italia con sus pastas, China con el arroz y la presencia de restaurantes "Chifa" que son un mezcla cultura de Perú y China adoptado a Ecuador, aportaron un cambio radical en la forma de ver la gastronomía quiteña y ecuatoriana. Los primeros cambios gastronómicos de la ciudad con el mestizaje desarrollo una variedad gastronómica y cultural en la ciudad, platillos que datan de varios siglos atrás aún se comercializan en los mercados quiteños gracias a la fácil adaptación de los productos en los platillos quiteños.

## **4.2 Mestizaje Gastronómico – influencia de la Religión Católica**

La cocina regional latinoamericana precolombina más que nada es mestiza y de ese mestizaje nacen algunas coincidencias y por supuesto también diferencias. Coincidencias porque casi en todas las culturas bien desarrolladas, poseían un acervo culinario bastante extenso pero sin embargo tienen un fuerte influjo de la cocina española del siglo XVI.

La Influencia católica en el país marco un gran cambio cultural, político y social. En la gastronomía de igual manera influyó con conocimientos y resguardo de recetas tradicionales aún existentes. Las consecuencia del mestizaje, la constituyen también los aromas distintivos de la cocina de cada zona ya que, por el mayor o menor uso de determinadas hierbas aromáticas o especias, la comida típica tiene un olor muy característico. Así, por ejemplo, se observa que en la cocina quiteña, predomina un olor de refrito: mezcla de cebolla, ajo y cilantro, el achiote y el comino.

El mestizaje gastronómico desarrollado por la colonia española se vio fortalecida por la religión católica, que adaptó más de un platillo ancestral a nuevos simbolismos que permitieron llegar aún más en la sociedad quiteña y fortalecer la creencia en Dios. Los simbolismos cristianos en la gastronomía quiteña se revelan en diferentes preparaciones como la colada morada, fanesca o los deliciosos pristiños (Pasos, 2008, p. 230).

El comienzo de la evangelización en América permitió que nuevos conventos e iglesias abran sus puertas al público, pero también se trajo con esto costumbres y técnicas culinarias que se adaptó en la ciudad. Se conoce que en los conventos las monjas tenían recetarios para abastecer la dieta diaria, además del uso de la brigada de cocina poco organizada que preparaba los alimentos.

El desarrollo gastronómico de Quito no tendría el mismo significado sin la influencia católica. Costumbres y tradiciones que la religión Católica trajo a la ciudad permitieron que varios de los manjares quiteños tengan popularidad entre los habitantes y con esto su estada permanente en los recetarios de la gastronomía tradicional ecuatoriana.

La religión católica además de promover la fe en dios abarco varios aspectos sociales que permitió una vinculación directa con los habitantes de Quito, las festividades religiosas tuvieron mayor importancia en la ciudad, diversos platillos tradicionales se elaboraban como parte fundamental de la tradición quiteña, que la aceptación de la iglesia no hubiesen podido ser comercializados y pudieron haber desaparecido en el transcurso de la evolución gastronómica quiteña.

La preparación de diversos manjares que carecían de simbolismos religiosos fueron elaborados en conventos como las colaciones quiteñas, maní dulce, habas fritas, entre otros. La iglesia de igual manera resguardo recetas tradicionales que en la actualidad se trata de rescatar por su importancia histórica.

#### **4.3 Fusión gastronómica actual**

El desarrollo de la gastronomía de Quito en la actualidad mantiene las tradiciones religiosas impuesta hace varios siglos atrás, la influencia católica se mantiene latente en los habitantes quiteños. La evolución de la gastronomía de la ciudad mantiene costumbres y tradiciones que hacen única la cocina ecuatoriana.

La gastronomía actual quiteña se adapta a la diferentes tendencias gastronómicas del mundo con una macada influencia mediterránea regresa a sus orígenes. En la última década la revalorización de la gastronomía ecuatoriana tiene mayor

importancia social, platillos que se perdieron en la historia se están rescatando y se funcionan con técnicas culinarias actuales que permiten realzar su sabor y apariencia.

La fusión gastronómica de Quito con la francesa, ha permitido revalorizar el sentido de la cultura gastronómica que a la actualidad se desarrolla en diferentes centros de capacitación culinarios. Además la fusión que la gastronomía francesa y la tendencia hacia lo gourmet o refinado revela una gastronomía quiteña con mayor intensidad cultural y mayor atractivo a la vista del comensal.

Varias regiones aportan nuevas tendencias en la ecuatoriana como la china con el arroz, que actualmente es el carbohidrato infaltable en la mesa ecuatoriana. La gastronomía italiana al igual que en otros países influye en la preparación de platillos tradicionales, en Quito esta tendencia es vital como nueva por el comensal capitalino, pero varios productos como fideos o la lasaña han ocupado un lugar en la alimentación diaria del quiteño.

La Hora. (2008, Octubre 5) Ecuador avanza en la cocina fusión. LaHora.com.ec. [En línea], Español. Disponible: [http://www.lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101572530/1/Ecuador\\_avanza\\_en\\_la\\_cocina\\_fusi%C3%B3n\\_.html](http://www.lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101572530/1/Ecuador_avanza_en_la_cocina_fusi%C3%B3n_.html) [2014, Enero 20]

La gastronomía tradicional quiteña es ofertada en restaurantes de baja y alta categoría, hay un sin número de locales con variada oferta de alimentos y bebidas, los platillos tradicionales mantienen su popularidad entre los habitantes por su exquisito sabor.

Sin número de locales de comida tradicional ofertan su variedad gastronómica en toda la ciudad, pequeños restaurantes improvisados de categoría baja satisfacen al comensal capitalino, se puede mencionar los siguientes:

## **Restaurantes de baja categoría**

### **Restaurantes Cotopaxi**

El restaurante Cotopaxi lleva algunas décadas funcionando en el centro histórico y brindando a los comensales, las especialidades de la comida ecuatoriana como: caldo de gallina, empanadas de viento, morocho, tortillas de maíz.



**Figura N° 97:** Restaurante Cotopaxi  
**Fuente:** huecasdequito.wordpress, 2011

La especialidad de la casa son las tortillas de maíz, elaborados con harina de maíz en su totalidad, se preparan en tradicional tiesto que aporta un detalle al sabor.

### **Los morochos de San Bartolo**

Los deliciosos morochos se ofertan todo el día en el local, en la tarde el morocho llega a la mesa del comensal tibio, y en la noche la propietaria lo sirve mucho más caliente. Además como aperitivo están las empanadas de viento, que según los comensales no tiene comparación, rellenas de queso criollo e infladas por acción del aceite se sirven un plato grande con mucha azúcar.



**Figura N° 98:** Los morochos de San Bartolo  
**Fuente:** huecasdequito.wordpress, 2011

### **Los motes de la Inglaterra**

El establecimiento se encuentra ubicado en la Inglaterra y Mariana de Jesús. En este lugar se oferta variedad de platos típicos como: Motes con fritada y chicharrón, papas con cuero, librillo y menudo, cevichocho y morcillas, acompañado vaso de quaker o una cola de mora.



**Figura N° 99:** Los Motes de la Inglaterra  
**Fuente:** huecasdequito.wordpress, 2011

## Las colaciones de la Cruz Verde

Este pequeño establecimiento está ubicado en las calles Bolívar y Chimborazo, la señora Hortensia Espinoza abrió el negocio en 1915 con la receta de sus tías. Tres generaciones han resguardado la receta, y local permitiendo que no se pierda esta delicia.



**Figura N° 100:** Colaciones de la Cruz Verde **Fuente:** quitofun, 2013

## Los motes de San Juan

Este negocio empezó hace más de 70 años, actualmente lo administra doña Carmita, quien se ocupa de preparación, venta y administración desde hace 33 años. Este puesto inició en estas calles, no hay otros locales similares o sucursales.

El éxito de sus motes, asegura su propietaria, está en cocinar a fuego lento los ingredientes, y, sobre todo, con leña. Además.

El local está abierto todos los días de 09:00 a 14:00, incluso feriados, y una vez que se cierra se ponen ya a preparar los alimentos.



**Figura N° 101:** Los motes de San Juan  
**Fuente:** huecasdequito.wordpress, 2011

3stef, D. (2012, Junio 2) Huecas de Quito. WordPress.com. [En línea], Español. Disponible: <https://huecasdequito.wordpress.com/author/3stef/> [2014, Enero 20]

En Quito se encuentran restaurantes de alta categoría, llevan el sabor y presentación de los platillos ancestrales y tradicionales a nivel gourmet entre los cuales se puede mencionar:

### **Restaurantes de alta categoría**

#### **Heladería de San Agustín**

Abrió sus puertas al público en 1858 por la señora Juana Torres de Barba, quien administro el negocio por 50 años. El local se estableció en una de las casas más antiguas de Quito con más de 300 años de antigüedad.

El plato estrella de la casa son tradicionales helados de paila de varios sabores de frutas tradicionales de américa y también de otras frutas.

La heladería administrada actualmente Andrés Chaguara, busca rescatar platos tradicionales, mediante un calendario gastronómico que marca fechas importantes de la

etapa colonial de Quito, acorde a cada fecha se oferta la fanesca en Semana Santa, el Rosero quiteño para el Corpus Christi, el jucho en carnaval.



**Figura N° 102:** Oferta gastronómica tradicional  
**Fuente:** tripadvisor, 2014

### **Las quesadillas de San Juan**

Cuatro Generaciones han mantenido la tradición de las auténticas quesadillas de San Juan, complaciendo los paladares más exigentes. El establecimiento se ubica en la calle Deifilio Torres N13 - 140 entre Rio Frio y Luis.

En un comienzo el negocio estuvo ubicado en el sector de La Ronda y llevaba el nombre de Panadería Rosita. En 1942 el negocio se trasladó a las calles Carchi y Cuenca, en San Juan. Desde entonces la panadería adquirió notoriedad y fue reconocida por sus productos tradicionales. A partir de 1947 el negocio fue administrado por Rosa Ayala Cobo, Blanquita Quintana, Manuela Cobo y Gabriela Cobo.

Lo que le da a la quesadilla y a los otros productos de la panadería de San Juan un sabor especial, es el horno de ladrillo que ha acompañado al negocio por más de 40 años. Para cada uno de los productos la temperatura es distinta, al igual que el tiempo de cocción.



**Figura N° 103:** Quesadillas de San Juan  
**Fuente:** compraya, 2013

### **Mote colonial**

Está ubicado en el centro histórico. Mote colonial es un bar restaurante ubicado en la cuenca y Manabí. En este lugar se puede disfrutar del tradicional mote con chicharrón, fritada, con un delicioso encurtido y ají, es la especialidad de la casa. El local tiene una magnifica vista.

Él tiene bar tiene un estilo colonial y bohemio, el nombre de los cocteles tienen nombre que representan personajes y leyendas de Quito.



**Figura N° 104:** Restaurante Mote Colonial  
**Fuente:** huecasdequito.wordpress, 2011

## **Restaurante Patria**

El restaurante está ubicado en Cumbaya, su popularidad entre nacionales y extranjeros es evidente por el trato cordial de su personal, empezando desde los meseros que invitan al cliente a ocupar un lugar en la mesa con completo profesionalismo y amabilidad.

El nombre del restaurante se debe a que es la cocina de la patria. Se trata de rescatar platillos e ingredientes del país dando un giro moderno, con técnicas culinarias actuales. El menú consta de gran variedad de platos tradicionales de Ecuador, y de otros países, pero dando privilegio a lo endémico del país.



**Figura N° 105:** Restaurante Patria  
**Fuente:** tripadvisor, 2014

## **Restaurante "La Choza"**

El restaurante abrió sus puertas hace 40 años, con la idea de rescatar la auténtica gastronomía ecuatoriana y la de los antepasados. Está ubicado entre la 12 de Octubre y Cordero en Quito.

El local es tranquilo y acogedor, está decorado de artesanías de cada región ecuatoriana. El menú está conformado por platillos nacionales e internacionales. También hay música nacional en vivo en la noche que pueden disfrutar los clientes mientras se deleitan de la comida.



**Figura N° 106:** Restaurante La Choza  
**Fuente:** tripadvisor, 2014

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1 Tipo y diseño de Investigación**

En el presente trabajo se utilizó investigación descriptiva porque es necesario establecer las diferentes situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través del tiempo, que han influenciado en torno a la población y su comportamiento, así la Gastronomía de la ciudad de Quito que marca en gran medida la historia y cultura de los habitantes.

Dicha investigación se aplicó instrumentos como la entrevista no estructurada, la encuesta a los habitantes del centro histórico de Quito, y estudios etnográficos por lo tanto el diseño fue cualitativa- cuantitativa.

#### **3.2 Universo y Muestra**

Los instrumentos a utilizar aplicaron en el sector centro de la ciudad de Quito, específicamente a los habitantes del sector centro histórico de Quito, a dueños de restaurantes de comida típica, iglesias del sector, e historiadores de la ciudad.

- El centro histórico de Quito tiene un número de habitantes de 40,870 donde se aplicó la encuesta, según Información obtenida de la Secretaría General de Planificación del Municipio del Distrito Metropolitano de Quito.
- Actualmente La Ronda cuenta con 24 cafeterías, 11 restaurantes y 3 lugares de alojamiento, se aplicó la entrevista, según Información obtenida del Instituto Nacional de Estadística y Censos INEC.

### **3.3 Instrumentos Recolección de datos**

Para el desarrollo del presente documento, se utilizó diferentes clases de fichas nemotécnicas que permitió recolectar información de manera óptima, se aplicó en textos y documentos que aporten con el desarrollo de la reseña histórica. Permitiendo recopilar la información de manera textual, resumiendo con criterio personal que agilite la investigación y desarrollo de la presente reseña.

Se utilizó la entrevistas no estructuradas, la cuales se aplicó al Tecnólogo en Gastronomía Carlos Burbano que apoyo con su experiencia y conocimiento al presente trabajo.

Además se utilizara fichas de observación en los diferentes establecimientos que oferten platillos tradicionales en la ciudad de Quito. (Ver apéndice A)

### **3.4 Descripción del trabajo de campo**

El centro histórico de la ciudad de Quito se caracteriza por su historia rica en cultura, donde se puede apreciar a simple vista en la infraestructura de las casas construidas hace ya varios siglos y que a pesar del tiempo continúan mostrando su belleza e historia.

Además se encuentra bibliotecas y museos enfocados en la época de colonial. Sector donde aún se puede observar la gastronomía tradicional quiteña latente en restaurantes y locales de géneros alimenticios.

En el sector mencionado se procedió aplicar diferentes técnicas de recolección de datos como ficha de observación, con la finalidad de obtener información veraz y específica necesaria para la realización del presente trabajo, realizado el día miércoles 08 de Enero del 2014.

Se realizó el trabajo de campo en puntos estratégicos del sector, específicamente en el sector de la Ronda donde se puede encontrar restaurantes de comida típica y actividades culturales, mediante fichas de observación el día martes 05 de Noviembre del 2013 a las 12.00 de la tarde.

### **3.5 Procesamiento de la Información**

Se procesó la información a través del programa Microsoft Word, que permite mantener el control y orden del texto de la presente investigación, además se optimiza el recurso tiempo.

La entrevista no estructurada realizada al profesor Carlos Burbano y Fredy Auqui, se procesó en Microsoft Word, se realizó un análisis profundo de cada una de las preguntas, lo cual permitió obtener información veraz y oportuna para el tema.

Para la presentación del trabajo final, se utilizara el programa prezi, el cual contiene variedad de diseños y funciones que ayuda de manera eficaz la visualización del presente trabajo.

## IV. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

### 4.1 Presentación gráfica de resultados

Técnica	Ficha n°1
<p>Se realizó una observación de campo en la Ronda ubicado en el centro de Quito, con la finalidad de identificar los principales platillos y bebidas ofertados en el sector.</p>	
<p>Se pudo identificar en el sector de la Ronda que los platillos tradicionales de Quito son: Empanadas de morocho y de viento, canelazo de naranjilla y mora, vino hervido, mote con chicharon.</p> <p>Además se puede apreciar que los platillos tradicionales de Quito, se están dejando de lado por la poca demanda de los comensales que prefieren platos considerados tradicionales a nivel nacional.</p>	
<p>Realizado por Santiago Basantes</p>	<p>Fecha: Martes 05 de Noviembre del 2013</p>

Técnica	Ficha n°2
<p>Se realizó una observación de campo en el centro histórico de Quito, con el fin de identificar simbolismos católicos en iglesias y calles del centro de la ciudad.</p>	
<p>Se pudo identificar diferentes simbolismos católicos, que demuestran la importancia social y cultural en el Quito colonial.</p> <p>Además se observa el mestizaje cultural que influye en las diferentes iglesias del centro histórico, un gran exponente es la iglesia de San Francisco se observa figuras como flores nativas, el maíz y en cada detalle la influencia indígena presente. En Iglesia La Compañía de Jesús está presente la cultura y gastronomía indígena en los ángeles, auras de santos, y los cuadros de la escuela quiteña que refleja la transformación gastronómica.</p>	
<p>Realizado por</p> <p>Santiago Basantes</p>	<p>Fecha:</p> <p>08 de Enero del 2014</p>

## 4.2 Análisis e interpretación de resultados

### Entrevista

**Entrevista realizada al Tlgo. Carlos Burbano profesor del Instituto Tecnológico**

**“ ITHI ”**

**1) ¿Sabe alguna anécdota o historia referente a la gastronomía tradicional de Quito?**

En Quito hay muchas tradiciones, la que más me gusta es la del gallo de la catedral, y también del padre Almeida. Porque ambas cuentan sobre el consumo de las bebidas alcohólicas en Quito, sobre todo el vino, en la ciudad solo llegaban vinos fortificados y macerados, había la costumbre desde la colonia el consumo de las bebidas alcohólicas.

**2) ¿A su parecer la Religión Católica ha tenido una gran influencia en gastronomía tradicional quiteña?**

No solo quiteña, también del Ecuador. Fue de gran importancia la presencia de la iglesia católica y de los españoles en el país, de alguna manera en el proceso del sincretismo se permitió que sobrevivieran varias de nuestras costumbres.

En Quito es diferente porque fue una de las pocas colonias que no se encontraba cerca del mar, la condiciones aquí fueron muy especiales en cuanto al desarrollo cultural, gastronómico en los platos y bebidas.

Es interesante ver como se creó las empanadas de mejido, empanadas de viento, todo esto es colonial, y resultado del mestizaje tenemos platos como el menudo, la tripa mishqui que es resultado del mestizaje, porque los animales que se utilizan como genero principal de estos platos son importados por los españoles, también porque los indígenas se vieron forzados a consumir viseras y carnes de

segunda, por el asunto de que lo mejor quedaba para el español y familias de poder.

**3) ¿Conoce algún platillo tradicional de Quito que revela la influencia del catolicismo?**

Hay mucho simbolismo sobre todo en la fanesca, que es un platillo ancestral que era una manera de celebra la época de cosecha. Además los quiteños si acostumbramos por calendario religioso a consumir algunos productos especiales como: la colada morada, la fanesca, el molo, en navidad también se consume el pavo que es un animal de América, los pristiños y los buñuelos.

**4) ¿Según su punto de vista porque se dio este fenómeno social?**

No podía darse de otra manera, el mestizaje es el resultado de la colonia española, las culturas indígenas preincaicas venían de una guerra reciente, teníamos un problema como las mitas, había problemas entre los quitus, puruhaes y cañarís, y el resultado de la dominación inca debilito frente a la ocupación de los colonos españoles. Esto si iba a pasar, gracias a dios vienen con la Iglesia Católica por que los católicos tienen una base filosófica de absorción, de ingresar las diferentes culturas sin destruirla, sino reemplazando, un claro ejemplo es el corpus Cristi, el panecillo se colocó en un lugar sagrado para los indígenas, el panecillo luna y San Juan sol .En ese sentido, los católicos se impusieron como religión, pero también respetaron la cosmología, la forma de ver el universo, fechas y lugares sagrados. Por eso la comida no podía estar apartada de este sincretismo.

**5) ¿Conoce que simbolismos se enmarca en gastronomía tradicional quiteña?**

En el centro histórico se puede encontrar, que nuestros indígenas si lograron tener esa influencia frente al arte religioso, en las iglesias se puede encontrar

mazorcas, papas, camotes. En algunos cuadros de la reserva histórica se encuentra cuyes en la mesa de Jesucristo, se encuentra ajís, el sol, la luna y simbolismos precolombinos que se unió no solo a gastronomía sino también en el mestizaje.

En cuanto a el simbolismo precolombino realmente en la comida quiteña no se encuentra mucho, quizás algo en el mote, en el consumo del maíz, papa, camote. Pero si es muy triste que en nuestros platos sea difícil de identificar, como por ejemplo la fritada es de todo el país, Quito no puede tomar como plato típico, tampoco el yaguarlocro.

Un platillo que si puede ubicarse como típico de la ciudad es la tripa misqui, y un simbolismo que tiene es llamar a la comunidad, no por nada en la floresta prospera tan bien el negocio, por el fuego, el humo, estar junto a la persona que prepara y al producto cocinándose. Estamos unidos con amigos, familiares, desconocidos, creo que eso nos identifica como quiteños estar juntos alrededor del fogón.

**6) ¿Qué aspectos positivos trajo esta influencia religiosa en la gastronomía de tradicional de Quito?**

Si revisamos no hay ningún aspecto positivo, nosotros somos productos del mestizaje y no existiríamos sin esto.

**7) ¿Es bueno que la gastronomía se relacione con la religión y por qué?**

No es bueno ni malo, tienen que ver entre sí. En un nivel espiritual siempre la gastronomía siempre va unirse con la religión, porque el dios todo poderoso de todas las religiones nos da la vida, y que nos mantiene vivos es la comida, si no comemos morimos.

Si dios no nos da la lluvia no habría alimento, si el sol no brilla el alimento no tiene el poder y fuerza para mantenernos con energía.

**8) ¿Cree usted que las personas saben de estos simbolismos e influencia católica en la gastronomía quiteña?**

Las personas están conscientes de esto, el problema es que no hay el análisis, no se asume esto. Mas relaciona a una circunstancia cultural diaria, cotidiana, se ser un fenómeno de algún tipo de fenómeno histórico.

**9) ¿Qué lugar ocupa actualmente la iglesia católica en la ciudad de Quito?**

Ocupa un lugar importante en la ciudad, porque Quito es patrimonio, cultural de humanidad con más de 40 estructuras eclesiásticas. Siempre Quito va a ser católico, no importa que las persona cambien de religión, por ese legado histórico, cultural, arquitectónico, y su influencia es sus plato ha hecho de Quito lo que es ahora y será para el mañana.

**10) ¿Según su punto de vista aún se mantiene esta influencia en la gastronomía quiteña?**

No se mantiene, porque la influencia la creo así, no va a seguir modificándose. Ahora nosotros tenemos otras tendencias por consumir los productos de los pueblos aborígenes. Estamos en otro estilo, también esa la cocina molecular, cocina de autor, ahora que el mundo es globalizado yo no creo que la iglesia va a seguir influenciando en nuestra cocina.

**Entrevista realizada al Lic. Fredy Auqui profesor de historia de colegio Luigi Galvani**

**1) ¿Sabe alguna anécdota o historia referente a la gastronomía tradicional de Quito?**

Si, existen varias historias y leyendas que escuchado de mis abuelitos, por ejemplo cuando hubo los primeros restaurantes de comida tradicional de Quito me contaban, el local solo contaba de una mesitas rusticas donde todo el mundo se amontonaba a comer.

**2) ¿A su parecer la gastronomía quiteña tiene una gran influencia de la religión católica?**

No sabría decirlo, porque solo escuchado que la fanesca tiene que ver con la religión pero solo eso.

**3) ¿Conoce algún platillo tradicional de Quito que revela la influencia del catolicismo?**

Si, la fanesca sus granos simbolizan los apóstoles de cristo y también la colada morada, yo conocía que simboliza la sangre de cristo por su color.

**4) ¿Según su punto de vista porque se dio este fenómeno social?**

Por qué la gente de aquella época era muy creyente, y los curas y monjas aprovecharon esto para dar mayor popularidad a la iglesia.

**5) ¿Conoce que simbolismos se enmarca en gastronomía tradicional quiteña?**

Conozco de la colada morada, simboliza la sangre de Cristo, y la fanesca el número de sus granos representa a los apóstoles.

**6) ¿Qué aspectos positivos trajo esta influencia religiosa en la gastronomía de tradicional de Quito?**

El mejor aspecto de esta influencia fue que se resguardaban los recetarios en los conventos, también las festividades que permiten que todavía existan algunos platillos.

**7) ¿Conoce algún platillo que no sea de la ciudad de Quito que tenga influencia católica?**

No, solo conozco los platos quiteños.

**8) ¿Qué lugar ocupa actualmente la iglesia católica en la ciudad de Quito?**

Pienso que la popularidad de la iglesia ya no es la misma, sobre todo nuestro padres y abuelos mantiene esto, pero con las nuevas generaciones la iglesia ya no tiene tanto impacto.

**9) ¿Según su punto de vista aún se mantiene esta influencia en gastronomía quiteña?**

Claro, se puede ver festividades como la semana santa y los días de los difuntos que aún se mantiene esta influencia.

**10) ¿Es bueno que la gastronomía se relacione con la religión y por qué?**

Yo pienso que si, por que esto permite tener festividades que van de la mano de la gastronomía tradicional de Quito, que permite que aun podamos encontrar la comida quiteña.

## **Análisis Entrevistas**

La realización de la presente entrevista permite identificar a manera general la perspectiva de los habitantes de la ciudad, y el desconocimiento de la historia de diferentes platillos típicos.

De igual manera la influencia de la Religión Católica fue un hecho trascendental del Quito Colonial, pese a esto no se ha tomado en cuenta la importancia cultural que marco en la ciudad.

Los simbolismos católicos son latentes en ciertos platillos que pasaron como anécdota entre familiares, pero en realidad se desconoce la trascendencia del tema. La gastronomía de la ciudad de Quito mantiene su origen apegado a religión gracias a las costumbres y festividades que abarcan el aspecto gastronómico como importante.

### **4.3 Conclusiones**

- La religión católica en Quito tuvo un rol muy importante en la evangelización del territorio, a tal punto que el indígena adopto nuevas costumbres y tradiciones arraigadas al catolicismo.
- Con la llegada de la Religión Católica a la ciudad de Quito se evidencia la presencia de simbolismos religiosos, que influyen directamente sobre la Gastronomía quiteña, como en el caso de la colada morada y las guaguas de pan, la fanesca, los pristiños, los higos con queso.
- Se modificó Festividades, tradiciones y platillos de las culturas indígenas adoptando la cosmovisión Católica, el cambio cultural está vigente hasta la fecha y es parte intangible del habitante capitalino.
- La influencia católica en la etapa colonial de Quito se manifestó en varios aspectos sobresalientes de la ciudad como el arte, la política, la economía y la gastronomía.

#### 4.4 Recomendaciones

- El desarrollo gastronómico de la ciudad debe empezar en las escuelas gastronómicas, que impulsen contenido histórico y cultural de la gastronomía nacional, abarcando materias que se relacionen con la amplitud histórica de los platillos tradicionales quiteños. .
- Es necesario impulsar el estudio de temas gastronómicos que salgan de lo común, para así desarrollar la parte investigativa en el estudiante.
- La Identidad gastronómica de Quito es necesario mantenerla y rescatarla, los profesionales de Gastronomía tienen el deber de continuar con el desarrollo de este aspecto. Para que futuras generaciones puedan tener la oportunidad de probar los manjares de la ciudad.
- El catolicismo en Quito está muy arraigado con la Gastronomía, como es el caso de la oferta de productos de consumo en los conventos y congregaciones religiosas. Se debe crear rutas turísticas y gastronómicas para los extranjeros y nacionales que impulsen la importancia de estos establecimientos.

## **V. PROPUESTA**

### **5.1 Título de la propuesta**

Reseña de la Influencia de la Religión Católica en la Gastronomía Tradicional del centro histórico de Quito

### **5.2 Justificación**

El desarrollo de una reseña histórica permite tener un documento con información objetiva referente a la historia gastronómica y la influencia católica en gastronomía de la ciudad de Quito y el Ecuador, que agilite el proceso investigativo de documentos similares.

### **5.3 Impacto**

El presente documento aporta con información veraz y objetiva acerca de la influencia del catolicismo sobre la gastronomía quiteña al público en general que tenga el deseo de conocer parte de la historia de Quito. A estudiantes y profesionales de Gastronomía y carreras similares.

### **5.4 Objetivos**

#### **5.4.1 Objetivo General**

- Realizar una publicación acerca de la influencia de la religión católica en la gastronomía tradicional de Quito.

#### **5.4.2 Objetivos Específicos**

- Incluir en la reseña histórica sopas típicas de Quito que permita establecer la evolución del proceso e ingredientes de cada preparación establecida en el documento.
- Publicar la presente reseña histórica en establecimientos que den apertura a este proceso.
- Fomentar la importancia cultural e histórica de la gastronomía endémica de la ciudad, la cual revela la transformación indígena hacia al catolicismo.
- Comprender los símbolos de transformación católica que aparecen en esta reseña histórica y descubrir parte del pasado de ciudad de Quito.
- Realizar una reseña fotográfica de los platos más representativos de la presente investigación.

#### **5.5 Ubicación sectorial y física**

El barrio La Ronda abarca parte de la historia y cultura de Quito, donde habitaron pintores y escultores coloniales, músicos, poetas y precursores de la independencia como Eugenio Espejo, convirtiendo a la Ronda en un sector legendario y famoso de Quito. Actualmente la Ronda es un lugar turístico preferido por extranjeros y habitantes de la ciudad, a pesar de su riqueza cultural e histórica no se impulsa la oferta gastronómica de platillos tradicionales de Quito.

El barrio es un lugar histórico y emblemático de la ciudad que permite identificar aspectos importantes para la investigación y desarrollo de la presente reseña histórica, ya que resguarda la tradición y cultura de la ciudad, que se mantiene en este

emblemático sector, además de tener cercanía con las principales iglesias y museos de la ciudad, lo que convierte al sector en un lugar estratégico.

## **5.6 Viabilidad**

El Proyecto reúne características y condiciones que aseguran el cumplimiento de sus objetivos. Sus componentes que lo conforman están enmarcados dentro de un contexto de un enfoque simple y objetivo, recoge la información necesaria para el correcto desarrollo de una reseña histórica, promete tener un mensaje de rescate cultural y de identidad gastronómica hacia el lector.

El desarrollo de la reseña histórica se fundamenta para la comprensión y reflexión del público que lea el documento, ya que existe un número limitado de textos acerca de la influencia de la religión católica en la gastronomía de Quito.

El proyecto puede generar para el autor beneficios mediante empresas interesadas en realizar mayor difusión sobre el tema planteado. Respecto a la viabilidad económica, el desarrollo del documento histórico tiene un costo accesible para el investigador, tomando en cuenta el uso de materiales que garantiza la calidad del libro e imágenes fotográficas.

## 5.7 Plan de Ejecución

PLAN DE EJECUCIÓN									
<b>OBJETIVO:</b>	Realizar una publicación acerca de la influencia de la Religión Católica en la Gastronomía tradicional del centro histórico de Quito, para que sirva de apoyo y concientice al público en general sobre el valor histórico y cultural de la ciudad.								
<b>ESTRATEGIA:</b>	Desarrollar una reseña detallada acerca de la influencia que tuvo la Religión Católica en la Gastronomía tradicional del centro histórico de Quito.								
ACTIVIDADES	ELEMENTOS	RECURSOS				RESPONSABLES	INDICADOR	CALENDARIO	
		H	T	M	E				
DESARROLLO DE PRIMERA FASE ESTRUCTURACIÓN DE LA RESEÑA HISTÓRICA	1. Determinación de los recursos gastronómicos ofertados en Quito.	X	X	X	X	Santiago Basantes	Fichas de observación	05/11/13	
	2. Identificación de los diferentes simbolismos católicos en el centro histórico de Quito.	X	X	X	X	Santiago Basantes	Fichas de observación	08/01/14	
	3. Ampliar información del tema investigado.	X	X	X	X	Santiago Basantes	Cuestionario	20/04/14	
DESARROLLO DE SEGUNDA FASE DETERMINACIÓN Y SELECCIÓN DE LOS RECURSOS HISTÓRICOS Y GASTRONÓMICOS	1. Selección de los temas a incluirse en la reseña histórica	X	X	X	X	Santiago Basantes	Distribución de Material	03/05/14	
	2. Identificación de subtemas.	X	X	X	X	Santiago Basantes	Distribución de Material	03/05/14	
	3. Desarrollo de la reseña histórica	X	X	X	X	Santiago Basantes	Dominio de contenido	08/05/14	
DESARROLLO TERCERA FASE DETERMINACIÓN DE LOS COSTOS Y GASTOS DE OPERACIÓN	1. Costos netos	X	X	X	X	Santiago Basantes	Tabla de costos	22/09/14	
	2. Imprevistos	X	X	X	X	Santiago Basantes	Tabla de costos	25/09/14	
	3. Presupuesto total	X	X	X	X	Santiago Basantes	Tabla de costos	26/09/14	
DESARROLLO CUARTA FASE DIFUSIÓN	1. Impresión de la reseña histórica	X	X	X	X	En proyección	En proyección	En proyección	
	2. Presentación	X	X	X	X	En proyección	En proyección	En proyección	

## 5.8 Recursos

### 5.8.1 Materiales

N°	Detalle	Cantidad
1	Grabadora manual	1
2	Computadora	1
3	Impresora	1
4	Resmas de papel bond	3
5	Libreta de apuntes	2
6	Esferográficos	5
7	Cámara fotográfica	1

### 5.8.2 Económicos

Detalle	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total
Resma de papel bond	3	\$ 4.00	\$ 12.00
Entrada a museos	1	\$ 5.00	\$ 5.00
Derechos de Grado	1	\$ 600.00	\$ 600.00
Libreta de apuntes	1	\$ 1.50	\$ 1.50
Esferográficos	2	\$ 0.30	\$ 0.60
Imprevistos	1	\$ 25.00	\$ 25.00
Material para presentación del libro	1	\$ 50.00	\$ 50.00
		<b>Total:</b>	<b>\$ 694.10</b>

### **5.8.3 Talento humano**

**Investigador:** Santiago Basantes

**Director:** Lic. Norelia Ortega Morillo

**Asesores:** Lic. Ingrid Arévalo

**Entrevistado:**

Tlgo. Carlos Burbano profesor del Instituto Internacional ITHI.

Lic. Fredy Auqui profesor de historia del colegio Particular Luigi Galvani.

## REFERENCIAS

PAZOS, J. (2008). El sabor de la memoria: Historia de la cocina quiteña. Quito: Trama Edición

AYALA, E. (2008). Historia del Ecuador, Vol. 5: Época colonial III. Quito: Corporación Editora Nacional.

VELAZCO, J. ( s.f.). Historia del Reino de Quito. Quito.

BARTOLOMÉ, M. (1818). La cocina de los jesuitas. Madrid: Portada Editorial.s/l.

Empres Pública Metropolitana Quito Turismo. (2012). Recuperada Enero 18, 2014, de <http://www.quito.com.ec/index.php/bienvenido/informacion-basica/feriados>.

El Comercio.com. (2013). Recuperado Enero 18, 2014, de [http://www.elcomercio.com.ec/quito/feriado-Quito-gastronomia-comidatipica-turismo-distribucionmetropolitano\\_0\\_1009099082.html](http://www.elcomercio.com.ec/quito/feriado-Quito-gastronomia-comidatipica-turismo-distribucionmetropolitano_0_1009099082.html)

El universo. (2012). Recuperada Enero 18,2014, de <http://www.eluniverso.com/2012/04/01/1/1382/fanesca-un-plato-encierra costumbres-ecuatorianos.html>

Receta ecuatoriana. (2010). Recuperado Enero 20,2014, de <http://recetaecuadoriana.com/2010/03/la-fanesca/>

Laylita.com. (2011). Recuperado Enero 20,2014, de <http://laylita.com/recetas/2011/10/30/colada-morada/>

Receta ecuatoriana. (2009). Recuperado Enero 20,2014, de <http://recetaecuadoriana.com/2009/09/pristinos/>

## ANEXO 1



### INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y HOTELERÍA

#### Encuesta

**Sexo:**

**Edad:**

La presente encuesta es de carácter académico los datos que nos brinde serán manejados con absoluta reserva.

**Lea con cuidado y subraye las respuestas:**

1.- ¿Conoce usted la existencia de platillos tradicionales de la ciudad de Quito?

( SI )

( NO )

2.- ¿Tuvo la oportunidad de consumir un platillo tradicional de nuestra ciudad?

( SI )

( NO )

3.- ¿Pudo apreciar la preparación de alguna receta quiteña?

( SI )

( NO )

4.- ¿Ha visto o escuchado en un canal de televisión o radio presentar algo referente a la Gastronomía de Quito?

( SI )

( NO )



## APÉNDICE A



### INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y HOTELERÍA

#### Entrevista

**Entrevistado:**

**Sexo:**

**Profesión:**

**Ciudad:**

**Entrevistador:**

- 1) ¿Sabe alguna anécdota o historia referente a la gastronomía tradicional de Quito?
- 2) ¿A su parecer la gastronomía quiteña tiene una gran influencia de la religión católica?
- 3) ¿Conoce algún platillo tradicional de Quito que revela la influencia del catolicismo?
- 4) ¿Según su punto de vista que porque se dio este fenómeno social?
- 5) ¿conoce que simbolismos se enmarca en gastronomía tradicional quiteña?
- 6) ¿Qué aspectos positivos trajo esta influencia religiosa en la gastronomía de tradicional de Quito?

- 7) ¿Conoce algún platillo que no sea de la ciudad de Quito que tenga influencia católica?
- 8) ¿Qué lugar ocupa actualmente la iglesia católica en la ciudad de Quito?
- 9) ¿Según su punto aún se mantiene esta influencia en gastronomía quiteña?
- 10) ¿Es bueno que la gastronomía se relacione con la religión y por qué?

## APÉNDICE B



### INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y HOTELERÍA

#### Fichas de observación

<b>Técnica</b>	Ficha número:
Descripción del trabajo	Fotografía
Descripción del trabajo	
Realizado por	Fecha: