



**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR  
ESCUELA DE FORMACIÓN TÉCNICA Y TECNOLÓGICA**

**TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR/ TITULACIÓN PREVIO A LA  
OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE TECNÓLOGO SUPERIOR EN GESTION CULINARIA**

**REVALORIZACIÓN GASTRONÓMICA DE LA ACHOCHA EN PREPARACIONES  
CULINARIAS INNOVADORAS**

**RONNY MILTON ALDÁS MEDINA**

**TUTOR: RONNY KLEBER SORIANO OLVERA**

**IBARRA – ECUADOR  
SEPTIEMBRE, 2025**

Ibarra, 16 de septiembre de 2025

## CERTIFICACIÓN TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Integración curricular titulado: “Revalorización gastronómica de la achocha en preparaciones culinarias innovadoras”, presentado por el estudiante Ronny Milton Aldás Medina con cédula de ciudadanía N°1004714208, para obtener el Título de Tecnología superior en gestión culinaria.

Certifico que el trabajo cumple con todos los parámetros establecidos, mediante el cual el estudiante demuestra el desarrollo de competencias en el campo de conocimiento de su profesión con un nivel de argumentación coherente, para ser sometido a la evaluación por parte de los lectores.

Adicionalmente, se adjunta el certificado de porcentaje de originalidad de TURNITIN.

Trabajo de titulación, Ronny Aldás para turniting.pdf

Reporte de originalidad

8%	7%	2%	4%
ÍNDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRINCIPALES

1	repositorio.puce.edu.ec	2%
2	Submitted to Pontificia Universidad Católica del Ecuador - PUCE	1%
3	www.agrocalidad.gob.ec	<1%
4	Submitted to Dibrugarh University, Assam	<1%
5	Submitted to Universidad Católica de Santa María	<1%
6	mundorecetas.com	<1%
7	repositorio.unia.edu.pe	<1%
8	Submitted to Universidad Cesar Vallejo	<1%
9	link.springer.com	<1%
10	repositorio.utn.edu.ec	<1%

Mgs.  
Ronny Soriano O.  
(f):

Firmado digitalmente por Mgs. Ronny Soriano O.

Mgs. Ronny Soriano O.

**TUTOR DE TRABAJO**  
C.C.: 0923906747

## PÁGINA DE APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

El tribunal examinador, aprueba el presente trabajo en nombre de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ibarra:

Mgs. Ronny Soriano O.  
(f): .....  
Firmado digitalmente por Mgs. Ronny Soriano O.

Mgs. Soriano Olvera Ronny Kleber

C.C.: 0923906747

Msc. Patricia Saltos G.  
(f): .....  
Firmado digitalmente por Msc. Patricia Saltos G.  
Fecha: 2025.09.22 11:08:07 -05'00'

Msc. Patricia Saltos

C.C.: 1002683017

## ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS

Yo, Ronny Milton Aldás Medina, declaro conocer y aceptar la disposición del Art. 165 del Código Orgánico de Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, que manifiesta textualmente: “Se reconoce facultad de los autores y demás titulares de derechos de disponer de sus derechos o autorizar las utilizaciones de sus obras o prestaciones a título gratuito y oneroso, según las condiciones que determinen. Esta facultad podrá ejercerse mediante licencias libres, abiertas y otros modelos alternativos de licenciamiento o la renuncia”.

Ibarra, 16 de febrero de 2025

**Ronny  
Aldás** Firmado  
digitalmente por  
RonnyAldás  
Fecha: 2025.09.11  
15:11:01 -05'00'

(f):

*Aldás Medina Ronny Milton*

C.C.: 1004714208

## AUTORIA

Yo, Ronny Milton Aldás Medina, portador(@ de la cedula de ciudadanía N°1004714208, declaro que la presente trabajo de investigación es de total responsabilidad de la autor@, y eximo expresamente a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ibarra de posibles reclamos o acciones legales.

(f): **Ronny  
Aldás** Firmado digitalmente por Ronny Aldás  
Fecha: 2025.09.11 15:11:27 -05'00'

*Ronny Milton Aldás Medina*

C.C.: 1004714208

## **DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS**

A mi padre, por ser mi ejemplo de esfuerzo, responsabilidad y nobleza. Gracias por enseñarme con tu vida que los sueños se construyen con trabajo diario.

A mi hermana, por ser mi compañera incondicional, por su apoyo en los días difíciles y por recordarme siempre que no estoy solo en este camino.

Esta meta también es de ustedes.

## Índice de Contenidos

<b>CERTIFICACIÓN TUTOR</b> .....	ii
<b>PÁGINA DE APROBACIÓN DEL TRIBUNAL</b> .....	iii
<b>ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS</b> .....	iv
<b>DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS</b> .....	vi
<b>ÍNDICE DE GRÁFICOS</b> .....	viii
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b> .....	ix
<b>1 RESUMEN</b> .....	x
<b>2 ABSTRACT</b> .....	xi
<b>3 INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>4. MARCO TEORICO</b> .....	2
<b>4.1.1 Estudios Internacionales</b> .....	2
<b>4.1.2 Estudios Nacionales</b> .....	3
<b>4.1.3 Estudios locales (Imbabura)</b> .....	4
<b>4.2 Marco Conceptual</b> .....	6
<b>4.2.1 La alimentación como construcción cultural</b> .....	6
<b>4.2.2 El origen y cultivo de la <i>Cyclanthera pedata</i> (Achocha)</b> .....	6
<b>4.2.3 Propiedades nutricionales de la achocha</b> .....	6
<b>4.2.4 Propiedades sensoriales y culinarias</b> .....	7
<b>4.2.5 Técnicas culinarias relevantes para la revalorización de productos patrimoniales</b>	7
<b>4.3 Marco legal</b> .....	7
<b>5. Metodología</b> .....	9
<b>5.5 Instrumentos de investigación</b> .....	11
<b>5.6 Cálculo de la muestra</b> .....	12
<b>6. Resultados</b> .....	13
<b>6.1 Tabulación de encuestas</b> .....	15
<b>6.1.2 Datos sociodemográficos:</b> .....	15
<b>6.1.3 Cuestionario:</b> .....	15

<b>6.2</b>	<b>Análisis general de las encuestas .....</b>	<b>21</b>
<b>6.3</b>	<b>Entrevistas .....</b>	<b>22</b>
<b>6.3.1</b>	<b>Datos de los entrevistados .....</b>	<b>22</b>
<b>6.3.2</b>	<b>Guion de la entrevista .....</b>	<b>22</b>
<b>6.3.3</b>	<b>Transcripción de las entrevistas .....</b>	<b>23</b>
<b>6.3.4</b>	<b>Análisis de las entrevistas .....</b>	<b>29</b>
<b>6.4</b>	<b>Análisis de las fichas de evaluación de degustación.....</b>	<b>30</b>
<b>6.4.1</b>	<b>Modelo de ficha de degustación.....</b>	<b>30</b>
<b>6.4.2</b>	<b>Interpretación de las fichas de evaluación de degustación. ....</b>	<b>31</b>
<b>6.4.2</b>	<b>Transcripción de las fichas de evaluación de degustación. ....</b>	<b>33</b>
<b>6.5</b>	<b>Propuesta .....</b>	<b>34</b>
<b>6.5.1</b>	<b>Introducción de propuesta.....</b>	<b>35</b>
<b>6.5.2</b>	<b>Preparaciones con achocha .....</b>	<b>35</b>
<b>7.</b>	<b>Conclusiones .....</b>	<b>40</b>
<b>8.</b>	<b>Recomendaciones.....</b>	<b>41</b>
<b>9.</b>	<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>43</b>
<b>10.</b>	<b>Anexos .....</b>	<b>46</b>

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1</b>	<b>Calculadora de muestras.....</b>	<b>12</b>
<b>Gráfico 2</b>	<b>Edad .....</b>	<b>15</b>
<b>Gráfico 3</b>	<b>Género.....</b>	<b>15</b>
<b>Gráfico 4</b>	<b>Consumo de la achocha .....</b>	<b>16</b>
<b>Gráfico 5</b>	<b>Preparaciones .....</b>	<b>16</b>
<b>Gráfico 6</b>	<b>Frecuencia de consumo .....</b>	<b>17</b>
<b>Gráfico 7</b>	<b>Identidad Culinaria .....</b>	<b>17</b>
<b>Gráfico 8</b>	<b>Cocción de la achocha.....</b>	<b>18</b>

<b>Gráfico 9 La achocha y cocina moderna.....</b>	<b>18</b>
<b>Gráfico 10 Platos con achocha .....</b>	<b>19</b>
<b>Gráfico 11 Rescate de la achocha .....</b>	<b>19</b>
<b>Gráfico 12 Innovación de la achocha en platillos.....</b>	<b>20</b>
<b>Gráfico 13 Consumo general de la achocha .....</b>	<b>20</b>
<b>Gráfico 14 Receta estándar ceviche de achocha.....</b>	<b>36</b>
<b>Gráfico 15 Receta estándar croquetas de achocha .....</b>	<b>37</b>
<b>Gráfico 16 Receta estándar achocha rellena .....</b>	<b>38</b>
<b>Gráfico 17 Receta estándar empanada de achocha .....</b>	<b>39</b>
<b>Gráfico 18 Receta estándar carlota de achocha .....</b>	<b>40</b>

#### **ÍNDICE DE TABLAS**

<b>Tablas 1 .....</b>	<b>22</b>
<b>Tablas 2 .....</b>	<b>31</b>
<b>Tablas 3.....</b>	<b>31</b>
<b>Tablas 4.....</b>	<b>32</b>

## 1. RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo revalorizar la achocha (*Cyclanthera pedata*) mediante la creación de cinco preparaciones culinarias innovadoras que permitan rescatar su uso tradicional y adaptarlo a la gastronomía contemporánea. A pesar de su valor nutricional y cultural, este vegetal ha sido desplazado de los hábitos alimentarios modernos. Para abordar esta problemática, se diseñaron cinco recetas: ceviche de achocha, croquetas de achocha, achocha rellena, empanada de achocha y carlota de achocha, preparadas con ingredientes accesibles y técnicas que respetan su sabor y textura. La metodología incluyó un enfoque mixto con análisis cualitativo (entrevistas a cocineros locales y encuestas) y cuantitativo (prueba sensorial). Los resultados demostraron una buena aceptación de las preparaciones, destacando el sabor, la presentación y la textura como atributos más valorados. En consecuencia, se concluye que la achocha es un ingrediente con alto potencial para su incorporación en la gastronomía moderna, capaz de integrarse en propuestas creativas sin perder su identidad cultural y contribuyendo al fortalecimiento de la oferta culinaria local y sostenible.

**Palabras clave:** Achocha, innovación culinaria, patrimonio alimentario, análisis sensorial, gastronomía sostenible.

## 2. ABSTRACT

This research aims to promote the gastronomic revalorization of achocha (*Cyclanthera pedata*) through the development of five innovative culinary preparations that integrate this traditional vegetable into modern cuisine. Despite its cultural and nutritional value, achocha has been gradually displaced from everyday diets. To address this issue, five recipes were designed: achocha ceviche, achocha croquettes, stuffed achocha, savory achocha-filled empanada, and a sweet achocha-based charlotte dessert, all using accessible ingredients and cooking techniques that preserve its flavor and texture. The methodology followed a mixed approach, including qualitative analysis (interviews with local chefs) and quantitative analysis (sensory evaluation). The results revealed positive acceptance of the preparations, with taste, presentation, and texture being the most appreciated attributes. Consequently, it is concluded that achocha is a heritage ingredient with great potential for incorporation into modern gastronomy, capable of adapting to creative proposals without losing its cultural identity and contributing to the strengthening of local and sustainable culinary offerings.

**Keywords:** Achocha, culinary innovation, food heritage, sensory analysis, sustainable gastronomy.

### 3. INTRODUCCIÓN

La gastronomía ecuatoriana se caracteriza por una riqueza de productos que, a lo largo del tiempo, han sido reemplazados por ingredientes más comercializados. Uno de estos alimentos es la achocha (*Cyclanthera pedata*), un vegetal andino de gran valor tradicionalmente, cultivado en zonas como Cotacachi, Ilumán y Otavalo. A pesar de sus propiedades nutricionales y su adaptabilidad en la cocina, su consumo ha disminuido notablemente.

Este proyecto surge como una propuesta de rescate y revalorización de la achocha mediante la elaboración de cinco preparaciones que no solo respeten su identidad patrimonial, sino que también respondan a los gustos y tendencias de la gastronomía actual. A través del diseño de recetas creativas y la evaluación de su aceptación sensorial, se busca integrar nuevamente este vegetal en la alimentación cotidiana, posicionándolo como una opción saludable, sostenible y culturalmente significativa.

La investigación considera tanto aspectos técnicos como culturales, aplicando métodos mixtos para garantizar un análisis integral. Con ello, se espera generar propuestas concretas que puedan ser aplicadas en contextos gastronómicos reales.

Este trabajo se estructura en varios apartados: el marco teórico, que aborda estudios previos y conceptos clave; el marco legal, que contextualiza la normativa aplicable; la metodología, que detalla el enfoque, alcance y técnicas utilizadas; los resultados, que incluyen el análisis de encuestas, entrevistas y evaluación sensorial; la propuesta gastronómica, con las recetas desarrolladas; y finalmente, las conclusiones y recomendaciones derivadas de la investigación.

## **4. MARCO TEORICO**

### **4.1 Estado del arte**

#### **4.1.1 Estudios Internacionales**

Uno de los estudios más relevantes es el de Rivas et al., (2013), quienes analizaron productos derivados de la achocha como harinas, jugos y mermeladas elaboradas artesanalmente en Argentina. El estudio demostró que la achocha puede mantener su valor antioxidante incluso después del procesamiento, lo que la convierte en un ingrediente funcional para la elaboración de alimentos saludables y mínimamente procesados. Esto sugiere que es posible integrar la achocha en productos como salsas, bebidas o acompañamientos, sin perder sus beneficios.

Además, investigaciones como la de Montoro et al., (2001) encontraron que los frutos de (*Cyclanthera pedata*) contienen flavonoides con fuerte actividad antioxidante, lo que respalda su uso en preparaciones que busquen combinar salud y sabor. Aunque este estudio se centró en el análisis fitoquímico, sus resultados han sido citados como referencia para el desarrollo de formulaciones funcionales en la industria alimentaria europea, sobre todo en el diseño de dietas basadas en vegetales.

En otra investigación, Zuccolo et al., (2024) exploraron una variedad tradicional de achocha cultivada en el norte de Italia, y destacaron su potencial para incorporarse en la producción artesanal de alimentos fermentados y preparados gourmet. Según los autores, la achocha “puede integrarse en platos fríos, conservas naturales e incluso rellenos fermentados sin alterar su perfil sensorial ni su estabilidad nutricional” (Zuccolo, 2024). Esta investigación resalta que, además de sus beneficios para la salud, el fruto también ofrece un alto valor gastronómico gracias a su textura firme, su capacidad de absorción de sabores y su presentación visual.

Por su parte, Singh y Basu (2020) analizaron el papel de vegetales andinos poco valorados en la mejora de la diversidad dietética. Mencionan que el uso de la achocha en preparaciones tradicionales como guisos, sopas o platos rellenos puede adaptarse fácilmente a las demandas actuales de la cocina saludable, y que su inclusión en recetas nuevas podría “aportar valor agregado a dietas basadas en plantas sin comprometer la experiencia sensorial” (p. 112).

Se muestra que la (*Cyclanthera pedata*) no solo es un alimento interesante desde lo nutricional, sino también desde lo culinario y creativo. Su sabor neutro, su forma hueca y su perfil funcional permiten elaborar propuestas gastronómicas modernas, desde entradas ligeras hasta platos principales.

#### **4.1.2 Estudios Nacionales**

El estudio de Chuquín Farinango (2009), se centró en la caracterización morfológica de diferentes variedades de achocha cultivadas en el cantón Cotacachi. La investigación identificó una amplia diversidad en cuanto a forma, tamaño y color de los frutos, lo que no solo tiene valor agrícola, sino también culinario, ya que permite seleccionar variedades más adecuadas para rellenos, sopas o distintas preparaciones. La autora resalta que esta diversidad local debe ser aprovechada para impulsar su uso en nuevas recetas que fortalezcan la identidad alimentaria.

Desde un enfoque nutricional, la tesis de Peña Naranjo (2021), evaluó el valor nutricional de la achocha cultivada en Ecuador, reportando un alto contenido de agua (93 %), fibra, potasio, vitamina C y un bajo aporte calórico. Estos datos respaldan su uso en preparaciones ligeras, saludables y adaptadas a las tendencias actuales basadas en vegetales. Además, el estudio menciona que su textura firme y sabor neutro la hacen apta para combinarse fácilmente con otros ingredientes sin alterar el equilibrio del plato.

Por otro lado, la investigación de Castro y Merizalde (2018) abordó el análisis gastronómico del caldo de achocha en Guayaquil. Aunque se trató de una preparación tradicional, el estudio mostró que este plato fue bien aceptado por los comensales, quienes valoraron especialmente su sabor suave y la textura del vegetal cocido. Los autores concluyen que este tipo de platos tienen potencial para ser adaptados en la cocina moderna, siempre que se propongan nuevas formas de presentación y combinación de sabores.

A nivel institucional, el INIAP (2021) incluyó a la achocha dentro del inventario de cultivos nativos con potencial para la seguridad alimentaria, destacando que su conservación dependerá de estrategias que incluyan su revalorización cultural y gastronómica. Se sugiere, por ejemplo, su uso en programas de alimentación escolar, como formas de volver a posicionarla en el consumo nacional.

#### **4.1.3 Estudios locales (Imbabura)**

En la provincia de Imbabura, la (*Cyclanthera pedata*) ha estado presente principalmente en huertos familiares, especialmente en zonas como Cotacachi, Otavalo e Ilumán. Aunque no se encuentra de forma masiva en mercados urbanos ni en la gastronomía comercial, su cultivo y consumo todavía forman parte del día a día de muchas familias rurales, lo que representa una base importante para su rescate.

Desde un enfoque agroecológico, la investigación de Fuentes Rojas (2019) en la comunidad de Chilcapamba, Cotacachi, muestra que la achocha sigue cultivándose como parte de las chacras tradicionales, aunque en menor proporción que otros productos. Su bajo costo, resistencia al clima y uso en recetas la convierten en una hortaliza valorada por los agricultores locales, quienes la incorporan comúnmente en sopas, guisos o rellenos con granos tiernos.

Además, la tesis de Jijón y Acosta (2020), documenta los saberes alimentarios de mujeres kichwas en la parroquia Ilumán, resaltando cómo ingredientes como la achocha, el melloco y la mashua aún se utilizan en la cocina diaria. Aunque estas preparaciones no siguen técnicas profesionales, los autores destacan que son representaciones vivas del patrimonio alimentario andino, con gran potencial para inspirar versiones modernas en restaurantes.

A nivel técnico, la investigación de Chuquín Farinango (2009) se vuelve especialmente relevante, no solo por su aporte a la caracterización morfológica del fruto, sino porque fue realizada en Cotacachi, con variedades locales. Este detalle confirma que Imbabura cuenta con una base genética diversa de achocha, y con un entorno rural donde su cultivo y consumo aún están vivos, aunque poco visibilizados.

## **4.2 Marco Conceptual**

### **4.2.1 La alimentación como construcción cultural**

La alimentación no solo responde a necesidades biológicas, sino que está ligada a la identidad, la memoria y las prácticas culturales de los pueblos. Según Montanari (2011), “los alimentos son portadores de memoria cultural” (p.34), y eso significa que cada ingrediente tradicional es una forma de narrar la historia de una comunidad. Desde esta perspectiva rescatar un alimento no es solo volverlo a sembrar, sino también volverlo a cocinar, a contar y a compartir.

### **4.2.2 El origen y cultivo de la *Cyclanthera pedata* (Achocha)**

La (*Cyclanthera pedata*), conocida en Ecuador como achocha, achogcha o caigua es una planta originaria de los andes, domesticada por culturas precolombinas, de acuerdo con Tapia y Fries (2007), su cultivo se remonta a épocas anteriores al imperio incaico, principalmente en zonas altas de Perú, Ecuador y Bolivia, Actualmente en Ecuador, la achocha se cultiva especialmente en la Sierra norte, en huertos de Cotacachi, Otavalo e Ibarra, donde forma parte de los sistemas agrícolas tradicionales (Chuquín Farinango, 2009). Es una planta trepadora de fácil adaptación, que crece entre los 1.500 y 3.000 m.s.n.m., lo que la convierte en una alternativa resistente frente al cambio climático y a la pérdida de cultivos.

### **4.2.3 Propiedades nutricionales de la achocha**

La investigación de Peña Naranjo (2021) revela que la achocha contiene un 93 % de agua, es baja en calorías y rica en fibra dietética, potasio y vitamina C, lo que la convierte en un ingrediente saludable. Por su parte, Rivas et al., (2013), en un estudio comparativo realizado en Argentina, confirmaron su actividad antioxidante y antiinflamatoria, tanto en fruto fresco como en harinas y mermeladas derivadas del vegetal.

Además, Montoro et al. (2001) encontraron en los frutos de (*Cyclanthera pedata*) flavonoides como isovitexina y apigenina, con capacidad antioxidante. Estas propiedades respaldan su potencial como alimento funcional, ideal para personas que buscan cuidar su salud.

#### **4.2.4 Propiedades sensoriales y culinarias**

La achocha tiene un sabor neutro, ligeramente herbáceo, una textura firme y una forma hueca que facilita técnicas como el relleno. Singh y Basu (2020) señalan que esta hortaliza puede adaptarse fácilmente a preparaciones como sopas, guisos y platos rellenos, sin perder su integridad estructural. Su capacidad de absorber sabores la vuelve ideal para combinarla con distintos ingredientes.

Además, estudios como el de Zuccolo et al., (2024) demuestran que, en regiones como el norte de Italia, la achocha conserva su calidad sensorial y se adapta bien a conservas, fermentaciones y recetas frías. Esta versatilidad permite proyectar el ingrediente más allá de sus usos tradicionales, hacia propuestas innovadoras en la gastronomía.

#### **4.2.5 Técnicas culinarias relevantes para la revalorización de productos patrimoniales**

La cocina contemporánea permite rescatar productos patrimoniales a través de técnicas que conservan su esencia, pero transforman su presentación. Según López y Restrepo (2018), innovar en cocina no significa olvidar el pasado, sino reinterpretarlo con respeto y creatividad. En el caso de la achocha, diferentes técnicas permiten adaptarla a platos más atractivos para el consumidor. Este enfoque permite generar un valor agregado al ingrediente, manteniendo sus propiedades nutricionales. Además, aporta a la sostenibilidad al usar productos locales que no requieren transporte a larga distancia ni grandes insumos industriales.

### **4.3 Marco legal**

El presente proyecto de investigación se rige por un conjunto de normativas legales que garantizan la inocuidad, sostenibilidad y pertinencia cultural de los productos alimentarios utilizados en las preparaciones. En este caso, al trabajar con un vegetal patrimonial como la achocha, es necesario cumplir con disposiciones que aseguren tanto la calidad del alimento como el respeto por su valor tradicional.

En primer lugar, se aplicaron los lineamientos establecidos por el Reglamento de Buenas Prácticas de Manufactura (BPM), que buscan evitar riesgos para la salud durante el manejo de alimentos. Según la Norma Técnica Ecuatoriana NTE INEN 2687:2013, las BPM son el “conjunto de medidas preventivas y principios básicos necesarios para garantizar la inocuidad y calidad de los alimentos en cualquier etapa de su manejo, incluida su distribución, transporte y comercialización” ((INEN)., 2013, pág. 2) Estas prácticas fueron aplicadas en la desinfección del área de trabajo, utensilios y materia prima antes de la elaboración de las recetas, a fin de evitar la contaminación cruzada.

La normativa también define la contaminación cruzada como la “transferencia de potenciales riesgos en forma directa o indirecta desde una fuente de contaminación a un alimento [...] posibilitando la contaminación de los alimentos” ((INEN)., 2013, pág. 2) Para prevenir esto, se siguió el Instructivo de Manipulación Alimentaria emitido por la Agencia Nacional de Regulación, Control y Vigilancia Sanitaria (ARCSA), el cual exige protocolos adecuados para la manipulación de ingredientes. El Artículo 93 del reglamento ARCSA-DE-067-2015-GGG indica: “Debe existir un instructivo para su ingreso dirigido a prevenir la contaminación” (Agencia Nacional de Regulación, 2015, pág. 32)

Por otro lado, considerando que la achocha es un ingrediente ancestral cultivado históricamente en zonas como Cotacachi e Ilumán, esta propuesta se alinea con la Ley Orgánica

de Cultura, cuyo Artículo 41 establece que el Estado “garantizará la salvaguarda, recuperación y promoción de los saberes ancestrales y los patrimonios alimentarios como parte de la diversidad cultural del país” (Ecuador., 2016). De esta forma, la revalorización de este vegetal en preparaciones innovadoras se enmarca también como un aporte a la memoria cultural y al fortalecimiento de la identidad alimentaria ecuatoriana.

En términos de sostenibilidad, el uso de un cultivo local y de bajo impacto ambiental como la achocha se vincula con el Código Orgánico del Ambiente, el cual en su Artículo 12 promueve el aprovechamiento responsable de la biodiversidad nativa y la implementación de prácticas que contribuyan a la sostenibilidad y la soberanía alimentaria (Ecuador., 2017). Esta visión se alinea con los objetivos del presente trabajo, al utilizar un vegetal autóctono como base para propuestas gastronómicas más responsables y respetuosas con el entorno.

Finalmente, desde el punto de vista del emprendimiento gastronómico y su posible réplica comercial, se considera la Ley Orgánica de Economía Popular y Solidaria, que en su Artículo 1 fomenta “la economía asociativa, solidaria y comunitaria basada en relaciones de cooperación y el uso de recursos locales” (Ecuador., 2011). Esta ley impulsa el uso de productos locales en pequeños negocios y reconoce la importancia de la agricultura familiar y la producción artesanal para el desarrollo económico comunitario. Así, el proyecto podría ser replicado por emprendedores gastronómicos interesados en innovar con ingredientes tradicionales y fortalecer economías locales.

## **5. Metodología**

La metodología empleada en este trabajo responde a un enfoque mixto, combinando técnicas cualitativas y cuantitativas para obtener una visión integral del uso de la achocha. Desde el ámbito

cualitativo, se recopilaron percepciones, experiencias y valoraciones culturales mediante entrevistas semiestructuradas a profesionales gastronómicos, así como encuestas orientadas a explorar el grado de conocimiento y apreciación de este vegetal. En el plano cuantitativo, se aplicó una prueba sensorial con escala hedónica de cinco puntos, a fin de medir la aceptación de las recetas desarrolladas en términos de sabor, textura, apariencia y balance general.

El alcance de la investigación es aplicado y explicativo. Es aplicado porque busca diseñar y evaluar propuestas gastronómicas que puedan ser replicadas en contextos reales; y es explicativo porque analiza los factores que influyen en la aceptación o rechazo de platos elaborados con achocha.

La combinación de ambos enfoques metodológicos permitió contrastar la percepción subjetiva con datos objetivos, generando una base sólida para proponer estrategias de revalorización gastronómica de la achocha.

### **5.1 Enfoque de investigación**

El enfoque de investigación es mixto (cualitativo–cuantitativo). El componente cualitativo se centró en la recopilación de opiniones y valoraciones sobre el uso de la achocha mediante entrevistas y encuestas abiertas, mientras que el componente cuantitativo se apoyó en la prueba sensorial, que generó datos numéricos para evaluar la aceptación de las preparaciones. Esta integración de métodos ofrece una comprensión más amplia y precisa, permitiendo tanto interpretar las percepciones culturales como validar el potencial culinario del ingrediente.

### **5.2 Alcance de la investigación**

El alcance de la investigación es aplicado y explicativo. Es aplicado porque el estudio busca generar preparaciones culinarias innovadoras a base de achocha que puedan ser implementadas en

contextos gastronómicos reales. Es explicativo porque analiza los factores que influyen en la aceptación o rechazo de estos platos, considerando variables sensoriales, culturales y funcionales. Este alcance permite no solo desarrollar propuestas concretas, sino también comprender las razones detrás de su viabilidad gastronómica y cultural.

### **5.3 Métodos utilizados**

Se emplearon dos métodos principales de investigación, integrados en un enfoque mixto:

- Método cualitativo: mediante entrevistas semiestructuradas a profesionales gastronómicos y encuestas abiertas al público, con el fin de recopilar percepciones, experiencias y valoraciones culturales sobre la achocha.
- Método cuantitativo: mediante una prueba sensorial estructurada con escala hedónica de cinco puntos, que permitió medir objetivamente la aceptación de las preparaciones en aspectos como sabor, textura, apariencia y balance general.

Esta combinación metodológica facilitó contrastar la información subjetiva obtenida en el componente cualitativo con datos objetivos provenientes del análisis sensorial, fortaleciendo la validez y aplicabilidad de los resultados.

### **5.4 Técnicas de recolección de datos**

La técnica principal es el análisis sensorial, que consiste en evaluar atributos organolépticos como sabor, textura, apariencia y aceptación general de las recetas con achocha. Esta técnica se complementa con encuestas y entrevistas semiestructuradas, orientadas a recoger opiniones y percepciones de los participantes sobre el ingrediente y su presencia en la cocina.

### **5.5 Instrumentos de investigación**

Para el análisis sensorial se utilizó una prueba hedónica estructurada, con una escala de cinco puntos, donde los participantes indicaron su nivel de agrado respecto a cada atributo evaluado. En el enfoque cualitativo, se emplearon entrevistas semiestructuradas y encuestas; mientras que el componente cuantitativo incluyó la evaluación sensorial, diseñadas para explorar aspectos culturales, emocionales y gastronómicos asociados a la achocha.

## 5.6 Cálculo de la muestra

PEA Ibarra

### GRÁFICO 1

#### CALCULADORA DE MUESTRAS



**Calculadora de Muestras**

Margen de error: 10%  
Nivel de confianza: 95%  
Tamaño de Poblacion: 141000  
Calcular

Margen: **10%**  
Nivel de confianza: **95%**  
Poblacion: **141000**  
Tamaño de muestra: **96**

AEM Asesoría Económica & Marketing (2025). Calculadora de muestras.

[https://www.corporacionaem.com/tools/calc\\_muestras.php](https://www.corporacionaem.com/tools/calc_muestras.php)

La fórmula utilizada para el cálculo es:

La fórmula para calcular el tamaño de la muestra en una población finita ( $n$ ) es:

$$n = \frac{z^2 * p * q * N}{e^2(N - 1) + Z^2 * p * q}$$

Dónde:

- $n$  = Tamaño de la muestra. (en este caso, 96 personas)
- $N$  = Tamaño de la población o universo. (141000 personas)
- $Z$  = Valor crítico de la distribución normal, para el 95 % de confianza  $\rightarrow Z = 1.96$
- $P$  = Proporción esperada de éxito (por defecto, se usa 0.5 si no se tiene un dato específico).
- $q$  = Proporción complementaria ( $1 - p = 0.5$ ).
- $e$  = Margen de error permitido (10%).

$$n = \frac{(1.96)^2 * 0.5 * 0.5 * 141000}{(0.10^2) * (141000 - 1) + (1.96^2) * 0.5 * 0.5}$$

$$n = \frac{3.8416 * 0.25 * 141000}{0.01 * 140999 + 3.8416 * 0.25}$$

$$n = \frac{135523.2 *}{1409.99 + 0.9604}$$

$$n = \frac{135523.2}{1410.9504}$$

$$n = 96.02$$

## 6. Resultados

Los resultados de la investigación se presentan mediante gráficos que resumen y analizan los datos cuantitativos obtenidos a través de la prueba sensorial, así como las respuestas cualitativas derivadas de entrevistas a chefs locales, y de las preguntas cerradas de la encuesta aplicada a los participantes. Estos datos permiten evaluar los niveles de aceptación, percepción y agrado hacia las preparaciones gastronómicas elaboradas a base de achocha, así como identificar

patrones y tendencias en su valoración. Además, se incluye la evaluación sensorial realizada por un panel de docentes de la carrera, quienes calificaron cada preparación utilizando una escala hedónica de cinco puntos para los atributos de sabor, textura, apariencia/color y balance general. Esta evaluación permitió medir de forma objetiva la aceptación de las recetas y obtener observaciones específicas para su mejora, complementando así los resultados obtenidos en encuestas y entrevistas.

Este enfoque mixto de análisis permite comprender tanto la aceptación sensorial del producto como su valor simbólico y gastronómico dentro del contexto actual.

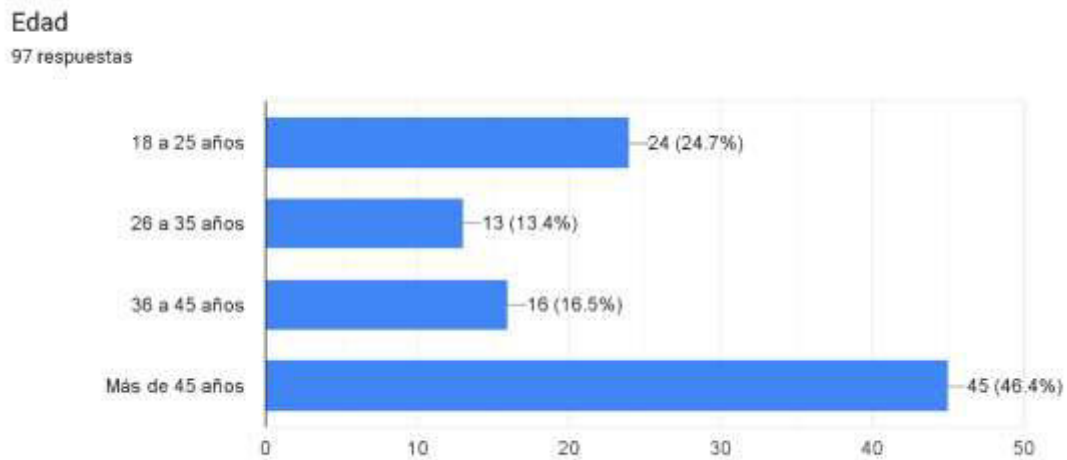
## 6.1 Tabulación de encuestas

### 6.1.2 Datos sociodemográficos:

#### 6.1.2.1 Edad

##### GRÁFICO 2

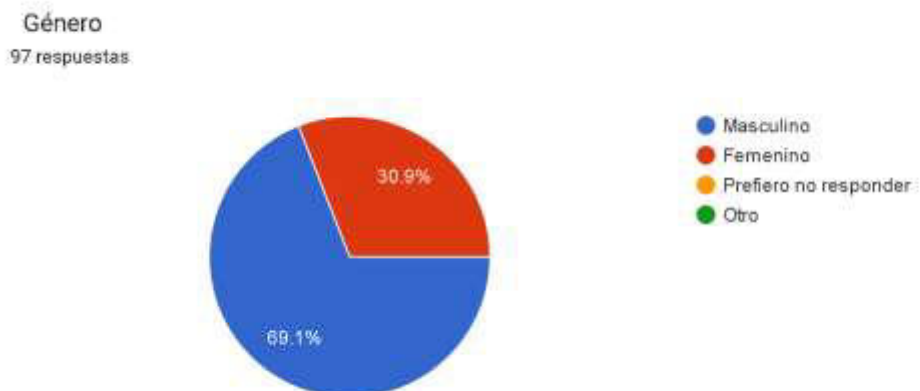
##### EDAD



#### 6.1.2.2 Género

##### GRÁFICO 3

##### GÉNERO



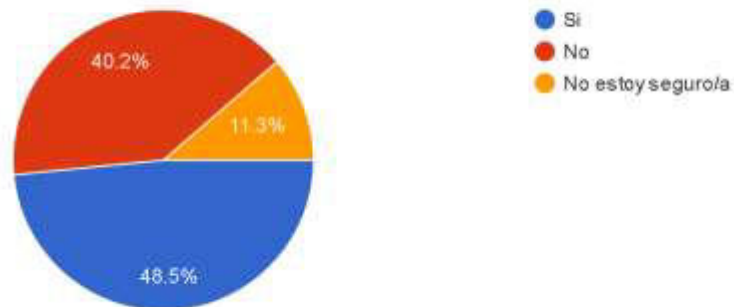
#### 6.1.3 Cuestionario:

### 6.1.3.1 ¿Has consumido achocha alguna vez?

#### GRÁFICO 4

##### CONSUMO DE LA ACHOCHA

¿Has consumido achocha alguna vez?  
97 respuestas

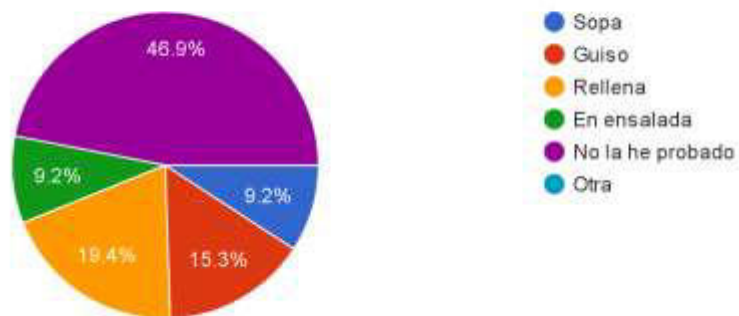


### 6.1.3.2 ¿En qué tipo de preparaciones la has probado principalmente?

#### GRÁFICO 5

##### PREPARACIONES

¿En qué tipo de preparaciones la has probado principalmente?  
98 respuestas

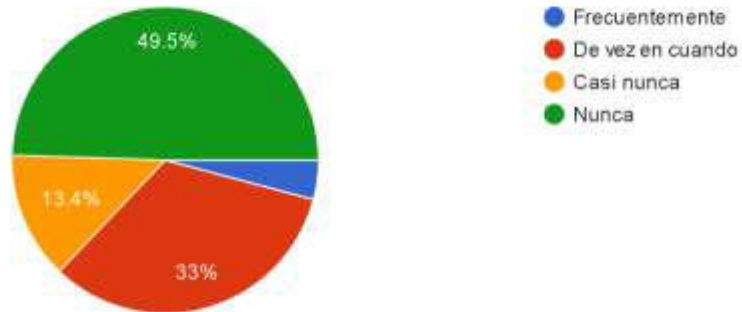


### 6.1.3.3 ¿Con qué frecuencia consumes achocha actualmente?

## GRÁFICO 6

### FRECUENCIA DE CONSUMO

¿Con qué frecuencia consumes achocha actualmente?  
97 respuestas

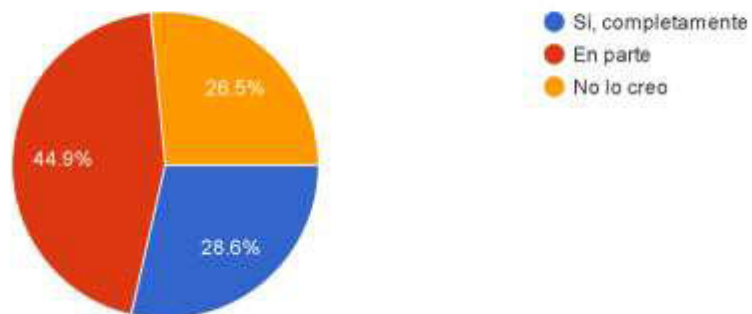


#### 6.1.3.4 ¿Consideras que la achocha forma parte de la identidad culinaria ecuatoriana?

## GRÁFICO 7

### IDENTIDAD CULINARIA

¿Consideras que la achocha forma parte de la identidad culinaria ecuatoriana?  
98 respuestas

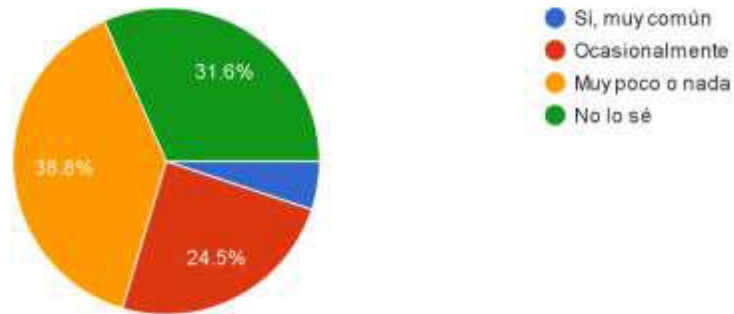


### 6.1.3.5 ¿En tu familia o comunidad es común cocinar con achocha?

#### GRÁFICO 8

##### COCCIÓN DE LA ACHOCHA

¿En tu familia o comunidad es común cocinar con achocha?  
98 respuestas

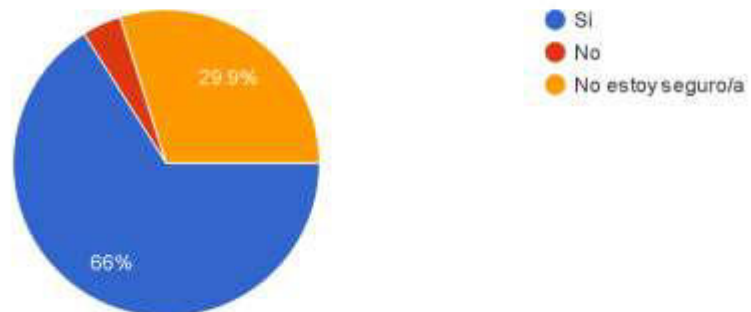


### 6.1.3.6 ¿Crees que la achocha tiene potencial para usarse en la cocina moderna?

#### GRÁFICO 9

##### LA ACHOCHA Y COCINA MODERNA

¿Crees que la achocha tiene potencial para usarse en la cocina moderna?  
97 respuestas

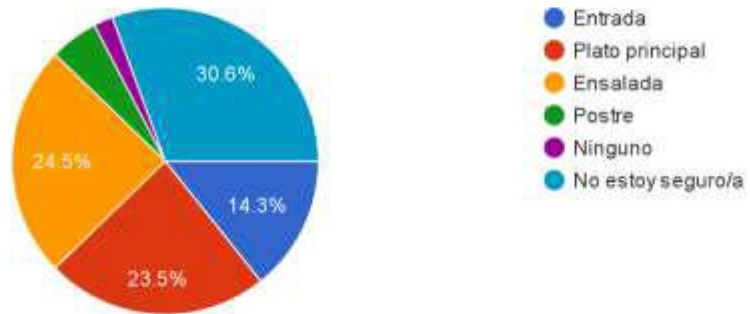


### 6.1.3.7 ¿Qué tipo de platos te gustaría ver con achocha?

GRÁFICO 10

#### PLATOS CON ACHOCHA

¿Qué tipo de platos te gustaría ver con achocha?  
98 respuestas

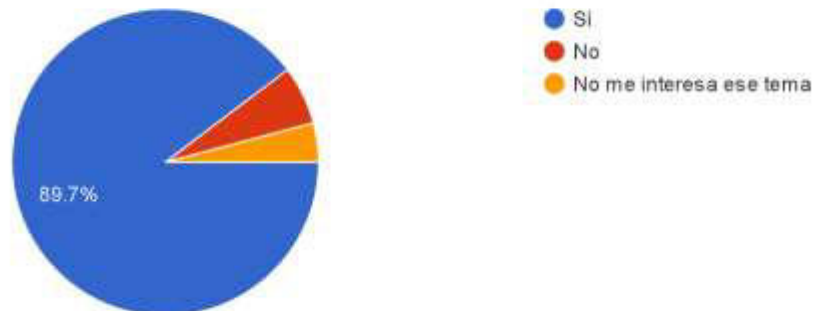


### 6.1.3.8 ¿Te gustaría que se rescaten ingredientes patrimoniales como la achocha en restaurantes?

GRÁFICO 11

#### RESCATE DE LA ACHOCHA

¿Te gustaría que se rescaten ingredientes patrimoniales como la achocha en restaurantes?  
97 respuestas



### 6.1.3.9 ¿Qué tan dispuesto estarías a consumir platos innovadores hechos con achocha?

GRÁFICO 12

#### INNOVACIÓN DE LA ACHOCHA EN PLATILLOS

¿Qué tan dispuesto estarías a consumir platos innovadores hechos con achocha?  
97 respuestas

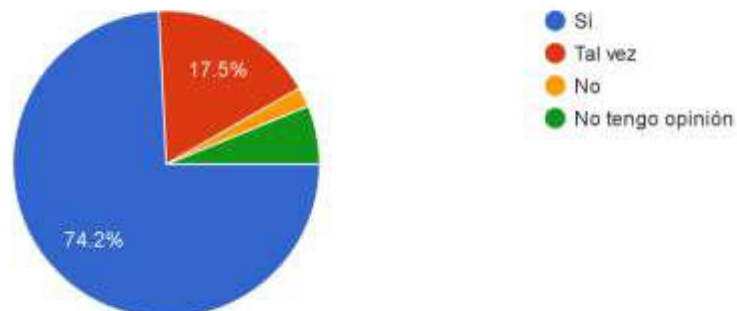


### 6.1.3.10 ¿Te gustaría que se promueva el consumo de achocha en escuelas, ferias o espacios turísticos?

GRÁFICO 13

#### CONSUMO GENERAL DE LA ACHOCHA

¿Te gustaría que se promueva el consumo de achocha en escuelas, ferias o espacios turísticos?  
97 respuestas



## 6.2 Análisis general de las encuestas

El análisis de las 97 encuestas realizadas reveló hallazgos sobre la percepción, consumo y potencial de la achocha (*Cyclanthera pedata*) en la población encuestada. En términos demográficos, predominó la participación de personas mayores de 45 años (45,5 %), seguidas por jóvenes de entre 18 y 25 años (25,3 %), lo que permitió captar una visión diversa. Asimismo, el 67,7 % de los participantes se identificó con el género masculino y el 32,3 % con el femenino, evidenciando una mayor presencia de hombres en la muestra.

Respecto al consumo, casi la mitad de los encuestados (49,5 %) indicó haber consumido achocha alguna vez, mientras que un porcentaje importante (39,4 %) afirmó no haberlo hecho, lo que refleja un conocimiento parcial del ingrediente. Entre quienes sí la han probado, las formas de preparación más comunes fueron las recetas rellenas (46,9 %), seguidas por guisos y sopas. No obstante, alrededor del 10 % mencionó no haberla probado nunca.

En cuanto a la frecuencia de consumo, un 45,5 % manifestó que “casi nunca” consume este vegetal, y apenas el 4,1 % lo hace de forma frecuente. Esto sugiere que, aunque existe conocimiento del ingrediente, su presencia en la dieta diaria sigue siendo limitada. Una mayoría significativa (44,9 %) consideró que la achocha “en parte” forma parte de la identidad culinaria local, mientras que el 28,6 % respondió afirmativamente. Este dato, sumado al hecho de que un 38,8 % señaló que en su comunidad se cocina ocasionalmente con este vegetal, confirma que su presencia cultural es intermitente, pero no completamente ausente.

En cuanto a su potencial gastronómico, el 66 % de los encuestados opinó que la achocha sí puede utilizarse en la cocina moderna. Además, un 89,7 % manifestó su deseo de que se rescaten ingredientes patrimoniales como la achocha, y un 74,2 % coincidió en que se debería promover su consumo en ferias, escuelas o espacios turísticos. Sobre los formatos más atractivos para

consumirla, los participantes mostraron mayor interés en entradas (30,6 %), platos principales (23,5 %) y ensaladas (24,5 %), mientras que la opción de postres (5,1 %) fue minoritaria, lo que representa una oportunidad para innovar.

Finalmente, más de la mitad de los encuestados (52,6 %) se declaró “muy dispuesto” a probar platos innovadores elaborados con achocha, lo que refleja una actitud abierta hacia su revalorización gastronómica y confirma el potencial de este vegetal como ingrediente versátil y culturalmente significativo.

### 6.3 Entrevistas

#### 6.3.1 Datos de los entrevistados

##### TABLAS 1

##### ENTREVISTADOS

Código	Fecha de entrevista	Nombre del entrevistado	Datos relevantes del entrevistado
E1	17 de julio de 2025	Erick David Reinoso	Chef ejecutivo, propietario de "LOCOS POR LAS ALAS"
E2	25 de julio de 2025	Luis López	Instructor, gerente y administrador en "Delicious Cakes".
E3	26 de julio de 2025	Daniela Guzmán	Cocinera con 5 años de experiencia.
E4	8 de julio de 2025	Marilyn Terán	Jefa de cocina, 4 años de experiencia

#### 6.3.2 Guion de la entrevista

En este apartado se encuentran las preguntas de las entrevistas realizadas a los profesionales gastronómicos.

1. ¿Podría compartir su experiencia y trayectoria en el ámbito gastronómico?
2. ¿Qué opinión tiene sobre el uso de ingredientes patrimoniales en la cocina profesional actual?
3. ¿Ha trabajado o cocinado anteriormente con la achocha? ¿Cómo ha sido su experiencia?
4. ¿Cómo describiría el potencial gastronómico de la achocha en términos de sabor, textura o versatilidad?
5. Desde su criterio, ¿qué valor cultural o simbólico puede tener la achocha dentro de la alimentación tradicional?
6. ¿Qué retos o limitaciones observa al momento de integrar productos tradicionales como la achocha en restaurantes o emprendimientos gastronómicos de la ciudad de Ibarra?

### **6.3.3 Transcripción de las entrevistas**

En este apartado se transcriben las entrevistas, tal cual se expresaron los profesionales acerca del tema.

#### **6.3.3.1 Entrevistado E1 Erick David Reinoso – Chef Ejecutivo.**

##### **1. ¿Podría compartir su experiencia y trayectoria en el ámbito gastronómico?**

Pues estudié gastronomía en la católica, pero la verdad es que aprendí más en la práctica. Empecé siendo ayudante de cocina y poco a poco me fui ganando mi espacio. Ahora tengo mi propio negocio, que aunque no es fino-fino es con corazón y siempre hay que pelear por hacer algo bueno con lo que uno tiene.

##### **2. ¿Qué opinión tiene sobre el uso de ingredientes patrimoniales en la cocina profesional actual?**

La gente ahora valora más lo nuestro, pero falta mucho todavía. Hay chefs en Quito o Guayaquil que usan chocho, mashua o incluso hormigas, pero aquí en Ibarra a veces nos quedamos con lo seguro: carne, pollo, lo de siempre. Creo que deberíamos arriesgarnos más con esos ingredientes, porque tienen sabores únicos.

**3. ¿Ha trabajado o cocinado anteriormente con la achocha? ¿Cómo ha sido su experiencia?**

Sí, pero más en la casa que en el restaurante. Mi mamá la preparaba rellena con queso y huevo, o en guisos con carne. Es fácil de cocinar y bien barata, pero no es tan popular.

**4. ¿Cómo describiría el potencial gastronómico de la achocha en términos de sabor, textura o versatilidad?**

Verás, es como el pepino, pero menos ácido. Lo bueno es que aguanta mucho: se puede freír, hervir, hasta hacer encurtidos. En mi opinión, queda mejor en platos con sabores fuertes, como un guiso de carne o con quesito derretido. Si le pones creatividad, se pueden hacer buenos platos.

**5. Desde su criterio, ¿qué valor cultural o simbólico puede tener la achocha dentro de la alimentación tradicional?**

Para mí, es un ingrediente humilde. No es como la papa o el maíz que todo el mundo consume, la achocha siempre ha estado aquí en la Sierra. Aunque no sea fancy, es nuestra.

**6. ¿Qué retos o limitaciones observa al momento de integrar productos tradicionales como la achocha en restaurantes o emprendimientos gastronómicos de la ciudad de Ibarra?**

El problema es la mentalidad de la gente. Muchos clientes prefieren lo "conocido" y les da miedo probar cosas nuevas, aunque sean de aquí mismo. También está el tema de los proveedores: a veces no hay achocha todo el año o no la consigues en cantidad.

### **6.3.3.2 Entrevistado E2 Luis Lopez – Instructor, gerente y administrador de Delicious cakes.**

#### **1. ¿Podría compartir su experiencia y trayectoria en el ámbito gastronómico?**

Empecé amasando panes en la panadería de mi tío a los 15 años. Después me fui a Quito a estudiar en Le Gordon Bleu, trabajé muy duro y gracias a esos esfuerzos pude abrir mi local, Ahora soy pastelero, pero no me olvido de mis raíces.

#### **2. ¿Qué opinión tiene sobre el uso de ingredientes patrimoniales en la cocina profesional actual?**

Pues, en la pastelería todo es mantequilla y harina refinada, pero acá tenemos frutas, granos y verduras que son una mina de oro. El problema es que muchos cocineros los ven como "comida de pobres". Falta atreverse, por ejemplo, ¿por qué no hacer un merengón con babaco o un mousse de taxo? La achocha hasta en postres podría funcionar.

#### **3. ¿Ha trabajado o cocinado anteriormente con la achocha? ¿Cómo ha sido su experiencia?**

En casa mi cucha la prepara en guisos o en sopa, pero en el local no la he usado, es muy fácil de preparar y puede ser un buen ingrediente para hacer platillos diferentes.

#### **4. ¿Cómo describiría el potencial gastronómico de la achocha en términos de sabor, textura o versatilidad?**

Es una verdura de un gran potencial alimenticio y muy sana, es como un pepino con un sabor leve, no te amarga ni nada. Yo la veo en preparaciones como ensaladas o alguna especie de guiso.

**5. Desde su criterio, ¿qué valor cultural o simbólico puede tener la achocha dentro de la alimentación tradicional?**

Pues no es la estrella de los ingredientes, pero sin ella, la cocina tradicional perdería algo. Es de esas cosas que unen: la abuela la cultiva, la mamá la cocina, los chicos la comen sin saber que es. Hasta en los mercados la regalan a veces.

**6. ¿Qué retos o limitaciones observa al momento de integrar productos tradicionales como la achocha en restaurantes o emprendimientos gastronómicos en la ciudad de Ibarra?**

Los clientes piden algo conocido si no ven pollo o chocolate en recetas de sal y dulce no se arriesgan, pero ojo no es excusa. Si en Quito usan flores de calabacín porque acá no podemos usar la achocha.

**6.3.3 Entrevistado E3 Daniela Guzmán – Cocinera con experiencia en Triana.**

**1. ¿Podría compartir su experiencia y trayectoria en el ámbito gastronómico?**

En algunos años anteriores exactamente unos 6 tuve la oportunidad de trabajar en forma empírica lo que me llevo a desarrollar mi pasión por la cocina y embarcarme en este proyecto de vida hoy en día en la universidad he participado en eventos universitarios y en la actualidad formo parte de un prestigioso local de la ciudad.

**2. ¿Qué opinión tiene sobre el uso de ingredientes patrimoniales en la cocina profesional actual?**

Creo que es algo esencial. Usar ingredientes patrimoniales no solo es una forma de rescatar nuestra cultura, sino también de apoyar la economía local, proteger nuestra biodiversidad y mostrar que lo ancestral también puede ser moderno y saludable.

**3. ¿Ha trabajado o cocinado anteriormente con la achocha? ¿Cómo ha sido su experiencia?**

Sí, he trabajado en prácticas académicas y en casa. Al principio no era un ingrediente tan familiar para mí, pero me sorprendió su sabor suave y su textura agradable. Me gustó especialmente utilizarla como relleno, porque su forma lo permite muy bien.

**4. ¿Cómo describiría el potencial gastronómico de la achocha en términos de sabor, textura o versatilidad?**

Tiene un sabor delicado, ligeramente herbal. Su textura es firme pero suave al cocinarse, lo que permite usarla en diferentes preparaciones: desde rellenos, ensaladas calientes o incluso guarniciones. También puede ser interesante experimentar con ella en propuestas vegetarianas o veganas, ya que aporta volumen y se combina bien con otros ingredientes como el chocho o la quinua.

**5. Desde su criterio, ¿qué valor cultural o simbólico puede tener la achocha dentro de la alimentación tradicional?**

Para mí, la achocha representa una conexión con nuestros abuelos, con los sabores y saberes del campo y con una alimentación más cercana a la tierra. Usarla en la cocina es una forma de mantener viva esa historia

**6. ¿Qué retos o limitaciones observa al momento de integrar productos tradicionales como la achocha en restaurantes o emprendimientos gastronómicos en la ciudad de Ibarra?**

Se podría decir el desconocimiento y con eso es una gran lucha

#### **6.3.3.4 Entrevistado E4 Marilin Terán – jefe de cocina.**

**1. ¿Podría compartir su experiencia y trayectoria en el ámbito gastronómico?**

Es una experiencia muy bonita ya que cada vez se va aprendiendo más cosas en cocina y el poder compartir y ayudar a otros compañeros.

**2. ¿Qué opinión tiene sobre el uso de ingredientes patrimoniales en la cocina profesional actual?**

Cada vez se esta perdiendo el uso de ingredientes ancestrales

**3. ¿Ha trabajado o cocinado anteriormente con la achocha? ¿Cómo ha sido su experiencia?**

En el lugar que trabajo no hemos utilizado ese ingrediente

**4. ¿Cómo describiría el potencial gastronómico de la achocha en términos de sabor, textura o versatilidad?**

El sabor es como un pepino, la textura varía de acuerdo a la preparación que vaya a realizar.

**5. Desde su criterio, ¿qué valor cultural o simbólico puede tener la achocha dentro de la alimentación tradicional?**

La achocha, dentro de la alimentación tradicional, posee un gran valor cultural como alimento ancestral ya que en algunas comunidades lo utilizan como un ritual en las festividades agrícolas.

**6. ¿Qué retos o limitaciones observa al momento de integrar productos tradicionales como la achocha en restaurantes o emprendimientos gastronómicos en la ciudad de Ibarra?**

La falta de conocimiento de los comensales es el reto más grande que hay a la hora de implementar estos productos.

#### **6.3.4 Análisis de las entrevistas**

Las entrevistas realizadas a distintos cocineros locales revelaron percepciones coincidentes y diferenciadas sobre el valor, uso y potencial culinario de la achocha (*Cyclanthera pedata*). En cuanto a la experiencia profesional, todos los entrevistados comparten una trayectoria marcada por el aprendizaje práctico, el rescate de tradiciones y una apertura hacia ingredientes locales, lo cual aporta una mirada enriquecida sobre la cocina patrimonial.

Respecto al uso de ingredientes tradicionales, hubo consenso en que aún persiste una brecha entre el discurso de revalorización cultural y la práctica cotidiana en restaurantes, especialmente en ciudades pequeñas como Ibarra. Si bien se reconoce el valor simbólico y ancestral de productos como la achocha, muchos cocineros y consumidores aún priorizan ingredientes convencionales como carne, pollo o harinas refinadas (E1, E2, E4).

Todos los entrevistados indicaron haber tenido contacto con la achocha, ya sea en el ámbito doméstico o académico. Coincidieron en destacar su facilidad de cocción, bajo costo y versatilidad culinaria. Se identificaron usos frecuentes en guisos, sopas, rellenos y encurtidos. La forma física de la achocha fue valorada como ideal para preparaciones rellenas, mientras que su sabor suave y textura adaptable permiten combinarla tanto en platos tradicionales como innovadores (E1, E2, E3).

Desde el punto de vista cultural, los entrevistados resaltaron que la achocha representa una conexión con las raíces familiares y agrícolas. Es percibida como un “ingrediente humilde” que,

aunque no es protagonista, forma parte esencial de la alimentación tradicional (E1, E3). Incluso se mencionó su uso simbólico en festividades (E4), lo cual evidencia su arraigo cultural.

En cuanto a los principales retos para su incorporación en propuestas gastronómicas formales, se identificaron tres factores clave: el desconocimiento del producto por parte del público, la estacionalidad o limitada disponibilidad del ingrediente, y una mentalidad conservadora en los consumidores que prefieren sabores familiares (E1, E2, E4). A pesar de ello, se reconoció el potencial de la achocha como un ingrediente saludable, accesible y adaptable a las nuevas tendencias gastronómicas, incluyendo opciones veganas o basadas en productos locales (E3).

En conjunto, los testimonios revelan un interés creciente por rescatar y transformar el uso de la achocha en la cocina profesional, al tiempo que ponen en evidencia la necesidad de educación al consumidor y mayor creatividad en su presentación culinaria.

## **6.4 Análisis de las fichas de evaluación de degustación.**

### **6.4.1 Modelo de ficha de degustación**

La ficha de evaluación sensorial está diseñada para medir la aceptabilidad de cinco preparaciones a base de Achocha (*Cyclanthera Pedata*) a través de la valoración de expertos en gastronomía. Las preparaciones evaluadas incluyen Ceviche, Croquetas, achocha rellena, empanadas, y como opción dulce la carlota de achocha. Se utiliza una escala del 1 al 5 para calificar cinco criterios clave: sabor, textura, apariencia/color y balance general. Además, la ficha permite que los evaluadores agreguen observaciones. Este instrumento es fundamental para identificar oportunidades de mejora y garantizar que las preparaciones cumplan con las expectativas sensoriales del consumidor.

## 6.4.2 Interpretación de las fichas de evaluación de degustación.

### 6.4.2.1 Mgs. Ronny Soriano

#### TABLAS 2

#### EVALUACIÓN SENSORIAL MGS. RONNY SORIANO

Preparación	Criterio	Calificación (1-5)	Observación del evaluador
Ceviche de achocha y mango	Sabor	3	Equilibrado
	Textura	3	
	Apariencia/color	4	
	Balance general	3	
Croquetas de achocha al coco con salsa verde	Sabor	2	Se pierde sabor No se evidencia un buen punto.
	Textura	2	
	Apariencia/color	3	
	Balance general	2	
Achocha rellena con salsa 5 pimentas	Sabor	4	Bueno, sazonar la achocha en el blanqueo
	Textura	4	
	Apariencia/color	5	
	Balance general	4	
Empanada de achocha	Sabor	3	Mejorar el refrito para obtener un sabor mas intenso.
	Textura	3	
	Apariencia/color	3	
	Balance general	3	
Carlota de achocha	Sabor	4	Usar menos bizcocho y más crema de achocha
	Textura	3	
	Apariencia/color	3	
	Balance general	4	

### 6.4.2.2 Mgs. Juan Carlos Echeverria

#### TABLAS 3

#### EVALUACIÓN SENSORIAL MGS. JUAN CARLOS ECHEVERRIA

Preparación	Criterio	Calificación (1-5)	Observación del evaluador
-------------	----------	--------------------	---------------------------

Ceviche de achocha y mango	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	3 3 4 3	Falta sal/Mejorar sabor
Croquetas de achocha al coco con salsa verde	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	4 4 5 4	Hacer un refrito para mejorar sabor. Mejorar sabor.
Achocha rellena con salsa 5 pimentas	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	3 2 3 3	Un poco crudo se recomienda primero blanquear. Quitar ciertas partes que están crudas. Falta sal a la preparación.
Empanada de achocha	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	2 2 3 3	Sabe más a pimienta. Mejorar sabor. Cortes más prolijos Mejorar sabor.
Carlota de achocha	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	3 3 4 2	Mucha galleta. Añadir más crema de achocha. Buen sabor. Mejorar el sabor añadiendo más achocha.

### 6.4.2.3 Mgs. Gonzalo Rubio

#### TABLAS 4

#### EVALUACIÓN SENSORIAL MGS. GONZALO RUBIO

Preparación	Criterio	Calificación (1-5)	Observación del evaluador
Ceviche de achocha y mango	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	4 5 4 5	

Croquetas de achocha al coco con salsa verde	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	3 5 5 4	
Achocha rellena con salsa 5 pimientos	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	5 2 5 4	Achocha cruda
Empanada de achocha	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	3 5 5 5	
Carlota de achocha	Sabor Textura Apariencia/color Balance general	5 5 5 5	

#### 6.4.2 Transcripción de las fichas de evaluación de degustación.

El análisis de las fichas de evaluación sensorial evidenció una aceptación general positiva de las preparaciones a base de achocha (*Cyclanthera pedata*), con calificaciones que en su mayoría se ubicaron entre 3 y 5 en sabor, textura, apariencia/color y balance general. La Carlota de achocha fue la propuesta mejor valorada, recibiendo puntuaciones altas por parte de los evaluadores, quienes destacaron su sabor y textura como los atributos más agradables. A pesar de su buena recepción, se sugirió ajustar la proporción de ingredientes, reduciendo la cantidad de galleta y aumentando la crema de achocha para lograr un mejor equilibrio en la preparación.

Las croquetas de achocha al coco con salsa verde también obtuvieron resultados favorables, particularmente en textura y apariencia, gracias a su cobertura crocante y presentación atractiva. Su sabor fue bien recibido, sin observaciones críticas por parte de los participantes, lo que indica

que esta propuesta presenta un perfil sensorial sólido y balanceado. En el caso de la achocha rellena con salsa cinco pimientos, las calificaciones fueron ligeramente inferiores, especialmente en textura, donde se registró una observación relacionada con la cocción del vegetal, indicando que se encontraba algo crudo. Este comentario sugiere la necesidad de ajustar el tiempo de blanqueado para mejorar la consistencia del plato y su aceptación general.

El ceviche de achocha con mango y menta obtuvo puntuaciones medias, reflejando una percepción sensorial aceptable, pero con aspectos a mejorar. Entre las observaciones se mencionó la falta de sal y la necesidad de cortes más uniformes, lo cual influye directamente en la textura y apariencia del platillo. Por su parte, la empanada de achocha recibió evaluaciones estables, aunque con menor destaque frente a las demás propuestas. Sus calificaciones indican que, si bien la preparación resulta aceptable, puede beneficiarse de mejoras en sabor, presentación y balance de ingredientes.

En conjunto, los resultados de la evaluación sensorial respaldan el potencial gastronómico de la achocha como ingrediente principal en preparaciones tanto dulces como saladas. Las observaciones realizadas permiten identificar ajustes que enriquecerían la experiencia sensorial de los consumidores, fortaleciendo así la viabilidad de estas propuestas dentro de una cocina que revaloriza los productos patrimoniales.

## **6.5 Propuesta**

En este apartado se dará a conocer las ideas y el proceso de la elaboración de las preparaciones escogidas.

### **6.5.1 Introducción de propuesta**

La presente propuesta tiene como finalidad el desarrollo de cinco preparaciones culinarias innovadoras utilizando como ingrediente principal la achocha (*Cyclanthera pedata*), con el objetivo de fomentar su revalorización en la gastronomía actual y promover su inclusión en nuevas alternativas alimentarias. A pesar de ser un vegetal patrimonial con importantes beneficios nutricionales como su bajo contenido calórico, presencia de fibra y compuestos bioactivos su presencia en la cocina sigue siendo escasa y limitada a usos tradicionales.

Con base en los resultados obtenidos en las encuestas y el análisis sensorial, se diseñaron cinco recetas que responden tanto a criterios de aceptación como a enfoques de innovación culinaria: ceviche de achocha, croquetas de achocha, achocha rellena, empanada de achocha y carlota de achocha. Estas preparaciones exploran distintos formatos de consumo, combinando diversas técnicas con ingredientes accesibles, lo cual permite resaltar el sabor, la textura y la versatilidad del vegetal en distintos contextos gastronómicos.

A continuación, se presentan las recetas con sus respectivos procedimientos, priorizando el equilibrio sensorial, y su potencial como propuesta sostenible dentro de la oferta culinaria local.

### **6.5.2 Preparaciones con achocha**

Las preparaciones desarrolladas incluyeron ceviche de achocha con mango, achocha rellena con salsa 5 pimientos, Croquetas de Achocha al coco, empanadas de achocha y carlota de achocha. Cada una de estas recetas pasó por un proceso experimental previo a la degustación, permitiendo evaluar qué ingredientes y técnicas optimizaban su sabor, textura y presentación, asegurando así una mejor experiencia sensorial para los evaluadores.


#### **6.5.2.1 Ceviche de achocha con mango**



### 6.5.2.2 Croqueta de achocha al coco

GRÁFICO 15

#### RECETA ESTÁNDAR CROQUETAS DE ACHOCHA

RECETA ESTÁNDAR										
NOMBRE DEL PLATO:		Croquetas de achocha al Coco		Porción Estándar (g):	150 g	No-PAX:	3			
Cantidad	Unidad de medida	PRODUCTO		Costo Total	FOTO					
250	g	Achocha		0,67						
100	g	Papa cocida		0,05						
1	U	Huevo		0,21						
30	g	Harina de trigo		0,02						
30	g	Pan rallado		0,01						
20	g	Coco rallado		0,02						
1	U	Diente de ajo		0,05						
1	g	Paprika		0,03						
	CN	Sal		0,01						
	CN	Pimienta		0,01						
				Costo Total:	1,08					
				Costo Porción:	0,36					
PROCEDIMIENTO			Area	TIEMPO DE PREPARACIÓN						
			Fría <input type="checkbox"/>	Min.		Otro (H.)				
			Caliente <input checked="" type="checkbox"/>	5	15	20	<input checked="" type="radio"/> 30	45	60	<input type="checkbox"/>
1- Limpiar y desinfectar el area a utilizar					GRADO DE DIFICULTAD:		BAJO <input type="radio"/>	MEDI <input checked="" type="radio"/>	ALTO <input type="radio"/>	
2. Rallar la achocha cocida y la papa cocida.					INSTRUMENTACIÓN					
3. Hacer un refrito con ajo picado y añadirlo a la mezcla.					Sarten					
4. Agregar sal, pimienta y huevo.					Cuchillo					
5. Incorporar harina y formar las croquetas.					Tabla					
6. Pasar por mezcla de pan rallado y coco rallado.					Cucharón					
7. Freír hasta dorar. Escurrir y servir caliente.										
					Nombre del Alumno:		Fbnyy Aldás.			


Para elaborar las croquetas, se ralla la achocha cocida junto con la papa previamente cocida, obteniendo una base suave. Se realiza un refrito con ajo picado y paprika, incorporándolo a la mezcla. Se añade sal, pimienta, huevo y harina de trigo para dar estructura. Con la masa resultante, se forman croquetas que se pasan por pan rallado mezclado con coco rallado, lo que les aportará un exterior crujiente y un toque dulce característico. Se fríen en aceite caliente hasta que estén doradas y se sirven de inmediato para disfrutar su textura contrastante.



### 6.5.2.4 Empanada de Achocha

GRÁFICO 17

#### RECETA ESTÁNDAR EMPANADA DE ACHOCHA

RECETA ESTÁNDAR								
NOMBRE DEL PLATO:			Empanada de achocha	Porción Estándar (g.):	120 g	No-PAX:	3	
Cantidad	Unidad de medida	PRODUCTO	Costo Total	FOTO				
3	U	Discos de masa	0,36					
150	g	Achocha cocida	0,40					
30	g	Cebolla blanca	0,01					
20	g	Pimiento rojo	0,02					
1	U	Diente de ajo	0,05					
30	g	Queso mozzarella	0,20					
	ON	Sal						
	ON	Pimienta						
		Costo Total:	1,04	<b>TIEMPO DE PREPARACIÓN</b> Min. <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 15 <input type="checkbox"/> 20 <input checked="" type="checkbox"/> 30 <input type="checkbox"/> 45 <input type="checkbox"/> 60 <input type="checkbox"/> Otro (H.)				
		Costo Porción:	0,34					
PROCEDIMIENTO			Area					
1- Limpiar y desinfectar el area a utilizar 2- Realizar un refrito con cebolla, pimiento y ajo picado. 3- Añadir la achocha cocida picada y salpimentar. Cocinar por 5 minutos. 4- Dejar enfriar y mezclar con el queso desmenuzado. 5- Rellenar los discos de masa con la mezcla. 6- Sellar los bordes con tenedor. 7- Freír en aceite caliente hasta dorar. 8- Servir			Fría <input type="checkbox"/>	Caliente <input checked="" type="checkbox"/>				
			GRADO DE DIFICULTAD: BAJO <input checked="" type="radio"/> MED <input type="radio"/> ALT <input type="radio"/>					
			INSTRUMENTACIÓN					
			Sarten					
			Tabla					
			Cuchillo					
			Cuchara					
			Tenedor					
			Bowl					
			Nombre del Alumno:	Fonny Aldás.				

Se inicia con un refrito de cebolla, pimiento y ajo, al que se añade la achocha cocida y picada, salpimentando al gusto. Tras cocinar durante unos minutos, se deja enfriar y se mezcla con queso mozzarella desmenuzado. Con esta preparación se rellenan los discos de masa, sellando los bordes para evitar que se abran durante la cocción. Las empanadas se fríen en aceite caliente hasta que estén doradas y crujientes. Se sirven calientes, destacando el contraste entre el relleno jugoso y la textura crocante de la masa.

### 6.5.2.5 Carlota de Achocha



- El análisis de las encuestas reveló que, aunque un porcentaje significativo de la población conoce la achocha, su consumo aún es bajo y está limitado a preparaciones tradicionales como sopas y rellenos. Sin embargo, la aceptación hacia su uso en recetas innovadoras es alta, lo que abre oportunidades para su revalorización gastronómica.
- Los expertos entrevistados coinciden en que la achocha posee un valor patrimonial relevante y un potencial culinario considerable, destacando su adaptabilidad a distintas técnicas y tendencias actuales, como la cocina saludable y de proximidad.
- La degustación de las cinco recetas propuestas obtuvo una alta puntuación en aspectos como sabor, textura, aroma y presentación. La achocha demostró ser un ingrediente versátil, capaz de integrarse con éxito tanto en preparaciones saladas como dulces.
- Las elaboraciones desarrolladas: ceviche, croquetas, achocha rellena, empanada y carlota, confirmaron que es posible innovar en la gastronomía manteniendo la identidad cultural del ingrediente.
- Se cumplió el objetivo de revalorizar la achocha mediante preparaciones culinarias innovadoras, comprobando su potencial para ser incorporada en menús modernos y en la oferta gastronómica turística.

## **8. Recomendaciones.**

- Promover el uso de la achocha en cartas de restaurantes y ferias gastronómicas, apoyándose en la aceptación evidenciada en las encuestas. *(Conclusión 1)*
- Realizar más estudios y pruebas de recetas que fortalezcan las posibilidades de la achocha en tendencias culinarias actuales. *(Conclusión 2)*
- Incorporar degustaciones y actividades de sensibilización sobre la achocha en escuelas de gastronomía y espacios turísticos, reforzando su posicionamiento. *(Conclusión 3)*
- Continuar desarrollando preparaciones creativas que combinen tradición y modernidad, garantizando su autenticidad cultural. *(Conclusión 4)*
- Fomentar programas que respalden el cultivo, comercialización y difusión de la achocha, asegurando su permanencia como ingrediente patrimonial. *(Conclusión 5)*

## 9. BIBLIOGRAFÍA

- (INEN), I. E. (2013). *Buenas prácticas de higiene para el sector alimentario*. Obtenido de <https://www.normalizacion.gob.ec>
- Agencia Nacional de Regulación, C. y. (2015). *Normativa técnica sanitaria sustitutiva para la obtención del permiso de funcionamiento y la notificación sanitaria de los establecimientos y alimentos procesados de consumo humano (No. ARCSA-DE-067-2015-GGG)*. Obtenido de <https://www.controlsanitario.gob.ec>
- Castro Flores, S. V. (2018). *Análisis gastronómico del caldo de achojcha (Cyclanthera pedata) [Tesis de pregrado, Universidad de Guayaquil]*.
- Chuquín Farinango, M. M. (2009). *Caracterización morfológica de la variabilidad genética de achogcha (Cyclanthera pedata) en el cantón Cotacachi [Tesis de pregrado, Universidad Técnica del Norte]*.
- De Tommasi, N. D. (1999). *Studies on the constituents of Cyclanthera pedata seeds: isolation and characterization of new cucurbitacin glycosides*. Obtenido de <https://doi.org/10.1021/jf9900128>
- Ecuador., A. N. (2011). *Ley Orgánica de Economía Popular y Solidaria. Registro Oficial No. 444*.
- Ecuador., A. N. (2016). *Ley Orgánica de Cultura. Registro Oficial Suplemento No. 913*.
- Ecuador., A. N. (2017). *Código Orgánico del Ambiente. Registro Oficial Suplemento No. 983*.
- Fuentes Rojas, A. G. (2019). *Evaluación de la sustentabilidad en chacras agroecológicas para la conservación de los recursos naturales en la comunidad Chilcapamba, Cotacachi [Tesis de pregrado, Universidad Técnica del Norte]*.

- IICA., I. &. (2021). *Inventario de la agrobiodiversidad nativa con potencial comercial y nutricional en la frontera norte del Ecuador.*
- Jijón, E. &. (2020). *Saberes alimentarios en mujeres kichwas de la parroquia Ilumán: rescate de prácticas tradicionales y su vinculación con el patrimonio alimentario local [Tesis de pregrado, Universidad Técnica del Norte].*
- López, M. &. (2018). *Cocina e innovación: herramientas para el desarrollo de productos gastronómicos.* . Editorial Gastronómica Andina.
- MINTUR. (2020). *Sabores del Ecuador: ingredientes patrimoniales y cocina tradicional.* Ministerio de Turismo del Ecuador.
- Montanari, M. (2011). *El alimento como cultura.* Editorial Crítica.
- Montesdeoca, F. S. (2019). *Hortalizas no convencionales del Ecuador: potencial agronómico y uso tradicional.*
- Montoro, P. C. (2001). *Studies on the constituents of Cyclanthera pedata fruits: Isolation and structure elucidation of new flavonoid glycosides and their antioxidant activity.* Obtenido de <https://doi.org/10.1021/jf010318q>
- Paredes, M. R. (2014). *Agrobiodiversidad andina: estudios de caso sobre cultivos tradicionales en Ecuador y Perú.*
- Peña Naranjo, P. P. (2021). *Valor nutricional de la achajcha (Cyclanthera pedata) [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santiago de Guayaquil].* .
- Peña Naranjo, P. P. (2021). *Valor nutricional de la achajcha (Cyclanthera pedata) [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santiago de Guayaquil].* Repositorio UCSG.

Rivas, M. V. (2013). *Nutritional, antioxidant and anti-inflammatory properties of Cyclanthera pedata, an Andean fruit and products derived from it*. Obtenido de <https://doi.org/10.4236/fns.2013.48A007>

Singh, R. &. (2020). *Nutritional and nutraceutical potential of underutilized Andean vegetables: A review*. Obtenido de <https://doi.org/10.1016/j.jep.2020.112925>

Tapia, M. &. (2007). *Los nuevos cultivos andinos*. FAO.

Zuccolo, M. P. (2024). *Flavone glycosides from a Cyclanthera pedata landrace of Camonica Valley (Northern Italy)*. Obtenido de <https://doi.org/10.1080/14786419.2024.2430326>

## 10. Anexos

### Anexo 1 Ficha de evaluación

#### Ficha de Evaluación gustativa

**Título:** Evaluación degustativa de tres preparaciones a base de achocha.

**Objetivo:** Analizar el sabor de la achocha.

**Tipo de preparación evaluada:**

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimentas.
- Empanada de achocha
- Carlota de achocha

**Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):**

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Crterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1   2   3   4   5	----- -----
Textura	1   2   3   4   5	----- -----
Apariencia/Color	1   2   3   4   5	----- -----
Balance general	1   2   3   4   5	----- -----


**Sugerencias del Evaluador:**

Evaluador: \_\_\_\_\_

**Firma:** \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

## Anexo 2 Encuesta



**Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador**  
Seréis mis testigos

# IBARRA

## Encuesta

Preguntas sobre la percepción cultural y gastronómica de la achocha.

**Datos Sociodemograficos**

**Edad**

- a) 18 a 25 años
- b) 26 a 35 años
- c) 36 a 45 años
- d) Más de 45 años

**Género**

- a) Masculino
- b) Femenino
- c) Prefiero no responder
- d) Otro

**Preguntas sobre la Achocha (*Cyclanthera Pedata*)**

1. **¿Has consumido achocha alguna vez?**
  - a) Si
  - b) No
  - c) No estoy seguro/a
2. **¿En qué tipo de preparaciones la has probado principalmente?**
  - a) Sopa
  - b) Guiso
  - c) Rellena
  - d) En ensalada
  - e) No la he probado

f) Otra

**3. ¿Con qué frecuencia consumes achocha actualmente?**

- a) Frecuentemente
- b) De vez en cuando
- c) Casi nunca
- d) Nunca

**4. ¿Consideras que la achocha forma parte de la identidad culinaria ecuatoriana?**

- a) Sí, completamente
- b) En parte
- c) No lo creo

**5. ¿En tu familia o comunidad es común cocinar con achocha?**

- a) Sí, muy común
- b) Ocasionalmente
- c) Muy poco o nada
- d) No lo sé

**6. ¿Crees que la achocha tiene potencial para usarse en la cocina moderna?**

- a) Sí
- b) No
- c) No estoy seguro/a

**7. ¿Qué tipo de platos te gustaría ver con achocha?**

- a) Entrada
- b) Plato principal
- c) Ensalada
- d) Postre
- e) Ninguno
- f) No estoy seguro/a

**8. ¿Te gustaría que se rescaten ingredientes patrimoniales como la achocha en restaurantes?**

- a) Sí
- b) No
- c) No me interesa ese tema

9. ¿Qué tan dispuesto estarías a consumir platos innovadores hechos con achocha?

- a) Muy dispuesto
- b) Algo dispuesto
- c) Poco dispuesto
- d) Nada dispuesto

10. ¿Te gustaría que se promueva el consumo de achocha en escuelas, ferias o espacios turísticos?

- a) Sí
- b) Tal vez
- c) No
- d) No tengo opinión



\_\_\_\_\_  
Firma del tutor

MGS. Ronny Kleber Soriano Olivera



**Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador**  
Seréis mis testigos

**IBARRA**

## Entrevista

Nombre: .....

Fecha: .....

**Objetivo:** La presente entrevista ha sido diseñada por un estudiante de gastronomía el propósito es recopilar información para elaborar cinco preparaciones creativas usando la Achocha (*Cyclanthera Pedata*). Agradezco su colaboración.

1. ¿Podría compartir su experiencia y trayectoria en el ámbito gastronómico?

.....  
.....

2. ¿Qué opinión tiene sobre el uso de ingredientes patrimoniales en la cocina profesional actual?

.....  
.....

3. ¿Ha trabajado o cocinado anteriormente con la achocha? ¿Cómo ha sido su experiencia?

.....

.....

4. ¿Cómo describiría el potencial gastronómico de la achocha en términos de sabor, textura o versatilidad?

.....

.....

5. Desde su criterio, ¿qué valor cultural o simbólico puede tener la achocha dentro de la alimentación tradicional?

.....

.....

6. ¿Qué retos o limitaciones observa al momento de integrar productos tradicionales como la achocha en restaurantes o emprendimientos gastronómicos de la ciudad de Ibarra?

.....

.....



.....

FIRMA DEL TUTOR

MGS. Ronny Kleber Soriano Olivera

#### Anexo 4

Ficha de evaluación sensorial Mgs. Ronny Soriano

Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimientos.
- Empanada de achocha
- Carlota de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 (3) 4 5	<u>Equilibrado</u>
Textura	1 2 (3) 4 5	.....
Apariencia/Color	1 2 3 (4) 5	.....
Balance general	1 2 (3) 4 5	.....

Sugerencias del Evaluador:

E1 Evaluador: Ronny Sereno D.

Fecha: 01-08-2015

Firma: 

Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimientos.
- Empanada de achocha
- Carriola de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 (2) 3 4 5	se pierden el sabor
Textura	1 (2) 3 4 5	
Apariencia/Color	1 2 (3) 4 5	
Balance general	1 (2) 3 4 5	No se origina un buen plato.

Sugerencias del Evaluador:

E1 Evaluador: Rony Soriano

Fecha: 4-8-2015

Firma: 

Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimentas.
- Empanada de achocha
- Carlota de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 3 (4) 5	Bueno, se nota la achocha en el mango
Textura	1 2 3 (4) 5	De mayor tratamiento a la achocha
Apariencia/Color	1 2 3 4 (5)	..... .....
Balance general	1 2 3 (4) 5	..... .....

Sugerencias del Evaluador:

E1 Evaluador: Romy Soriano

Fecha: 4-08-2015

Firma: 

Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimientos.
- Empanada de achocha
- Cuchillo de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 ③ 4 5	Mejorar el pepino para diferenciar un sabor más intenso
Textura	1 2 ③ 4 5	..... .....
Apariencia/Color	1 2 ③ 4 5	..... .....
Balace general	1 2 ③ 4 5	..... .....

Sugerencias del Evaluador:

El Evaluador: Renny Sotomayor

Fecha: 4-9-2018

Firma: 

Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimientos.
- Empanada de achocha
- Carlotón de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 3 ④ 5	Más nuevo bizcocho y más crema de Ajoaga
Textura	1 2 ③ 4 5	..... .....
Apariencia/Color	1 2 ③ 4 5	..... .....
Balance general	1 2 3 ④ 5	..... .....

Sugerencias del Evaluador:

El Evaluador: Rony Soriano D.

Fecha: 4/8-2015

Firma: 

## Anexo 5

Ficha de evaluación sensorial Mgs. Juan Carlos Echeverria.

**Ficha de Evaluación gustativa**

**Título:** Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

**Objetivo:** Analizar el sabor de la achocha.

**Tipo de preparación evaluada:**

Ceviche de Achocha y mango.

Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.

Achocha rellena con salsa 5 pimentas.

Empanada de achocha

Carlota de Achocha


**Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):**  
Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 (3) 4 5	Falta sal / Mejorar sabor
Textura	1 2 (3) 4 5	Cortes más uniformes
Apariencia/Color	1 2 3 (4) 5	Buen color
Balace general	1 2 (3) 4 5	Mejorar sabor

**Sugerencias del Evaluador:**

E2 Evaluador: Juan C. Echeverria

Fecha: 4 / 09 / 2025

Firma: 

Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimientos.
- Empanada de achocha
- Coricón de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 3 (4) 5	Falta un poco mas de sabor
Textura	1 2 3 (4) 5	hacer un refrito para mejorar sabor
Apariencia/Color	1 2 3 4 (5)	
Balance general	1 2 3 (4) 5	Mejorar sabor

Sugerencias del Evaluador:

Evaluador: Juan C. Pacheco

Fecha: 4/08/2015

Firma: 

Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimientos.
- Empanada de achocha
- Cuchitos de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 ③ 4 5	Un poco rinda se recomienda primero blanc-corr
Textura	1 ② 3 4 5	Quitar ciertos puntos por estar oxidada
Apariencia/Color	1 2 ③ 4 5	----- -----
Balace general	1 2 ③ 4 5	Falta sala la preparación -----

Sugerencias del Evaluador:

E2 Evaluador: Juan C. Echavarría

Firma: 

Fecha: 4/08/2025

### Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimientos.
- Empanada de achocha
- Croquetas de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 (2) 3 4 5	Sabe más a pimienta
Textura	1 (2) 3 4 5	Mejorar sabor
Apariencia/Color	1 2 (3) 4 5	Color más pálido
Balace general	1 2 (3) 4 5	Mejorar sabor

Sugerencias del Evaluador:

E2 Evaluador: Juan C. Echeverría

Firma: 

Fecha: 4/02/2025

Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rollena con salsa 5 pimientos.
- Empanada de achocha
- Quesos de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 (3) 4 5	Mucha galleta
Textura	1 2 (3) 4 5	Añadir más crema de Ajocharin
Apariencia/Color	1 2 3 (4) 5	Buen color
Balance general	1 (2) 3 4 5	Mejorar el sabor añadir mas ajocharin

Sugerencias del Evaluador:

E2 Evaluador: Juan C. Fchevarría

Fecha: 4/08/2025

Firma: 

## Anexo 6

Ficha de evaluación sensorial Mgs. Gonzalo Rubio.

**Ficha de Evaluación gustativa**

**Título:** Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

**Objetivo:** Analizar el sabor de la achocha.

**Tipo de preparación evaluada:**

Ceviche de Achocha y mango.  
 Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.  
 Achocha rellena con salsa 5 pimentas.  
 Empanada de achocha  
 Cariota de Achocha


**Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):**  
Malo (1), Regular (2), Bueno (3), Muy Bueno (4), Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 3 (4) 5	_____
Textura	1 2 3 4 (5)	_____
Apariencia/Color	1 2 3 (4) 5	_____
Balance general	1 2 3 4 (5)	_____

**Sugerencias del Evaluador:**

E3 Evaluador: Gonzalo Rubio

Fecha: 10/ agosto / 2025

Firma: 

### Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimentas.
- Empanada de achocha
- Croquetas de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 (3) 4 5	..... .....
Textura	1 2 3 4 (5)	..... .....
Apariencia/Color	1 2 3 4 (5)	..... .....
Balanco general	1 2 3 (4) 5	..... .....

Sugerencias del Evaluador:

E3 Evaluador: Gonzalo Rubio

Fecha: 04/Agosto/2025

Firma:



### Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimientos.
- Empanada de achocha
- Carleta de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 3 4 5	
Textura	1 2 3 4 5	Achocha cruda
Apariencia/Color	1 2 3 4 5	
Balance general	1 2 3 4 5	

Sugerencias del Evaluador:

E3 Evaluador: 04/ago/2025

Fecha: Gonzalo Rubio

Firma:



Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimentas.
- Empanada de achocha
- Carriera de Achocha

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 (3) 4 5	..... .....
Textura	1 2 3 4 (5)	..... .....
Apariencia/Color	1 2 3 4 (5)	..... .....
Balance general	1 2 3 4 (5)	..... .....

Sugerencias del Evaluador:

E3 Evaluador: Gonzalo Rubio

Fecha: 04/08/2024

Firma:



Ficha de Evaluación gustativa

Título: Evaluación degustativa de 5 preparaciones a base de achocha.

Objetivo: Analizar el sabor de la achocha.

Tipo de preparación evaluada:

- Ceviche de Achocha y mango.
- Croquetas de Achocha al coco con salsa verde.
- Achocha rellena con salsa 5 pimentas.
- Empanada de achocha
- Currys de Achocha.

Criterios de Evaluación (Escala de 1 a 5):

Malo (1); Regular (2); Bueno (3); Muy Bueno (4); Excelente (5)

Criterios	Calificación	Observaciones del evaluador
Sabor	1 2 3 4 <b>5</b>	_____
Textura	1 2 3 4 <b>5</b>	_____
Apariencia/Color	1 2 3 4 <b>5</b>	_____
Balace general	1 2 3 4 <b>5</b>	_____

Sugerencias del Evaluador:

E3 Evaluador: Gonzalo Rubio

Fecha: 04/Agosto/2025

Firma:



## Anexo 7

Fotografía del proceso de degustación (agosto 2025).



