

CARRERA GASTRONOMÍA

TEMA:

**“CREACIÓN DE UN MANUAL DE TÉCNICAS DE COCINA
COREANA APLICADAS A LA COCINA ECUATORIANA PARA
AMPLIAR LA OFERTA GASTRONÓMICA EN EL RESTAURANTE
TRES PINTAS, CIUDAD QUITO, PROVINCIA DE PICHINCHA.”**

Proyecto Integrador de grado previo a la obtención del título de Tecnología
Superior en Gastronomía.

AUTOR: Marco Ramírez

DIRECTOR: MBA. Christian Vásquez

D.M. Quito, 11 de abril del 2022

DEDICATORIA

A mi mamá, Betty Soriano, que a lo largo de todos estos años ha sido mi gran apoyo a través de malos y buenos momentos, que a pesar de las circunstancias me ha educado de la mejor manera convirtiéndome en la persona que soy ahora y ha sido un ejemplo de que no debo rendirme ante las dificultades que puedan existir en la vida.

A mi hermana, Gissela Ramírez, que al igual que mi mamá, ha sido un pilar fundamental en mi vida, que incluso ha hecho la función de ser un segundo padre en vida, que siempre me ha apoyado en todo sentido con respecto a mi carrera y mis decisiones y por ser un ejemplo a seguir mis sueños y cumplir mis metas.

A mi padre, Marco Ramírez, que a pesar de no haber convivido conmigo, siempre ha estado presente cuando he necesitado ayuda con respecto a mis estudios.

A los profesores del instituto, que a lo largo de estos casi cuatro años, han sido un gran ejemplo de lo maravilloso e impresionante de esta carrera.

AGRADECIMIENTO

A mi mamá, por el amor, cariño y apoyo que siempre me ha dado y por ser la razón para seguir adelante.

A mi hermana, por siempre haber estado en esos momentos difíciles y siempre apoyarme en mis estudios.

A mis familiares, que a pesar de no siempre estar en contacto, siempre han deseado lo mejor para mí.

A mis compañeros del instituto, que siempre alegraban los momentos de estudio dentro de clases.

A Christian Vásquez, por sus enseñanzas y paciencia a través de este tiempo en el que he realizado este proyecto

A los miembros del jurado, por ser los encargados de proveer sus sugerencias y comentarios sobre el proyecto.

A los docentes del instituto, por haberme formado de manera profesional, por ser un ejemplo de cómo amar, respetar esta carrera y por siempre desear lo mejor para mí en el ámbito profesional.

AUTORÍA

Yo, Marco Ramírez, autor del presente informe, me responsabilizo por los conceptos, opiniones y propuestas contenidos en el mismo.

Atentamente

A handwritten signature in black ink, consisting of several overlapping, sweeping strokes. To the right of the signature, the name "Marco" is written in a simple, legible font, with "R.S." written below it.

(MARCO VINICIO RAMÍREZ SORIANO)

Quito, 11 de abril del 2022

MBA. CHRISTIAN VÁSQUEZ

DIRECTOR DE TRABAJO DE TITULACIÓN

CERTIFICA

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

MBA. CHRISTIAN VÁSQUEZ

Quito, 11 de abril del 2022

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: MBA. Christian Vásquez por sus propios derechos en calidad de Director del trabajo fin de carrera; y el Sr. /Srta. Marco Ramírez por sus propios derechos, en calidad de autor del trabajo fin de carrera.

SEGUNDA:

UNO.- El Sr. /Srta. Marco Ramírez realizó el trabajo fin de carrera titulado: **Creación de un manual de técnicas de cocina coreana aplicadas a la gastronomía ecuatoriana para ampliar la oferta gastronómica en el restaurante Tres Pintas, cantón Quito, Provincia de Pichincha**, para optar por el título de, Gastronomía en el Instituto Tecnológico Superior Internacional ITI, bajo la dirección de MBA. Christian Vásquez.

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

TERCERA: Los comparecientes, MBA. Christian Vásquez, en calidad de director del trabajo fin de carrera y el Sr. /Srta. Marco Ramírez, 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: **Creación de un manual de técnicas de cocina coreana aplicadas a la gastronomía ecuatoriana para ampliar la oferta gastronómica en el restaurante Tres Pintas, cantón Quito, Provincia de Pichincha**, y conceden autorización para que el ITI 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.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Marco R.S.', is written over a horizontal line.

MBA. Christian Vásquez

Marco Ramírez

Quito, 11 de abril del 2022

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Portada

DEDICATORIA.....	2
AGRADECIMIENTO	3
AUTORÍA.....	4
CERTIFICA	5
ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE TRABAJO FIN DE CARRERA	6
ÍNDICE DE TABLAS	11
ÍNDICE DE FIGURAS.....	11
RESUMEN.....	13
INTRODUCCIÓN.....	14
Nombre del proyecto.....	14
Marco contextual	14
<i>Análisis macro</i>	15
<i>Análisis meso</i>	16
<i>Análisis micro</i>	16
Análisis de involucrados	17
Problema de investigación.....	18
Idea a defender.....	19
Objeto de estudio y campo de acción.....	19
Justificación.....	19
Objetivos	21
Síntesis de la introducción.....	21
CAPÍTULO I: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	23
1.1. Zona de estudio – Quito.....	23
1.1.1. <i>Turismo en Quito</i>	23
1.2. Impacto de la cultura coreana en Quito – Ecuador.....	24
1.2.1. <i>Población coreana en Quito – Ecuador</i>	27
1.2.2. <i>Restaurantes coreanos en Quito</i>	28
1.3. Análisis del restaurante Tres Pintas.....	29
1.3.1. <i>Historia</i>	29

1.3.2. Oferta gastronómica.....	30
1.4. Gastronomía Ecuatoriana.....	31
1.4.1. Gastronomía de la sierra ecuatoriana.....	34
1.4.2. Gastronomía de la costa ecuatoriana.....	35
1.4.3. Gastronomía de la Amazonía.....	35
1.4.4. Gastronomía de la región Insular	36
1.4.5. Técnicas de cocción y conservación ancestrales usadas en la gastronomía ecuatoriana.....	37
1.4.5.1. Técnicas de cocción.....	37
a. Envueltos (Pankapi yanuna).....	37
b. Cocción en barro.....	38
c. Asado (Kusana).....	38
d. Asado en brasas (Ninapi kusana).....	38
e. Asado dentro de una caña (Wirupi kusana)	39
f. Asado en cenizas (Uchpa kusana).....	39
g. Pachamanca (Allpa manka).....	39
h. Cocción en piedra (Kunuk rumi).....	40
i. Hervido (Timpuna).....	41
j. Fermentado (Pushukuska)	41
k. Tostado (Kamchana)	41
l. Cocción a vapor (Wapsi Yanuna)	42
1.4.5.2. Técnicas de conservación.....	42
a. Congelación.....	42
b. Asoleado	42
c. Salado – asoleado	43
d. Cocción – asoleado	43
e. Cocción – remojado – asoleado.....	43
f. Putrefacción – asoleado	43
g. Salado – Ahumado	43
h. Maceración – Asoleado.....	43
i. Tostado - molido	44

1.4.6.	<i>Productos endémicos del Ecuador</i>	44
1.4.7.	<i>Platos representativos del Ecuador</i>	44
1.5.	<i>Gastronomía de Corea</i>	45
1.5.1.	<i>Antecedentes – Historia</i>	45
1.5.2.	<i>Gastronomía y salud</i>	47
1.5.3.	<i>Hansik</i>	48
1.5.4.	<i>Obangsaek (오방색)</i>	49
1.5.5.	<i>Costumbres y tradiciones relacionadas con la gastronomía coreana</i> ..	52
1.5.6.	<i>Etiqueta en la mesa</i>	54
1.5.7.	<i>Banchan (반찬)</i>	55
1.5.8.	<i>Bebidas – alcohol</i>	55
1.5.9.	<i>Comida callejera</i>	57
1.5.10.	<i>Productos de Corea</i>	57
1.5.11.	<i>Platos tradicionales y ceremoniales de Corea</i>	60
1.5.12.	<i>Técnicas de cocción usadas en la cocina coreana</i>	61
a.	<i>Fermentación</i>	62
b.	<i>Hervir</i>	65
c.	<i>Asar</i>	65
d.	<i>Cocción al vapor</i>	66
1.6.	<i>Cocina Fusión</i>	68
1.7.	<i>Manual de técnicas de cocción coreanas</i>	68
1.7.1.	<i>Fermentación</i>	68
1.7.2.	<i>Hervir</i>	71
1.7.3.	<i>Asar</i>	72
1.7.4.	<i>Cocción al vapor</i>	74
1.8.	<i>Síntesis del capítulo</i>	75
CAPITULO II: DIAGNÓSTICO		77
2.1.	<i>Metodología</i>	77
2.1.1.	<i>Tipos de investigación</i>	77
2.1.2.	<i>Métodos de investigación</i>	78

2.1.3. <i>Técnicas e instrumentos de investigación</i>	78
2.1.4. <i>Universo y muestra</i>	79
2.2. Resultados obtenidos	80
2.2.1. <i>Presentación gráfica de resultados</i>	80
2.2.2. <i>Análisis e interpretación de resultados</i>	91
2.3. Síntesis del capítulo	94
CAPÍTULO III: PROPUESTA	95
3.1. Título de la propuesta – Descripción	95
3.2. Macro y micro localización	95
3.3. Esquema de la propuesta	96
3.4. Presupuesto	98
3.5. Desarrollo de la propuesta	99
3.5.1. <i>Inventario de materia prima</i>	99
3.5.2. <i>Inventario de productos</i>	100
3.5.3. <i>Instrucción de técnicas</i>	100
3.5.4. <i>Horarios y duración de instrucción</i>	100
3.5.5. <i>Aplicación de técnicas y planteamiento de ideas</i>	101
3.5.6. <i>Promoción - Degustación</i>	101
3.5.7. <i>Costos</i>	102
3.5.8. <i>Manual</i>	102
3.6. Síntesis del capítulo	109
CONCLUSIONES	110
RECOMENDACIONES	111
VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS	112
ENTREVISTA	112
REFERENCIAS	115
ANEXOS	120

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N°1: Análisis de involucrados	17
Tabla N°2: Sectores abarcados por el Hallyu.....	25
Tabla N°3: Denominaciones del Hallyu	26
Tabla N°4: Restaurantes coreanos en Quito.....	29
Tabla N°5: Productos endémicos del Ecuador por regiones	44
Tabla N°6: Platos representativos del Ecuador por regiones	44
Tabla N°7: Significado de los colores del Obangsaek.....	50
Tabla N°8: Celebraciones especiales y platos consumidos en Corea	53
Tabla N°9: Productos más usados en la cocina coreana	58
Tabla N°10: Datos generales de encuestados.....	81
Tabla N°11: Significado de cocina fusión.....	82
Tabla N°12: Frecuencia – consumo de cocina ecuatoriana en restaurantes	83
Tabla N°13: Platos ecuatorianos que más consumen los encuestados.....	84
Tabla N°14: Opinión sobre la cocina ecuatoriana a nivel mundial.....	85
Tabla N°15: Consumo de comida asiática	86
Tabla N°16: Conocimiento sobre la gastronomía coreana.....	88
Tabla N°17: Disposición para consumir una fusión de cocina ecuatoriana y coreana.....	89
Tabla N°18: Rango de precios dispuestos a pagar.....	90
Tabla N°19: Recursos utilizados	98
Tabla N°20: Presupuesto.....	98

ÍNDICE DE FIGURAS

Gráfico N°5: Problema de investigación.....	18
Gráfico N°2: Representación de los colores del Obangsaek	50
Gráfico N°3 Datos generales – género.....	81
Gráfico N°4 Datos generales – edad.....	82
Gráfico N°5: Significado de cocina fusión	82
Gráfico N°6: Frecuencia – consumo de cocina ecuatoriana en restaurantes	83
Gráfico N°7: Platos ecuatorianos que más consumen los encuestados.....	85
Gráfico N°8: Opinión sobre la cocina ecuatoriana a nivel mundial	86
Gráfico N°9: Consumo de comida asiática	87
Gráfico N°10: Otros platos asiáticos consumidos por los encuestados	87
Gráfico N°11: Conocimiento sobre la gastronomía coreana.....	88
Gráfico N°12: Disposición para consumir una fusión de cocina ecuatoriana y coreana	89
Gráfico N°13: Rango de precios dispuestos a pagar.....	91
Gráfico N°14: Manual de técnicas – Presentación	103
Gráfico N°15: Manual de técnicas – Resumen.....	104
Gráfico N°16: Manual de técnicas – Fermentación	105
Gráfico N°17: Manual de técnicas – Hervido	106
Gráfico N°18: Manual de técnicas – Asado	107
Gráfico N°19: Manual de técnicas – Cocción al vapor	108

“Creación de un manual de técnicas de cocina coreana aplicadas a la gastronomía ecuatoriana para ampliar la oferta gastronómica en el restaurante Tres Pintas, cantón Quito, Provincia de Pichincha”

AUTOR: Marco Vinicio Ramírez Soriano

DIRECTOR: MBA. Christian Vásquez

FECHA: 11 de abril del 2022

RESUMEN

El presente proyecto engloba una investigación realizada en varios campos, centrada en los países de Ecuador y Corea en donde la costumbres, tradiciones, culturas, influencia y principalmente la gastronomía es lo que se resalta. El objetivo de la investigación es que el restaurante Tres Pintas pueda ampliar su oferta gastronómica y de esa forma elevar su número de clientes. En el primer capítulo se encuentra descrita toda la investigación realizada sobre la gastronomía de Ecuador y Corea, además de la influencia que ha tenido el país asiático en nuestro país. En el segundo capítulo está descrito los métodos de investigación que aplicaron en el presente proyecto, además de encontrar un análisis de las encuestas realizadas con la finalidad de conocer si existe la viabilidad para la propuesta. Por último, en el tercer capítulo se plantea la propuesta hacía el restaurante Tres Pintas el cual es que por medio del uso del manual de técnicas de cocción y la investigación realizada puedan ampliar su oferta gastronómica.

INTRODUCCIÓN

Nombre del proyecto

Creación de un manual de técnicas de cocina coreana aplicadas a la gastronomía ecuatoriana para impulsar la cocina fusión y ampliar la oferta gastronómica en el restaurante Tres Pintas, cantón Quito, Provincia de Pichincha.

Marco contextual

La investigación se realizará en el restaurante Tres Pintas, principalmente en la matriz, la cual está ubicada en el Valle de Los Chillos.

La ciudad de Quito, más allá de ser la capital del Ecuador, es un lugar lleno de cultura, con diferentes costumbres y tradiciones. Una ciudad que a lo largo de los años se ha convertido en el centro de atracción para muchos turistas, ya sean nacionales o extranjeros. También ha sido el principal destino para aquellas personas que deciden migrar para poder tener una mejor “vida”. Es por ello que Quito se ha convertido en un paradero para cientos de personas, no solo provenientes de otras provincias y ciudades del Ecuador, sino también personas que provienen de otros países, de las cuales, muchas de ellas deciden emprender en el ámbito gastronómico, es por ello que alrededor de las zonas más concurridas de Quito, se observan diferentes tipos de restaurantes ofreciendo comida de distintos países, ya sea italiana, mexicana, española, china, etc.

El efecto inmediato que ha tenido esta introducción de nuevos tipos de comida a nuestro país, precisamente en la ciudad de Quito, ha hecho que poco a poco se vaya

perdiendo la gastronomía propia de nuestro país. De igual forma, a consecuencia de esto, en Quito, que es una ciudad que recibe miles de visitantes cada año, los turistas no conocen sobre la gastronomía de nuestro país, pues en los alrededores de la mayoría de lugares turísticos dentro de la ciudad de Quito existen más establecimientos de A&B que ofrecen productos de otros países, por lo que la cocina ecuatoriana cada vez se va quedando más atrás.

Conjuntamente con la problemática de que hay más restaurantes de comida internacional en nuestro país, la gastronomía ecuatoriana no ha sido capaz de crecer internacionalmente, pues no existen proyectos ni organizaciones que se esfuercen en tratar de lograr que la cocina de nuestro país sea reconocida en otros países, como lo han logrado hacer en países como México o Perú por ejemplo.

Análisis macro

En Quito, según la Empresa Pública Metropolitana de Gestión de Destino Turismo, desde 2015 llegan en promedio entre 50.000 y 60.000 turistas provenientes de otras ciudades o provincias del país y turistas extranjeros cada mes. (Abuja, 2016). De las cuales, sus gastos siempre van dirigidos a dos sectores en concreto, los cuales son el hotelero y el de A&B. Los sitios turísticos en Quito sobran, y por lo general, alrededor de los mismos existen muchos restaurantes ya sea de comida ecuatoriana u otro país, de los cuales los turistas extranjeros en mayoría optan por la segunda opción.

Análisis meso

El ciudadano ecuatoriano en general no tiene un conocimiento sobre las bases de la gastronomía ecuatoriana, por lo que provoca que la misma no se desarrolle y se pueda posicionar como una de las mejores en la región. La mayoría de restaurantes en la ciudad que se dedican netamente a la oferta de comida ecuatoriana, más allá de vender sus productos, no han podido ser capaces de fomentar a la población a usar técnicas de cocción ecuatorianas al igual que sus productos, por lo que la cultura gastronómica de nuestro país se va perdiendo.

Análisis micro

En la ciudad de Quito, desde 2018, existen alrededor de 11.000 establecimientos que se dedican al ámbito gastronómico. (Observatorio PYME, 2018), este número podría haber variado a por consecuencia de la pandemia causada por el Covid-19 y también por la existencia de establecimientos que no están legalmente registrados. Entre los restaurantes ubicados en Quito, está el restaurante Tres Pintas, el cual tiene dos establecimientos dentro de la ciudad, la matriz, la cual se dedica a ofertar comida rusa y ucraniana, y la sucursal, la cual promociona comida ecuatoriana. El restaurante es conocido y bien calificado entre sus clientes, por la calidad de los productos que sirven y por las comodidades que ofrece el mismo. Pero que carece de una oferta gastronómica más amplia.

Análisis de involucrados

Tabla N°1: Análisis de involucrados

GRUPOS INVOLUCRADOS	INTERESES	PROBLEMAS	RECURSOS Y MANDATOS (recursos que aporte y mandatos son leyes, reglamentos o normas a seguir)
INVESTIGADOR	Ampliar la oferta gastronómica dentro del restaurante Tres Pintas.	Insuficiente conocimiento acerca de nuevas técnicas de cocina por parte de los trabajadores del restaurante.	
CLIENTES	Tener más variedad de productos para elegir.	Insuficiente variedad de productos en el establecimiento.	Recursos económicos.
DUEÑOS DEL RESTAURANTE	Mayor afluencia de clientes en el restaurante.	Insuficiente variedad en su oferta gastronómica.	<ul style="list-style-type: none"> • Recursos económicos. • Estructura del establecimiento. • Recursos humanos.

Elaborado por: Marco Ramírez

Problema de investigación

Gráfico N°5: Problema de investigación

CAUSAS	DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	CONSECUENCIAS
<ul style="list-style-type: none">• Insuficiente personal con conocimiento de técnicas de cocina de vanguardia y cocina coreana.• Insuficiente información sobre nuevas técnicas de cocina.• Insuficientes medios de difusión para los clientes.	Insuficiente variedad de oferta gastronómica que no permite llegar a diferentes grupos de clientes y tener una mayor afluencia gente en el restaurante.	<ul style="list-style-type: none">• Menor afluencia de clientes.• Pérdida de recursos materiales.• Pérdida de reconocimiento del establecimiento.
INDICADORES		
<ul style="list-style-type: none">• Demanda de nuevas ofertas gastronómicas.• Desconocimiento del restaurante.		

Formulación del problema

¿Qué consecuencias existen al no tener una más amplia oferta gastronómica dentro del restaurante Tres Pintas?

Definición del problema

Pérdida de afluencia de un más amplio sector humano de clientes que permitirían que el restaurante tenga un mayor desarrollo económico.

Idea a defender

Mediante la siguiente investigación se pretende realizar una propuesta la cual sería ampliar la oferta gastronómica del restaurante Tres Pintas por medio del uso de técnicas de cocina coreana aplicándolas en la cocina ecuatoriana o incluso rusa que son las que se usa en el establecimiento.

Objeto de estudio y campo de acción

Objeto de estudio

No hay una gran variedad de platos ofertados por parte del restaurante, además, la falta interés por parte de la población ecuatoriana u organizaciones para poder impulsar la gastronomía de nuestro país.

Campo de acción

Restaurante Tres Pintas, Ciudad Quito, Provincia de Pichincha.

Justificación

El Ecuador, es un país con una diversidad impresionante con lo que respecta cultura, costumbres, tradiciones, biodiversidad, pero más que nada gastronomía. Esto debido a que en el país existe una inmensa variedad de productos que en algunos casos son únicos del Ecuador. Pero a pesar de la riqueza gastronómica que poseemos, el Ecuador no ha sido capaz de explotar este sector a nivel internacional a comparación de otros países de la zona. Los resultados que se evidenciarían en el país si se impulsara nuestra gastronomía a nivel mundial, se verían reflejados de manera positiva en diferentes sectores como el turístico, económico, industrial, agrónomo,

entre otros. Pero no han existido a través de los años, proyectos que siquiera traten de impulsar nuestra cocina, e incluso, nuestra cultura gastronómica se ha ido perdiendo poco a poco con el pasar de los años a causa de que la población ecuatoriana empieza a preferir degustar platos y productos provenientes de otros países, y por consecuencia nuestra cocina se empieza a quedar en el olvido, por lo que incluso tal vez en un futuro no tan lejano las siguientes generaciones ya no conocerán sobre algunos de nuestros platos y productos más representativos.

El restaurante Tres Pintas, es un establecimiento que nace ofreciendo platos rusos y ucranianos, posteriormente amplía su oferta agregando platos ecuatorianos, pero la comida proveniente de Rusia no ha sido un gran atractivo en el país, tanto que incluso la población quiteña en este caso, no está al tanto que existen establecimientos que ofertan este tipo de cocina. Por otro lado, la gastronomía coreana en los últimos años ha ido creciendo de manera exponencial en todo el mundo, esto no ha sido causado exactamente por su propia gastronomía, sino que el sector de entretenimiento ha sido el encargado de difundir su cultura de manera internacional, entre estas, su gastronomía.

Es por ello que la creación de un manual de técnicas de cocina coreanas sería una gran ayuda tanto para el desarrollo del restaurante Tres Pintas como también para la cocina ecuatoriana, puesto que la intención de este manual es ampliar la oferta gastronómica del establecimiento y que pueda ofrecer a sus clientes más variedad de platos ya sean propios de Corea, Ecuador o una fusión entre ambas, lo cual también ayudaría a impulsar la cocina ecuatoriana poco a poco.

Objetivos

Objetivo general

- Crear un manual de técnicas de cocina coreana aplicadas a la gastronomía ecuatoriana para ampliar la oferta gastronómica dentro del restaurante Tres Pintas.

Objetivos específicos

- Recopilar información sobre técnicas de cocina usadas en Corea.
- Investigar sobre la cocina ecuatoriana.
- Proporcionar ideas de cómo fusionar ambos estilos de cocina.
- Realizar una propuesta para ampliar la oferta gastronómica en el restaurante Tres Pintas.

Síntesis de la introducción

Quito siempre ha sido un lugar en el que se mezclan diferentes culturas, debido principalmente al turismo y a la migración por lo que la gastronomía en esta zona es muy variada en donde se puede encontrar comida de todo tipo. La comida ecuatoriana a pesar de que aún es la predominante en la ciudad ha ido perdiendo terreno poco a poco con la llegada de franquicias internacionales de comida rápida o por tendencias que han hecho que la gente prefiera otro tipo de comida a la ecuatoriana. El restaurante Tres Pintas ubicado en el sector del Valle de los Chillos que ha venido funcionando desde 2015 promueve la comida rusa y ucraniana. Su

franquicia, iniciada por Oleksii Chechulin y también Fernando Díaz como franquiciado, ha crecido hasta el punto de tener dos sucursales ubicadas en los sectores de Cumbayá y la Floresta respectivamente, a pesar de ello se ha evidenciado por parte de los clientes que desearía que exista más variedad con respecto a su oferta gastronómica según comenta Fernando Díaz dueño de la sucursal del restaurante ubicado en la Floresta, debido a ciertos factores como otro tipo de carnes, bebidas, entre otras. Es por ello que con esta investigación centrada en la cocina coreana y como podría ser fusionada con la gastronomía ecuatoriana, se busca proponer una ampliación dentro de su menú basado en esta fusión.

CAPÍTULO I: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En este capítulo se abordará temas como el análisis de la zona de estudio, el impacto de la cultura coreana en nuestro país, análisis del restaurante Tres Pintas, una investigación tanto de la gastronomía ecuatoriana como también la coreana y las técnicas de cocina usadas en corea que se aplicarían en la cocina ecuatoriana.

1.1. Zona de estudio – Quito

Quito, es la probablemente la ciudad más importante del Ecuador, no sólo por ser la capital del país, sino también por toda la historia que ha conservado a través de los años hasta la actualidad, que incluso ha hecho que la ciudad sea nombrada Patrimonio Cultural de la Humanidad desde el 8 de septiembre de 1978. (El Universo, 2020). Esto debido a los valores culturales e históricos que existen dentro de la ciudad, principalmente por el centro histórico de la ciudad que es el de mayor densidad en toda América latina, no sólo por la extensión del mismo, sino también por los monumentos arquitectónicos que hay dentro como: Iglesias, museos, palacios, entre otros. (Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales).

1.1.1. Turismo en Quito

Según los datos de la Empresa Pública Metropolitana de Gestión de Destino Turístico “Quito Turismo”, a la ciudad de Quito, llegaban en promedio entre 35.000 a 40.000 personas cada mes, estos datos corresponden a 2019 y años anteriores, en los cuales no existía la pandemia causada por el Covid-19 en el mundo, no existen datos sobre las cifras de turismo en Quito del año 2021, pero en el año 2020, llegaron entre

8.000 a 10.000 a la ciudad de Quito, por lo que se ve reflejado el impacto que ha tenido la pandemia en el turismo de la ciudad.

A pesar de todo ello, la ciudad de Quito, aún es un destino muy requerido por los turistas que visitan Ecuador, la mayoría de estos, provenientes de Estados Unidos, los cuales siempre prefieren visitar esta ciudad por la arquitectura de la misma, el clima e incluso por algunas similitudes que tiene Quito, con algunos lugares de Estados Unidos, como el sector de la Mariscal, el Parque de la Carolina, el Parque Metropolitano, entre otros. (Haskins, 2017).

1.2. Impacto de la cultura coreana en Quito – Ecuador

Antes de profundizar sobre el impacto de la cultura coreana, no sólo en el Ecuador, sino en todo el mundo, hay que hablar sobre un término, el cual define esta globalización de la cultura coreana en otros países.

El “Hallyu”, según historiadores de Corea del Sur, es un término que nace a finales de los años noventa como una tendencia en el país asiático, en la que la población ilustraba temas políticos, económicos, sociales y culturales. El término, que literalmente se traduce a “Ola Coreana” empezaba a tener un impacto al inicio en países como China y Japón, para luego empezar a ser una tendencia mundial. (Torres, 2019). El Hallyu nacía con la idea de abarcar tres sectores en específico las cuales son:

Tabla N°2: Sectores abarcados por el Hallyu

Primer sector: Hard Power	Comprendía la economía del país por medio de la industrialización.
Segundo sector: Soft Power	Pretendía establecer estrategias de imposición cultural por medio de la exportación de contenidos culturales para atraer el mercado occidental.
Tercer sector	El último punto está más relacionado con el capitalismo.

Elaborado por: Marco Ramírez

De los tres puntos mencionados anteriormente, el del “soft power” fue el que funcionó mejor, pues el origen del “boom” coreano se estableció y fortaleció gracias a la expansión de la cultura contemporánea del país asiático. Gracias a esta expansión, la denominación Hallyu tomó otras instancias para diferenciar en que segmentos profundizaban, estos son:

Tabla N°3: Denominaciones del Hallyu

Hallyu 1.0.	Difusión de series televisivas o “k-dramas”.
Hallyu 2.0.	Difusión de la música coreana, principalmente el pop, en la que las redes sociales y la era de la digitalización jugaron un papel importante en la difusión de la música.
Hallyu 3.0.	Proliferación del consumo de la cultura coreana, la cual comprende el idioma, la gastronomía, la moda, entre otros.
Hallyu 4.0.	Esta tiene más relación a los derechos de publicidad de la imagen de los artistas coreanos, que servirían como atracción y de modelos a seguir para la gente.

Elaborado por: Marco Ramírez

En Ecuador, el Hallyu empieza desde la llegada de las series televisivas a los principales canales de televisión en el país en los inicios de los años 2000. (Torral, 2020). En una entrevista realizada por Santiago Torral, magíster en comunicación audiovisual y docente de la Universidad Casa Grande, a Ana Belén Ampuero, la

docente asegura que la expansión y popularidad de la cultura coreana en Ecuador es una estrategia política, realizada por el gobierno de Ecuador y Corea.

Este proyecto gubernamental, el cual ha servido para fortalecer la relaciones políticas entre ambos países, ha servido para que Corea del Sur posicione su imagen en Ecuador por medio de su cultura en distintos tipos de mercado, además, la docente indica que fue la presencia de empresas surcoreanas como LG y Samsung no sólo en Ecuador, sino en toda la región, lo que permitió que ingresen estos distintos tipos de contenidos al país.

1.2.1. Población coreana en Quito – Ecuador

En Ecuador, no hay un censo en el que se especifique el número de ciudadanos coreanos que residan en cada ciudad del país, pero a nivel nacional si hay, estos últimos datos, publicados por la Organización de Naciones Unidas (ONU), indica que en Ecuador hay un total de 1274 inmigrantes provenientes de Corea que residen en Ecuador, sin especificar en cuál ciudad residen. De este total, 797 personas pertenecen a inmigrantes provenientes de Corea del Sur y 477 personas provenientes de Corea del Norte. (Diario Económico: Expansión)

Al no haber un censo exacto por parte tanto del gobierno ecuatoriano como también del gobierno surcoreano, no existen datos de si este número ha incrementado o disminuido, tampoco hay datos en los cuales se indique a que actividades se dedican estas personas en el país, como también la razón por la cual estas personas decidieron inmigrar al Ecuador.

1.2.2. Restaurantes coreanos en Quito

En Quito hay varios restaurantes que se dedican a ofrecer comida asiática, pero por lo general lo que más predomina entre estos, es la comida china y la comida japonesa, pues estas dos naciones han impulsado con más ahínco su cultura gastronómica a través del mundo. La cocina japonesa se ha expandido en Quito por la tendencia de platos como el sushi, por lo que cada vez empiezan a haber más establecimientos que ofrecen estos productos. Por otro lado la comida china tiene su auge en la ciudad a causa del gran flujo de inmigración que hubo hace años por parte de la población china hacia Ecuador. (El Comercio, 2017)

En estos establecimientos de comida asiática, también se ofrece platos provenientes de Corea del Sur, pero su impacto no ha sido el mismo que el de la japonesa y la china. Aun así, en Quito ya existen hace algunos años, restaurantes que se dedican solamente a ofertar comida coreana, la mayoría de ellos incluso, registrados por parte de la Embajada de Corea del Sur en Quito. (Lee, 2017)

En una entrevista realizada por parte del Diario El Comercio a Jung Suk Lee, quien es la chef personal de la residencia del embajador de Corea del Sur, ella señala que todos los restaurantes de comida coreana en Quito conservan y promueven el uso de técnicas de cocina y sabores usadas en Corea, como la fermentación de verduras o el uso del picante. (Lee, 2017). En estos restaurantes, sus principales platos son: el Kimchi, japchae, bibimbap, bulgogi, samgyetang, entre otros. (El Universo, 2018)

Entre los restaurantes registrados por la Embajada de Corea del Sur en Quito están:

Tabla N°4: Restaurantes coreanos en Quito

RESTAURANTE	UBICACIÓN
Ati	Av. Coruña e Isabel la católica, pasaje N24JE12-24
Ati Express	Núñez de Vela E3-13
Bon Ga	Av. De los Shyris N43-85, entre Río Coca y Tomás de Berlanga
Gohyangjip	Joaquín Paredes y José María Raigada N45-208
Manna	Avs. Amazonas y Naciones Unidas, CC.NU. local PB2
Tasty	Av República de El Salvador N34-127 y Suiza, ed. Murano Plaza
Namu	La Pradera Megaplaza, Quito 170518
Somssi	E10 París N43-29 entre Emilio Zola y Tomas de Berlanga, Quito
Soban	Av. La Coruña N30 123, Quito 170518

Fuente de información: (Lee, 2017)

Elaborado por: Marco Ramírez

1.3. Análisis del restaurante Tres Pintas

1.3.1. Historia

El restaurante Tres Pintas ubicado en Valle de los Chillos fue inaugurado en 2015 por Oleksii Chechulin, él llegó a Quito con la idea de promocionar comida proveniente del continente europeo, exactamente de países como Rusia, Ucrania y Eslovenia, las cuales son las bases principales de las cuales nacen la mayoría de platos ofertados en este restaurante. Luego de 6 años en el negocio, en el 2021 nacen 2 nuevas sucursales, una ubicada en Cumbayá y la otra en el sector de la Floresta. Los

tres restaurantes han funcionado como uno desde entonces pues se mantiene la marca usando la misma materia prima para la elaboración de sus platos que no varían en estos establecimientos.

Dentro de esta materia prima, está la fortaleza del restaurante, pues las carnes y los embutidos son la estrella de este restaurante y por lo que la mayoría de gente regresa, a pesar de que ciertas veces los comensales sienten cierto recelo hacía su comida principalmente porque la carne de borrego es una de las más usadas dentro de los establecimientos, pero al ser una carne no tan consumida por los ecuatorianos, la gente no siempre opta por este alimento. La cerveza es otro de sus atractivos, la cual es artesanal y que va variando dependiendo de la temporada.

Fernando Díaz, dueño de la sucursal ubicada en la Floresta comenta que se ha estado estudiando la posibilidad de ampliar su oferta con respecto tanto a platos como también a su cerveza, puesto que la clientela ha sugerido querer más variedad con respecto a lo que se ofrecen en sus establecimientos por el mismo hecho de hay ocasiones en la que la gente no prefiere degustar carne de borrego o porque no les gusta la cerveza artesanal e incluso porque no hay tantas opciones vegetarianas dentro del menú.

1.3.2. Oferta gastronómica

Como se mencionó anteriormente, las carnes y la cerveza es lo que predomina en esta franquicia, la carne de borrego es la principal dentro de su menú, al igual que sus embutidos y la que más aceptación tiene por parte del público, posiblemente debido a que las mismas son ahumadas y su sabor es lo que más atrae a los clientes.

La preparación de las papas fritas es otro gran atractivo pues lo han mezclado con salchichas artesanales para crear su propia versión de “salchipapa”. La cerveza por otro lado al igual que sus carnes es artesanal y almacenada en barriles, junto con la cerveza también se ofrecen otros tipos de licores artesanales como el vodka el cual en sus restaurantes se lo mezcla con otros ingredientes como ají o incluso wasabi.

Además de lo mencionado, dentro de la franquicia también se ofrecen otros platos como:

- Taranka (picaditas de pescado)
- Palmeni (raviolis estilo ruso)
- Varenikis (empanadas ucranianas hechas a base de harina de trigo)
- Costillas de cerdo ahumadas
- Mix de salchichas ahumadas
- Hongos y vegetales ahumados

1.4. Gastronomía Ecuatoriana

La gastronomía ecuatoriana, es posiblemente una de las más diversas y completas a nivel mundial, todo esto gracias a la ubicación del país y por sus riquezas naturales, que permiten que en cada provincia y cada ciudad del Ecuador tenga una gran variedad gastronómica que se diferencian entre sí, pero que al final, en conjunto, forman parte de nuestra cultura gastronómica.

El Ecuador posee una historia y cultura gastronómica que ha trascendido a lo largo de los años y es ciertamente una de las más interesantes por los productos que crecen en el país.

El alcance de la gastronomía por lo amplio, no se circunscribe únicamente a la necesidad de comer, sino que la trasciende, al ser considerada como expresión social construida socialmente, que contribuye a determinar la identidad de grupos poblacionales con similar tradición culinaria, desde los puntos de vista local y territorial, siendo un factor a tomar en cuenta en el desarrollo, al aportar el aprovechamiento de la flora y la fauna. (Vega, 2018, pág. 2)

En el Ecuador, la gastronomía ha tenido dos grandes influencias, que han hecho que en la historia se haya visto cambios en el uso de ciertos productos y técnicas de cocción, la primera gran influencia es el de la cultura Inca.

La primera gran influencia tiene relevancia ya que fueron los incas quienes introdujeron ciertos productos, artefactos y técnicas culinarias. De hecho en esta época tuvo cabida el incidente del lago de sangre o Yahuarcocha. (...). Tomando en cuenta el término “yahuar” que en quechua significa sangre se lo puede relacionar con uno de los platos típicos del país, el Yahuarlocro; en el mismo se puede ver la utilización del vocablo que se refiere a una sopa elaborada con carne de borrego y servida con la sangre del mismo. (Montenegro, 2016)

Por otro lado, la segunda gran influencia que hubo en el país, fue con la llegada de la conquista de los españoles. Estos conquistadores, en esa época introdujeron a nuestro país ciertos productos cárnicos y vegetales, además de técnicas de cocina como la cocción a vapor y la fritura en sartén. (Pazos, El sabor de la memoria, 2008)

Los tratados de la cocina española dividen tres clases de comida según la clase social. Primero se encontraba la comida de los reyes en la cual se podía encontrar morcillas blancas, mondongo, lenguas y sesos. Luego se encontraba la comida de la burguesía en la cual se servían menestras y cocidos generalmente, en la mesa de los burgueses siempre existían tres cursos: la sopa, el plato fuerte que usualmente incluía carne de cerdo o de vaca y finalmente el postre. (...). Finalmente, estaba la comida del pueblo que por lo general incluía pan y tortas. A finales del siglo XVI varias de las mujeres españolas entraron en los claustros y con ellas nace la famosa tradición de los helados y dulces elaborados en los conventos (Montenegro, 2016)

El Ecuador está dividido en cuatro regiones, de las cuales, cada una posee culturas y tradiciones diferentes, pero que están entrelazadas a través de su gastronomía, en donde una persona se puede encontrar desde envueltos, sopas, bebidas hasta ceviches, muchos de estos platos han sido difundidos en la población con la ayuda de las huecas o picanterías. (Ministerio de Turismo del Ecuador, 2013)

1.4.1. Gastronomía de la sierra ecuatoriana

La gastronomía de la sierra ecuatoriana se diferencia de las demás por el uso de los granos, tubérculos y hortalizas, esto debido al clima de la región, que es la ideal para producción de estos alimentos que son la base de la mayoría de platos de esta región. De estos, posiblemente las más usadas son el maíz y la papa que son productos que en el país existen una gran número de variedades. (Ramírez, 2018)

En la sierra, el maíz, que tiene al menos más de diez variaciones y nombres diferentes, es uno de los alimentos más usados y que se lo puede usar en varias formas, una de ellas por ejemplo son la preparación de la chicha de jora y la chicha del yamor que son elaboradas a base del maíz fermentado y que para algunas de las culturas de esta región representa una forma de culto hacia sus dioses. Conjuntamente con el maíz, como se mencionó anteriormente, la papa es otro de los alimentos más usados por la población serrana, muchas veces usadas en sopas, fritas o como acompañamiento de otros alimentos.

Las sopas forman una parte importante de la gastronomía de esta región.

Entre las comidas más difundidas de la región Sierra están las sopas, siendo las más consumidas el caldo de gallina, la sopa de pescado, la sopa de verduras y el Yaguarloco. Este último es una especie de cocido de morcilla, en español significa sopa de sangre, se sirve acompañado de ensalada, arroz o aguacate. Otra sopa popular es el caldo de patas: locro de papas con pata de cerdo (...). Para la semana de Pascua, o Semana Santa, la sopa tradicional es la Fanesca. (Geparra, 2016).

1.4.2. Gastronomía de la costa ecuatoriana

En la costa del Ecuador, a diferencia de las otras regiones, su principal fuente de alimento proviene del mar, es por ello que los pescados y mariscos son la base de la mayoría de sus platos. Aun así, existen ciertas partes de la costa en la que de igual forma se usan mucho otras proteínas como la gallina, el pato o el chivo.

Aunque los pescados y los mariscos son los alimentos más usados en la región, existen otros productos como el coco o el maní que son muy usados en las distintas preparaciones de algunos de los platos más representativos como el encocado, el corviche, el tigrillo, entre otros. Pero el plátano verde es posiblemente el más conocido y más usado ya no sólo en la costa sino incluso en todo el país, pues es una producto muy versátil al momento de cocinarlo y que es la base de decena de platos en la región costeña. (Figueroa, 2014)

1.4.3. Gastronomía de la Amazonía

La gastronomía proveniente de la región amazónica, a diferencia de la costa o la sierra, no es tan conocida ni difundida a nivel nacional, por lo que no existe mucho conocimiento entre la población ecuatoriana acerca de la comida y productos de esta región que tiene una riqueza inmensa con lo que respecta a alimentos pues el territorio, en su mayoría está cubierta por densas y extensas hectáreas de bosques y selvas tropicales que han servido como principal fuente de alimento para la población de la Amazonía.

En esta región aún se conservan en su mayoría las costumbres y tradiciones ancestrales, esto debido a que en la Amazonía mucha de su población está

conformada por poblaciones indígenas, principalmente por los pueblos Shuar, Achuar, Huaorani, Siona, Secoya, Záparo, Cofán, entre otras. Estas poblaciones han sido las encargadas de seguir preservando su cultura a través de la gastronomía en la que aún se preparan platos por medio de técnicas que han aprendido de generación en generación.

Entre los platos que más se consumen en esta región están el maito de pescado o de pollo, el caldo de pescado o el pincho de chontacuro (gusano proveniente de la palma Chonta). (Fernández, 2014). Además de los platos mencionados anteriormente, en esta región se consumen productos exóticos que por lo general no son consumidos en las otras regiones del Ecuador, entre estos productos están el mono, la tortuga, serpientes, hormigas, guanta, entre otros. (Ramírez, 2018)

1.4.4. Gastronomía de la región Insular

La gastronomía en esta región, al igual que en la costa, está basada por los productos que ofrece el mar, además en la región se ofertan muchos de los platos de la sierra y costa ecuatoriana pues las islas Galápagos son visitadas por miles de turistas cada año. Aun así en las islas existen ciertos productos que son más utilizados, entre estos están la langosta, el bacalao, el atún y la canchalagua. (Ministerio de Turismo del Ecuador, 2017).

Este último producto, la canchalagua, es la base de uno de los platos más representativos de la zona.

Se trata de un exquisito plato de la gastronomía galapagueña, cuyo ingrediente principal es la canchalagua, moluscos endémicos de unos 5 cm cubiertos por una concha en forma de caparazón de color negro (...). El plato incluye otros ingredientes como arroz y canguil. Su popularidad actualmente se debe a los turistas que visitan a diario la isla; de hecho, se estima que el 60% del consumo de este plato es gracias al turismo y a los beneficios que se le atribuyen, pues según los galapagueños, es un plato 'afrodisíaco'. La textura de la canchalagua es dura, similar a la del pulpo, pero su sabor es parecido al de las almejas o conchas. Para la elaboración de este plato se emplean tomates, pimientos y cebolla, así como jugo de limón para potenciar su sabor. Otros ingredientes también frecuentes son el plátano, las papas, el aguacate y la cebolla, entre otros. (El Universo, 2017)

1.4.5. Técnicas de cocción y conservación ancestrales usadas en la gastronomía ecuatoriana

La historia gastronómica del Ecuador se remonta hacia la época prehispánica y desde entonces el uso de ciertos productos alimenticios, técnicas de cocción e incluso técnicas de conservación han ido evolucionando con el pasar de los años, sin embargo, en el país aún se siguen usando ciertas técnicas de cocción ancestrales.

1.4.5.1. Técnicas de cocción

a. Envueltos (Pankapi yanuna)

Posiblemente una de las técnicas más usadas y mejores conservadas dentro de la gastronomía ecuatoriana pues es una técnica que se empezó a usar desde la época

de los Incas y se usa hasta ahora en la mayoría de las ciudades del Ecuador. En la sierra ecuatoriana, uno de los envueltos más conocidos es la “humita”, la cual consiste en un envuelto de choclo parecido a un tamal. En el Ecuador se usan distintos tipos de hojas para realizar los envueltos, siendo la hoja de plátano y la hoja del maíz, las más usadas. Por lo general, junto a esta técnica, también se emplean otras para completar la cocción del alimento que ha sido envuelto dentro de la hoja, estas técnicas son el de cocción a vapor y el asado en brasas. (Valenzuela, 2016).

b. Cocción en barro

El barro, fue uno de los elementos más usados en la época incaica, pues gracias a sus características como la porosidad, permite que el vapor excesivo se escape de las ollas y permite que los alimentos se cocinen sólo con la humedad necesaria, con este barro, se creaban utensilios como ollas, hornos, tiestos, entre otros. (Valenzuela, 2016).

c. Asado (Kusana)

Es una técnica de cocción al ser expuesto al fuego directo sin necesidad de una vajilla. (Pazos, Cocinas regionales andinas, 2010).

d. Asado en brasas (Ninapi kusana)

El asado a las brasas es una técnica la cual consiste en cocer los alimentos exponiéndolos al calor del fuego o brasas para que cocinen lentamente. El fuego se lo formaba a partir de carbón vegetal o varios tipos de madera como el roble, mezquite, quebracho o coronilla. (Valenzuela, 2016).

e. Asado dentro de una caña (Wirupi kusana)

Consiste en asar pescados muy pequeños dentro de pedazos de carrizo o guadua los extremos se las tapaban con hojas bien amarradas y luego procedes a ponerlos al fuego hasta su cocción. (Pazos, Cocinas regionales andinas, 2010).

f. Asado en cenizas (Uchpa kusana)

Esta técnica corresponde en arrimar los alimentos al fogón para que se cocinen con el brasa resguardado por la ceniza. (Pazos, Cocinas regionales andinas, 2010).

g. Pachamanca (Allpa manka)

La pachamanca, que se traduce a “Olla de tierra”, es la técnica de cocción ancestral más importante dentro del Ecuador, sin embargo, lamentablemente no es una de las más conocidas ya que en la actualidad no es muy practicada por la población ecuatoriana, posiblemente debido al procedimiento que se debe realizar. Pero aún existen ciertas personas, como las que pertenecen al pueblo Kichwa, que aún conservan la tradición de preparar sus alimentos por medio de esta técnica. (Valenzuela, 2016)

Estas poblaciones proceden a realizar un ritual sagrado antes de la cocción de alimentos con el objetivo de quitar la negatividad y pedir permiso a la tierra para poder cocinar y disfrutar los productos que crecen de la misma. Este ritual se lo realiza con plantas como la chilca, la ruda y la ortiga para que los comensales absorban energía positiva a la hora de alimentarse de la pachamanca. (Hidalgo, 2020)

Alexis Criollo, Propietario de Pondo Wasi (lugar donde turistas pueden ir a visitar y ayudar a realizar la pachamanca), explica el proceso para realizar la pachamanca.

El principio de la pachamanca es crear una especie de olla de presión en un hueco de la tierra, donde se colocan las piedras volcánicas previamente calentadas a fuego como una base sobre la que se disponen hojas de chilca que hace las veces de aislante. Sobre ese hueco cavado se reparten alimentos vegetales como el maíz o habas, y diferentes tipos de carne. (...). La cocción dura alrededor de tres horas y los visitantes ayudan en el proceso de creación de la pachamanca. (Hidalgo, 2020).

h. Cocción en piedra (Kunuk rumi)

El Ecuador al estar rodeado de volcanes, tiene en los mismos una fuente para sacar piedras volcánicas que sirven para realizar esta técnica. De todas las variantes de piedra volcánica, el “basalto de profundidad”, es la mejor para la cocción de alimentos.

De todas las variantes el basalto de profundidad es el más adecuado, pues pertenece a la parte inferior de la lengua de lava y en consecuencia brinda una superficie completamente lisa y usualmente sin coquillas que son vacuolas constituidas por el escape de gases en el proceso de cristalización. Este es el material que aparentemente por más periodo sostiene el calor. En el caso de la

gastronomía, la condición más significativa es la de que el basalto no posee ningún metal pesado pero si se puede aseverar que posee muchos minerales beneficiosos como el magnesio, el calcio y el hierro. (Valenzuela, 2016).

El uso de esta técnica se ha vuelto más usado en la actualidad, para ello quien la use, primero procede a calentar la piedra en fuego directo hasta que los bordes de la misma queden con un color rojo, luego de ser calentadas se puede proceder a cocinar los alimentos, por lo que se puede poner los alimentos como carnes o vegetales directamente encima de la piedra o sumergir la piedra en líquidos para provocar el proceso de calentado o ebullición. (Valenzuela, 2016).

i. Hervido (Timpuna)

Técnica de cocción, en base al agua que permite la cocción de casi todos los alimentos como tubérculos, maíz, granos, legumbres, carnes, cereales, etc. (Pazos, Cocinas regionales andinas, 2010).

j. Fermentado (Pushukuska)

Técnica utilizada en la preparación de la Chicha, la cual es guardada por un periodo de 3 días en un pondo para el proceso de fermentación. (Pazos, Cocinas regionales andinas, 2010).

k. Tostado (Kamchana)

Esta técnica supone la utilización de Kallanas “tiesto” en los que se efectúan procesos de tostar el maíz. (Pazos, Cocinas regionales andinas, 2010).

l. Cocción a vapor (Wapsi Yanuna)

Técnica en la cual se hierve agua, y se dispone a colocar los alimentos encima sin tocar el agua, para que se cuezan con el vapor.

Para la mayoría de técnicas enlistadas anteriormente se usaban distintos tipos de implementos y utensilios, que en su mayoría son usados aún en la actualidad. Entre los implementos están los mates (Mati), ollas de barro (Manka), cántaros (Puntu), tinajas (Mawma), tostadoras o tiestos (Kallana) y sacos de cabuya (Tulu waska). Mientras tanto entre los utensilios están los batanes (Hatun rumi kutana), monteros (Uchlla rumi kutana), coladeras (Shushuna), bandejas (Watias), cucharas de palo (Wishana kaspi), platos de barro (Turu mulu) y obsidias (Kuchuna rumi) que eran usadas para cortar alimentos. (Pazos, Cocinas regionales andinas, 2010).

1.4.5.2. Técnicas de conservación

A continuación se encuentra un listado donde se encuentran las técnicas de conservación usadas desde la antigüedad hasta la actualidad, investigación realizada por Julio Pazos, expuestas en su libro “Cocinas regionales andinas”.

a. Congelación

Esta técnica aprovechaba las bajísimas temperaturas en heladas nocturnas, es utilizada en las zonas más altas para deshidratar las papas y otros tubérculos.

b. Asoleado

Consistía en secar al sol ciertos tubérculos para incrementar su dulce sabor, este proceso ayudaba a eliminar la humedad y prolongaba su conservación.

c. Salado – asoleado

Utilizada para la preservación de la carne mediante la cual se agrega granos de sal a la carne y luego se expone al sol a secarse.

d. Cocción – asoleado

Consiste en cocción en agua y exposición al sol. Es el procedimiento utilizado para la obtención del mote.

e. Cocción – remojado – asoleado

Permite eliminar el contenido tóxico o amargo de un producto, como por ejemplo, el chocho.

f. Putrefacción – asoleado

Fue utilizada como técnica de conservación de la papa. Implicaba poner bajo tierra para que la papa o el maíz entraran en estado de putrefacción, luego se retiraba y se secaba y se elaboraban algunos potajes de uso medicinal.

g. Salado – Ahumado

En esta técnica, las carnes se salan y luego se ponen en cuerdas para que reciban humo.

h. Maceración – Asoleado

Mediante esta técnica, la yuca por ejemplo se macera y se deja en agua por algunos días. Luego se extiende para retirar el agua y se deja al sol para secar.

i. Tostado - molido

Consistía en tostar los granos (maíz, haba, frejol, etc.) y luego moler para lograr su conservación a través de la obtención de harina.

1.4.6. Productos endémicos del Ecuador

Tabla N°5: Productos endémicos del Ecuador por regiones

Costa	Sierra	Amazonía	Insular
Achogcha	Babaco	Borojó	Canchalagua
Guanábana	Chirimoya	Copoazú	Tomatillo
Zapote	Chocho	Guaba	
Cacao	Guayaba	Chontacuro	
	Melloco		
	Mortiño		
	Zambo		
	Uvilla		
	Pepino dulce		

Elaborado por: Marco Ramírez

Fuente: (Ahmed, 2018)

1.4.7. Platos representativos del Ecuador

Tabla N°6: Platos representativos del Ecuador por regiones

Costa	Sierra	Amazonía	Insular
Bolón de verde	Locro de papas	Caldo de carachama	Arroz marinero
Encebollado	Fritada	Pincho de chontacuro	Bacalao con papas
Tigrillo	Llapingachos	Chicha de yuca	Langosta al ajillo
Ceviches	Cuy asado	Maito de pescado	Ceviche de canchalagua

Bollo de pescado	Humitas	Ceviche de palmito	
Encocado	Hornado	Ceviche volquetero	
Cangrejo criollo	Yaguarlocro		
Seco de pollo	Mote Pillo		
Guatita	Fanesca		
Arroz con menestra			

Elaborado por: Marco Ramírez

Fuentes: (MedioMilon, 2021), (EcuadorEc), (Hayawaska) & (El Universo, 2017)

1.5. Gastronomía de Corea

1.5.1. Antecedentes – Historia

El origen de la gastronomía en la península de Corea se remonta hacia el Año XV a.C., en donde principalmente su comida se veía influenciada por otras culturas como la china y la japonesa. Pero fue durante la edad de bronce, cuando el arroz fue introducido en China, que empezó el desarrollo de la agricultura permitiendo así que Corea empiece la producción de este producto y de igual forma el nacimiento de nuevos platos.

A lo largo de la historia de Corea, siempre han existido Imperios, la “Edad de los Tres Reinos se da posteriormente al año XV a.C.

Posteriormente, surgió la Edad de los Tres Reinos los cuales dividieron el dominio de la península coreana dando inicio al Período de los Tres Reinos de Koguryo, Paekche y Silla, todo basándose en la producción de arroz. Koguryo se fundó en el año 37 a.C - 668 d.C. por medio de una alianza de tribus nómadas del norte, Paekche creció como un estado

aristocrático y comercial en el suroeste de la península en el año 18 a.C.- 660 d.C. manteniendo fuerte lazos con Japón y China. Por último, Silla se estableció en la zona suoriental en el año 57 a.C.- 935 d.C. alejándose de los peligros de invasión por parte de China a los que estaban expuestos los reinos de Koguryo y Paekche. (Egüez, 2016).

Durante el periodo mencionado anteriormente, la dieta alimenticia de la población coreana de ese entonces, era basada en los granos los cuales lo usaban para preparar el “Bap” (arroz blanco al vapor) y pasteles de arroz. El Bap se estableció como un alimento básico por la facilidad de su preparación, mientras que los pasteles de arroz eran usados como un alimento ceremonial, para esto, en ese periodo los granos que ellos producían eran el de arroz, cebada, trigo y variedades de fréjol, siendo el arroz, la cebada y el panizo las más importantes en su dieta.

Años después, a finales del siglo XVII, el reino Silla derrotó a los reinos Koguryo y Paekche, formando así un solo reino: Silla Unificado, el cual unificaría a Corea en el año 667. Esta unificación, trajo consigo ciertas transformaciones con respecto al estilo de dieta que se llevaba anteriormente. Esto debido a que este nuevo reino unificado era una sociedad budista por lo que más allá de los granos, también empezó el consumo de vegetales y el té (que fue introducido en el año 543).

Para este periodo, ya se empezaban a visibilizar ciertas técnicas de cocción preservadas incluso hasta la actualidad.

El cultivo de vegetales también progreso durante este período, la mayoría de estos eran preservados en agua con sal. Por otra parte, se empezaron a desarrollar métodos y técnicas de fermentación, enfocándose principalmente en vinos y pastas de frejol los cuales se volvieron populares en esa época. Las técnicas de método de conservación ya eran utilizadas para este tiempo, los vegetales eran fermentados en sal y alcohol, mientras que carnes o pescados eran solamente con sal. (Egüez, 2016).

Las carnes, eran alimentos que no eran consumidos por la población Silla, por el hecho de estar influenciados por el budismo, pero ciertas personas, como las pertenecientes a la dinastía Kogoryo, si consumían carne y tiempo después, declinando el budismo e iniciando una nueva dinastía la cual era la dinastía Gojoseon, la carne fue introducida nuevamente en la dieta alimenticia de la población en general. Conjuntamente con la vuelta de las carnes a su dieta, también se empezó consumir bebidas alcohólicas usando técnicas de destilación provenientes de China.

1.5.2. Gastronomía y salud

La comida típica coreana está basada principalmente en el uso de ingredientes vegetarianos, y como muchas otras de las culturas asiáticas, se considera que la salud y la buena alimentación siempre han estado ligadas, algo que se ha mantenido en la cocina coreana hasta la actualidad (Zuleta, 2014), aunque se ha visto un poco contrarrestada por el consumo de la comida rápida por parte de la población coreana. Esto posiblemente debido a la vida diaria de los coreanos, en la que el trabajo

predomina por lo que las personas prefieren acudir a restaurantes de comida rápida o pedir comida a domicilio.

A pesar de ello, la cocina coreana no pierde sus raíces y sigue creciendo hasta el punto de globalizarse y difundir su cultura, promoviendo un estilo de vida más saludable con el uso de productos naturales frescos y sanos, que conjuntamente con técnicas de cocina que permiten que los alimentos no solo conserven un buen sabor sino también sus propiedades nutricionales. (Zepeda).

1.5.3. *Hansik*

El término “Hansik”, es usado para referirse a la comida tradicional coreana, pues la misma, al ser influenciada por las culturas de otros países asiáticos como China o Japón, tiende a ser confundida con la gastronomía de estas naciones. (Egüez, 2016). Por ello, este término engloba la historia de Corea a través de su gastronomía y con ello el uso de ciertos productos y técnicas de cocción que han sido utilizadas por generaciones. (Gallarini, 2014). El Hansik en la actualidad, aún es una realidad en Corea, pues a pesar de la llegada de la influencia de la comida occidental y con ello la comida rápida, la cultura gastronómica coreana no se ha perdido y sigue siendo consumida en su mayoría por la población coreana, conservando sus sabores y estilo de vida saludable.

En la cocina tradicional coreana existen cientos de ingredientes, varios de ellos similares a los de otros países asiáticos, pero también con productos propios de esta nación.

El arroz es uno de los elementos fundamentales en su dieta, lo acompañan con cualquier proteína y junto con vegetales fermentados. Los ingredientes más utilizados son aceite de sésamo, doenjang (pasta de judías fermentada), salsa de soya, sal, ajo, jengibre, hojuelas de pimienta, gochujang (pasta de chile rojo fermentado) y repollo o col china. Dependiendo de la región, la cantidad utilizada puede cambiar. Por otra parte, los encurtidos y fermentados más utilizados son el kimchi, gochujang (pasta de pimiento rojo) y doenjang (pasta de semilla de soja). Los guisos y guarniciones son otra parte fundamental de esta cocina. (Egüez, 2016).

1.5.4. Obangsaek (오방색)

El término “Obangsaek” se refiere a la armonía y equilibrio de colores que existen en sus platos. Estos colores son: Blanco, negro, verde/azul, rojo y amarillo. Este término, según teorías, está relacionado con el Yin y el Yang. (Marín, 2017). Pero la más aceptada es la de los “Cinco Elementos”, estos elementos son el metal, madera, agua, fuego y tierra. Según la teoría de los Cinco Elementos, los seres humanos estaban interrelacionados con el ciclo de la naturaleza, por eso consumían los cultivos e ingredientes recolectados siguiendo las estaciones del año, para mantener el equilibrio del cuerpo y la salud. (López, 2021).

Gráfico N°2: Representación de los colores del Obangsaek



Elaborado por: López, L. (2021, 25 enero). *Cinco colores - Obangsaek* [Ilustración]. Korea. https://spanish.korea.net/upload/fileShare/2021/02/usr_1612399418914.png

Tabla N°7: Significado de los colores del Obangsaek

Color	Significado
Blanco (Baek)	<p>Simboliza el metal, el Oeste y el otoño, también representa la pureza y la justicia.</p> <p>Los alimentos de color blanco están relacionados con la función de los pulmones y los que se consumen habitualmente en Corea son: el arroz</p>

	blanco, la cebolla, el ajo, la papa y la raíz de loto. (López, 2021)
Negro (Heuk)	Simboliza el agua, el Norte, la sabiduría y el invierno. Los alimentos negros protegen los riñones y la vejiga. Entre ellos se encuentran el arroz negro, los frijoles negros, el sésamo negro y algas marinas. (López, 2021).
Verde/azul (Cheong)	Representa la madera, el Este, la juventud y la primavera. Las verduras verdes como el pepino, el calabacín, la cebolla verde y las hojas de sésamo silvestre, fortalecen el hígado y los intestinos. (López, 2021).
Rojo (Jeok)	Significa el fuego y el Sur, también representa el verano, la expansión de la energía y la protección contra el mal. Antiguamente, los coreanos colgaban tiras de pimiento rojo seco alrededor de los frascos de barro que contenían salsa, para protegerlos de la mala suerte. Asimismo, los coreanos contemporáneos continúan con la tradición de comer gachas de frijoles rojos durante Dongji (동지), el solsticio de invierno, para tener protección o buena suerte. En la medicina tradicional coreana, el rojo está asociado con el corazón de manera que los alimentos con coloración roja como

	el pimiento rojo son beneficiosos para mejorar la circulación sanguínea. (López, 2021).
Amarillo (Hwang)	Representa la tierra y el Centro entre las cinco direcciones cardinales. En la antigua Corea, las túnicas reales del emperador eran amarillas, simbolizando nobleza, autoridad y confiabilidad. Aunado a ello, se cree que los alimentos amarillos afectan la función del estómago y el bazo y, consecuentemente, al apetito. Estos incluyen la calabaza, el camote y otros alimentos como la soja, la cual se utiliza para preparar doenjang (pasta de soja) y ganjang (salsa de soja). (López, 2021).

Elaborado por: Marco Ramírez.

Fuente: (López, 2021)

1.5.5. Costumbres y tradiciones relacionadas con la gastronomía coreana

Los coreanos siempre en la antigüedad siempre estaban atentos a los cambios de estaciones, esto debido a que su población en ese entonces se dedicaba en su mayoría a la agricultura, por lo que cada mes celebraban el cambio de estación, realizando celebraciones y disfrutando platos especiales elaborados a partir de los productos estacionales. En la actualidad, aún se celebran ciertas de estas costumbres a lo largo del año entre la población coreana. (Egüez, 2016)

Tabla N°8: Celebraciones especiales y platos consumidos en Corea

<p>Seollal (Día del Año Nuevo Lunar)</p>	<p>Los coreanos llevan rituales y actos conmemorativos a sus ancestros. La comida típica que se sirve en el Día del Año Nuevo Lunar es el tteokguk (sopa de pasta de arroz).</p>
<p>Jeongwol Daeboreum (Día de la primera luna llena del año)</p>	<p>En el día de la primera luna llena del calendario lunar se realizan ritos para evitar desastres y mala suerte. Los platos que por lo general se sirven son el ogokbap (arroz con cinco granos: arroz, alubias rojas, fréjol y dos clases de mijo) y el mugeun namul (variedad de nueve hasta doce platos de vegetales).</p>
<p>Sambok (Tres días para marcar el periodo más caluroso del verano)</p>	<p>Los tres días más calurosos son: Chobok, Jungbok y Malbok. Estos se llaman Sambok y marcan el inicio del verano. Antiguamente, la gente preparaba platos calientes de carne durante estos días con el objetivo de aumentar su energía. El plato típico de este día es el Samgyetang (sopa de pollo y ginseng)</p>
<p>Chuseok (Día de Acción de Gracias)</p>	<p>Tradicionalmente la gente visita las tumbas de sus ancestros agradeciendo por la buena cosecha y el bienestar de la familia. Los Songyeon (pasteles de arroz con forma de media luna) y el Torantang (sopa de yuca) son el principal</p>

	<p>platillo de esta fiesta.</p> <p>También se preparan pasteles de arroz que contienen rellenos de fréjol rojo, castañas o semillas de sésamo. Estos pasteles de arroz junto con frutas recién recolectadas son presentados al altar como ofrendas conmemorativas para los ancestros.</p>
Dongji (Solsticio de verano)	<p>Es el día más corto del año, los coreanos comen Patjuk (fréjol rojo con bolas de arroz).</p>

Elaborado por: Marco Ramírez

Fuente: (Egüez, 2016)

1.5.6. Etiqueta en la mesa

Los coreanos, al momento de consumir sus alimentos, tienen ciertos modales en la mesa que son muy importantes para ellos, entre estas costumbres están: no levantar el bowl de arroz o sopa, no usar los dedos para comer (a excepción del ssam, en el cual se envuelve carne u otro alimento en una hoja de lechuga generalmente, por lo que se consume usando los dedos), no hacer sonidos mientras se come, no usar los palillos y cuchara con la misma mano, entre otros. En la actualidad, aún hay familias que conservan la costumbre de comer sentados en el suelo, mientras otras ya usan sillas y mesa. (Egüez, 2016). Además al momento de servir la mesa, el arroz, la sopa, la cuchara y los palillos se colocan de izquierda a derecha en ese orden, para cada persona, mientras que las guarniciones y guisos se colocan en el centro de la mesa con el objetivo de que sea compartido por todos los comensales.

1.5.7. Banchan (반찬)

El término “Banchan” comprende un conjunto de platos, que normalmente son servidos en porciones pequeñas y que se encuentran en el centro de la mesa para que de esa forma sea consumida entre los que estén en la mesa. Se podría decir que estos platos, comprenden una serie de guarniciones que son servidas con el plato principal. El objetivo principal de este estilo de alimentación es que comer varios platos a la vez y es por ello que estos platos se sirven en porciones pequeñas, con diferentes texturas, colores y sabores. (Reguera, 2019). Hay decenas de platos que conforman el banchan, pero los más consumidos regularmente por los coreanos son: Kimchi, kimbap, bibimbap, manduguk, galbi, galbitang, bulgogi, japchae, etc.

1.5.8. Bebidas – alcohol

Como en la mayoría países, las bebidas alcohólicas siempre han formado una parte fundamental de la cultura gastronómica de cada región. En Corea, el alcohol las bebidas alcohólicas están entre las más consumidas.

Con el fin de satisfacer las necesidades de las comunidades locales durante las vacaciones, los festivales, los ritos de antepasados y otras ocasiones conmemorativas, se ha elaborado una amplia variedad de bebidas alcohólicas en diferentes partes de Corea. Actualmente se conservan alrededor de 300 bebidas tradicionales, entre las que cabe mencionar el munbaeju (licor de pera silvestre) y el songjeolju (licor de pino), típicos de Seúl; el sanseong soju (licor destilado) de Gwangju, provincia de Gyeonggi-do; el hongju (licor rojo) y el leegangju (licor destilado), ambos de la provincia de Jeolla-do; el sogokju

(vino de arroz), propio de Hansan, provincia de Chungcheong-do; el insamju (licor de ginseng), de Geumsan; el gyodong beopju (licor de arroz) y el Andong soju (licor destilado) de Gyeongju, provincia de Gyeongsangbuk-do; y el okseonju (licor destilado), tradicional de Hongcheon, provincia de Gangwon-do. (Ministry of Culture, Sports and Tourism and Korean Culture and Information Service, 2020).

En la actualidad existen tres tipos de bebidas alcohólicas que son las más consumidas en Corea, la primera es el Soju, esta bebida (posiblemente la más famosa en el país asiático) fue creada en el siglo XIII en la dinastía Goryeo, está hecha a base de arroz, maíz, cabada, trigo entre otros tipos de cereales que se destilan a través de una vasija o “Sojugori”.

La segunda bebida es el Makgeolli, esta es una bebida “espiritual” de las más antiguas de Corea. Antiguamente usado en ritos, pero que en la actualidad se la consume en cualquier ocasión. Esta bebida se obtiene a partir de la mezcla de arroz y trigo resultando en un líquido con aspecto lechoso, dulce y refrescante que ronda los 7 grados de graduación alcohólica.

La tercera bebida es el Bokbunja Ju, esta bebida no es tan antigua a diferencia de las dos mencionadas anteriormente, pero su consumo ha crecido durante los últimos años entre la población coreana, el Bokbunja Ju es una especie de vino que se consigue a partir de la zarzamora, su color es rojo profundo y de sabor sutil. (El Universo, 2018).

1.5.9. Comida callejera

La comida callejera en Corea, forma una parte importante de la cultura gastronómica de este país, esto debido que la mayoría de las personas en este país tienen la costumbre de comer fuera de sus hogares, en lugares que no necesariamente tienen que ser restaurantes lujosos, sino simplemente puestos de comida callejeros. Los lugares más típicos para comer en la calle en Corea son: el mercado Gwangjang, el mercado Namdaemun, Myeongdong, entre otros. Además existen Food Trucks y posiblemente los más famosos, los “Pojangmacha” (포장마차), que son tiendas ambulantes en dónde los comensales pueden degustar sus alimentos con más tranquilidad a diferencia de cuando lo hacen en un mercado. (Centeno, 5 clásicos de la comida callejera coreana).

Entre los platos más consumidos en estos puestos de comida o mercados están: el Tteokbokki (pastel de arroz aglutinado sobre salsa picante), Sundae (Intestinos de vaca o cerdo rellenas de ajo y otros ingredientes junto con salsa doenjang), Dakgangjeong (pollo frito marinado en salsa de soja, dulce, agridulce o picante), Kimbap (Similar al sushi japonés), Jjinmandu (similares a las empanadas rellenas de tofu, cerdo o kimchi), entre otros. De estos platos, el Tteokbokki es el más consumido por los coreanos. (Centeno, 5 clásicos de la comida callejera coreana).

1.5.10. Productos de Corea

En Corea, la mayoría de los productos que usan en sus cocinas son influenciados por la gastronomía de países como China y Japón, por lo que su población tradicionalmente tiene la creencia de que el sabor y la calidad de la comida

viene de las especias (que en su mayoría son picantes), pero principalmente de las salsas que básicamente todas han sido creadas por ellos a lo largo de la historia y que ha servido para dar sabor a sus platos. (Visit Korea, 2018).

Como se mencionó anteriormente en la historia de la gastronomía de Corea, los granos y los vegetales forman una parte importante en su cocina, por lo que los coreanos usualmente usan productos como semillas, aceites de origen vegetal o de semillas, algas, arroz y otros cereales de los cuales por ejemplo también provienen la mayoría de sus bebidas alcohólicas. (Imatome, 2019).

Tabla N°9: Productos más usados en la cocina coreana

Especias secas	Gochagaru (chile coreano en polvo)	Esencialmente producido con pimientos rojos secos, su polvo fino se utiliza principalmente para hacer Gochujang mientras que el polvo grueso cubre el resto de las demandas de la cocina coreana. (Kim M. , 2018)
	Bokken Chamggae (semillas de sésamo)	Las semillas de sésamo tostadas se utilizan generalmente como guarnición, esto añade un toque de nuez y agradable textura crujiente al plato.
	Hachu (pimienta negra)	La pimienta negra molida se utiliza típicamente para marinar la carne de barbacoa ya que ayuda a eliminar el olor de la carne.
	Sultang (azúcar)	Como los coreanos usan salsas muy fuertes, es necesario equilibrarlas añadiendo algo dulce. Los tres tipos de azúcar típicos en Corea son: blanca, amarilla y morena oscura.
Especias líquidas	Ganjang (salsa de soja)	Hay diferentes tipos de salsas de soja disponibles en Corea, cada una de ellas tiene un nombre diferente basado en los

		ingredientes utilizados y/o en el método de elaboración de la mezcla. (Kim M. , 2018)
	Licor de arroz	El vino de arroz se usa especialmente para marinar la carne para barbacoa debido a que no solo elimina el olor de la carne, sino que también añade un ligero toque dulce al plato principal.
	Aegjeot (salsa de pescado)	La salsa de pescado coreana se suele utilizar en las variedades de Kimchi para ayudar a acelerar el proceso de fermentación. Existen dos variedades principales de salsa de pescado coreana: La salsa de anchoas y a salsa de lanza de arena
	Muleot (jarabe de arroz / maíz / malta)	Estas son formas líquidas de endulzante. Los coreanos lo utilizan mucho para dar a los alimentos un sabor dulce y un efecto brillante.
Espicias en forma de pasta	Gochujang (pasta de pimiento picante)	El Gochujang es probablemente el condimento coreano más famoso. Se acompaña con guarniciones, sopas y estofados, platos principales, marinados, etc. Contiene chile coreano en polvo, arroz glutinoso, soja fermentada y sal. (Kim M. , 2018)
	Doenjang (pasta de soja)	Está hecho con soja fermentada durante un determinado período de tiempo. Se usa principalmente en sopas y estofados, pero también se puede usar como salsa cuando se preparan platos de acompañamiento.
	Ssamjang (salsa picante)	Esta salsa picante se acompaña con barbacoa asada coreana.
	Chunjang (pasta de judías negras)	La salsa de pasta de judías negras se utiliza principalmente para hacer Jajangmyeon o Jajangbap.

Elaborado por: Marco Ramírez

Fuente: (Kim M. , 2018)

1.5.11. Platos tradicionales y ceremoniales de Corea

En Corea existen cientos de platos, de ellos hay algunos que son los más tradicionales y más consumidos por los coreanos. De igual forma hay ciertos platos específicos que se los prepara para ocasiones especiales específicas, los cuales se los denomina ceremoniales. (Son, 2018). Entre los platos tradicionales se encuentran: El Bansang, Janggusang, Kimchi, Bimbimbaps, Gukbap, Kimbap, Tteokguk, Pajeon, Bulgogi, entre otros más. De estos platos, la mayoría de ellos se los encuentra en puestos de comida callejera, ya que es una costumbre por parte de los coreanos por comer en otros lugares que no sean sus hogares.

Por otro lado, entre los platos ceremoniales se encuentran el arroz al vapor, sopas dulces acompañados de bolas de arroz. La mayoría de estos alimentos son servidos para ocasiones como: Baegil (100 días después del nacimiento de un bebé), Dol (el primer día de cumpleaños) o para bodas. (Egüez, 2016). Los pasteles de arroz que acompañan estos platos, juegan un rol importante en la creencia de los coreanos pues estos pasteles significan escapar de la mala fortuna.

Otro plato, que no se lo podría considerar ceremonial pero que se lo prepara como una tradición es la sopa de algas. Así lo indica Son Young-Ming en una entrevista para el Diario El Universo.

Desearle feliz cumpleaños a un coreano y no servirle una sopa de algas en su desayuno es casi como no haberlo felicitado. Para ellos, la costumbre de comer sopa de algas el día de su honomástico es como para las occidentales

comer pastel. Según la creencia, este platillo preparado con alga wakame le da al cumpleaños buena suerte para el resto del año. Esta tradición antiquísima proviene de las mujeres que consumían este alimento tras dar a luz, ya que gracias a sus ricos nutrientes en yodo y calcio, podían recobrar sus fuerzas. Por esta razón los coreanos acostumbran a comer sopa de algas, como una forma de rendir homenaje a sus madres.

1.5.12. Técnicas de cocción usadas en la cocina coreana

Como se ha mencionado anteriormente, la gastronomía coreana está basada en un estilo de vida saludable, por ende el consumo de productos naturales como vegetales, granos, cereales, carnes, pescados y mariscos. (Conde, 2018). Para complementar este estilo de cocinar alimentos saludables para el cuerpo, se usan técnicas de cocción que implican mantener esas propiedades nutritivas de los alimentos pero que de igual forma conserven su sabor. Y es que para ellos comer sano es una costumbre y cada vez encuentran formas de lograr que sus platos sean más deliciosos sin que afecte a la salud de los comensales, en un país en el que el promedio de edad de sus habitantes rodea los 80 años. (Gastronosfera, 2014).

En la cocina coreana se utilizan muchas técnicas de cocción, pero ciertamente, existen algunas que destacan más que otras, con el objetivo de mantener un estilo de vida sano. Por ello el consumo de aceites en su cocina es prácticamente nula pues ellos no fríen sus alimentos, por lo contrario usan otros métodos de cocción, siendo el hervido, el asado y la cocción al vapor las más utilizadas. Pero también tienen una

técnica de cocción que la han revolucionado desde la antigüedad hasta el presente, esta técnica es la fermentación, la cual es la base de muchos de sus platos.

a. *Fermentación*

La fermentación es considerada la técnica de cocción en Corea, esto debido que muchos de sus productos provienen de la misma, de igual forma porque al llevar a los alimentos por un proceso de fermentación se eliminan muchos anti nutrientes y a la vez aportan probióticos al cuerpo una vez fermentados. No existen datos sobre cuando exactamente nace la costumbre de practicar la fermentación, sólo se sabe que desde hace siglos la población coreana de ese entonces ya usaba esta técnica con la finalidad no sólo de mejorar el sabor de sus alimentos, sino también para que los mismos se conserven en buen estado por periodos largos de tiempo (esto debido a las bajas temperaturas que sufría la península coreana en esa época) manteniendo sus propiedades nutricionales. (Tovar, 2017), (Ministry of Culture, Sports and Tourism and Korean Culture and Information Service, 2020). Según estudios, en la antigüedad la población coreana fermentaba sus alimentos usando sal y dejando los alimentos en vasijas por una larga extensión de tiempo hasta obtener finalmente una consistencia pastosa. (Yoo, 2020).

De la fermentación nacen muchos de platos e ingredientes, de cientos de estos, el que más resalta es el kimchi, un plato/ingrediente muy arraigado a la cultura gastronómica de este país, tanto que en la actualidad este alimento está en la lista del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por parte de la UNESCO. Y es el kimchi, para su población es lo que los representa a nivel mundial y porque forma

parte de la mayoría de sus platos. (Kim H. , 2021). El kimchi es muy saludable como la mayoría de alimentos consumidos en este país, tiene propiedades anticancerígenas y posee un alto valor nutricional. Hay cientos y cientos variaciones de cómo preparar el kimchi, esto debido a que en cada hogar de Corea cada familia tiene su propia receta de cómo prepararlo, pero el más común se lo elabora con col blanca o repollo.

Existen muchas formas de prepararlo al igual que sus ingredientes.

El kimchi puede comerse fresco, pero habitualmente se consume después de haber sido fermentado durante varios días. Si bien esta es la forma común de tomarlo, algunos comensales prefieren el mugeunji (kimchi maduro), que se deja fermentar durante más de un año. Los ingredientes del kimchi varían dependiendo de cada región y de sus productos y tradiciones locales especiales. Seúl, por ejemplo, es famoso por su gungjung kimchi (kimchi real), su bossam kimchi (kimchi enrollado), su chonggak kimchi (kimchi de rábano entero) y su kkakdugi (kimchi de rábano en cubo), mientras que la provincia de Jeolla-do es muy conocida por su godeulppaegi kimchi (kimchi coreano de lechuga) y su sugat kimchi (kimchi de hojas de mostaza). (Ministry of Culture, Sports and Tourism and Korean Culture and Information Service, 2020).

Entre otros de los fermentos más utilizados están el Doenjang (pasta de soja) y el Ganjang (salsa de soja), ambas de estas fermentaciones parten de la misma base, la cual es el “meju”. El meju se obtiene después de remojar semillas de soja, luego cocerlas, molerlas y por último preparar bloques en forma de ladrillo, que se dejarán

secar y fermentar por un par de meses. Transcurrido el tiempo, los bloques son lavados y se los colocan en una salmuera dentro de una superficie de cerámica. Sobre la misma se colocan chile rojo seco y carbón con el objetivo de eliminar impurezas y los aromas que puedan generarse. A esta preparación se la deja fermentar por un periodo de entre dos y tres meses, luego de que pasen los meses, se separa el componente sólido que es el doenjang del componente líquido que es el ganjang. Luego, el ganjang debe pasar por otros tres meses adicionales de fermentación para que se obtenga un mejor aroma y sabor, mientras que el doenjang otros cinco meses de fermentación antes de su consumo. (Yoo, 2020), (Ministry of Culture, Sports and Tourism and Korean Culture and Information Service, 2020).

El Gochujang es otro de los fermentos más utilizados en Corea y el que más ingredientes usa, se dice que era el más apetecido por los antiguos reyes de la dinastía. Para obtenerlo, se parte de igual forma del meju, adicionando otros productos como el trigo, ají triturado y harina de arroz, de igual forma se lo deja varios meses fermentando hasta poder consumirlo. (Yoo, 2020). Existen otros productos fermentados que no son tan conocidos y que no están hechos a base del meju, pero que son utilizados habitualmente por los coreanos, estos son el jeotgal (salsa de pescado fermentado), el hongeo (pez raya fermentado) y el makgeolli (licor de arroz fermentado). (Tovar, 2017).

Para realizar el proceso de la fermentación, usualmente se usa la cerámica o el mármol, pero tradicionalmente en la antigüedad se usaba el “Onggi” que es una vasija de barro que se empezó a usar durante la dinastía Goseon (1392 – 1910) y que ha

servido desde ese entonces para almacenar los fermentados. Todos los fermentados mencionados anteriormente se los almacenaba en estos onggi que más allá de mejorar su sabor, eleva los niveles nutricionales de los alimentos. En la actualidad, el onggi aún está presente en algunas familias coreanas que tienen un terreno de tierra en donde ellos entierran los onggi con el alimento fermentado en su interior, creando una especie de frigorífico. (Egüez, 2016).

b. Hervir

Hervir los alimentos consiste en cocer los mismos a una temperatura inferior al del punto de ebullición. (Guzmán, 2020). Este método puede ser empleado desde frío o desde caliente. En Corea esta técnica de cocción es muy usada con vegetales (aunque también se lo realiza con carnes, pescados y mariscos) debido a que como ya se ha mencionado, ellos prefieren mantener un estilo de vida saludable, por lo que este método no implica el uso de grasas y además luego de que se hierven los vegetales o carnes, se usan los caldos para realizar distintas sopas que en Corea son los platos más tradicionales. (Gastronomía & Cía, 2008).

c. Asar

El asado básicamente comprende cocinar un alimento exponiéndolo al calor directo dónde se puede usar hornos, planchas, sartenes o parrillas. (Misanplas, 2014). En Corea, siguiendo la tendencia de consumir alimentos sanos, las carnes son los géneros más usados por los coreanos al momento de asar sus alimentos, esto debido a que con esta técnica usan casi o nada de grasa para cocer las carnes, la calidad de carne juega un papel fundamental en la cocina coreana, pues se necesitan de cortes de

buena calidad y con una buena proporción de grasa interna en la misma para que el producto final tenga buen sabor, las carnes que más se usan en Corea son el pollo, la res y el cerdo, por lo general al momento de asar las carnes, los coreanos simplemente condimentan el alimento únicamente con sal o también marinan las carnes con preparaciones propias. (KMagazine, 2018).

d. Cocción al vapor

La cocción al vapor es una técnica que implica cocinar los alimentos a través del vapor del medio líquido (agua), sin que los alimentos toquen el agua, por lo general se usa un recipiente en forma de rejilla (que se suspende por encima de la olla donde está el agua en ebullición) para poner los alimentos a cocinar. (Nguyen, 2008). En Corea, el Mandu es el plato por excelencia que se lo cocina mediante esta técnica. El mandu es una pasta cocida, generalmente relleno de carne ya sea de res o de cerdo. Este plato, nació en el periodo de los Tres Reinos gobernado en ese entonces por el líder militar Zhuge Liang, este plato llegó a Corea durante la dinastía Goryeo y se ha mantenido hasta la actualidad. Tanto en Corea como en otros países asiáticos que usan esta técnica, la canasta donde se coloca el alimento a cocinar está hecha de madera de bambú. (Renards Gourmets, 2021).

Las técnicas de cocción descritas son las más usadas dentro de la gastronomía coreana, se usan otras dependiendo del plato, pero la fermentación o el asado son las predominantes. Aun así, existen ciertas costumbres que no son ciertamente técnicas de cocción pero que son tradicionales dentro de las cocinas y otras ya al momento de consumir sus alimentos. Una de ellas es la destilación, como se indicó anteriormente,

las bebidas alcohólicas forman parte de la cultura gastronómica de Corea, por lo que la destilación está presente en la mayoría de sus bebidas, principalmente en el soju, una bebida a base de la destilación del arroz. (Centeno, Soju, destilado de impronta coreana, 2021). La destilación está muy ligada a la fermentación, pues para obtener la mayoría de estas bebidas, siempre se empieza con la fermentación de los productos que usarán para dar sabor a la bebida, luego de ello, pasan por el proceso de destilación que comprende calentar el líquido fermentado dentro de recipientes hasta que el alcohol se evapore y las gotas que queden en el techo de los recipientes sea trasladada a uno nuevo obteniendo un alcohol con mayor pureza. (Quiroga, 2016).

El Ssam, es un plato que refiere a la forma de comer carnes, pues esta es envuelta en hojas de lechuga o sésamo. Este plato tiene una historia que remonta hasta la era Goryeo (918 – 1392), donde las mujeres consumían este plato luego de ser llevadas como doncellas o damas de la corte a la dinastía Yuan de los mongoles. Luego de este periodo, el consumo del ssam ya no fue tan regular, hasta la actualidad en donde esta tendencia de envolver las carnes al momento de consumirlas ha ido creciendo poco a poco. Existen diferentes tipos de ssam, todos ellos con diferentes nombres y con un diferente elemento que envuelve la carne. Los ssam más comunes son: Sangchu ssam (envuelto con lechuga), Gimssam (envuelto con algas), Hobakip ssam (envuelto con hojas de calabaza), Eossam (envuelto con filete de pescado), entre otros. (20 Minutos, 2022).

1.6. Cocina Fusión

La cocina fusión es un término que nace a partir de los años '70 en Estados Unidos que según el Larousse gastronómico significa utilizar de base un plato tradicional de un país en concreto o una región y combinarlo con otros platos secundarios provenientes de distintos lugares del mundo. (Olivetto, 2021). Existen algunos tipos de cocina fusión más conocidos, una de ellas es la Tex-Mex que es la fusión de la comida mexicana y estadounidense, entre otros están la comida Chifa (combinación de la comida peruana y china), la Balti (fusión entre la comida inglesa e india) o la comida estilo cajún (mezcla de mariscos y especias de la cocina estadounidense y francesa). (Michelin Guide, 2019).

A todas estas fusiones de culturas, se las conoce como Nikkei afirma Christian Vásquez, ex Chef del restaurante Osaka ubicado en Quito. Este término nace de la gran migración que se produjo por parte de los japoneses hacia Latinoamérica y a estas personas se las llama “Nikkeijin” o simplemente Nikkei, por lo que en Latinoamérica se puede presenciar la influencia de la cultura japonesa en los países de la región, sobre todo en países como Brasil, Perú, Colombia o México. (Creighton, 2018)

1.7. Manual de técnicas de cocción coreanas

1.7.1. Fermentación

Descripción: La fermentación es un proceso que implica utilizar microorganismos para transformar la materia orgánica, catalizadas por enzimas. Es un proceso natural que está presente en la elaboración de distintos productos

alimenticios y de consumo diario. Un alimento se lo puedo considerar fermentado cuando uno o más de sus componentes químicos son atacados por microorganismos útiles por lo que la composición química del alimento es modificada.

Tipos:

- **Alcohólica:** Se realiza en ausencia del oxígeno a partir de la glucosa.
- **Láctica:** Proceso por el cual los azúcares se convierten en ácido láctico.
- **Acética:** Se da por un exceso de oxígeno en alcoholes como el vino.
- **Maloláctica:** Se caracteriza por producir ácido málico, el cual es un isómero muy común en la naturaleza, encontrado por lo general en frutas como las uvas y las manzanas.
- **Propiónica:** Usado para obtener ácido propiónico el cual tiene la propiedad de evitar el crecimiento de bacterias y moho, por lo que es usado para conservar alimentos como los quesos, tortillas, pasteles, panes, etc.
- **Butírica:** Produce ácido butírico a partir de glucosa y que tiene característica de desprender olores desagradables, pero aporta un sabor dulce que sirve de saborizante para algunos alimentos y bebidas

Beneficios: La fermentación ayuda a reponer las bacterias que permiten al ser humano digerir adecuadamente los alimentos, restituye la flora intestinal,

funciona como antibiótico natural, incrementa las vitaminas de los alimentos, entre otras.

Condiciones para producir la fermentación:

- Que el alimento esté disuelto o dentro de un elemento líquido.
- La fermentación se realiza en un ambiente anaerobio, esto quiere decir en un ambiente sin oxígeno.
- Dependiendo del alimento a fermentar, la temperatura oscila entre los 15°C hasta los 30°C.

Procedimiento:

- 1) Limpiar un frasco de cristal que tenga tapa. Si es necesario esterilizarlo.
- 2) Introducir los alimentos a fermentar. Pueden ser frutas o vegetales.
- 3) Preparar el cultivo o escabeche, el cual se lo realiza con agua (preferiblemente embotellada), azúcar o sal dependiendo del alimento que se vaya a usar.
- 4) Llenar el frasco con el cultivo hasta casi el tope del mismo para dejar poco espacio para el oxígeno.
- 5) Tapar el frasco, sin que esté demasiado cerrado y dejarlo a temperatura ambiente en un lugar al que no lleguen los rayos solares.
- 6) Dejar la preparación por lo mínimo por tres días o el tiempo que uno prefiera. Recordar que en ambientes fríos la fermentación se realiza

lentamente, mientras que cuando el ambiente es caluroso, la fermentación se acelera.

1.7.2. Hervir

Descripción: Llevar un líquido (agua, fondo, caldo corto) a ebullición y mantenerlo de esa manera, con el objetivo de cocer los alimentos que se han de sumergir en el mismo. Para cada líquido, la ebullición se produce a una temperatura fija y constante. También se puede hervir un líquido de cocción con el fin de concentrar el sabor. Los aceites y otros elementos grasos de fritura tienen una temperatura de ebullición más alta.

Tipo: Calor húmedo.

Mecanismo: Convección/conducción.

Medio de transferencia: Agua (clasificada según su dureza: muy blanda, blanda, medio blanda, medio dura, dura y muy dura), caldos o fondos.

Temperaturas: 100°C (agua), 200°C (aceites o cuerpos grasos).

Procedimiento:

- 1) Llenar una olla con agua suficiente para cocinar el alimento.
- 2) Llevar la olla con agua a la estufa y poner a fuego alto hasta que el agua alcance la temperatura de ebullición (100°C).
- 3) Introducir el alimento a cocinar, dependiendo del tipo de alimento cocinar de entre 5 a 20 minutos, con o sin tapa.

- 4) Apagar la estufa y sacar los alimentos del agua.
- 5) Dar choque término a los alimentos (de ser posible) introduciéndolos en agua fría.

Observaciones: Este procedimiento también se lo puede realizar desde frío, esto quiere decir que se cocinan los alimentos desde que se empieza a calentar el agua. Esto se lo realiza sólo con alimentos que requieran una cocción larga.

1.7.3. Asar

Descripción: Asar es un método de cocción con calor seco que depende principalmente del calor conducido a través del aire desde una llama abierta. Este tipo de cocción produce reacciones de empardecimiento en la superficie de los alimentos, lo que produce un mejor desarrollo de sabores y aromas.

Tipo: Calor seco.

Mecanismo: Radiación/Conducción.

Medio de transferencia: Aire.

Temperaturas: 160°C – 220°C.

Procedimiento por medio de parrilla:

- 1) Si la parrilla fue usada con anterioridad, desechar las cenizas viejas.
- 2) Limpiar las rejillas con un cepillo de cardas de alambre.
- 3) Colocar carbón y encenderlo en la parrilla.
- 4) Colocar la rejilla encima para que se caliente.

- 5) Una vez que esté listo la rejilla, colocar los alimentos encima procurando que no se pasen de cocción y controlando las temperaturas para saber si el alimento ya está en su punto.
- 6) Dar vuelta a los alimentos para cocinar homogéneamente hasta que estén listos.

Recomendaciones:

- No cocinar los alimentos con llama viva.
- En el caso de cocinar carnes, luego de que estén listas, dejar que reposen dependiendo el tamaño de la pieza.

Procedimiento por medio de plancha:

- 1) Calentar la plancha, cuando ya esté caliente agregar unas gotas de aceite con el objetivo de que los alimentos no se peguen a la superficie de la plancha.
- 2) Incorporar los alimentos a cocinar procurando dejar un espacio entre cada pieza.
- 3) Controlar la temperatura de la plancha dependiendo del alimento que se esté cocinando.
- 4) Dar vuelta al alimento cuando ya esté listo de un costado y dejar que se termine de cocer.

Recomendaciones:

- Cortar los alimentos dejándolos lo más parejo posible para que la cocción sea homogénea.
- En el caso de cocinar vegetales, se puede tapar la plancha para que se genere vapor y se cocine en el interior.

1.7.4. Cocción al vapor

Descripción: La cocción al vapor consiste en cocinar los alimentos por medio del uso del vapor que se origina del medio líquido (agua o en algunos casos fondos), sin que el alimento entre en contacto con el elemento líquido.

Tipo: Calor húmedo.

Mecanismo: Conducción/Cambio de fase.

Medio de transferencia: Agua.

Temperatura: Sobre 100°C.

Procedimiento:

- 1) Llenar una olla con agua hasta la mitad o $\frac{3}{4}$ de la misma.
- 2) Llevar el agua a fuego alto hasta que hierva.
- 3) Bajar la temperatura de la estufa hasta el punto más bajo.
- 4) Colocar los alimentos a cocinar en la cesta.
- 5) Colocar la cesta sobre la olla con agua.
- 6) Tapar la olla con la cesta de alimentos dentro y dejar cocinar por el tiempo necesario.

Recomendaciones:

- Usar una tapa que permita que las gotas de agua que se formen en el techo de la misma salgan de la olla y no caigan en los alimentos.
- Usar alimentos que sean delicados y que no requieran una cocción muy larga.

1.8. Síntesis del capítulo

Quito, es una ciudad con mucha cultura, donde se juntan todas las tradiciones del Ecuador debido a que en esta ciudad, se puede encontrar gente de cualquier ciudad del Ecuador e incluso de países del exterior. Quito es una ciudad con un atractivo turístico muy grande para quien la visite, dentro de esto, se encuentra la gastronomía pues la misma es lo que atrae a la mayoría de personas que deciden visitar esta ciudad. La gastronomía ecuatoriana tiene una historia muy larga que se remonta hasta la época incaica en donde la mayoría de los métodos de cocción usados en la época aún se usan en la actualidad y mezclado con las costumbres, alimentos y técnicas de cocción que llegaron junto con la conquista española fomentaron la cocina ecuatoriana que se conoce hoy en día y que se debe empezar a conservar puesto que aunque aún se practican algunas de estas costumbres ancestrales, poco a poco se va perdiendo debido a las nuevas tendencias y tecnologías que han hecho que técnicas ancestrales de cocción del Ecuador se queden en el pasado.

La gastronomía coreana es una de las tendencias que está en auge en la actualidad alrededor del mundo, la riqueza histórica y gastronómica han hecho que la cocina de este país asiático se posicione como una de las mejores en el mundo. Junto

con la gastronomía está la excelente promoción que ha tenido Corea, principalmente por el gobierno el cual ha encontrado las formas de difundir su cultura a través de la tecnología para que de esa forma cada vez, más personas se interesen en la cultura coreana. En Ecuador, esta tendencia se ha vuelto más importante en los últimos años, por lo que más personas se adentran en este mundo, ya sea por el sector de entretenimiento, idioma o por su gastronomía. En Quito existen restaurantes de cocina coreana las cuales tratan de igual forma difundir su cultura a través de la comida en las cuales se prioriza el uso de técnicas de cocción tradicionales de su país, siendo la fermentación la más importante. Esta técnica ha trascendido por años en la historia de Corea y es la base fundamental de su gastronomía la cual promueve la importancia de consumir alimentos saludables.

CAPITULO II: DIAGNÓSTICO

2.1. Metodología

En la siguiente investigación se ha usado diferentes tipos de investigaciones como: exploratoria, descriptiva y experimental. Estas investigaciones permiten reconocer si la población de Quito y principalmente los dueños del restaurante Tres Pintas aceptarían ampliar su oferta gastronómica basada en una fusión de la comida ecuatoriana y coreana.

2.1.1. Tipos de investigación

- **Exploratoria:** Con la formulación del problema, ayuda a obtener los datos necesarios sobre la gastronomía coreana, saber si es posible fusionarla con la cocina ecuatoriana y generar las preguntas hacia los clientes del establecimiento
- **Descriptiva:** Conocer la gastronomía de Ecuador y Corea, con la finalidad de saber si la gente se interesaría en un proyecto en el que se fusionen ambas y de esa forma ampliar el menú del restaurante Tres Pintas.
- **Experimental:** Por medio de entrevistas y encuestas, determinar los conocimientos y opiniones que tiene el público acerca de la investigación y su aplicación en el restaurante Tres Pintas.

2.1.2. Métodos de investigación

- **Cuantitativo:** Con el uso de recolección de datos por parte de los clientes del restaurante Tres Pintas y sus dueños, conocer la viabilidad y aceptación que tendría la ampliación de su oferta gastronómica.
- **Inductivo:** A partir del estudio de la cultura gastronómica de Ecuador y Corea, realizar observaciones en los dos ámbitos con la finalidad de proponer al restaurante Tres Pintas la ampliación de su menú y de esa forma promocionarse a más sectores de clientes.
- **Analítico:** Analizar la oferta gastronómica dentro del restaurante Tres Pintas y con ello buscar variables que les permita mejorar su menú y con ello obtener más clientes.

2.1.3. Técnicas e instrumentos de investigación

- **Entrevista:** La entrevista realizada en esta investigación ha sido estructurada con la finalidad de conocer las opiniones y factores que permitirían la viabilidad de la propuesta, la misma fue realizada a Fernando Díaz, dueño de la sucursal de Tres Pintas en la Floresta y socio de la franquicia.
- **Encuesta:** La encuesta usada dentro de la investigación, consta de ocho preguntas, con la finalidad de obtener opinión e información de parte de los clientes del restaurante Tres Pintas y de la población quiteña en general, que permitan aportar a la propuesta planteada en la

investigación. La misma fue realizada a través de una aplicación digital.

2.1.4. Universo y muestra

UNIVERSO

De acuerdo con Oleksii Chechulin, en el establecimiento Tres Pintas que está ubicado en el Valle de los Chillos el número de clientes que reciben al mes ha variado desde que empezó la pandemia causada por el Covid-19 por lo que no existe un registro oficial y exacto, pero indica que en el año 2021 recibieron alrededor de 150 personas por semana, siendo los fines de semana los de más concurrencia. Con este dato teniendo en cuenta que el año 2021 tuvo 52 semanas, da como resultado que recibieron 7800 clientes ese año en el restaurante.

MUESTRA

N= universo o población

p= 0.50

q= 0.50

E= 0.09

K= 2

$$n = \frac{N \cdot p \cdot q}{(N-1) \left[\frac{E}{K} \right]^2 + p \cdot q}$$

$$n = \frac{7800 \cdot (0,50 \times 0,50)}{(7800-1) \left[\frac{0,09}{2} \right]^2 + (0,50 \times 0,50)}$$

$$n = \frac{7800 \cdot 0,25}{7799 \cdot \frac{0,0081}{4} + 0,25}$$

$$n = \frac{1950}{16,04}$$

$$n = 121,57$$

$$n = 122$$

2.2. Resultados obtenidos

Los datos recolectados tanto por parte de los encuestados como también por parte del entrevistado han mostrado resultados favorables para la propuesta que será planteada y permite ver que existe un interés por parte de la población por querer degustar platos en los que se fusione la cocina coreana y ecuatoriana. Por último estos datos ayudarán a que el restaurante Tres Pintas considere ampliar su oferta gastronómica y de igual forma aumentar la afluencia de clientes.

2.2.1. Presentación gráfica de resultados

A continuación se presentan los resultados obtenidos en la encuesta realizada a los clientes del restaurante Tres Pintas y población quiteña en general, los mismos que aportaron en la propuesta de la investigación.

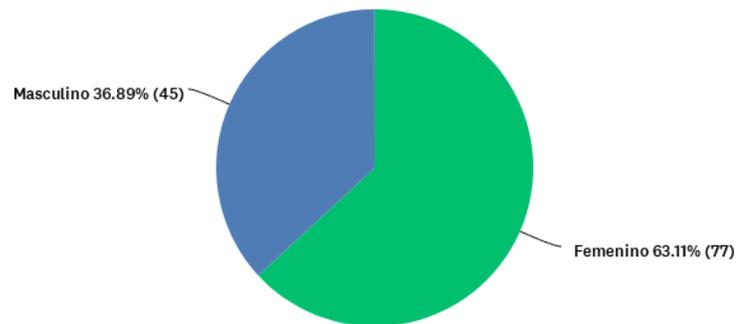
Datos generales

Tabla N°10: Datos generales de encuestados

Género	Femenino	63,11%
	Masculino	36,89%
Edad	18-24	22,94%
	25-34	37,61%
	35-44	11,93%
	45-54	21,10%
	Más de 54	6,42%

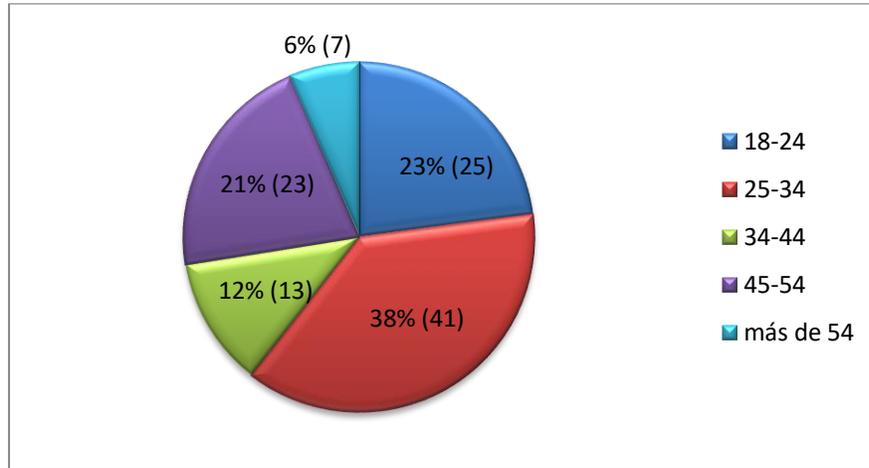
Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°3 Datos generales – género



Fuente: SurveyMonkey. (2022). Datos generales – género.

Gráfico N°4 Datos generales – edad



Elaborado por: Marco Ramírez

Preguntas

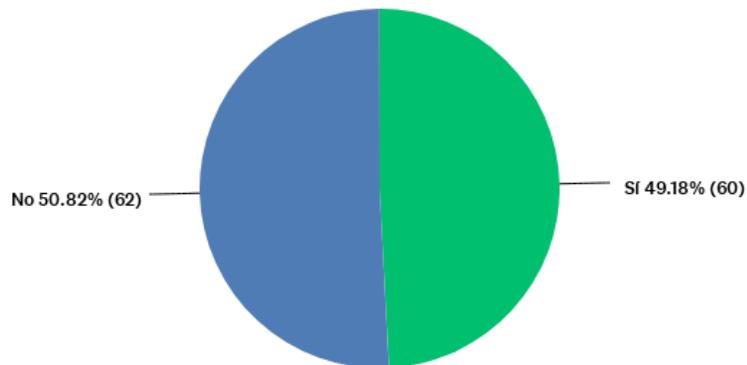
1) ¿Conoce usted qué es la cocina fusión?

Tabla N°11: Significado de cocina fusión

Sí	49,18%
No	50,82%

Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°5: Significado de cocina fusión



Fuente: SurveyMonkey. (2022). Significado de cocina fusión.

Análisis e interpretación de datos

Con respecto al conocimiento sobre la cocina fusión, 50,82% de los encuestados indican que no conocen sobre este término, mientras que un 49,18% señala que sí. Estos datos muestran que a pesar de que muchas personas ya tienen conocimiento sobre la cocina fusión, aún hay un cierto número de personas que necesitan información sobre este término.

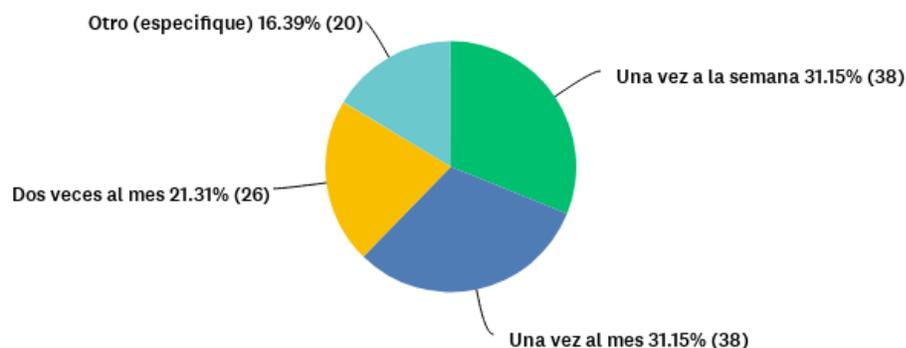
2) ¿Con qué frecuencia consume cocina ecuatoriana en un restaurante?

Tabla N°12: Frecuencia – consumo de cocina ecuatoriana en restaurantes

Una vez a la semana	31,15%
Una vez al mes	31,15%
Dos veces al mes	21,31%
Otro	16,39%

Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°6: Frecuencia – consumo de cocina ecuatoriana en restaurantes



Fuente: SurveyMonkey. (2022). Frecuencia de consumo de cocina ecuatoriana en restaurantes.

Análisis e interpretación de datos

De acuerdo a la respuesta de los encuestados, la mayoría concuerda en que consumen cocina ecuatoriana una vez al mes (31,15%) y una vez a la semana (31,15%), mientras que un 21,31% indican que consumen dos veces al mes. Por otro lado entre las personas que indicaron “otro” como respuesta indican que no lo hacen con mucha frecuencia siendo que usualmente consumen cocina ecuatoriana en restaurantes cuando hay ocasiones especiales o una vez cada 3 meses.

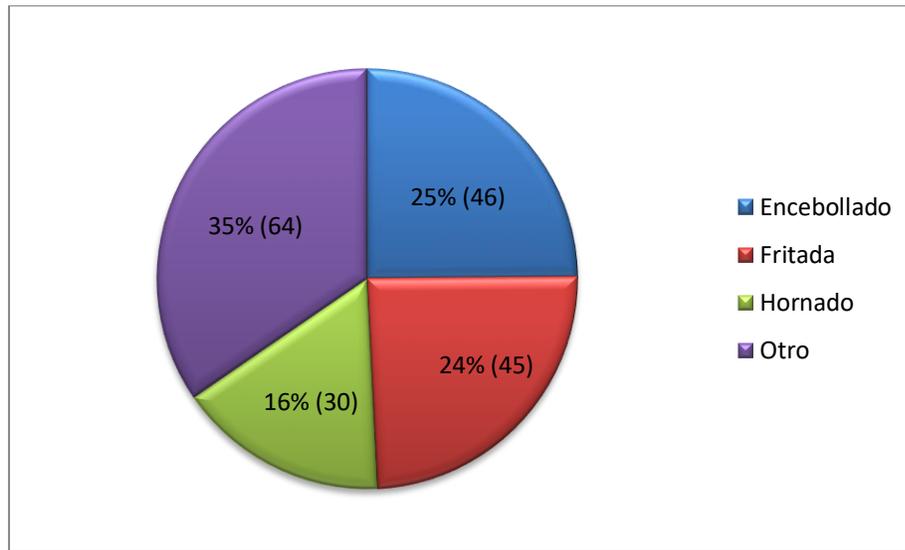
3) ¿Cuáles son los platos ecuatorianos que más consume? (Describe 3)

Tabla N°13: Platos ecuatorianos que más consumen los encuestados

Encebollado	25%
Fritada	24%
Hornado	16%
Otro	64%

Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°7: Platos ecuatorianos que más consumen los encuestados



Elaborado por: Marco Ramírez

Análisis e interpretación de datos

Según los datos recolectados en esta pregunta en la cual no todos enunciaron 3 platos, el encebollado predomina como el plato que más consumen los encuestados, muy cerca sigue la fritada y en menor cantidad el hornado. El porcentaje de otro (35%) representa una variedad de platos que fueron descritos por los encuestados, entre los platos más nombrados están: el ceviche, locro de papas, llapingachos, cuy asado y el seco de pollo.

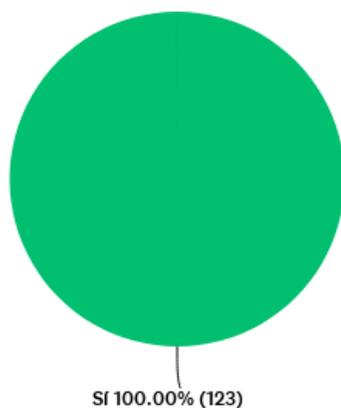
4) ¿Usted cree que la cocina ecuatoriana tiene el potencial para ser reconocida a nivel mundial?

Tabla N°14: Opinión sobre la cocina ecuatoriana a nivel mundial

Sí	100%
No	0%

Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°8: Opinión sobre la cocina ecuatoriana a nivel mundial



Fuente: SurveyMonkey. (2022). Opinión sobre la cocina ecuatoriana a nivel mundial

Análisis e interpretación de datos

En esta pregunta el 100% de los encuestados respondieron que la cocina ecuatoriana sí tiene el potencial de ser reconocida a nivel mundial.

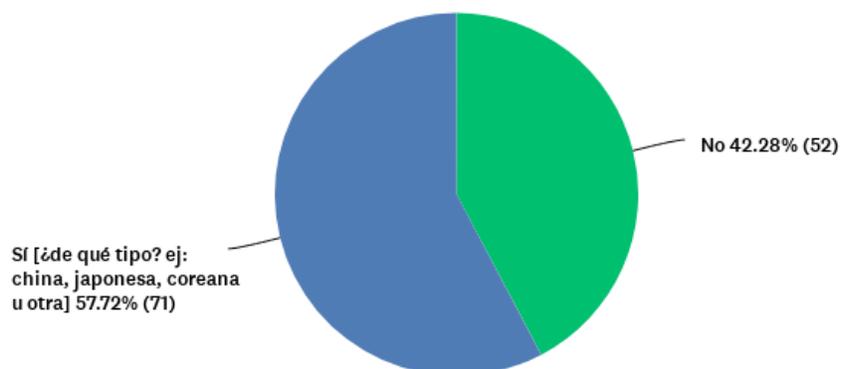
5) ¿Usted ha probado alguna vez o consume regularmente comida asiática?

Tabla N°15: Consumo de comida asiática

Sí (¿de qué tipo?)	57,72%
No	42,28%

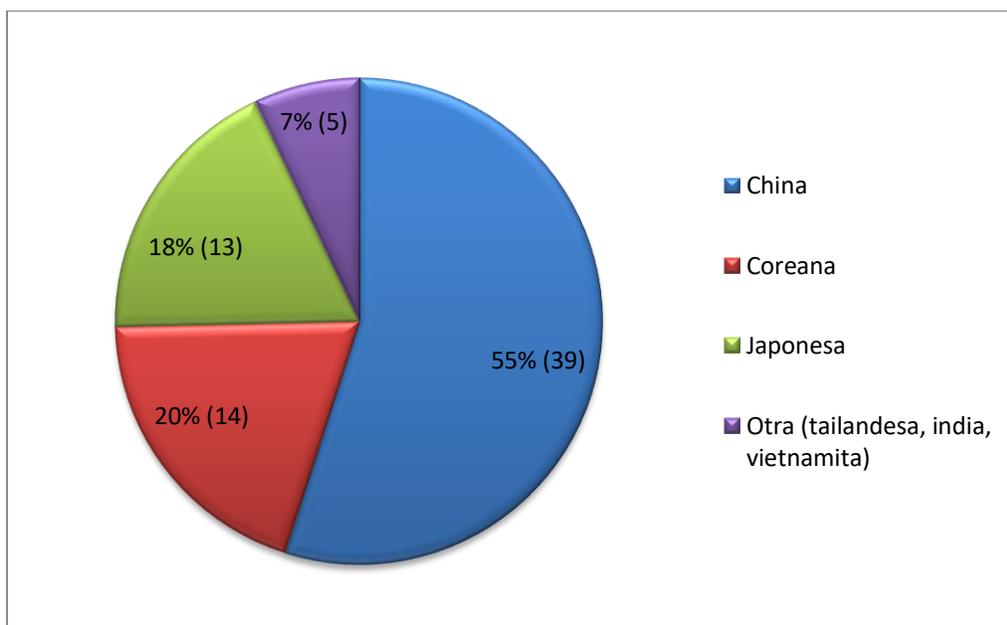
Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°9: Consumo de comida asiática



Fuente: SurveyMonkey. (2022). Consumo de comida asiática

Gráfico N°10: Otros platos asiáticos consumidos por los encuestados



Elaborado por: Marco Ramírez

Análisis e interpretación de datos

En esta pregunta, la mayoría de encuestados ha indicado que si ha comido al menos una vez comida asiática. De este grupo de encuestados, un 55% de encuestados indica que la comida china es la que más consumen, mientras que en menor porcentaje indican que consumen comida japonesa, coreana, tailandesa, entre otros. Por otro lado un 42,28% de encuestados indica que no ha consumido comida asiática.

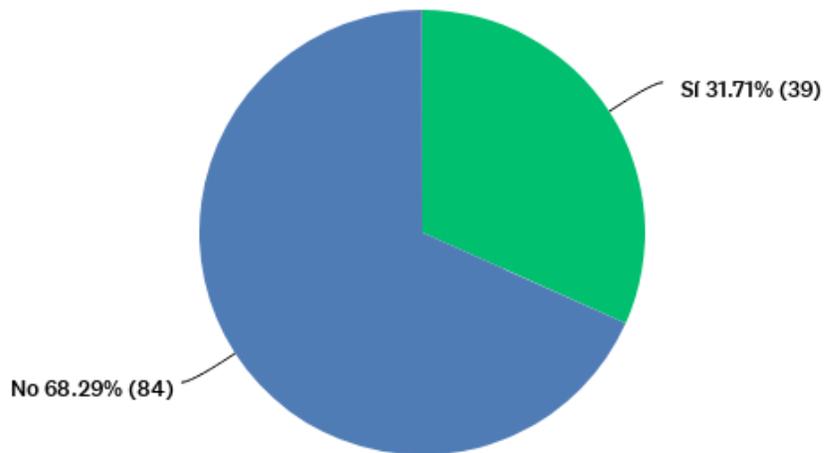
6) ¿Tiene conocimiento sobre la gastronomía coreana?

Tabla N°16: Conocimiento sobre la gastronomía coreana

Sí	31,71%
No	68,29%

Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°11: Conocimiento sobre la gastronomía coreana



Fuente: SurveyMonkey. (2022). Conocimiento sobre la gastronomía ecuatoriana.

Análisis e interpretación de datos

Según las respuestas proporcionadas por los encuestados, estas indican que la mayoría de personas encuestadas (68,29% no tienen un conocimiento sobre la gastronomía coreana a pesar de que algunos han llegado a consumir su comida al menos una vez. Mientras que 31,71% de encuestados indican que si conocen sobre la gastronomía coreana.

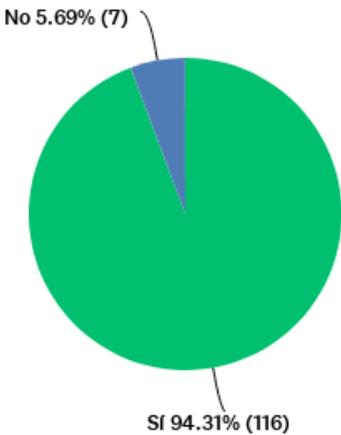
7) ¿Estaría dispuesto a degustar platos en los que se fusione la cocina ecuatoriana y coreana?

Tabla N°17: Disposición para consumir una fusión de cocina ecuatoriana y coreana

Sí	94,31%
No	5,69%

Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°12: Disposición para consumir una fusión de cocina ecuatoriana y coreana



Fuente: SurveyMonkey. (2022). Disposición para consumir una fusión de cocina ecuatoriana y coreana.

Análisis e interpretación de datos

Según las respuestas en esta pregunta, los encuestados indican que sí (94,31%) estarían dispuestos a probar platos en donde se fusione la cocina ecuatoriana y coreana, mientras que en un menor porcentaje (5,69%) indican que no. Estos datos aportan a la propuesta pues se evidencia la viabilidad de la misma gracias a la disposición de los encuestados por degustar nuevos platos.

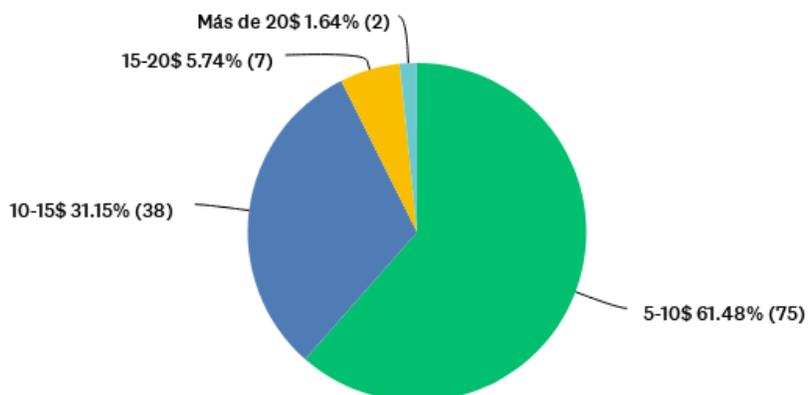
8) ¿Cuánto estaría dispuesto a pagar por consumir platos en los que se fusione la cocina ecuatoriana y coreana?

Tabla N°18: Rango de precios dispuestos a pagar

5-10\$	61,48%
10-15\$	31,15%
15-20\$	5,74%
Más de 20\$	1,64%

Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°13: Rango de precios dispuestos a pagar



Fuente: SurveyMonkey. (2022). Rangos de precios dispuestos a pagar.

Análisis e interpretación de datos

De acuerdo a los resultados de esta pregunta, un 61,48% de encuestados pagarían 5-10\$, un 31,15% de encuestados pagarían 10-15\$, un 5,74% de encuestados pagarían 15-20\$ y un 1,64% de encuestados pagarían más de 20\$ por comida en donde se fusione la cocina ecuatoriana y coreana. Estos datos aportan de manera positiva a la propuesta en la se prevé que existirían beneficios al restaurante con respecto a su economía.

2.2.2. Análisis e interpretación de resultados

Análisis global de encuestas

Como se observa en los resultados mostrados en cada una de las preguntas planteadas en la encuesta realizada, existe la viabilidad para que la propuesta se pueda desarrollar dentro del restaurante Tres Pintas. Esto debido a que a pesar de que

la mayoría de personas no tienen un conocimiento sobre la gastronomía coreana (además de que consumen más comida china), si hay la disposición por parte de los encuestados por probar nuevos platos en donde se fusione la cocina ecuatoriana y coreana. Con respecto a los precios por otra parte, la mayoría aceptaría pagar un rango de 5-10\$ con la posibilidad de que ese rango suba por lo que los beneficios económicos por parte de la propuesta serían positivos.

Análisis de la entrevista

Entrevistador: Marco Ramírez

Entrevistado: Fernando Díaz

Lugar: Restaurante Tres Pintas (Floresta)

Cargo: Dueño de restaurante Tres Pintas (sucursal Floresta) y socio de la franquicia.

Fecha: 01-02-2022

1) ¿Usted piensa que la gastronomía ecuatoriana podría ser una potencia a nivel mundial?

Si, por el mismo hecho de que nosotros somos un país turístico, nosotros hemos conocido mucha gente que en verdad que le gusta nuestros platos típicos, se podría decir que ellos están fascinados con eso. Entonces incluso por eso es que nos gustaría también meter algo de eso acá, de ver otro tipo de carnes y eso para poder aumentar pero estamos todavía viendo, para no tener los platos aislados sino algo más de nosotros.

2) ¿Piensa que a los clientes del restaurante les gustaría un menú basado en cocina coreana?

Yo creo que sí porque acá vienen gustos de todo tipo entonces tener variedad en la comida si es bueno también porque hay veces incluso que llegan vegetarianos y hay solo dos platos entonces si estamos en eso de implementar más.

3) ¿Usted cree que la cocina ecuatoriana se puede fusionar con la cocina coreana?

Yo creo que sí, sí he probado un poco, en algún momento fuimos a la Plaza de las Américas en donde hubo algo parecido. Lo que me gusto fue las algas que usan y la combinación salió muy buena. Eran bocados que no recuerdo el nombre pero el sabor estaba bueno y ellos decían que el sabor era una mezcla, porque él había nacido en Ecuador pero su mamá era coreana.

4) ¿Usted cree que sería factible incursionar en la gastronomía asiática dentro del restaurante?

Creo que sí, la cuestión es experimentar y ver si le agrada a la gente más que todo y yo creería que sí.

5) ¿Cree que el personal del restaurante estaría dispuesto a aprender nuevas técnicas de cocina basadas en la gastronomía coreana para aplicarlas dentro del restaurante?

Sí yo creo que sí porque son cosas nuevas y uno sigue experimentando, hay a veces incluso que uno poniéndose a hacer las cosas a ver qué tal sale y hacer degustación a ver si les gusta a los clientes.

6) ¿Usted aceptaría un proyecto para ampliar la oferta gastronómica del restaurante Tres Pintas?

Sí, sería un proyecto interesante para ofrecerles a los clientes y a ver qué tal sale, si a la gente le gusta sobre todo.

2.3. Síntesis del capítulo

En este capítulo, mediante diferentes técnicas de investigación, se habla sobre cómo y en qué ámbitos se realizó la investigación escrita en el primer capítulo. También con los métodos de encuesta como la entrevista realizada al señor Fernando Díaz, ha dado como resultado de que existe la disposición por parte de la franquicia por querer ampliar su oferta gastronómica y que aceptarían una propuesta para hacerlo en base a comida coreana esperando a que a sus clientes les guste estos nuevos platos. Por otro lado, la encuesta ha dado resultados positivos indicando a que también estarían dispuestos a probar nuevos platos basados en una fusión de cocina coreana y ecuatoriana. Los datos recolectados por ambos métodos de investigación aportan de manera positiva a la propuesta que se planteará en el siguiente capítulo.

Fuente: <https://www.google.com.ec/maps/place/Tres+Pintas/@-0.2904232,-78.4399504,17z/data=!3m1!4b1!4m5!3m4!1s0x91d5975a42ca5d55:0xf54a475bb286eae2!8m2!3d-0.2904286!4d-78.4377617?hl=es>

Análisis de la zona

La zona de Valle de los Chillos ha sido en los últimos años las de más crecimiento poblacional, está ubicado en la parte sur oriental de la ciudad de Quito. En esta zona en la actualidad ya se pueden encontrar diferentes tipos de establecimientos, ya sea de entretenimiento como el centro comercial San Luis Shopping o una gran variedad de restaurantes. Al ser una zona donde el costo de una vivienda es alto para el salario promedio de la población, las personas que viven en esta zona tiene buenos recursos económicos por lo que sería un buen aporte al desarrollo de la propuesta en donde la mayoría de restaurantes ofertan carnes en sus menús.

3.3. Esquema de la propuesta

Crear un menú basado en una fusión de cocina ecuatoriana y coreana, donde predomine el uso de las técnicas usadas en el país asiático, permite que la población no solo que vive en la zona de Valle de los Chillos sino de zonas aledañas puedan conocer acerca de estas culturas y despierte un interés en ellos por querer degustar nuevos platos, además de que este tipo de fusión de gastronomía no se ha visto de manera concreta en nuestro país. Junto con esto, se puede aprovechar el hecho de que el consumo de comida ecuatoriana es lo que más predomina en la zona y además la cultura coreana está siendo tendencia a nivel mundial, por lo que esta propuesta sería atractiva para muchas personas.

El manual de técnicas está más enfocado en una técnica una técnica la cual es la que más predomina en la gastronomía coreana, esta técnica es la fermentación, a partir de la misma, si se puede aplicar esta técnica a diferentes productos que sean endémicos no solo de la región sino también del país se podrían obtener nuevos productos que aportarían a que nazcan nuevos platos. Además de la fermentación, están las técnicas del hervido, asado y la cocción al vapor, mezclar estas técnicas junto con la fermentación y aplicarlas a platos o productos ecuatorianos, promoverán un estilo de comer más saludable, algo que en muchos restaurantes no se aplica y que en los últimos años ha estado en auge en la gastronomía de otros países, por lo que sería una buena oportunidad para incursionar en otros nichos de mercado.

Impacto social y económico

Con la implementación de un nuevo menú dentro del restaurante Tres Pintas, se busca ampliar la oferta gastronómica que se ofrece en el establecimiento sin quitar protagonismo a los platos que ya se ofrecen en el mismo, con el objetivo de aumentar el número de clientes que visiten el restaurante y de esa forma mejorar la economía no solo de la matriz sino también el de sus sucursales puesto que la propuesta se aplicaría en los tres establecimientos.

De esta forma probablemente se aumente el número de gente que visita las zonas donde están ubicados los restaurantes, por lo que podría aumentar el comercio en estas zonas que no tengan relación con la gastronomía sino también relacionados con otros sectores de mercado.

Recursos

Tabla N°19: Recursos utilizados

MATERIAL	UNIDAD	CANTIDAD
EQUIPOS	Celular	1
	Computadora	1
	Grabadora	1
SUMINISTROS	Esferos	1
	Empastados	1
	Diseño gráfico	1
	Resma de papel	1
	Impresiones	1
TRANSPORTE	Pasajes	4
ALIMENTACIÓN	Alimentación	2

Elaborado por: Marco Ramírez

Talento humano

- **Estudiante:** Marco Vinicio Ramírez Soriano
- **Director de trabajo de grado:** MBA. Christian Vásquez
- **Entrevistados:** Fernando Díaz, dueño del restaurante Tres Pintas (Floresta) y dueño de la franquicia. Oleksii Chechulin, dueño de la franquicia Tres Pintas.
- **Encuestados:** Clientes que visitaron el restaurante durante el mes de enero del 2022 y público en general.

3.4. Presupuesto

Tabla N°20: Presupuesto

MATERIAL	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
EQUIPOS	Celular	1		220,00\$
	Computadora	1		270,00\$
	Grabadora	1		25,00\$
SUMINISTROS	Esferos	1		1,00\$
	Empastados	1		

	Diseño gráfico	1		5,00\$
	Resma de papel	1		3,00\$
	Impresiones	1		5,00\$
TRANSPORTE	Pasajes	4		1,40\$
ALIMENTACIÓN	Alimentación	2		16,00\$
DERECHOS DE GRADO	Proyecto Integrador de Grado	1		300,00\$
TOTAL				846,40\$

Elaborado por: Marco Ramírez

3.5. Desarrollo de la propuesta

3.5.1. Inventario de materia prima

Al momento de empezar con este proyecto para ampliar la oferta gastronómica en el restaurante Tres Pintas, se debe tener en cuenta la materia prima que se va a tener que utilizar para empezar con los procedimientos. De acuerdo con las técnicas de cocción que se van a usar, se necesitan materiales de los cuales hay algunos que el establecimiento ya posee.

Los tres restaurantes ya cuentan con planchas y parrillas a carbón para poder practicar la técnica del asado, esto debido a que los productos que más ofertan en el establecimiento son carnes. Además de las parrillas y planchas, el establecimiento cuenta con materiales como ollas para practicar la técnica del hervido. Se necesitarían instrumentos como cestas o vaporeras para practicar la cocción al vapor. Por último con lo que respecta a la fermentación, el principal material que se necesitará en un inicio son los frascos de cristal en donde se realizará la fermentación. Opcionalmente se podría usar vasijas de barro como las que usan de manera tradicional en Corea.

3.5.2. Inventario de productos

Al igual que con los materiales necesarios para poder realizar las técnicas de cocción, los alimentos que se van a usar también son esenciales. Los productos que se vayan a usar dependerán de si se decide aplicar las técnicas a platos ecuatorianos en donde los ingredientes serán los del plato a escoger, mientras que si se decide experimentar para poder crear nuevos platos, será elección del personal de los restaurantes escoger los productos. Los productos endémicos ecuatorianos serían ideales para poder aplicar estas técnicas, principalmente el de la fermentación.

3.5.3. Instrucción de técnicas

De acuerdo a Fernando Díaz y Oleksii Chechulin, dueños de los restaurantes Tres Pintas, existe el interés por parte de los empleados de los restaurantes para poder aprender nuevas técnicas de cocción para poder aplicarlas a su restaurante, por lo que estas personas necesitarán aprender a cómo manejar los diferentes instrumentos de cocina al igual que los alimentos con sus respectivas temperaturas y tiempos de cocción que requieran las técnicas aplicadas. Estas técnicas de cocción pueden ser instruidas entre ellos mismos usando el presente trabajo de investigación y el manual planteado en el mismo como herramienta de aprendizaje.

3.5.4. Horarios y duración de instrucción

El restaurante Tres Pintas no trabaja los días domingo y lunes, por lo que se podrían usar esos días como espacios en los que se puede aprender estas técnicas de cocción y aplicarlas en su cocina.

3.5.5. Aplicación de técnicas y planteamiento de ideas

La aplicación de técnicas que se aprendan en el restaurante podrán ser aplicadas en platos ecuatorianos, los cuales han sido mencionado por parte de los dueños del establecimiento como una de las opciones para ampliar su oferta gastronómica. El uso de productos netamente ecuatorianos serían los mejores para poder aplicar las técnicas y de esa forma poder sacar nuevos productos.

Después de pasar por el proceso de aprendizaje y aplicación, se debe plantear ideas de nuevos platos y diseñar un menú pequeño con el cual poder ofertar a sus clientes con la finalidad de conocer si hay aceptación por parte de los mismos

3.5.6. Promoción - Degustación

Con el objetivo de promocionar los nuevos platos en el restaurante Tres Pintas con la finalidad de atraer más productos, se pueden usar medios digitales como principal herramienta, para ello las redes sociales son fundamentales para la misma pues es el más llegada tiene a las personas en la actualidad.

Por otro lado la degustación de los nuevos platos serán importantes para atraer a más clientes, se puede realizar la degustación en pequeñas cantidades de los mismos a los clientes que lleguen al establecimiento y de esa forma saber si existe aceptación por parte de los clientes y ellos puedan pedir los platos. La degustación también sirve como método para promocionar al restaurante pues estas personas podrán comentar con otras sobre los platos que se ofrecen en el establecimiento.

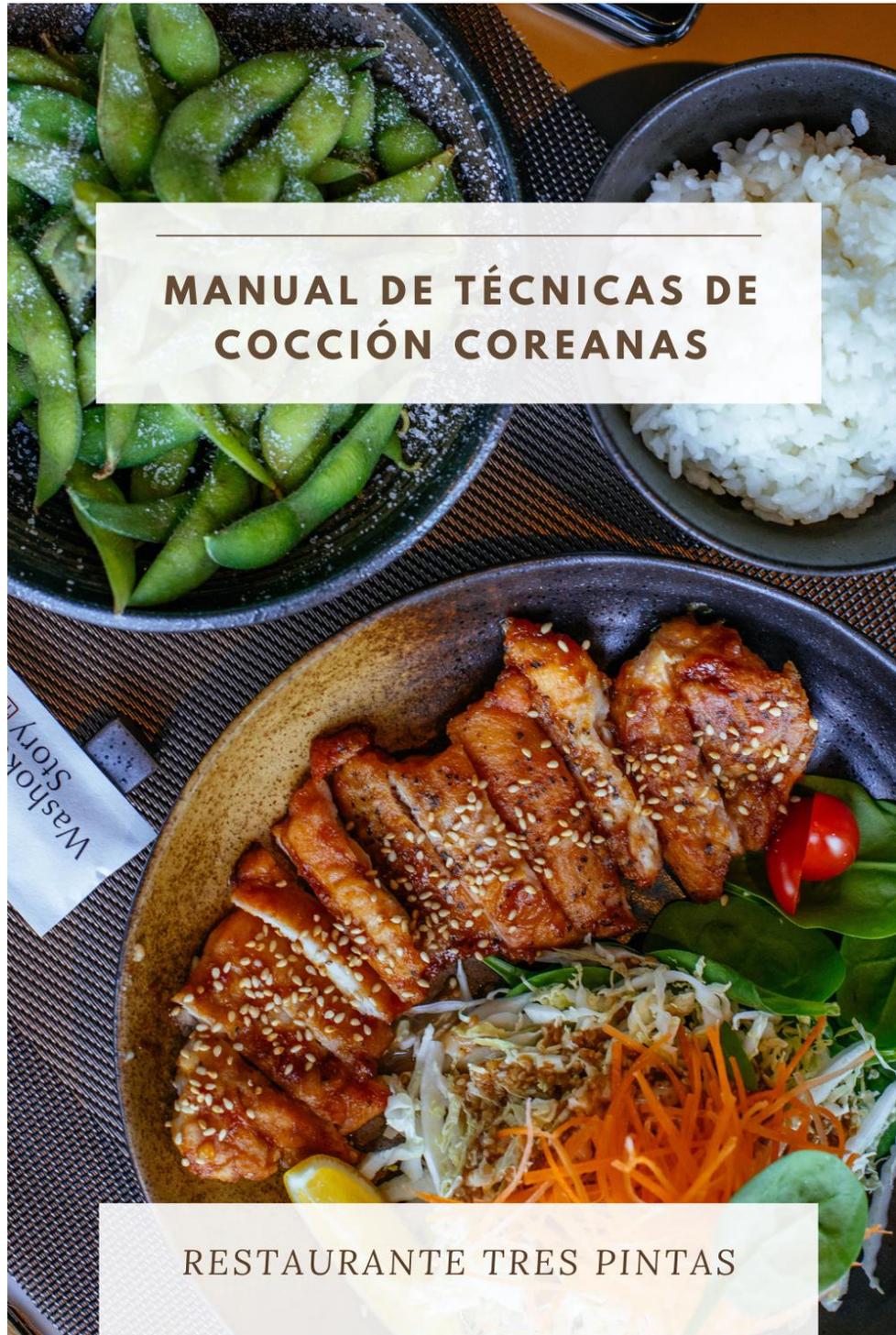
3.5.7. Costos

Con la finalidad de realizar todo este procedimiento se debe tener un registro de los gastos que se realizarán con el objetivo de tener los suficientes recursos económicos para el personal administrativo, materiales de cocina, productos, personal de cocina, promoción e imprevistos

3.5.8. Manual

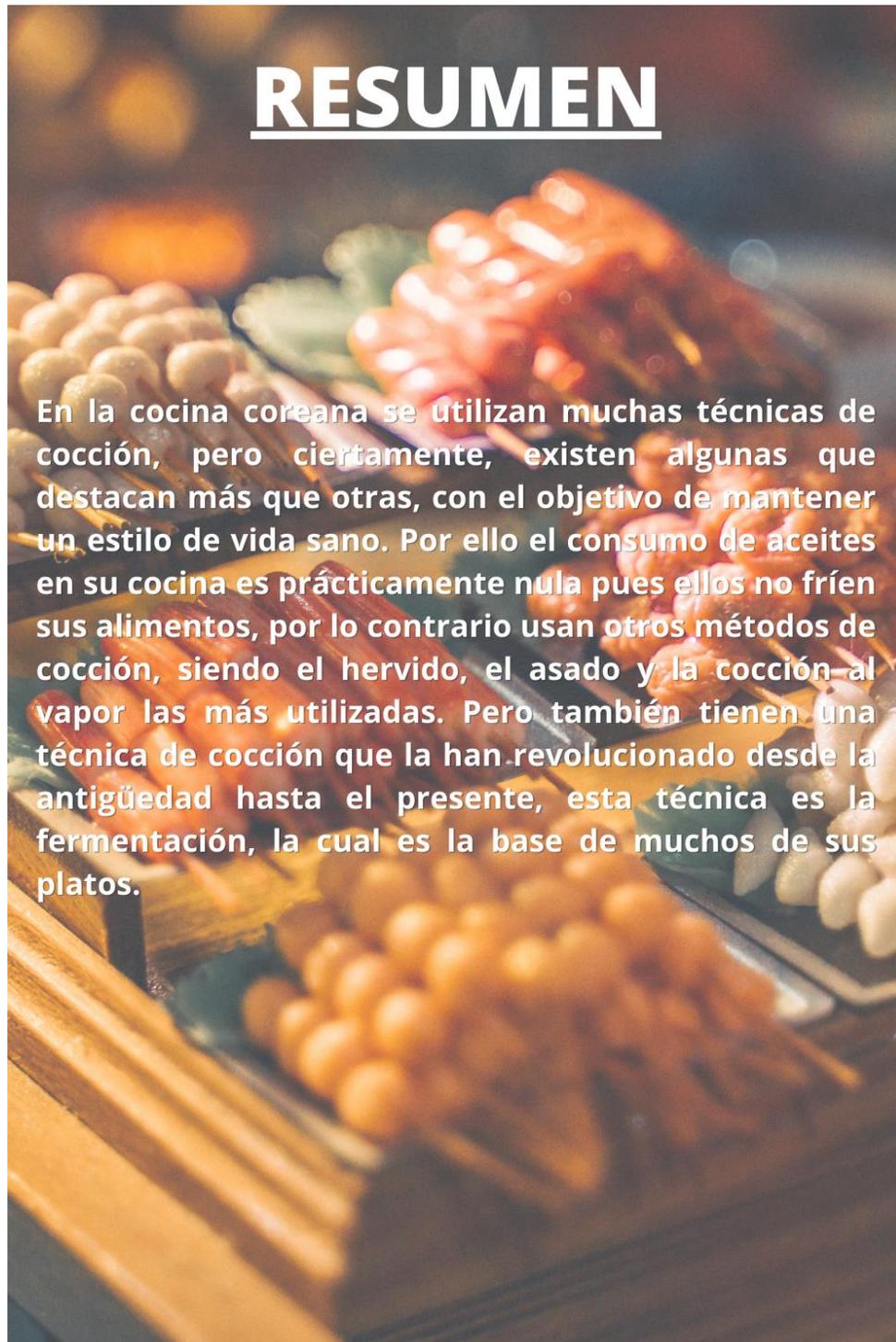
A continuación se presentará de manera gráfica el manual en donde están descritas las técnicas de cocción coreanas, las mismas que podrán ser aplicadas productos y platos de la gastronomía ecuatoriana.

Gráfico N°14: Manual de técnicas – Presentación



Elaborado por: Marco Ramírez

Gráfico N°15: Manual de técnicas – Resumen



En la cocina coreana se utilizan muchas técnicas de cocción, pero ciertamente, existen algunas que destacan más que otras, con el objetivo de mantener un estilo de vida sano. Por ello el consumo de aceites en su cocina es prácticamente nula pues ellos no fríen sus alimentos, por lo contrario usan otros métodos de cocción, siendo el hervido, el asado y la cocción al vapor las más utilizadas. Pero también tienen una técnica de cocción que la han revolucionado desde la antigüedad hasta el presente, esta técnica es la fermentación, la cual es la base de muchos de sus platos.

Elaborado por: Marco Ramírez



FERMENTACIÓN

CONDICIONES PARA PRODUCIR LA FERMENTACIÓN

- Que el alimento esté disuelto o dentro de un elemento líquido.
- La fermentación se realiza en un ambiente anaerobio, esto quiere decir en un ambiente sin oxígeno.
- Dependiendo del alimento a fermentar, la temperatura oscila entre los 15°C hasta los 30°C.

PROCEDIMIENTO

- 1) Limpiar un frasco de cristal que tenga tapa. Si es necesario esterilizarlo.
- 2) Introducir los alimentos a fermentar. Pueden ser frutas o vegetales.
- 3) Preparar el cultivo o escabeche, el cual se lo realiza con agua (preferiblemente embotellada), azúcar o sal dependiendo del alimento que se vaya a usar.
- 4) Llenar el frasco con el cultivo hasta casi el tope del mismo para dejar poco espacio para el oxígeno.
- 5) Tapar el frasco, sin que esté demasiado cerrado y dejarlo a temperatura ambiente en un lugar al que no lleguen los rayos solares.
- 6) Dejar la preparación por lo mínimo por tres días o el tiempo que uno prefiera. Recordar que en ambientes fríos la fermentación se realiza lentamente, mientras que cuando el ambiente es caluroso, la fermentación se acelera.

Elaborado por: Marco Ramírez

HERVIDO

- **Tipo:** Calor húmedo.
- **Mecanismo:** Convección/conducción.
- **Medio de transferencia:** Agua (clasificada según su dureza: muy blanda, blanda, medio blanda, medio dura, dura y muy dura), caldos o fondos.
- **Temperaturas:** 100°C (agua), 200°C (aceites o cuerpos grasos).

- **Procedimiento:**

- 1) Llenar una olla con agua suficiente para cocinar el alimento.
- 2) Llevar la olla con agua a la estufa y poner a fuego alto hasta que el agua alcance la temperatura de ebullición (100°C).
- 3) Introducir el alimento a cocinar, dependiendo del tipo de alimento cocinar de entre 5 a 20 minutos, con o sin tapa.
- 4) Apagar la estufa y sacar los alimentos del agua.
- 5) Dar choque término a los alimentos (de ser posible) introduciéndolos en agua fría.

Observaciones: Este procedimiento también se lo puede realizar desde frío, esto quiere decir que se cocinan los alimentos desde que se empieza a calentar el agua. Esto se lo realiza sólo con alimentos que requieran una cocción larga.

Gráfico N°18: Manual de técnicas – Asado

ASADO

- Temperaturas: 160°C – 220°C.

- **Procedimiento por medio de parrilla:**

- 1) Si la parrilla fue usada con anterioridad, desechar las cenizas viejas.
- 2) Limpiar las rejillas con un cepillo de cerdas de alambre.
- 3) Colocar carbón y encenderlo en la parrilla.
- 4) Colocar la rejilla encima para que se caliente.
- 5) Una vez que esté listo la rejilla, colocar los alimentos encima procurando que no se pasen de cocción y controlando las temperaturas para saber si el alimento ya está en su punto.
- 6) Dar vuelta a los alimentos para cocinar homogéneamente hasta que estén listos.

Recomendaciones:

- No cocinar los alimentos con llama viva.
- En el caso de cocinar carnes, luego de que estén listas, dejar que reposen dependiendo el tamaño de la pieza.

Procedimiento por medio de plancha:

- 1) Calentar la plancha, cuando ya esté caliente agregar unas gotas de aceite con el objetivo de que los alimentos no se peguen a la superficie de la plancha.
- 2) Incorporar los alimentos a cocinar procurando dejar un espacio entre cada pieza.
- 3) Controlar la temperatura de la plancha dependiendo del alimento que se esté cocinando.
- 4) Dar vuelta al alimento cuando ya esté listo de un costado y dejar que se termine de cocer.

Elaborado por: Marco Ramírez

COCCIÓN AL VAPOR

Tipo: Calor húmedo.

Mecanismo: Conducción/Cambio de fase.

Medio de transferencia: Agua.

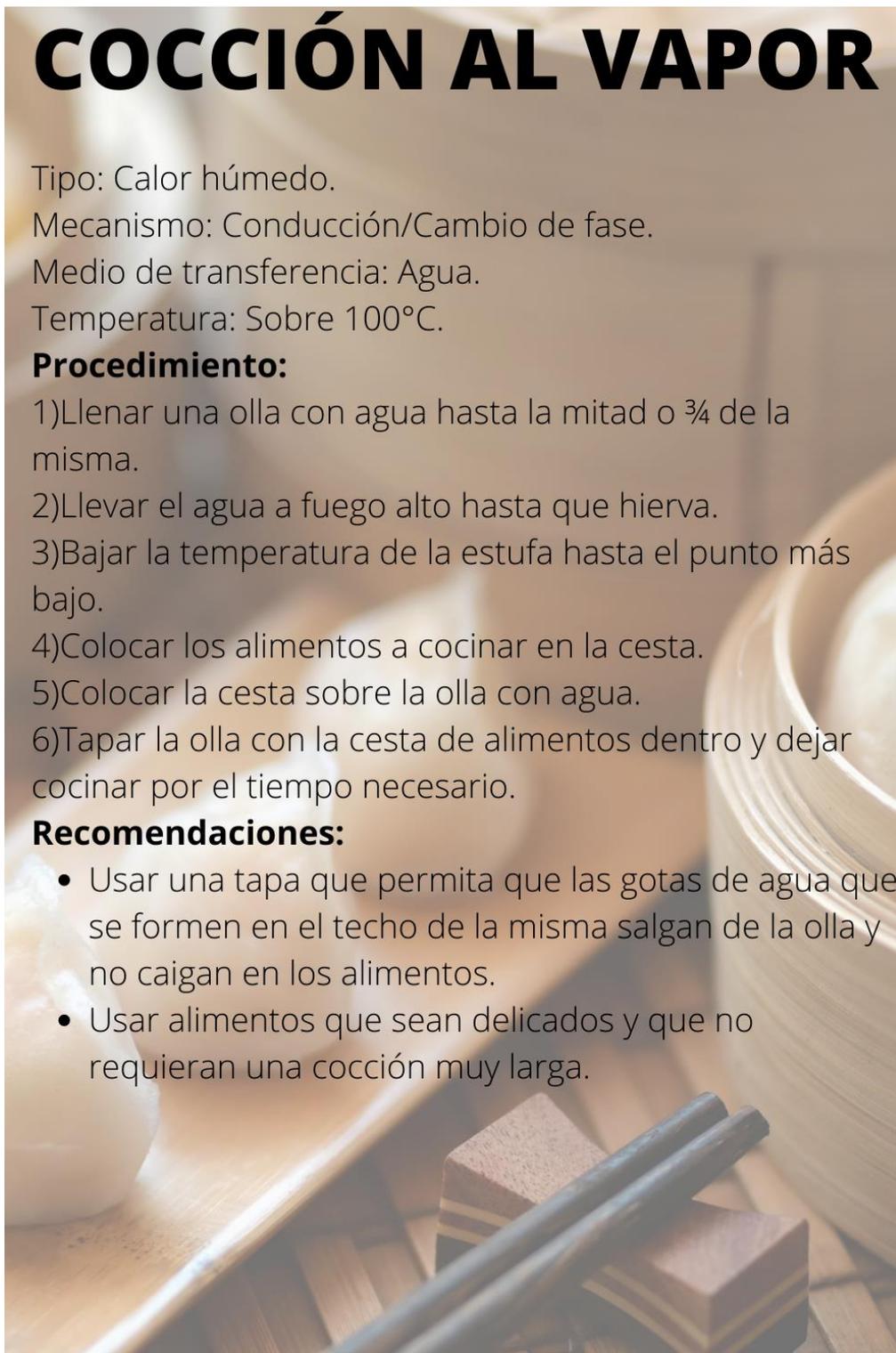
Temperatura: Sobre 100°C.

Procedimiento:

- 1) Llenar una olla con agua hasta la mitad o $\frac{3}{4}$ de la misma.
- 2) Llevar el agua a fuego alto hasta que hierva.
- 3) Bajar la temperatura de la estufa hasta el punto más bajo.
- 4) Colocar los alimentos a cocinar en la cesta.
- 5) Colocar la cesta sobre la olla con agua.
- 6) Tapar la olla con la cesta de alimentos dentro y dejar cocinar por el tiempo necesario.

Recomendaciones:

- Usar una tapa que permita que las gotas de agua que se formen en el techo de la misma salgan de la olla y no caigan en los alimentos.
- Usar alimentos que sean delicados y que no requieran una cocción muy larga.



Elaborado por: Marco Ramírez

3.6. Síntesis del capítulo

En este capítulo se detalló de manera específica como proceder ante la propuesta en la cual el restaurante Tres Pintas ampliaría su oferta gastronómica basada en técnicas de cocción coreanas, las mismas que tendrían que ser aprendidas por el personal del restaurante con la finalidad de que se pueda aplicar a diferentes platos y productos ecuatorianos. Estos platos serían ofertados al público por medio de degustaciones al igual que realizar una promoción en redes sociales para que de esa forma se atraiga a más clientes.

De igual forma se detalla la viabilidad de la propuesta y el impacto que este tendría de manera económica en el restaurante y de manera social en el sector del Valle de los Chillos pues si la propuesta es un éxito en el restaurante, muchas más personas llegarán no solo al establecimiento ubicado en el Valle de los Chillos, sino también en sus otras dos sucursales ubicadas en la Floresta y en Cumbayá respectivamente.

CONCLUSIONES

1. Mediante la investigación realizada acerca de la influencia que tiene la cultura coreana en nuestro país en la actualidad, se ha podido determinar que incursionar en este ámbito de la gastronomía puede ser una atracción para personas que desean degustar nuevos platos.
2. Con la recopilación de datos que se obtuvo, se logró obtener información sobre la gastronomía ecuatoriana y coreana que aportaron a la creación del manual de técnicas.
3. Las opiniones y los datos recogidos por parte de las personas entrevistadas y encuestadas, se ha logrado determinar de que ampliar la oferta gastronómica en el restaurante Tres Pintas, sería de gran aceptación entre sus clientes.
4. Con todos los datos recopilados se ha logrado realizar una propuesta en la que engloba todo el proceso de ejecución que se debe realizar si el restaurante Tres Pintas decide aceptar la propuesta.

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda usar la presente investigación con el objetivo de conocer sobre la cultura gastronómica de ambos países y de esa forma comprender como poder fusionar ambos estilos de cocina.
2. Se recomienda que de aceptar y ejecutar la propuesta planteada se tomen en cuenta todos los puntos descritos en la propuesta, enfatizando la promoción de sus productos puesto que de esa forma atraerá más personas al restaurante. De igual forma la degustación sería la mejor opción para que los clientes regulares conozcan que se ha ampliado la oferta gastronómica.

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS



ENTREVISTA

Buenos días/buenas tardes, le informo que la siguiente entrevista ha sido realizada con fines académicos, por lo que solicito a usted contestar las preguntas planteadas a continuación. Antes de proceder, informo que el objetivo de la siguiente entrevista es proponer al restaurante analizar la posibilidad de ampliar su oferta gastronómica basándose en comida donde se fusione la cocina ecuatoriana y coreana.

Entrevistador: Marco Ramírez

Entrevistado:.....

Lugar:.....

Cargo:.....

Fecha:.....

1. ¿Usted piensa que la gastronomía ecuatoriana podría ser una potencia a nivel mundial?
2. ¿Piensa que a los clientes del restaurante les gustaría un menú basado en cocina coreana?
3. ¿Usted cree que la cocina ecuatoriana se puede fusionar con la cocina coreana?
4. ¿Usted cree que sería factible incursionar en la gastronomía asiática dentro del restaurante?
5. ¿Cree que el personal del restaurante estaría dispuesto a aprender nuevas técnicas de cocina basadas en la gastronomía coreana para aplicarlas dentro del restaurante?
6. ¿Usted aceptaría un proyecto para ampliar la oferta gastronómica del restaurante Tres Pintas?

ENCUESTA CADÉMICA

La siguiente encuesta es de carácter académico, los datos que usted proporcione serán manejados con reserva.

Datos Generales:

Género

a) Masculino ()

b) Femenino ()

Edad:.....

Preguntas:

1. ¿Conoce usted qué es la cocina fusión?

- Sí ()
- No ()

2. ¿Con qué frecuencia consume cocina ecuatoriana en un restaurante?

- Una vez a la semana ()
- Una vez al mes ()
- Dos veces al mes ()
- Otro (especifique) ().....

3. ¿Cuáles son los platos ecuatorianos que más consume? (Describa 3)

.....

4. ¿Usted cree que la cocina ecuatoriana tiene el potencial para ser reconocida a nivel mundial?

- Sí ()
- No ()

5. ¿Usted ha probado alguna vez o consume regularmente cocina asiática?

- Sí [¿de qué tipo? Ej: china japonesa, etc.] ().....

- No ()

6. ¿Tiene conocimiento sobre la gastronomía coreana?

- Sí ()
- No ()

7. ¿Estaría dispuesto a degustar platos en los que se fusione la cocina ecuatoriana y coreana?

- Sí ()
- No ()

8. ¿Cuánto estaría dispuesto a pagar por consumir platos en los que se fusione la cocina ecuatoriana y coreana?

- 5-10\$ ()
- 10-15\$ ()
- 15-20\$ ()
- Más de 20\$ ()

REFERENCIAS

- 20 Minutos. (11 de enero de 2022). *Ssam, la última sensación de la cocina coreana que se come con las manos*. Obtenido de <https://www.20minutos.es/gastronomia/productos/ssaem-la-ultima-sensacion-de-la-cocina-coreana-que-se-come-con-las-manos-4938746/?autoref=true>
- Abuja, J. e. (diciembre de 2016). *Caracterización del turismo receptor en el DMQ, N° 6*. Obtenido de <https://www.quito-turismo.gob.ec/descargas/LOTAIP%202021/WEB%202021/Perfil%20turista%20no%20residente%20Quito%202016.pdf>
- Ahmed, R. (agosto de 2018). *Productos endémicos del Ecuador y su aplicación en la gastronomía*. Obtenido de <http://dspace.uhemisferios.edu.ec:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/795/TESIS%20RASHHELL%20AHMED%20%2807-08-2018%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Centeno, L. (2021). *Soju, destilado de impronta coreana*. Obtenido de <https://www.cocinayvino.com/vinos-bebidas/cocteles-destilados/soju-destilado-impronta-coreana/>
- Centeno, L. (s.f.). *5 clásicos de la comida callejera coreana*. Obtenido de <https://www.cocinayvino.com/mundo-gourmet/viajes/comida-callejera-coreana/>
- Conde, L. (18 de febrero de 2018). *La cocina de colores de Corea del Sur*. Obtenido de <https://abogados.es/2018/02/18/la-cocina-de-colores-de-corea-del-sur/>
- Creighton, M. (03 de octubre de 2018). *Nikkei Latin America*. Obtenido de [https://revista.drclas.harvard.edu/nikkei-latin-america/#:~:text=Japanese%20people%20and%20their%20descendants,commonly%20in%20the%20Americas\)%20Nikkei](https://revista.drclas.harvard.edu/nikkei-latin-america/#:~:text=Japanese%20people%20and%20their%20descendants,commonly%20in%20the%20Americas)%20Nikkei)
- Diario Económico: Expansión. (s.f.). *Ecuador - Inmigración*. Obtenido de <https://datosmacro.expansion.com/demografia/migracion/inmigracion/ecuador>
- EcuadorEc. (s.f.). *¿Cuáles son los platos típicos de la sierra ecuatoriana?* Obtenido de <https://ecuadorec.com/cuales-son-los-platos-tipicos-de-la-sierra-ecuatoriana/>
- Egüez, M. (14 de diciembre de 2016). *Menú "Hansik" cocina coreana*. Obtenido de <https://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/6064>
- El Comercio. (14 de agosto de 2017). *Ocho lugares acercan el sabor coreano a Ecuador*. Obtenido de <https://www.elcomercio.com/sabores/restaurantes-coreanos-quito-guayaquil-sabores.html>

- El Universo. (14 de junio de 2017). *De mar y tierra, Galápagos deliciosa*. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/tendencias/2017/06/14/nota/6230149/mar-tierra-galapagos-deliciosa/>
- El Universo. (16 de abril de 2018). *Los sabores de Corea del Sur conquistan occidente*. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/tendencias/2018/04/16/nota/6717858/sabores-corea-sur-conquistan-occidente/>
- El Universo. (23 de abril de 2018). *Momo, restaurante que mezcla lo tradicional y lo moderno de Corea del Sur*. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/tendencias/2018/04/23/nota/6729393/momo-restaurante-que-mezcla-tradicional-moderno-corea-sur/>
- El Universo. (8 de septiembre de 2020). *Quito celebra 42 años de ser declarada Patrimonio Cultural Humanidad por la Unesco*. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/noticias/2020/09/08/nota/7970803/quito-celebra-42-anos-ser-declarada-patrimonio-cultural-humanidad/#:~:text=Foto%3A%20redaccion,Quito%20fue%20declarada%20Patrimonio%20Cultural%20de%20la%20Humanidad%2C%20por%20la,el%20Centro%20H>
- Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales. (s.f.). *Quito ciudad, capital del Ecuador*. Obtenido de https://www.flacso.edu.ec/flax15/_upload/etnohistoria/pdfs/QUITO_IG.pdf
- Fernández, L. e. (octubre de 2014). *La gastronomía típica de la Amazonía, una alternativa turística en el Ecuador. Caso de estudio: Puyo, Pastaza*. Obtenido de <https://biblio.ecotec.edu.ec/revista/edicion6/LA%20GASTRONOM%C3%8DA%20T%C3%8DPICA%20DE%20LA.pdf>
- Figuroa, V. (23 de enero de 2014). *Gastronomía de la Costa Ecuatoriana*. Obtenido de <https://verofiguroa84.wordpress.com/2014/01/23/gastronomia-de-la-costa-ecuatoriana/>
- Gallarini, V. (10 de marzo de 2014). *Hansik - La comida tradicional coreana*. Obtenido de <http://flordecamalote.blogspot.com/2014/03/hansik-la-comida-tradicional-coreana.html>
- Gastronomía & Cía. (02 de junio de 2008). *Métodos de cocción: Hervir*. Obtenido de <https://gastronomiaycia.republica.com/2008/06/02/metodos-de-coccion-hervir/>
- Gastronosfera. (07 de julio de 2014). *Cocina coreana, un festival de platos, colores y sabores*. Obtenido de <https://www.gastronosfera.com/es/tendencias/cocina-coreana-un-festival-de-platos-colores-y-sabores>
- Geparra. (2016). *Gastronomía de la sierra*. Obtenido de <https://geparra.wordpress.com/p2/>

- Guzmán, M. (14 de octubre de 2020). *Métodos de cocción: Origen del manejo del fuego*. Obtenido de <https://laroussecocina.mx/nota/metodos-de-coccion-origen-del-manejo-del-fuego/#:~:text=en%20medio%20l%C3%ADquido-,Hervido,fin%20de%20eliminar%20la%20piel>
- Haskins, S. &. (06 de diciembre de 2017). *Quito, Ecuador: The Most Beautiful City In South America?* Obtenido de https://www.huffpost.com/entry/retire-to-ecuador_b_3518701?ir=Fifty
- Hayawaska. (s.f.). *Comida típica amazónica Ecuador*. Obtenido de <https://www.hayawaska.com/comida-tipica/>
- Hidalgo, K. (27 de julio de 2020). *La cocina ancestral andina en Ecuador convierte la tierra en un volcán culinario*. Obtenido de <https://www.efeagro.com/microsite/cocina-ancestral-andina-ecuador/#:~:text=Una%20t%C3%A9cnica%20de%20cocina%20ancestral,la%20tierra%20con%20sus%20frutos>
- Imatome, N. (05 de mayo de 2019). *Los 15 ingredientes coreanos esenciales que debe conocer*. Obtenido de <https://www.gourmet4life.com/essential-korean-ingredients-2118642>
- Kim, H. (27 de enero de 2021). *La Nación: "Para la cultura coreana, el kimchi lo representa todo"*. Obtenido de <https://spanish.korea.net/NewsFocus/Culture/view?articleId=194318>
- Kim, M. (31 de agosto de 2018). *Las especias más utilizadas en la cocina coreana*. Obtenido de <https://www.wabasi.com/blog/las-especias-mas-utilizadas-cocina-coreana/>
- KMagazine. (01 de marzo de 2018). *Corea: el país de la carne*. Obtenido de <https://kmagazine.mx/asia/cultura/corea-pais-la-carne/>
- Kublai. (s.f.). *Gastronomía - comida para ocasiones especiales*. Obtenido de <https://www.kublaitours.com/es/102158/Guia/Corea-Sur/Gastronomia.htm>
- Lee, J. S. (14 de agosto de 2017). Ocho lugares acercan el sabor coreano a Ecuador. (E. Comercio, Entrevistador)
- López, L. (25 de enero de 2021). *Obangsaek, la armonía en la cocina coreana*. Obtenido de <https://spanish.korea.net/NewsFocus/HonoraryReporters/view?articleId=194598>
- Marín, C. (06 de abril de 2017). *La Historia del Hansik*. Obtenido de <https://kmagazine.mx/asia/cultura/la-historia-del-hansik/>
- MedioMilon. (31 de mayo de 2021). *¿Cuáles son las comidas típicas de la costa ecuatoriana?* Obtenido de <https://www.mediomilon.com/blog/comida-tipica-costa-ecuador/>

- Michelin Guide. (22 de julio de 2019). *Cocina de fusión*. Obtenido de <https://guide.michelin.com/es/es/articulo/dining-out/cocina-de-fusion>
- Ministerio de Turismo del Ecuador. (2013). *Ecuador Culinario: Saberes y sabores*. Quito - Ecuador: AI DIGITAL.
- Ministerio de Turismo del Ecuador. (27 de diciembre de 2017). *La gastronomía de Galápagos deleita los paladares de los turistas*. Obtenido de <https://www.turismo.gob.ec/la-gastronomia-de-galapagos-deleita-los-paladares-de-los-turistas/>
- Ministry of Culture, Sports and Tourism and Korean Culture and Information Service. (03 de abril de 2020). *Gastronomía*. Obtenido de <https://spanish.korea.net/AboutKorea/Korean-Life/Food>
- Misanplas. (30 de octubre de 2014). *Métodos de cocción: Asar*. Obtenido de <http://www.misanplas.com.ar/2014/10/30/metodos-de-coccion-asar/>
- Montenegro, E. (21 de diciembre de 2016). *Cocina tradicional ecuatoriana*. Obtenido de <https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/5933/1/129102.pdf>
- Nguyen, A. (07 de mayo de 2008). *Métodos de cocción: Cocción al vapor*. Obtenido de <https://gastronomiaycia.republica.com/2008/05/07/metodos-de-coccion-coccion-al-vapor/>
- Observatorio PYME. (2018). *Restaurantes y servicio móvil de comidas*. Obtenido de <https://www.uasb.edu.ec/observatorio-pyme/wp-content/uploads/sites/6/2021/04/Restaurantes-Quito.pdf>
- Olivetto. (02 de febrero de 2021). *La cocina fusión te invita a degustar los sabores del mundo en un plato*. Obtenido de <https://www.olivetto.com.co/nuestra-tribu/cocina-fusion-que-es-y-que-preparaciones-hay/>
- Pazos, J. (2008). *El sabor de la memoria*. Quito: FONSA.
- Pazos, J. (2010). *Cocinas regionales andinas*. Quito: Corporación Editora Nacional.
- Quiroga, M. (16 de agosto de 2016). *¿Qué diferencias hay entre fermentado y destilado?* Obtenido de <https://www.forbes.com.mx/diferencia-fermentado-destilado/>
- Ramírez, D. (03 de febrero de 2018). *Gastronomía en el país de los cuatro mundos*. Obtenido de <https://ecuador.gastronomia.com/noticia/7786/gastronomia-en-el-pais-de-los-cuatro-mundos>
- Reguera, I. (16 de julio de 2019). *Bnachan: Los entrantes coreanos que cambiarán nuestra forma de entender los alimentos*. Obtenido de <https://www.tendencias.com/dietas-y-nutricion/banchan-entrantes-coreanos-que-cambiaran-nuestra-forma-entender-alimentos>

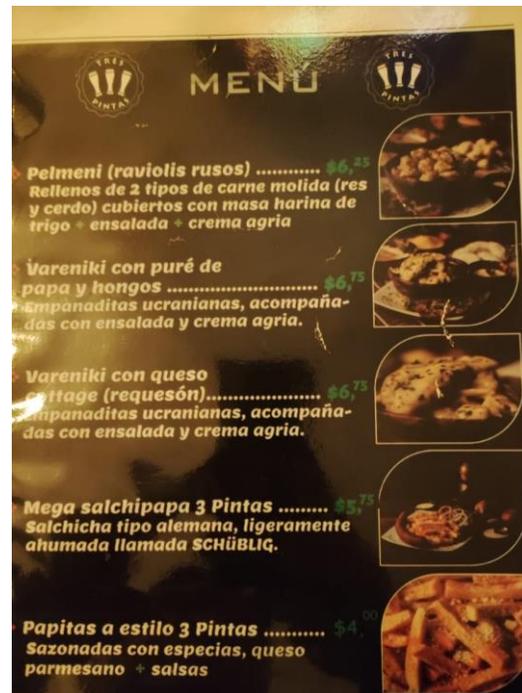
- Renards Gourmets. (2021). *Mandu*. Obtenido de <https://www.196flavors.com/es/corea-del-sur-mandu/>
- Son, Y. (16 de abril de 2018). Los sabores de Corea del Sur conquistan occidente. (E. Universo, Entrevistador)
- Toral, S. (13 de noviembre de 2020). *¿Por qué la industria coreana del entretenimiento es tan popular en Ecuador?* Obtenido de <https://www.eluniverso.com/entretenimiento/2020/11/11/nota/8045278/industria-coreana-entretenimiento-popular-ecuador-kpop/>
- Torres, A. (noviembre de 2019). *Consumo cultural coreano en Guayaquil: Moda y estética en los jóvenes guayaquileños*. Obtenido de <http://dspace.casagrande.edu.ec:8080/bitstream/ucasagrande/2127/1/Tesis2312TORc.pdf>
- Tovar, J. (2017). *Fermentados coreanos, sabor y salud*. Obtenido de <https://efesalud.com/fermentados-coreanos-sabor-y-salud/>
- Valenzuela, L. (marzo de 2016). *Análisis de las técnicas culinarias ancestrales para su aplicación en elaboraciones de la cocina cuencana*. Obtenido de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/24408/1/Trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf>
- Vega, V. e. (2018). Gastronomía ecuatoriana y turismo local. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 2.
- Visit Korea. (04 de octubre de 2018). *La base de la cocina coreana: Las especias*. Obtenido de https://spanish.visitkorea.or.kr/spa/FOO/5_1_view.jsp?cid=2537662
- Yoo, D. (25 de abril de 2020). *Menú del estudiante: Corea y sus fermentos*. Obtenido de <https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/9657/1/124787.pdf>
- Zepeda, R. (s.f.). *Una mirada a la cocina tradicional coreana*. Obtenido de <https://www.animalgourmet.com/2017/01/25/una-mirada-a-la-cocina-tradicional-coreana/>
- Zuleta, D. (2014). Cocina coreana: Tradición centenaria a la vanguardia. *Mundo Asia Pacífico*, 87-88.

ANEXOS

Anexo 1: Investigación en restaurante Tres Pintas – Menú.



Elaborado por: Felipe Ponce

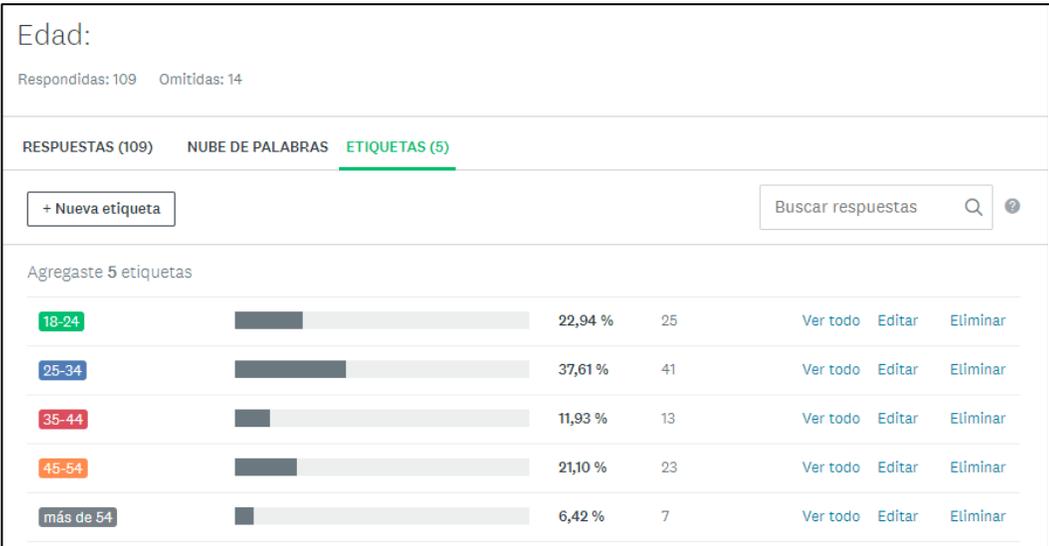
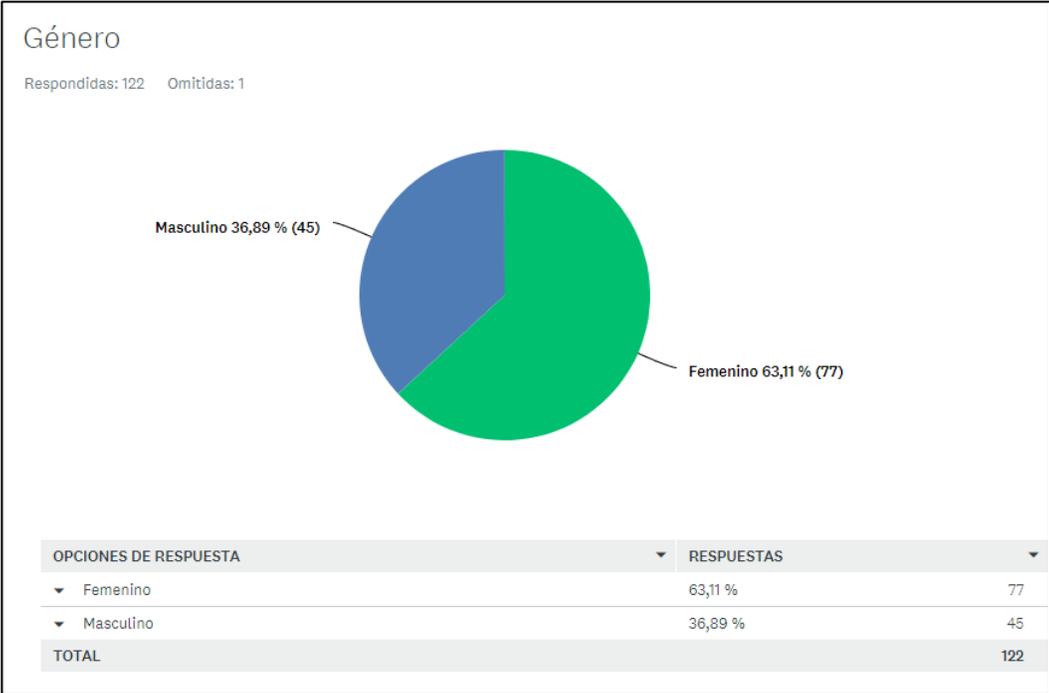


Elaborado por: Marco Ramírez

Anexo 2: Análisis de encuestas respondidas.

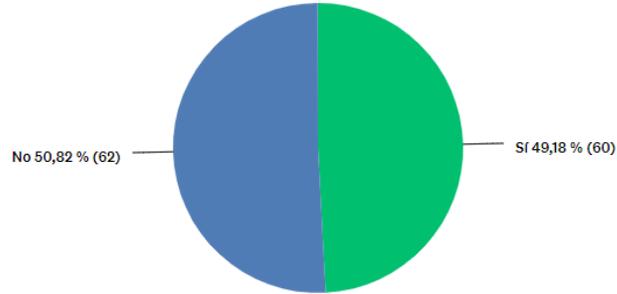
Elaborado por: Marco Ramírez

Fuente: SurveyMonkey



¿Conoce usted qué es la cocina fusión?

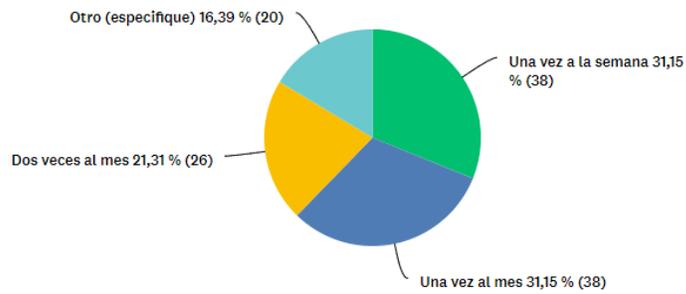
Respondidas: 122 Omitidas: 1



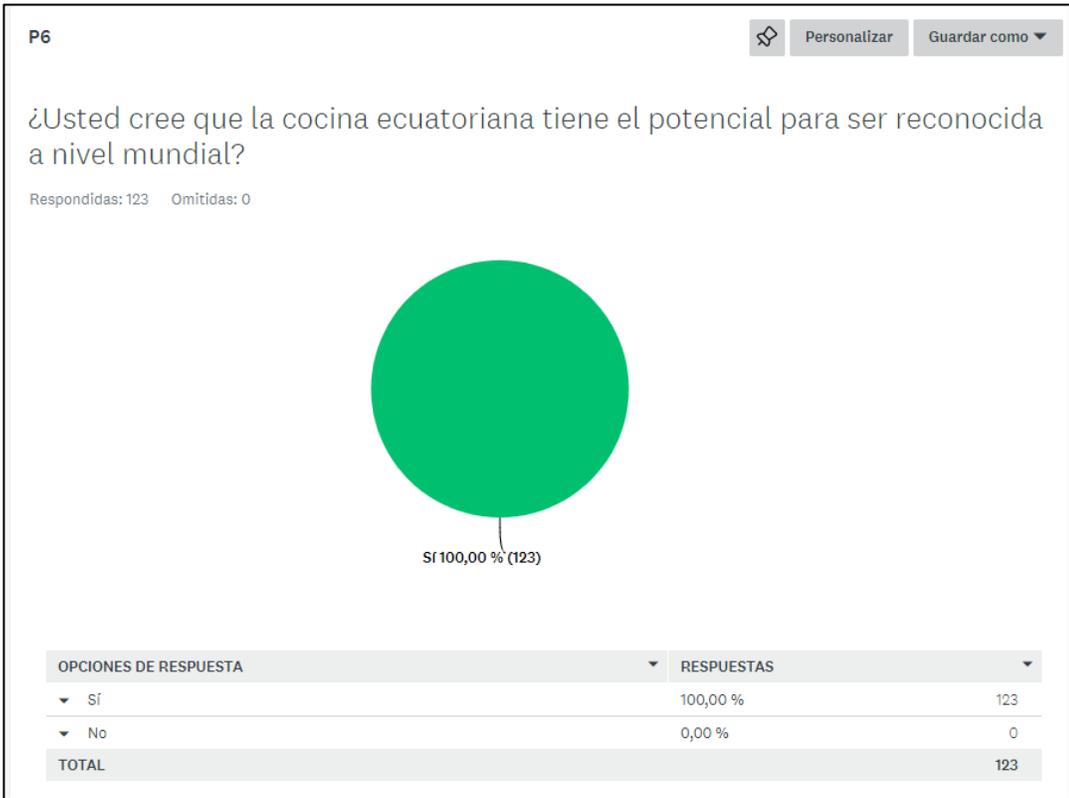
OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
▼ Sí	49,18 %	60
▼ No	50,82 %	62
TOTAL		122

¿Con qué frecuencia consume cocina ecuatoriana en un restaurante?

Respondidas: 122 Omitidas: 1

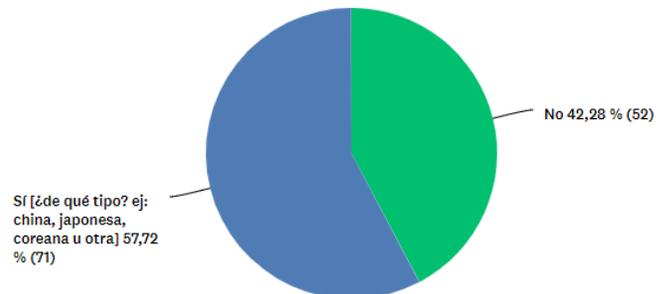


OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
▼ Una vez a la semana	31,15 %	38
▼ Una vez al mes	31,15 %	38
▼ Dos veces al mes	21,31 %	26
▼ Otro (especifique)	16,39 %	20



¿Usted ha probado alguna vez o consume regularmente comida asiática?

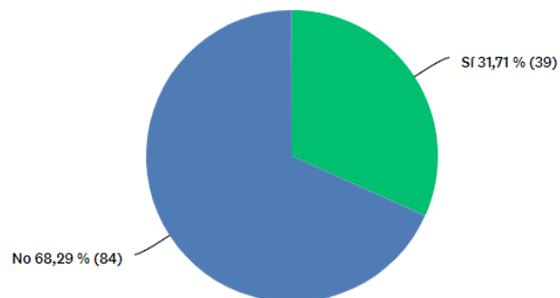
Respondidas: 123 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
▼ No	42,28 %	52
▼ Sí [¿de qué tipo? ej: china, japonesa, coreana u otra]	57,72 %	71

¿Tiene conocimiento sobre la gastronomía coreana?

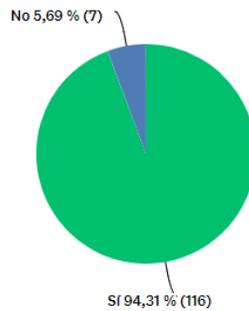
Respondidas: 123 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
▼ Sí	31,71 %	39
▼ No	68,29 %	84
TOTAL		123

¿Estaría dispuesto a degustar platos en los que se fusione la cocina ecuatoriana y coreana?

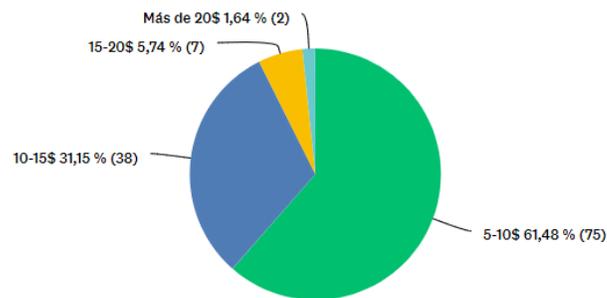
Respondidas: 123 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
▼ Sí	94,31 %	116
▼ No	5,69 %	7
TOTAL		123

¿Cuánto estaría dispuesto a pagar por consumir platos en los que se fusione la cocina ecuatoriana y coreana?

Respondidas: 122 Omitidas: 1



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
▼ 5-10\$	61,48 %	75
▼ 10-15\$	31,15 %	38
▼ 15-20\$	5,74 %	7
▼ Más de 20\$	1,64 %	2
TOTAL		122