



Pontificia Universidad Católica del Ecuador  
Sede Ibarra

ESCUELA DE GESTIÓN TURÍSTICAS Y HOTELERAS

**INFORME FINAL DEL PROYECTO**

TEMA: Revalorización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE

Licenciatura en Gastronomía

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

07 EDUCACIÓN, COMUNICACIÓN, CULTURAS, SOCIEDAD Y VALORES

Sub línea: Discursos y narrativas mediáticas y organizacionales

AUTOR: Jamie Donato Guerrero Fey

ASESORA: Msc. Dayané Mabel Arroyo Mera

IBARRA, AGOSTO DE 2023

## CERTIFICACIÓN DE ASESOR

Ibarra, 30 de agosto del 2023

Msc. Dayané Arroyo  
ASESORA

### CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final de investigación, el mismo que se ajusta a las normas vigentes en la Escuela de Gestión en Empresas Turísticas y Hoteleras (GESTURH), de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ibarra (PUCESI); en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.

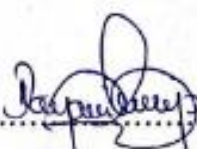
(f.)  .....

Msc. Dayané Arroyo

C.C.: 1002949137

## PÁGINA DE APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

El jurado examinador, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ibarra (PUCESI):

(f):   
Msc. Dayané Arroyo  
C.C.: 1002949137

(f):   
Msc. Lorena Arellano  
C.C.: 1001579802

(f):   
Msc. Ronny Scriano  
C.C.: 0923906747

## ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS

Yo Jamie Donato Guerrero Fey, declaro conocer y aceptar la disposición del Art. 165 del Código Orgánico de la 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 utilizations de sus obras o prestaciones, a título gratuito u oneroso, según las condiciones que determinen. Esta facultad podrá ejercerse mediante licencias libres, abiertas y otros modelos alternativos de licenciamiento o la renuncia”.

Ibarra, 30 de agosto del 2023


f)  .....

Jamie Donato Guerrero Fey

C.C.: 1003886460

## AUTORÍA

Yo, Jamie Donato Guerrero Fey, portador de la cédula de ciudadanía N°1003886460, declaro que la presente investigación es de total responsabilidad del (los) autor (es), y eximo expresamente a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ibarra de posibles reclamos o acciones legales.

f): .....

Jamie Donato Guerrero Fey

C.C.: 1003886460

## DECLARACIÓN y AUTORIZACIÓN

Yo: Jamie Donato Guerrero Fey, con CC: 1003886460, autor del trabajo de grado intitulado: “Revalorización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra” previo a la obtención del título profesional de Licenciado en Gastronomía, en la Escuela de Gestión en Empresas Turísticas y Hoteleras (GESTURH).

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede- Ibarra, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ibarra a difundir a través del Repositorio Digital de la PUCESEI el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la Universidad.

Ibarra, 30 de agosto del 2023

(f.).....

Jamie Donato Guerrero Fey

C.C. 1003886460

## **DEDICATORIA**

Dedico el presente trabajo de titulación a mis padres Giovanni y Patricia, quienes con su apoyo incondicional que me brindan pude culminar una etapa más en mi vida. Gracias por su esfuerzo y sacrificio en el transcurso de estos años, son mi motor e inspiración para seguir adelante, este logro se los dedico a ustedes por el amor y cariño que me han dado y agradezco a Dios por permitirme terminar una etapa más en mi vida profesional.

A mi pareja Luis Fernando, por estar siempre brindándome su amor incondicional, apoyo constante. Su presencia en mi vida ha sido mi mayor motivación y fuente de fortaleza a lo largo de este desafiante viaje académico. Hoy, con gran alegría y gratitud, dedico este logro a ti. Gracias por estar siempre a mi lado.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios, por ser mi guía constante en este viaje, por fortalecer mi fe y darme la fuerza para perseverar.

A mis padres, por su amor incondicional y sacrificio han sido la base de todo lo que he logrado. Desde el primer día, me han enseñado el valor del esfuerzo y me han brindado todo su apoyo.

A mi tutora de tesis, no tengo palabras suficientes para agradecerle. Su sabiduría, paciencia y guía me han llevado más allá de lo que creía posible. Gracias por compartir su conocimiento y enseñanzas en este periodo académico que estoy por culminar.

## ÍNDICE

<b>CERTIFICACIÓN DE ASESOR.....</b>	<b>i</b>
<b>PÁGINA DE APROBACIÓN DEL TRIBUNAL .....</b>	<b>ii</b>
<b>ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS .....</b>	<b>iii</b>
<b>AUTORÍA.....</b>	<b>iv</b>
<b>DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN .....</b>	<b>v</b>
<b>DEDICATORIA.....</b>	<b>vi</b>
<b>AGRADECIMIENTO.....</b>	<b>vii</b>
<b>1. RESUMEN.....</b>	<b>13</b>
<b>2. ABSTRACT.....</b>	<b>14</b>
<b>3. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>15</b>
<b>4. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>19</b>
<b>4.1 Estado Del Arte.....</b>	<b>19</b>
4.1.1 Investigaciones Internacionales.....	19
4.1.2 Investigaciones Nacionales .....	22
4.1.3 Investigaciones Locales.....	25
<b>4.2 Marco Conceptual.....</b>	<b>26</b>
4.2.1 Fritada.....	26
4.2.2 Fritadas de cajón.....	26

4.2.3 Tradición Gastronómica .....	27
4.2.4 Plato Típico .....	27
4.2.5 Cocina Popular .....	28
4.2.6 Plato Criollo .....	29
4.2.7 Cocina Ecuatoriana.....	29
4.2.8 Plato Tradicional .....	30
4.2.9 Gastronomía Nacional Imbabureña.....	31
<b>4.3 Marco Legal.....</b>	<b>31</b>
<b>5. MATERIALES Y MÉTODOS.....</b>	<b>34</b>
<b>5.1 Introducción .....</b>	<b>34</b>
5.1.1 Alcance y enfoque de la investigación .....	34
5.1.2 Tipo de investigación .....	34
<b>5.2 Método .....</b>	<b>35</b>
5.2.1 Método Inductivo .....	35
5.2.2 Método Histórico.....	35
5.2.3 Método Analítico.....	35
<b>5.3 Técnicas.....</b>	<b>36</b>
5.3.1 Documental .....	36
5.3.2 Entrevista.....	36
5.3.3 Observación.....	37

<b>5.4 Instrumentos.....</b>	<b>37</b>
5.4.1 Cálculo de la muestra .....	37
<b>5.5 Procedimiento.....</b>	<b>37</b>
5.5.1 Fase 1: Diseño de los instrumentos .....	37
5.5.1.1 Guía de entrevista para propietarios de locales de fritada.....	38
5.5.1.2 Guía de entrevista para propietarios de locales que expenden fritadas de cajón	38
5.5.1.3 Guía de entrevista para un Antropólogo.....	39
5.5.1.4 Guía de entrevista para un Chef .....	39
5.5.2 Fase 2:.....	41
5.5.3 Fase 3: Aplicación de los instrumentos .....	41
5.5.4 Matriz de diseño metodológico .....	42
<b>6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....</b>	<b>44</b>
<b>6.1 Análisis de los datos cualitativos.....</b>	<b>44</b>
6.1.1 Datos de los entrevistados .....	44
6.1.2 Guion de las entrevistas.....	45
6.1.2.1 Guion de entrevista a los propietarios de locales de expendio de fritada.....	45
6.1.2.2 Guion de entrevista a propietarios de locales de expendio de fritadas de cajón .	45
6.1.2.3 Guion de entrevista a un Historiador.....	46
6.1.2.4 Guion de entrevista a un Chef .....	46
6.1.4 Análisis de la investigación.....	71

6.1.5 Análisis de las entrevistas.....	72
6.1.6 Resultados de la observación .....	73
6.1.7 Análisis de la observación.....	77
<b>6.2 Discusión .....</b>	<b>77</b>
<b>6.3 Propuesta .....</b>	<b>81</b>
6.3.1 Revista digital: “El arte de las fritadas de cajón” .....	81
6.3.2 Introducción.....	81
6.3.3 Ibarra .....	83
6.3.4 Cultura y atractivos turísticos.....	83
6.3.5 Tradiciones de la ciudad de Ibarra .....	83
6.3.6 Fritada de cajón .....	85
6.3.7 Objetivo de la revista.....	85
6.3.8 Introducción fritada de cajón.....	85
6.3.9 Historia de la fritada de cajón.....	86
6.3.10 Ingredientes de la fritada de cajón.....	87
6.3.11 Preparación de la fritada de cajón .....	88
6.3.12 Uso del cajón .....	88
6.3.13 Créditos: .....	94
6.3.14 Resultados de la validación .....	94
<b>7. CONCLUSIONES.....</b>	<b>96</b>

<b>8. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>97</b>
<b>9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>98</b>
<b>10 ANEXOS.....</b>	<b>103</b>

### ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.....</b>	<b>40</b>
<b>Figura 2.....</b>	<b>74</b>
<b>Figura 3.....</b>	<b>75</b>
<b>Figura 4.....</b>	<b>76</b>
<b>Figura 5.....</b>	<b>81</b>
<b>Figura 6.....</b>	<b>82</b>
<b>Figura 7.....</b>	<b>89</b>
<b>Figura 8.....</b>	<b>94</b>

### ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1 .....</b>	<b>43</b>
<b>Tabla 2 .....</b>	<b>44</b>
<b>Tabla 3 .....</b>	<b>84</b>
<b>Figura 7.....</b>	<b>89</b>

## 1. RESUMEN

La presente investigación se enfoca en rescatar la gastronomía ibarreña mediante una revista digital para comprender la historia y la importancia de este plato típico, destacando su autenticidad y singularidad con la finalidad de recuperar y preservar la gastronomía tradicional de la ciudad de blanca. Esto implica reconocer su valor cultural y culinario, y asegurar que no se pierda con el paso del tiempo. La investigación adquiere un enfoque cualitativo porque se realizó una recopilación de información, sustentado en el análisis de varios documentos, libros, blogs, etc. Además, se llevó a cabo 7 entrevistas a diferentes personas, entre ellos un chef, un antropólogo y propietarios de locales que expenden fritadas de cajón con el objeto de conocer más sobre su procedencia. Como resultado las fritadas de cajón, es un plato típico ecuatoriano, se vendía en covachas en los años 60, siendo muy populares, con orígenes en el colonialismo español, se acompañan de papas, tostado y ají de piedra, el achiote le da un sabor y color distintivo a la carne. Su preparación se realiza en paila de bronce y la conservación en vitrinas de madera resaltan su autenticidad y contextura seca. En conclusión, se destaca la falta de valoración y promoción de la gastronomía ancestral, especialmente la fritada de cajón, lo que afecta su continuidad y desarrollo turístico y económico.

**Palabras clave:** Cocina tradicional, fritadas de cajón, gastronomía Imbabureña, Ibarra, plato típico.

## 2. ABSTRACT

The present research focuses on rescuing the Ibarreña gastronomy through a digital magazine to understand the history and importance of this typical dish, highlighting its authenticity and uniqueness in order to recover and preserve the traditional gastronomy of the city of Blanca. This implies recognizing its cultural and culinary value, and ensuring that it is not lost over time. The research acquires a qualitative approach because a compilation of information was carried out, supported by the analysis of several documents, books, blogs, etc. In addition, 7 interviews were conducted with different people, including a chef, an anthropologist and owners of places that sell fritadas de cajón in order to learn more about their origin. As a result, the fritadas de cajón, a typical Ecuadorian dish, was sold in covachas in the 60's, being very popular, with origins in the Spanish colonialism, accompanied by potatoes, toast and stone chili, achiote gives a distinctive flavor and color to the meat. They are prepared in bronze pots and preserved in wooden display cases, highlighting their authenticity and dry texture. In conclusion, there is a lack of appreciation and promotion of ancestral gastronomy, especially fritada de cajón, which affects its continuity and tourism and economic development.

**Keywords:** Traditional cuisine, fritadas de cajon, Imbaburan gastronomy, Ibarra, typical dish.

### 3. INTRODUCCIÓN

En la provincia de Imbabura, la falta de aprecio por la gastronomía ancestral, como la fritada de cerdo, limita el potencial turístico y económico. Esta investigación propone una revista digital que rescate la historia de las fritadas en Ibarra. La investigación muestra que la escasa valoración y promoción amenazan los platos típicos y la identidad culinaria. Al revalorizar la fritada, se busca preservar la identidad cultural y atraer a visitantes con una experiencia auténtica y distintiva. La revista digital aspira a ampliar la comprensión y reconocimiento de la riqueza gastronómica de Ibarra, impulsando su legado ancestral y consolidando su posición como destino gastronómico destacado en Ecuador.

Sin embargo, la falta de conocimiento y aprecio por estas tradiciones ancestrales ha llevado a la pérdida de su valor gastronómico y turístico. La aculturación y el uso de métodos de preparación modernos han disminuido la autenticidad de la comida y se ha reemplazado en parte por comida rápida. La falta de interés y educación en las familias y la falta de incentivos de las autoridades han contribuido a esta situación. Es crucial rescatar y preservar la gastronomía ancestral de la parroquia El Sagrario para su continuidad y trascendencia.

Esta investigación pretende recuperar el valor gastronómico y contribuir al conocimiento sobre la importancia que tiene el plato típico “fritada de cajón” a base de carne de cerdo en la provincia de Imbabura, para ello se realizó una investigación ya que se consideró esencial rescatar y revalorizar las fritadas de cajón, no solo por su valor culinario y cultural, sino también por su potencial turístico. Al promover el conocimiento y la autenticidad de estos platos típicos se podrá conservar la identidad gastronómica y fomentar el desarrollo sostenible de la comunidad local.

El objetivo general de esta tesis es rescatar y resguardar la riqueza gastronómica de Ibarra, mediante la creación de un completo catálogo digital que permita comprender en profundidad la historia e importancia cultural de las fritadas de cajón en esta ciudad. A través de esta investigación, se busca destacar el valor de esta tradición culinaria, promoviendo el

reconocimiento y aprecio por parte de la comunidad local y visitantes, posicionando así a las fritadas de cajón como un patrimonio gastronómico de relevancia en la región. Para alcanzar dicho objetivo se promueven tres objetivos específicos:

El primero fue indagar la historia y procedencia de las fritadas de cajón a través de una revisión bibliográfica exhaustiva que engloba no solo documentos históricos y antropológicos, sino también testimonios y relatos de cocineros tradicionales y miembros de la comunidad que hayan sido testigos del desarrollo de esta emblemática preparación culinaria. De esta manera, se obtuvo una perspectiva integral y contextualizada de cómo las fritadas de cajón han evolucionado y se han arraigado en la cultura ibarreña a lo largo del tiempo.

El segundo, elaborar una revista digital sobre la fritada de cajón para conocer su historia, cosmovisión andina, su modo de preparación para así revalorizar este plato típico. Para ello, se incorporó elementos gráficos que resalten la conexión de las fritadas de cajón con la identidad cultural y los valores ancestrales de la comunidad, lo cual permitirá una apreciación más enriquecedora y significativa de esta tradición gastronómica.

El tercero, validar la revista digital elaborada mediante una presentación interactiva en Canva, dirigida a tres docentes de la Escuela GESTURH, expertos en gastronomía y cultura local. La presentación no solo consistirá en una mera exposición, sino que se fomentará la participación activa de los docentes, quienes podrán realizar preguntas, expresar sus comentarios y sugerencias para enriquecer aún más el contenido del catálogo. Esta validación permitirá asegurar la calidad, precisión y pertinencia del material recopilado, así como obtener retroalimentación valiosa para optimizar la propuesta y garantizar su idoneidad académica.

La pregunta de investigación que se plantea es: ¿De qué forma la elaboración de un catálogo digital revalorizará la elaboración de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra?

El presente estudio se basó en una metodología que combinó diversos enfoques para obtener una comprensión integral de las fritadas de cajón, plato emblemático de la ciudad de Ibarra. Se emplearon los métodos inductivo-deductivo, analítico-sintético e histórico para abordar el tema desde diferentes perspectivas y explorar su historia, valor cultural y su importancia en la gastronomía local.

Para la recolección de datos, se utilizaron diversas técnicas que incluyeron la revisión bibliográfica en libros, blogs y sitios web relacionados con la fritada de cajón. Además, se realizaron entrevistas a siete personas clave, entre ellas propietarios de establecimientos dedicados a la venta de fritadas, historiadores y chefs. Estas entrevistas proporcionaron información relevante sobre el valor tradicional y comercial de las fritadas, así como los contextos históricos de su preparación y su implementación en la gastronomía.

Los instrumentos utilizados para la recolección de datos incluyeron cuestionarios, entrevistas, fichas de observación y el uso de dispositivos móviles como celulares. Estos instrumentos permitieron obtener testimonios y datos precisos de los participantes, lo que enriqueció la investigación. En cuanto al tamaño de la muestra, no se realizó un cálculo probabilístico debido a la naturaleza del método de muestreo no probabilístico y no aleatorio por conveniencia. La muestra consistió en entrevistas a siete personas, quienes aportaron información clave para comprender la historia, tradición y preparación de las fritadas de cajón.

El resultado de la investigación fue la creación de una revista digital que destaca la historia, la cosmovisión andina y el modo de preparación de las fritadas de cajón. Este catálogo representa un paso importante hacia la promoción y reconocimiento de la gastronomía local de Ibarra, además de sentar las bases para conservar y revalorizar esta tradición culinaria.

Esta investigación se organiza en cinco secciones. La primera es la revisión de libros, artículos científicos, repositorios, páginas web, donde se determina el alcance del tema en estudios previos. En la segunda y tercera, se desarrolla el marco teórico la base fundamental de esta

investigación, proporcionando una exhaustiva descripción de los procedimientos empleados para obtener información y la incorporación de un enfoque cualitativo. La cuarta exhibe los resultados derivados del análisis del contenido de los datos recopilados, incluyendo las entrevistas realizadas. Para concluir, se exponen las conclusiones que sintetizan los principales descubrimientos y responden a la pregunta de investigación. Se enfatizan las aportaciones del estudio, así como sus limitaciones, y se proporcionan recomendaciones para futuras investigaciones.

## **4. MARCO TEÓRICO**

### **4.1 Estado Del Arte**

En la siguiente investigación se propuso revalorizar las fritadas de cajón, entendiendo su importancia como parte del patrimonio culinario local. Para ello, se profundizó en la investigación histórica y cultural de esta tradición gastronómica, rescatando la historia, técnicas y recetas auténticas, promoviendo su consumo responsable y sostenible, y generando espacios de divulgación y apreciación para que las fritadas de cajón sean reconocidas y apreciadas como un tesoro culinario en la ciudad de Ibarra.

#### **4.1.1 Investigaciones Internacionales**

En relación con la realización de la fritanga en Perú, se destaca la investigación llevada a cabo por Gutiérrez y Ramírez (2019) quienes analizaron el proceso tradicional de preparación de las frituras en la región de Lima. Según su estudio, la fritanga se realiza en un ambiente al aire libre, donde se utilizan ollas y sartenes de gran tamaño para freír los alimentos en aceite caliente. Además, los autores resaltan que la fritanga peruana se caracteriza por emplear una amplia variedad de ingredientes, como carne de cerdo, pollo, pescado, yuca, camote y plátano verde, los cuales son sazonados con especias y condimentos tradicionales.

La magia de la fritada radica en su versatilidad y adaptabilidad a las distintas regiones del Perú. Cada área geográfica aporta su toque especial, desde ingredientes únicos hasta técnicas de cocción tradicionales. Es así como la fritada se convierte en una obra maestra culinaria que evoluciona con la geografía, pero que siempre mantiene su esencia.

La fritada del Perú es un plato típico de la región que consiste en carne de cerdo frita y acompañada de papas, cebolla, tomate y ají. A menudo se sirve con arroz, huevos fritos y aguacate, y se suele comer como almuerzo o cena. Es conocida por su sabor único y especial, que se debe en parte a la carne de cerdo, los ingredientes de la salsa que se

utilizan para prepararla. Cada región del Perú tiene su propia versión única de la fritada, y algunas zonas utilizan ingredientes especiales o técnicas de cocción para darle sabor al plato. Algunos de los ingredientes más comunes utilizados en la fritada del Perú incluyen ají panca, ajo y cilantro Coloma (2010).

Cada región imprime su propia identidad a este plato icónico, infundiendo técnicas únicas y elementos especiales que se unen en una danza de sabores regionales. El secreto detrás de su sabor inconfundible radica en la magia de los ingredientes y las salsas que la acompañan.

La fritada de Colombia es un plato típico de la región que consiste en carne de cerdo frita y acompañada de papas, cebolla, tomate y ají. A menudo se sirve con arroz, huevos fritos y aguacate, y se suele comer como almuerzo o cena. La fritada tiene sus raíces en la cocina popular del territorio, es un plato muy apreciado por los colombianos. Se puede encontrar en muchos restaurantes y puestos callejeros a lo largo del país.

En el contexto de Colombia, la investigación de López y Hernández (2020) arroja luz sobre la preparación de la fritanga en diferentes regiones del país. Según sus hallazgos, el proceso de fritura en Colombia varía ligeramente según la localidad, pero en general se emplean grandes recipientes metálicos llenos de aceite caliente para cocinar los alimentos. La fritanga colombiana se caracteriza por incluir ingredientes como carne de res, cerdo y pollo, así como plátano maduro frito, papa criolla y arepas, los cuales son acompañados por salsas y aderezos típicos de la región.

Para comprender el proceso de realización de la fritanga en Argentina, resulta relevante destacar la investigación llevada a cabo por Fernández y González (2018). En su estudio, los autores exploraron la preparación de la fritanga en la región de Córdoba. Según sus hallazgos, la fritanga se realiza en puestos callejeros conocidos como "parrilladas", donde los alimentos son cocinados a la parrilla. Estos puestos utilizan carbón o leña como fuente de calor y emplean técnicas de asado argentino tradicionales. La fritanga argentina suele incluir cortes de carne vacuna, chorizos, mollejas y achuras, y se acompaña con chimichurri, una salsa típica de la región. La

fritanga en Buenos Aires incluye una variedad de ingredientes como chinchulines, riñones, mollejas, salchichas y embutidos, los cuales son sazonados con especias típicas y acompañados por salsas como el chimichurri.

Las carnitas son un platillo tradicional mexicano muy apreciado en todo el país. Originarias del estado de Michoacán, las carnitas consisten en carne de cerdo cocinada lentamente en su propia grasa hasta lograr una textura jugosa por dentro y crujiente por fuera. La preparación tradicional se realiza en grandes cazuelas de cobre llamadas "cazo", donde se cocina la carne a fuego lento durante varias horas. Las carnitas son un platillo tradicional mexicano, consistente en carne de cerdo cocinada lentamente en su propia grasa hasta obtener una textura jugosa y crujiente. Originarias de Michoacán, las carnitas se han vuelto populares en todo México y son apreciadas por su sabor y versatilidad culinaria.

El char siu, también conocido como barbacoa de cerdo al estilo chino, es un plato popular de la cocina cantonesa. Consiste en lonchas de cerdo marinadas en una mezcla dulce y salada, asadas a fuego alto para obtener una capa caramelizada y tierna por dentro. Se sirve como plato principal o como ingrediente en otros platos, como el arroz frito.

Según la investigación de Lee (2019), el char siu tiene sus raíces en la tradición china y se ha convertido en un elemento icónico de la gastronomía cantonesa. La marinada suele incluir ingredientes como salsa de soja, azúcar, vino de arroz y especias como el cinco especias chinas. El método de asado, ya sea al horno o a la parrilla, ayuda a desarrollar los sabores y crear esa característica capa glaseada. El char siu es apreciado por su equilibrio entre lo dulce y lo salado, así como por su textura jugosa y tierna. Se puede encontrar en restaurantes de todo el mundo, tanto en platos tradicionales como en versiones modernas con variaciones de ingredientes y técnicas de cocción.

#### 4.1.2 Investigaciones Nacionales

Las fritadas en Riobamba son un elemento culinario icónico de la región andina ecuatoriana. Estas deliciosas frituras de cerdo se caracterizan por su crujiente textura por fuera y su suavidad por dentro, resultado de una cuidadosa cocción en manteca de cerdo. A menudo se sirven acompañadas de papas cocidas, mote y aguacate. Su sabor profundo y sabroso, en combinación con las especias locales, refleja la riqueza gastronómica de Riobamba. Este plato no solo satisface el paladar, sino que también rinde homenaje a las tradiciones culinarias y la herencia de la zona andina.

Riobamba nos brinda un abanico de sabores que deleitan tanto a locales como a visitantes. La fritada, las tortillas de maíz, el yaguarlocro y las empanadas de morocho son solo algunas de las joyas que componen esta corona gastronómica. Íntimamente ligados a la historia y el corazón de la comunidad, platos como los llapingachos, caucara y caldo de pata son más que simples manjares: son la expresión de identidad en cada bocado. Según Santillán (2015) en su investigación nos menciona que:

La ciudad conocida como “Sultana de los Andes” ofrece una gran variedad gastronómica para todos los gustos y paladares. Entre los cuales podemos mencionar: el cerdo horneado, conocido como hornado de Riobamba con fama nacional; la fritada, tortillas de maíz, yaguarlocro, empanadas de morocho, llapingachos, caucara, caldo de pata, caldo de 31, cuy con papas, ceviche de chochos que es un plato de consumo diario de sus habitantes elaborado con el cuero de puerco en achiote. (p. 13)

El texto resalta la diversidad gastronómica de Riobamba, abarcando una amplia gama de sabores y preferencias. Entre los platos destacados se encuentra el renombrado hornado de cerdo, famoso a nivel nacional. Además, menciona la fritada, tortillas de maíz, yaguarlocro, empanadas de morocho, llapingachos, caucara, caldo de pata y caldo de 31, reflejando una rica variedad de opciones.

Dentro de la cocina ecuatoriana se ha logrado incorporar y aprovechar al máximo los productos regionales de la sierra para mejorar el gusto y la vista de las preparaciones gastronómicas a base de carne porcina. En la provincia de Imbabura se usan diversos tipos de cocción acompañados de tubérculos, verduras y vegetales para obtener deliciosos platos tradicionales como: las carnes coloradas, de Cotacachi, el yamor en Otavalo, La fritada de cajón en Ibarra, las fritadas amazonas de Atuntaqui entre otras.

Las Fritadas “El Juncal” pone a disposición de sus clientes el delicioso plato tradicional, cuyo componente principal es la carne de cerdo: su preparación es rápida y deben añadirse ingredientes que le den buen sabor. Además, la carne de cerdo es acompañada de otros productos propios de la Sierra ecuatoriana, el plato puede ser servido al instante en la mesa, tal y como lo desee el consumidor y se lo realiza en platos hondos acompañado de alguna bebida; así como también puede ser empacado para llevar en fundas plásticas, bandejas o tarrinas desechables. (Arboleda, 2018)

La fritada es un platillo tradicional de la cocina ecuatoriana, se sirve como plato fuerte o también denominado segundo plato y se puede acompañar de varios productos locales como los chifles, el mote, maíz, queso, la cebolla curtida y cualquier otro tipo de combinación proveniente de la rica gastronomía nacional.

En Loja, la fritada también goza de gran fama y es considerada una joya culinaria de la región. Por lo tanto, Ramírez (2019) la fritada es preparada con maestría en establecimientos tradicionales y es muy apreciada por su sabor inigualable. En Loja, se suele servir acompañada de mote, llapingachos y ensalada de aguacate.

La fritada en Loja es un verdadero tesoro culinario, conocido por su delicioso sabor y calidad. De acuerdo con Ramírez (2019) es un plato apreciado y disfrutado en la región. En Loja, la fritada se destaca por su preparación cuidadosa y su presentación junto a mote, llapingachos y ensalada de aguacate. Este plato ha pasado a ser parte esencial de la cultura gastronómica de Loja, conquistando el paladar de locales y visitantes.

En Latacunga, la fritada es un plato emblemático y está estrechamente ligada a las celebraciones de la Fiesta de la Mama Negra. Conforme a García (2018) la fritada es preparada con cerdo adobado en una mezcla de especias tradicionales y se sirve con mote, llapingachos y salsa de ají. Durante las festividades, los habitantes y turistas disfrutan de la fritada junto con la música y el colorido de la celebración.

La fritada en Latacunga tiene una estrecha relación con la celebración de la Fiesta de la Mama Negra. García (2018) menciona que este plato es preparado con cerdo adobado y se sirve con mote, llapingachos y salsa de ají. Durante las festividades, la fritada es el centro de atención, donde los sabores tradicionales y la alegría de la celebración se unen. La fritada en Latacunga se ha convertido en una tradición arraigada, que destaca la importancia de la cultura y la comida en esta región.

En Cotacachi, la fritada es una delicia culinaria que atrae a los visitantes. De acuerdo con Vargas (2021) la fritada cuidadosamente cocinada en manteca de cerdo hasta obtener una textura crujiente por fuera y jugosa por dentro. Se sirve con mote, llapingachos y curtido de cebolla. Los restaurantes y puestos de comida en Cotacachi ofrecen la fritada como uno de sus platos más destacados.

En Cotacachi, la fritada es considerada un verdadero manjar y una de las atracciones gastronómicas más destacadas. En consonancia con Vargas (2021) este plato se prepara con cuidado, utilizando carne de cerdo de alta calidad y cocinándola lentamente en manteca de cerdo para lograr su característica textura crujiente y jugosa. La fritada, acompañada de mote, llapingachos y curtido de cebolla, se sirve en restaurantes y puestos de comida, deleitando a los visitantes con su sabor único. Cotacachi se enorgullece de su fritada, considerándola un tesoro gastronómico local.

En Cuenca, la fritada es un manjar muy apreciado por los cuencanos y los visitantes. Según Bravo (2020) la fritada es preparada con carne de cerdo de alta calidad y se cocina lentamente en manteca de cerdo para lograr su característica textura crujiente y jugosa. Se sirve con mote,

llapingachos y salsa de ají, y es uno de los platos más solicitados en los restaurantes tradicionales de la ciudad.

En Cuenca, la fritada es un plato muy valorado y apreciado tanto por los cuencanos como por los visitantes. Siguiendo a Bravo (2020) la fritada se destaca por su cuidada preparación, utilizando carne de cerdo de alta calidad y cocinándola lentamente en manteca de cerdo para lograr una textura crujiente por fuera y jugosa por dentro. Esta delicia culinaria se sirve acompañada de mote, llapingachos y salsa de ají, y se ha convertido en uno de los platos más solicitados en los restaurantes tradicionales de la ciudad. La fritada refleja la tradición culinaria de Cuenca y su papel como centro gastronómico, ofreciendo a los comensales una experiencia única de sabores y aromas que capturan la esencia de la ciudad y su rica cultura culinaria.

#### **4.1.3 Investigaciones Locales**

En Imbabura, la fritada es uno de los platos más populares y representativos de la gastronomía local. Según López (2020) la fritada se destaca por su delicioso sabor y textura crujiente. Es común encontrarla en restaurantes y mercados de Ibarra, Atuntaqui, Otavalo y Cotacachi, donde se prepara con esmero utilizando ingredientes frescos y tradicionales.

La fritada en Imbabura, específicamente en Ibarra, Atuntaqui, Otavalo y Cotacachi, es un plato altamente reconocido y apreciado en la región. Por lo tanto, López (2020) destaca por su sabor y textura crujiente. Su presencia en restaurantes y mercados muestra su arraigo en la gastronomía local, donde se utiliza ingredientes frescos y tradicionales en su preparación. La fritada se ha convertido en un símbolo culinario de Imbabura, reflejando la riqueza y diversidad de la gastronomía de la zona.

## **4.2 Marco Conceptual**

### **4.2.1 Fritada**

La fritada se elabora combinando trozos de cerdo sazonados y cocidos lentamente en su propio jugo. El resultado es una textura sustanciosa y un sabor profundamente ahumado que se deshace en el paladar. Acompañada de papas cocinadas recién hechas, un puñado de tostado y un poco de ají, la fritada se convierte en un banquete que celebra la riqueza de los ingredientes locales y la habilidad de los chefs ibarreños. Este plato emblemático no solo es un deleite para el gusto, sino un tributo a la identidad y la tradición.

Según la Real Academia Española ([RAE] 2023) fritar quiere decir freír, de ahí se deduce que el término fritada es carne frita; en el caso de la zona andina fritada se conoce a un plato popular que contiene un refrito que consiste en cebolla puerro, comino, ajo y sal al cual se le agrega manteca de cerdo y la carne de este, troceada en cubos grandes. Otra modalidad consiste en el mismo refrito, y en lugar de manteca se coloca jugo de naranja agria. (párr. 1)

La fritada es un plato típico de la cocina ecuatoriana que se prepara a base de carne de cerdo frita en su propia grasa. También se puede hacer con carne de pollo o de res. La carne se cocina junto con cebolla, tomate y ají hasta que esté tierna y dorada. La fritada se suele servir con papas, choclo, tostado, mote, plátano maduro y aguacate, se puede acompañar con una salsa picante hecha con ají y cilantro.

### **4.2.2 Fritadas de cajón**

Las fritadas de cajón son un plato tradicional de la cocina ecuatoriana que se caracteriza por su sabor y textura únicos. Su elaboración implica freír trozos de cerdo en su propia grasa, resultando en una carne jugosa y crujiente. Este plato se sirve con acompañamientos como mote, llapingachos (tortillas de papa) y ensalada de cebolla y tomate. Los aspectos importantes de las fritadas de cajón incluyen la elección adecuada de la carne de cerdo, preferiblemente de cerdos

jóvenes, para obtener una textura tierna. La carne se sazona con especias como ajo, comino y sal, y se cocina a fuego lento para permitir que se dore y se vuelva crujiente (Ortiz, 2019).

La fritada de cajón representa una fusión de sabores y técnicas culinarias tradicionales ecuatorianas. Es un plato que refleja la herencia y la identidad gastronómica del país. Su popularidad radica en su sabor distintivo y en la habilidad para unir a las personas alrededor de una mesa. Las fritadas de cajón son un verdadero tesoro culinario que deleita a los comensales con su combinación de texturas y sabores.

### **4.2.3 Tradición Gastronómica**

La tradición gastronómica se refiere a las prácticas culinarias transmitidas de generación en generación, que abarcan técnicas de preparación de alimentos, recetas, ingredientes, costumbres y rituales asociados con la comida. Estas tradiciones reflejan la historia, la cultura y la identidad de una comunidad o región específica. La elaboración de una tradición gastronómica implica la preservación y promoción de recetas autóctonas, métodos de preparación y presentación, así como la transmisión de conocimientos culinarios a través de la educación y la participación comunitaria. Los aspectos importantes de la tradición gastronómica incluyen la conservación de los ingredientes locales, el respeto por las técnicas ancestrales, la valoración de la comida casera y la preservación de los sabores auténticos.

La tradición gastronómica es un vínculo vital con el pasado, que se mantiene vivo a través de la práctica continua y la apreciación de la comida tradicional. A través de la tradición gastronómica, se celebra la diversidad culinaria y se fortalece la conexión entre las personas y su patrimonio cultural.

### **4.2.4 Plato Típico**

Un plato típico se refiere a una preparación culinaria distintiva de una región o cultura en particular, que se ha desarrollado y transmitido a lo largo del tiempo. Estos platos son

representativos de la identidad gastronómica y cultural de un lugar y suelen tener una importancia histórica y simbólica. La elaboración de un plato típico implica la combinación de ingredientes tradicionales, técnicas de preparación específicas y presentación característica. Estos platos suelen estar arraigados en la historia, la geografía, la disponibilidad de ingredientes y las costumbres de una comunidad (Espín Del Salto, 2011).

Los aspectos importantes de un plato típico incluyen la autenticidad de los ingredientes utilizados, la fidelidad a las recetas tradicionales y la preservación de las técnicas de preparación transmitidas de generación en generación. Estos platos típicos desempeñan un papel fundamental en la preservación de la cultura y la tradición culinaria de una región, y a menudo se convierten en símbolos de identidad y orgullo local.

#### **4.2.5 Cocina Popular**

La elaboración de la cocina popular implica el uso de ingredientes y técnicas accesibles, así como recetas sencillas y económicas. Se centra en la utilización de productos locales y estacionales, resaltando la importancia de la sostenibilidad y la conexión con el entorno.

Los aspectos importantes de la cocina popular incluyen la valoración de la comida casera, el aprovechamiento de los recursos disponibles, la creatividad en la preparación de platos con ingredientes simples y la transmisión de conocimientos culinarios a través de la práctica y la experiencia. La cocina popular es una expresión cultural que trasciende las barreras sociales y económicas, y promueve la cohesión comunitaria y la preservación de la identidad gastronómica. A través de la cocina popular, se celebra la diversidad culinaria y se reconocen las habilidades y saberes culinarios de las personas comunes (López, 2014).

En el contexto de la gastronomía, "cocina popular" se refiere a un estilo culinario que se origina y se desarrolla dentro de la comunidad local o regional. Es un tipo de cocina que se ha transmitido de generación en generación y que refleja las tradiciones, ingredientes y técnicas de una determinada cultura o grupo de personas. La cocina popular tiende a ser accesible y

asequible, utilizando ingredientes comunes y disponibles localmente, y se caracteriza por ser sencilla y reconfortante.

#### **4.2.6 Plato Criollo**

El plato criollo se refiere a una preparación culinaria típica de una región o cultura específica, que se ha desarrollado y transmitido a lo largo del tiempo dentro de una comunidad. Estos platos son representativos de la identidad culinaria y cultural de un lugar y suelen estar arraigados en la historia y las tradiciones de la comunidad.

La elaboración de un plato criollo implica la utilización de ingredientes locales y técnicas de preparación tradicionales. Estos platos reflejan los sabores auténticos y la combinación de ingredientes característicos de la región, y a menudo se basan en recetas transmitidas de generación en generación. Los aspectos importantes de un plato criollo incluyen la autenticidad de los ingredientes utilizados, la fidelidad a las recetas tradicionales y la preservación de las técnicas culinarias propias de la región. Estos platos criollos son una parte integral de la cultura y la identidad de la comunidad y se consideran un tesoro culinario que debe ser preservado y valorado (Arias & Calderón, 2016).

Los platos criollos son una expresión de la diversidad y la riqueza de la gastronomía local, y a menudo se convierten en símbolos de orgullo y pertenencia cultural. A través de ellos, se celebra la herencia culinaria y se fortalece la conexión entre las personas y su patrimonio cultural.

#### **4.2.7 Cocina Ecuatoriana**

La elaboración de la cocina ecuatoriana se caracteriza por el uso de ingredientes autóctonos como la papa, el maíz, el plátano y el marisco, así como por el empleo de hierbas y especias aromáticas. Algunos platos emblemáticos incluyen la fritada, el ceviche, la sopa de locro y el cuy asado. Los aspectos importantes de la cocina ecuatoriana incluyen la preservación de las

técnicas tradicionales de preparación, el respeto por los ingredientes locales y la valoración de la diversidad regional en la gastronomía.

La cocina ecuatoriana refleja la riqueza cultural del país y su conexión con la tierra, la historia y las tradiciones. La cocina ecuatoriana es reconocida a nivel internacional por su sabor auténtico y su variedad de platos típicos. Es una expresión de identidad nacional y un vehículo para promover el turismo y la valoración de la cultura ecuatoriana (Brucil, 2019).

La cocina ecuatoriana se caracteriza por su variada gama de ingredientes, influencias culturales y técnicas de preparación. Debido a la diversidad geográfica del Ecuador, incluye regiones costeras, montañosas y amazónicas, la cocina ecuatoriana ofrece una amplia variedad de sabores y platos únicos. Cada región contribuye con su propio conjunto de sabores y tradiciones, creando una experiencia culinaria única y fascinante.

#### **4.2.8 Plato Tradicional**

La elaboración de un plato tradicional implica el uso de ingredientes, técnicas de preparación y recetas específicas que han sido preservadas a lo largo del tiempo. Estos platos reflejan la identidad culinaria de una comunidad y a menudo están asociados con celebraciones, festividades o momentos significativos. Los aspectos importantes de un plato tradicional incluyen el respeto por los ingredientes autóctonos, el mantenimiento de las técnicas culinarias tradicionales y la preservación de la autenticidad en la preparación. Estos platos son considerados un patrimonio cultural y gastronómico que debe ser valorado y protegido.

Los platos tradicionales son una expresión de la historia y la identidad de una comunidad y representan una forma de transmitir la cultura a través de la comida. A través de ellos, se celebra la diversidad culinaria y se fortalece el sentido de pertenencia y la preservación de las tradiciones (Cuzco, 2017).

Un plato tradicional es un tipo de preparación culinaria que ha sido transmitida de generación en generación dentro de una comunidad o cultura específica. Estos platos son emblemáticos de una región o país en particular y a menudo están arraigados en la historia, las costumbres y la identidad de esa comunidad. Los platos tradicionales son una parte fundamental de la cultura culinaria y pueden reflejar influencias históricas, geográficas y culturales.

#### **4.2.9 Gastronomía Nacional Imbabureña**

La elaboración de la gastronomía nacional implica la combinación de ingredientes autóctonos, recetas tradicionales y técnicas culinarias propias de la cultura local. Estos elementos reflejan la historia, la geografía, el clima y las influencias culturales de un país. Los aspectos importantes de la gastronomía nacional incluyen la preservación de la autenticidad de los platos, la valoración de los ingredientes locales y la promoción de la identidad culinaria.

La gastronomía nacional se convierte en un símbolo de orgullo y pertenencia, y es una forma de preservar y transmitir la cultura y las tradiciones gastronómicas de Imbabura. La gastronomía desempeña un papel importante en el turismo, ya que atrae a visitantes interesados en experimentar la auténtica cocina y sumergirse en la cultura de un país (Intriago, 2020).

La importancia y las características esenciales de la elaboración de la gastronomía nacional, centrándose en cómo los ingredientes autóctonos, las recetas tradicionales y las técnicas culinarias forman la identidad culinaria de una cultura local. A través de la combinación de ingredientes autóctonos, recetas tradicionales y técnicas culinarias propias, la gastronomía nacional se convierte en un elemento crucial para la preservación cultural y el turismo.

#### **4.3 Marco Legal**

Para el desarrollo de esta investigación se estudia documentos normativos que permitirán la realización de los temas planteados. Se analiza el marco reglamentario de la Constitución de la

República del Ecuador 2008 (2008), título II Derechos, el capítulo segundo que habla de Derechos y Buen Vivir, sección cuarta sobre Cultura y Ciencia.

Art. 21.- Las personas tienen derechos a construir y mantener su propia identidad cultural, a decidir sobre su pertenencia a una o varias comunidades culturales y a expresar dichas elecciones; a la libertad estética: a conocer la memoria histórica de sus culturas y a acceder a su patrimonio cultural; a difundir sus propias expresiones culturales y tener acceso a expresiones culturales diversas. (p. 15)

El artículo 21 establece una serie de derechos fundamentales relacionados con la identidad cultural y la libertad de expresión. En primer lugar, garantiza a las personas el derecho a construir y preservar su propia identidad cultural. Esto implica que tienen el derecho de decidir sobre su afiliación a una o varias comunidades culturales, así como la libertad de expresar esas elecciones (Constitución de la República del Ecuador, 2008, título II Derechos, el capítulo segundo que habla de Derechos y Buen Vivir, sección cuarta sobre Cultura y Ciencia, Art. 21).

La investigación se enmarca en el Reglamento General a la Ley Orgánica de Cultura, el capítulo segundo del Subsistema de Memoria Social, donde el Art. 19 del Subsistema de Memoria Social expone que el subsistema tiene las siguientes finalidades:

c) Promover la preservación, conservación, recuperación, registro y salvaguarda del patrimonio cultural, así como la activación de la memoria social para el fortalecimiento de la identidad cultural y su conocimiento por parte de las futuras generaciones; e) Estimular y facilitar la participación de las personas, colectivos, comunidades, pueblos y nacionalidades en el diálogo intercultural en los escenarios de la memoria social, archivos, bibliotecas y museos, así como en la identificación de su propio patrimonio cultural; y, f) Promover el diálogo intercultural y el uso de idiomas y lenguas de pueblos y nacionalidades como elemento fundamental de la memoria social y el patrimonio cultural (Reglamento General a la Ley Orgánica de Cultura, 2017, p. 34).

Aborda tres aspectos clave para la promoción y preservación del patrimonio cultural. En primer lugar, resalta la importancia de la preservación, recuperación y salvaguarda del patrimonio cultural como vehículo para fortalecer la identidad cultural y garantizar su transmisión a las generaciones futuras. En segundo lugar, se destaca el papel fundamental de la participación activa de personas, comunidades y grupos en el diálogo intercultural, especialmente en espacios como archivos, bibliotecas y museos. Esto implica que la diversidad de voces y perspectivas contribuye a la enriquecedora comprensión del patrimonio cultural. Por último, el texto subraya la promoción del diálogo intercultural y la valoración de las lenguas y dialectos de diversas comunidades como componentes esenciales de la memoria social y el patrimonio cultural. En conjunto, estos puntos reflejan un enfoque holístico para garantizar la preservación y apreciación de la diversidad cultural, involucrando a las personas y comunidades en la protección de su herencia cultural.

## **5. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **5.1 Introducción**

Este apartado detalla el marco metodológico trazado para conseguir el primer objetivo específico de este trabajo que es: Indagar la historia y procedencia de las fritadas de cajón a través de una revisión bibliográfica; el ámbito geográfico donde se desarrollo es en la ciudad de Ibarra; el marco temporal comprende los meses de mayo a agosto del 2023.

#### **5.1.1 Alcance y enfoque de la investigación**

Esta investigación se considera básica con un enfoque cualitativo, puesto que recoge, analiza y gestiona datos cualitativos, con el fin de construir la propuesta de validar el catálogo digital mediante una presentación Canva a tres docentes de la escuela GESTURH.

#### **5.1.2 Tipo de investigación**

La presente investigación se enfocó en obtener una descripción detallada y precisa de diversos aspectos relacionados con este tema. Se realizó una recopilación de información relevante y actualizada para comprender y analizar la situación actual de las fritadas de cajón en Ibarra, así como su evolución a lo largo del tiempo.

El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables. Los investigadores no son meros tabuladores, sino que recogen los datos sobre la base de una hipótesis o teoría, exponen y resumen la información de manera cuidadosa y luego analizan minuciosamente los resultados, a fin de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento (Morales, 2023).

Al obtener datos y una descripción detallada de estos aspectos, la investigación contribuirá a generar un conocimiento más completo y preciso sobre la elaboración de las fritadas de cajón.

## **5.2 Método**

### **5.2.1 Método Inductivo**

Se realizó un estudio detallado de las fritadas de cajón existentes en Ibarra, analizando aspectos como la calidad de los ingredientes, el sabor, la presentación, los precios, el servicio al cliente y la demanda actual, con esta información se identificó los principios y conceptos claves relacionados con la revalorización de la comida local, la gastronomía regional y la promoción turística de la ciudad.

### **5.2.2 Método Histórico**

El método histórico “Nos permite estudiar los hechos del pasado con el fin de encontrar explicaciones causales a las manifestaciones propias de las sociedades actuales” (Escamilla, 2023, p. 2). Este trabajo realizó una investigación exhaustiva sobre el origen y la historia de las fritadas de cajón en Ibarra. Esto implicó buscar fuentes primarias y secundarias, como documentos históricos, testimonios de personas mayores y registros locales, que proporcionen información sobre el surgimiento de esta tradición culinaria y su importancia en la cultura local.

### **5.2.3 Método Analítico**

El método analítico es una herramienta investigativa y de resolución de problemas que se centra en descomponer una cuestión compleja en componentes más simples y comprensibles. Implica examinar detalladamente cada parte para comprender su función y contribución al conjunto. A través de este enfoque, se busca revelar relaciones causales, patrones o estructuras subyacentes. Es útil para desglosar problemas complejos, entender sus elementos esenciales y construir un conocimiento más profundo a partir de un enfoque minucioso.

El método analítico-sintético ha sido reconocido por su gran utilidad en la búsqueda y el procesamiento de la información, tanto, empírica, teórica y metodológica. El análisis de la información a indagar posibilita descomponerla, basándose en buscar lo esencial en relación con el objeto de estudio, de igual forma, la síntesis puede llevar a generalizaciones que van atribuyendo pequeños avances a la solución del problema científico, formando parte de la red de indagaciones necesarias (Rodríguez & Pérez, 2017, p. 7)

Se realizó un análisis detallado de los elementos y procesos involucrados en la preparación y comercialización de las fritadas, se realizó un estudio minucioso de los componentes principales de las fritadas de cajón, como los ingredientes utilizados, los métodos de preparación, los aspectos nutricionales y las características organolépticas.

### **5.3 Técnicas**

#### **5.3.1 Documental**

En esta técnica se revisaron fuentes secundarias en repositorios de universidades, en buscadores como Google académico, blogs, revistas, libros digitales, etc.

#### **5.3.2 Entrevista**

Se diseñó cuatro guiones de entrevistas, dirigidas a propietarios de la elaboración de las fritadas, chef, pioneros de la elaboración de fritada y un historiador; la entrevista fue de tipo semiestructurada con preguntas abiertas que permitieron recoger criterios amplios de los entrevistados. Las entrevistas fueron personales, para ello se concertó una cita previa; estas fueron grabadas en audio con el consentimiento del entrevistado. La duración promedio de las entrevistas fueron de entre 5 a 20 minutos aproximadamente.

### **5.3.3 Observación**

El tipo de observación aplicada fue la observación no participante, puesto que en la investigación toda la información recabada reposa en fichas de observación.

## **5.4 Instrumentos**

- Cuestionarios
- Entrevistas
- Ficha de observación
- Teléfono celular

### **5.4.1 Cálculo de la muestra**

No se realizó cálculo de la muestra, por lo cual se usó el método de muestreo no probabilístico por conveniencia, aplicado las entrevistas a 7 personas entre ellos un chef, cuatro propietarios de locales de fritada, un antropólogo y una persona ilustrada sobre el tema, quienes proporcionaron testimonios acerca de la historia, procedencia y preparación de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra.

## **5.5 Procedimiento**

### **5.5.1 Fase 1: Diseño de los instrumentos**

Se elaboró cuatro guiones cada sección tiene 5 preguntas abiertas aplicadas a un chef, propietarios de locales de fritada, historiador y una persona ilustrada en el tema.

### **5.5.1.1 Guía de entrevista para propietarios de locales de fritada**

1. ¿Qué características o elementos descartaría de las fritadas de cajón que las hacen únicas y especiales?
2. ¿Qué acciones cree que podrían realizarse para revalorizar las fritadas de cajón y promover su consumo y reconocimiento?
3. ¿Cómo se asegura de mantener la calidad y el sabor auténtico de las fritadas de cajón al largo del tiempo? ¿Ha realizado ajustes o mejoras en tu receta a lo largo de los años?
4. ¿Considera importante utilizar ingredientes locales y de calidad para resaltar el sabor y la autenticidad del plato?
5. ¿Qué le gustaría que la gente supiera sobre las fritadas de cajón y su importancia en la cultura gastronómica local?

### **5.5.1.2 Guía de entrevista para propietarios de locales que expenden fritadas de cajón**

1. ¿Cuál es la historia detrás de la fritada en la ciudad de Ibarra? ¿Cómo y cuándo surgió esta tradición culinaria en la región?
2. ¿Cuál es el procedimiento tradicional para preparar una auténtica fritada en Ibarra? ¿Cuáles son los ingredientes, técnicas de cocción y cualquier otro detalle importante que se siga en el proceso?
3. A lo largo de los años, ¿ha habido cambios significativos en la forma en que se realiza la fritada en Ibarra? ¿Existen variaciones regionales o familiares en el procedimiento o los ingredientes utilizados?
4. ¿Qué significado cultural tiene la fritada en la ciudad de Ibarra? ¿Se asocia con alguna festividad, celebración o evento especial en la región?
5. ¿Cuál es el proceso tradicional para cocinar la fritada en Ibarra? ¿Nos podría comentar un poco sobre los pasos a seguir y técnicas de cocción empleadas al realizar la fritada?

### **5.5.1.3 Guía de entrevista para un Antropólogo**

1. ¿Cuál es el origen histórico de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo ha evolucionado esta tradición a lo largo del tiempo?
2. ¿Cuál es el significado cultural y simbólico de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra?
3. ¿Cuáles son los ingredientes tradicionales utilizados en las fritadas de cajón y cómo han contribuido las influencias culturales y gastronómicas en su preparación?
4. ¿Cuáles son los rituales o prácticas asociados con la preparación y consumo de las fritadas de cajón en Ibarra?
5. ¿Qué papel han desempeñado las fritadas de cajón en la construcción de la identidad local y en la transmisión intergeneracional de conocimientos y tradiciones?
6. ¿Cuáles son los desafíos actuales que enfrenta la tradición de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo se están abordando para su preservación y promoción?

### **5.5.1.4 Guía de entrevista para un Chef**

- 1 ¿Cuáles son los ingredientes principales que se utilizan en las fritadas de cajón en Ibarra?  
¿Hay alguna variante regional en la elección de ingredientes?
- 2 ¿Cuál es el proceso de preparación de las fritadas de cajón? ¿Hay técnicas o secretos especiales que se utilicen para lograr el sabor y la textura distintivos?
- 3 ¿Cuáles son los acompañamientos y condimentos tradicionales que se sirven con las fritadas de cajón en Ibarra y cómo se complementan con el plato principal?
- 4 ¿Qué tipo de adobos o marinados se utilizan para sazonar la carne en las fritadas de cajón? ¿Hay alguna receta o combinación de especias tradicionalmente empleada?
- 5 ¿Cuál es el tiempo de cocción ideal para obtener una fritada de cajón perfecta? ¿Hay algún consejo para lograr una textura crujiente por fuera y jugosa por dentro?

Finalmente, se diseñó una ficha de observación donde se recogieron datos relevantes sobre la preparación de las fritadas de cajón.

## Figura 1


### *Ficha de observación*

Ficha de observación		
<b>1. DATOS DEL INVESTIGADOR:</b>		
<b>2. FECHA:</b>		
<b>3. NOMBRE DEL LUGAR/ACTIVIDAD:</b>		
Sección		
<b>3.1. UBICACIÓN</b>	<b>LONGITUD:</b>	<b>LATITUD:</b>
Provincia:	Cantón:	Barrio:
Calle: Av.		
<b>3.2 LOCAL:</b>		
<b>3.2.1 NOMBRE DEL DUEÑO/A:</b>		
<b>3.2.2 Servicios:</b>		
.		
<b>Tiempo como vendedora</b>		
<b>3.2.3 Observaciones:</b>		
<b>4.- Fotografías</b>		

### 5.5.2 Fase 2:

Los instrumentos indicados anteriormente fueron validados por una chef y docente de Gastronomía y Turismo de la escuela GESTURH.

Anexo 2

  
**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA "PUCESI"**  
**EVALUACIÓN DE LA FASE DE EJECUCIÓN DE LOS TRABAJOS DE TITULACIÓN**


Tema del Trabajo de Titulación: "REVALORIZACIÓN DE LAS FRITADAS DE CAJÓN EN LA CUIDAD DE IBARRA A TRAVÉS DE UN CATÁLOGO GASTRONÓMICO"  
Docente Asesor del Trabajo de Titulación: MSc. Dayané Arroyo Escuela: GESTURH  
Estudiante(s) participantes: Guerrero Fey Donato.  
Fecha de presentación: día .18 mes 05 año 2023

**AVANCE EVALUADO:** Presentación tema proyecto, objetivos y estructuración instrumentos de levantamiento de información

\* Simbología de evaluación: MA = Muy Aceptable A = Aceptable PA = Poco Aceptable

ACTIVIDADES DESARROLLADAS SEGÚN CRONOGRAMA	CUMPLIÓ CRONOGRAMA			RESULTADOS			OBSERVACIONES
	MA	A	PA	MA	A	PA	
1. Presentación del tema		X			X		
2. Revisión de los objetivos		X			X		
3. Revisión preguntas de investigación		X			X		
4. Revisión estructura encuesta y entrevista		X			X		
5.							

Fecha de entrega: día: 18 mes: 05 año: 2023

Docente Asesor: 

### 5.5.3 Fase 3: Aplicación de los instrumentos

Las entrevistas se aplicaron a 7 habitantes de Ibarra, entre ellos propietarios de locales de fritada, un chef, un antropólogo, y una persona ilustrada en el tema. La modalidad de la entrevista fue presencial.

Las fichas de información contienen fotografías sobre el procedimiento de las fritadas de cajón de la ciudad de Ibarra.

#### **5.5.4 Matriz de diseño metodológico**

La tabla número 2 detalla en donde se aplicó el diseño metodológico que se utilizó en la presente investigación.

**Tabla 1**

*Diseño metodológico*

<b>TEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>SUJETOS DE ESTUDIO</b>	<b>MÉTODO</b>	<b>TÉCNICA</b>	<b>INSTRUMENTO</b>	<b>RESULTADO</b>
<b>Revalorización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra</b>	Indagar la historia y procedencia de las fritadas de cajón a través de una revisión bibliográfica.	Fritadas de cajón	Inductivo Deductivo Histórico	Documental	Fuentes secundarias	Marco teórico
	Recopilar distintas formas de preparación de la fritada de cajón a través de testimonios orales.	Fritada de cajón Testimonios orales	Analítico Sintético	Entrevista	Guion de entrevista	Formas de preparación
	Elaborar una revista digital sobre la fritada de cajón para conocer su historia, cosmovisión andina, su modo de preparación para así revalorizar este plato típico.	Historia de la fritada de cajón Cosmovisión andina	Analítico Sintético	Documental Entrevistas	Fuentes secundarias Guion de entrevistas	Revista digital sobre fritadas de cajón
	Validar la revista digital mediante una presentación en Canva a tres docentes de la escuela GESTURH.	Revista digital Presentación Canva	Inductivo- Deductivo Analítico- Sintético	Observación participante	Ficha de validación	Instrumentos validados

## 6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 6.1 Análisis de los datos cualitativos

En este apartado se presenta los resultados cualitativos de la investigación. Aquí se realiza una narrativa de los testimonios de los siete entrevistados.

#### 6.1.1 Datos de los entrevistados

**Tabla 2**

*Datos de los entrevistados*

<b>Código</b>	<b>Nombre y Apellido</b>	<b>Fecha de entrevista</b>	<b>Ocupación</b>
<b>E1</b>	Gonzalo Rubio	20-06-23	Chef / Director de las carreras de Turismo, Hotelería y Gastronomía en Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ibarra
<b>E2</b>	Ramiro Males Terán	21-06-23	Propietario / Bailarín
<b>E3</b>	Lorena Arellano	29-06-23	Docente investigadora de la Universidad Católica del Ecuador Sede Ibarra
<b>E4</b>	Sandra Cotacachi	29-06-23	Propietaria del local de fritada
<b>E5</b>	Yolanda Males	05-07-23	Propietaria del local de fritada
<b>E6</b>	Raúl Cevallos	30-06-23	Historiador / Docente Universidad Técnica del Norte (UTN)
<b>E7</b>	Nancy Cotacachi	12-06-23	Propietaria del local de fritada

## **6.1.2 Guion de las entrevistas**

### **6.1.2.1 Guion de entrevista a los propietarios de locales de expendio de fritada**

1. ¿Qué características o elementos descartaría de las fritadas de cajón que las hacen únicas y especiales?
2. ¿Qué acciones cree que podrían realizarse para revalorizar las fritadas de cajón y promover su consumo y reconocimiento?
3. ¿Cómo te aseguras de mantener la calidad y el sabor auténtico de las fritadas de cajón al largo del tiempo? ¿Has realizado ajustes o mejoras en tu receta a lo largo de los años?
4. ¿Consideras importante utilizar ingredientes locales y de calidad para resaltar el sabor y la autenticidad del plato?
5. ¿Qué te gustaría que la gente supiera sobre las fritadas de cajón y su importancia en la cultura gastronómica local?

### **6.1.2.2 Guion de entrevista a propietarios de locales de expendio de fritadas de cajón**

1. ¿Cuál es la historia detrás de la fritada en la ciudad de Ibarra? ¿Cómo y cuándo surgió esta tradición culinaria en la región?
2. ¿Cuál es el procedimiento tradicional para preparar una auténtica fritada en Ibarra? ¿Cuáles son los ingredientes, técnicas de cocción y cualquier otro detalle importante que se siga en el proceso?
3. A lo largo de los años, ¿ha habido cambios significativos en la forma en que se realiza la fritada en Ibarra? ¿Existen variaciones regionales o familiares en el procedimiento o los ingredientes utilizados?
4. ¿Qué significado cultural tiene la fritada en la ciudad de Ibarra? ¿Se asocia con alguna festividad, celebración o evento especial en la región?
5. ¿Cuál es el proceso tradicional para cocinar la fritada en Ibarra? ¿Nos podría comentar un poco sobre los pasos a seguir y técnicas de cocción empleadas al realizar la fritada?

### **6.1.2.3 Guion de entrevista a un Historiador**

1. ¿Cuál es el origen histórico de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo ha evolucionado esta tradición a lo largo del tiempo?
2. ¿Cuál es el significado cultural y simbólico de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra?
3. ¿Cuáles son los ingredientes tradicionales utilizados en las fritadas de cajón y cómo han contribuido las influencias culturales y gastronómicas en su preparación?
4. ¿Cuáles son los rituales o prácticas asociados con la preparación y consumo de las fritadas de cajón en Ibarra?
5. ¿Qué papel han desempeñado las fritadas de cajón en la construcción de la identidad local y en la transmisión intergeneracional de conocimientos y tradiciones?
6. ¿Cuáles son los desafíos actuales que enfrenta la tradición de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo se están abordando para su preservación y promoción?

### **6.1.2.4 Guion de entrevista a un Chef**

1. ¿Cuáles son los ingredientes principales que se utilizan en las fritadas de cajón en Ibarra? ¿Hay alguna variante regional en la elección de ingredientes?
2. ¿Cuál es el proceso de preparación de las fritadas de cajón? ¿Hay técnicas o secretos especiales que se utilicen para lograr el sabor y la textura distintivos?
3. ¿Cuáles son los acompañamientos y condimentos tradicionales que se sirven con las fritadas de cajón en Ibarra y cómo se complementan con el plato principal?
4. ¿Qué tipo de adobos o marinados se utilizan para sazonar la carne en las fritadas de cajón? ¿Hay alguna receta o combinación de especias tradicionalmente empleada?
5. ¿Cuál es el tiempo de cocción ideal para obtener una fritada de cajón perfecta? ¿Hay algún consejo para lograr una textura crujiente por fuera y jugosa por dentro?

### **6.1.3 Transcripción de las entrevistas**

**Entrevistado 1 (E1).** Msc. Gonzalo Rubio

**P1: ¿Cuáles son los ingredientes principales que se utilizan en las fritadas de cajón en Ibarra? ¿Hay alguna variante regional en la elección de ingredientes?**

Bueno, realmente las fritadas de cajón son una de las más antiguas que se realizan en Ibarra, los ingredientes clásicos que se utilizan son cebolla blanca o larga, ajo, sal y comino, luego las variantes que se han ido haciendo son en otros lugares lo que le ponen los otros ingredientes, le ponen otro tipo de cebolla, pimienta, naranja agria, etc. Tanta variedad, pero las de cajón son las tradicionales que son ajo, sal, comino y cebolla blanca como le había mencionado nada más y estas de cajón se ubican en la que era antiguamente la entrada a Ibarra y como eran calles de tierra les pusieron esas cajitas de madera para evitar que les caiga el polvo y se conserven más.

**P2: ¿Cuál es el proceso de preparación de las fritadas de cajón? ¿Hay técnicas o secretos especiales que se utilicen para lograr el sabor y la textura distintivos?**

Yo les entreviste a dos señoras que hacían la fritada de cajón pero las dos señoras hacen distinto, la una señora por ejemplo la fritada la cortaba en cubitos y la ponía jugo de naranja agria y le dejaba unas dos horas que se macere y luego las dos señoras le cocinaban a partir de agua agregando bastante ajo, comino, sal y cebolla larga y al final siempre le ponen un poco de achiote para que un poco de color, pero estas fritadas son negras, oscuras, y le dejan que se deshidrate totalmente la carne, por eso son secas, duras y lo que logramos de esta deshidratación es que no tenga nada de jugosidad por dentro se conserva mucho tiempo más que las otras que son jugosas.

**P3: ¿Cuáles son los acompañamientos y condimentos tradicionales que se sirven con las fritadas de cajón en Ibarra y cómo se complementan con el plato principal?**

Los acompañamientos clásicos de la fritada de cajón son la papa utilizan entre la papa Gabriela, Cecilia y la Chola pequeña, cocinada con todo y cáscara puesta en el agua, con sal y cebolla, tostado y ají de piedra, nada más acompaña las fritadas de cajón.

**P4: ¿Qué tipo de adobos o marinados se utilizan para sazonar la carne en las fritadas de cajón? ¿Hay alguna receta o combinación de especias tradicionalmente empleada?**

La otra señora solo le agregaba sal y jugo de naranja agria, nada más, la otra directamente a la paila le ponía los trozos de fritada, agua, sal, ajo y cebolla y empezaba a cocinar, pero las dos siempre utilizaban la carne a temperatura ambiente ninguna la carne ni semi congelada ni refrigerada.

**P5: ¿Cuál es el tiempo de cocción ideal para obtener una fritada de cajón perfecta? ¿Hay algún consejo para lograr una textura crujiente por fuera y jugosa por dentro?**

El tiempo de cocción es de aproximadamente de 2 a 3 horas a fuego bajo, es una cocción lenta, pero realmente la fritada de cajón no queda muy jugosa por dentro, la deshidratan totalmente todos sus líquidos que pudo haber tenido, lo deshidratan totalmente para que se mantenga, es incluso, yo podría decir hasta el color y la textura es muy distinta las otras fritadas, es durita, es casi negrita la fritada y si le rompemos con las manos vamos a ver que por dentro es muy seca, muy seca y esto ayuda a que se conserven, podemos ver todo el día a temperatura ambiente dentro de una cajita pero gracias a que están casi muy deshidratadas y con ayuda del ajo, la cebolla, incluso el achiote se conserva, me conversaron las señoras que la caja de madera la cambiaron actualmente por caja de aluminio de estructura de aluminio, porque dicen que en la caja de madera la grasa de la fritada se pegaba y cogía un olor muy desagradable, muy fuerte, a sebo en cambio en el aluminio es más fácil de limpiar. Si es que le hacen jugosa por dentro si hay como, pero si es jugosa por dentro se necesitaría venderla inmediatamente, no la podríamos tener en un cajón a temperatura ambiente porque los líquidos inmediatamente empezarán a proliferar de forma acelerada las bacterias y la carne se empieza a descomponer, pero en cambio al estar totalmente seca, es como una carne deshidratada y nos dura, no necesita refrigeración. Las señoras le hacen durar entre 3 a 4 días en el cajón sin refrigeración, pero ojo debe estar bien seca, si esta con algo de líquido se empieza inmediatamente a crear moho, mal olor, el olor a sebo, es desagradable, es como una carne deshidratada, como la carne la charqui como la que

hacen los peruanos así sequita, pero es con trozos más grandecitos [SIC] pero con carne de cerdo.

**Entrevistado 2 (E2) Sr. Ramiro Males Terán**

**P1: ¿Qué características o elementos descartaría de las fritadas de cajón que las hacen únicas y especiales?**

Como característica es muy importante por ejemplo, como elementos en si pueden tener todo lo que tienen en la gastronomía, todos los elementos básicos que se lo utilizan, en este caso, el chanco como parte, pero como característica importante es la ubicación de las fritadas, la carne del chanco de acuerdo a su gastronomía, de acuerdo a su preparación, están dentro de este llamado cajón, que lo han dado como tal la gente, digamos durante los diferentes años, entonces la característica vendría hacer el cajoncito o muchas veces lo llamaban la canoa donde están ubicadas las fritadas, como dije hace un ratito, bajo una receta propia que lo realiza los primeros que hacían este plato.

**P2: ¿Qué acciones cree que podrían realizarse para revalorizar las fritadas de cajón y promover su consumo y reconocimiento?**

Revalorizar considero de que el consumo, la importancia de las instituciones o identidades públicas o privadas deben dar un impulso real a sectores que muchas veces lo consideran como una hueca y son más bien lugares que por años, por tradiciones se han mantenido un plato tradicional, lo importante es el impulso que se pongan todos los ministerios, municipios, prefecturas den un impulso real donde se encuentran ubicadas las verdaderas tradiciones en este caso no solo de las fritadas de cajón sino también de otros como han sido, como le han dado impulso, como por ejemplo a los helados de paila, como les han dado impulso a otros sectores, entonces eso es lo que en este caso en las fritadas de cajón se necesita una mayor proyección, una mayor importancia, que den los diferentes sectores para que esto se desarrolle a nivel turístico, a nivel de conocimiento general.

**P3: ¿Cómo te aseguras de mantener la calidad y el sabor autentico de las fritadas de cajón al largo del tiempo? ¿Has realizado ajustes o mejoras en tu receta a lo largo de los años?**

Esto manifiesta la tradición, la preparación, tiene que ayudar y se lo mantiene actualmente porque ha dado resultados positivos en este caso hablo de las fritadas de cajón de acá de las fritadas Rosita Elena, donde tiene que haber un conocimiento claro de como son es por eso que su calidad se lo mantiene intacto, no podemos cambiar algo que da resultado positivo, algo que está bien hecho, no se lo podemos cambiar, lo que necesitamos, es otra situación referente a la fritada, considero lógicamente que también por ejemplo con el tiempo dice mi esposa, si le ha hecho un agrega miento más al plato, diga usted, como por ejemplo, digamos algún producto que se lo pudiera adquirir para ir mejorando la calidad, por ejemplo le podemos poner que se yo un poco más de cebolla, mejora la calidad, pero aparte de ello, la presencia de la presentabilidad hacia al público como está diseñado, pero de ahí no porque muchas veces hay una confusión, dicen fritadas pero muchas veces vienen clientes y dicen falta el queso o plátano, pero cuando se involucra el plátano o queso deja de ser fritadas de cajón, se transforma en otras fritadas de otro sector, que generalmente cuando este tiene plátano, queso o choclo, ya estamos hablando de casi todo el país, pero que no son de cajón sino son hechos la fritada en paila que lo realizan, en el Valle del Chota, Juncal, la preparación la hacen en paila de aluminio y le ponen ahí pedazos de fritada pero le involucran el maduro y queso, pero ya deja de ser el plato tradicional que es el de cajón, nosotros las tres que lo conforman las papas, tostados, carne o fritada, complementada con el ají, eso es lo tradicional de las fritadas de cajón, no podemos ni aumentar ni podemos quitar más.

**¿Porque se lo llama fritada de cajón?**

Esta palabra cajón fue involucrada, incluida por personas o por instituciones por conocimiento propio, por mis padres, mis abuelos, que fueron los creadores, los emprendedores de la fritada de cajón y se lo denomina así ahora, pero antes le decían las fritadas de la canohita porque el

diseñador de las fritadas de cajón como usted lo observa de la vitrina como tal, usted le ve, no es un cajón, es una especie de canoa, eso le digo le vende esa forma pero es una canoa pero mis papás le decían así, es una canoa, eso mi padre lo hizo, el diseño junto a un gran maestro que vivía a una cuadra, un maestro carpintero que le diseña como dice ahora el cajón se llama don Carlitos Montesdeoca un gran carpintero conociendo en Ibarra, donde mi padre le dice que le haciendo de esta forma, de este molde, entonces el hace e inclusive el que tengo actualmente lo tengo hace aproximándome unos 10 años atrás, él tenía el modelo, el diseño, y él lo elaboró nuevamente y nos vino a entregar a nosotros no, entonces se acabó eso, el ya no hay, ni el personal, todo se acabó pero todo viene desde ahí donde hace el diseño y se explicaba que se vendía en las bateítas al aire libre en la plaza antiguamente y mis padres optan por esta opción y empieza este emprendimiento en el año de 1950 donde vendían las primeras fritadas de cajón, mis padres vendían donde ahora es la parte de la Merced, donde habían las piletas, la primeras piletas en la esquina del parque ahí vendía mi padre con esos parasoles y mi madre vendían ahí las primeras fritadas de cajón, luego como le fue muy bien puso al frente de ahí en un salón ya se vendía las primeras tradicionales fritadas de cajón de Ibarra, de ahí viene el porqué de las fritadas de cajón.

**P4: ¿Consideras importante utilizar ingredientes locales y de calidad para resaltar el sabor y la autenticidad del plato?**

Todos los ingredientes son de origen animal o ya sea vegetal entonces los elementos de calidad no sé cómo lo podríamos expresar, porque anteriormente usted ve como decimos el dicho de la mata a la olla, del terreno salía las papas, del terreno salía el maíz, entonces directamente adquirirían mis padres o mis abuelos y directamente veían la preparación para su difusión o su venta al público, en eso lógicamente ustedes tienen que tener el chanco de buena calidad, como lo aconsejan las normas de salud que existen dentro del país, entonces eso debe ser muy garantizado no podemos buscar cosas que estén dañadas, no se podría buscar los elementos básicos que estén pasados, porque perdería el sabor, la seriedad de venta y con posible daños de salud a las personas que consumen.

**P5: ¿Qué te gustaría que la gente supiera sobre las fritadas de cajón y su importancia en la cultura gastronómica local?**

Todos somos emprendedores, todos buscamos nuestra forma de vida, lo importante es de que las personas asistan, vengan, consuman y bueno cada quién tiene su libertad de ir a diferentes pero si los jóvenes especialmente ir conociendo las tradiciones gastronómicas de la ciudad y visitando y viendo que hay cosas que aún no se han perdido y que siguen latentes dentro de nuestra gastronomía de nuestra ciudad, de que la gente valore estos emprendimientos, estos trabajos que realizan nuestras señoras, nuestras familias, en este caso mantener esta tradición de las fritadas de cajón, se llaman fritadas de cajón porque justo es el nombre de mi abuelita pero como es una historia larga esto, que mis padres cuando se casaron en 1958 ahí emprenden este primer negocio de las fritadas de cajón porque mi padre era negociante de chanchos y aquí en el camal antiguo y mi madre vendía en el mercado antiguamente había un mercado donde era el banco central, donde es la plazoleta Calderón, había un mercado de ahí se formó recién el mercado Amazonas, y vendían manteca, la carne y en la tarde hacíamos el horario de las 4:00 de la tarde lo puso mi padre, porque mi madre trabaja hasta 1:00 en el mercado y de ahí veníamos hacer acá y yo me acuerdo muy bien a pesar de que era muy niño, venía hacer a la 1:00 porque esto demora como 3 horas entonces salía a las 4 a la Merced a vender, entonces por eso el horario, digamos que es parte de la historia.

**¿Cuál sería el éxito para que las fritadas de cajón puedan tener un mayor tiempo de duración?**

Una fritada de cajón usted le puede dar calidad en el sentido como de una garantía de consumirla por ejemplo en mi caso yo he llevado las fritadas de cajón a giras por Europa, hemos hecho pruebas, hemos invitado personas relacionadas con la gastronomía, usted ve ahí se miran todos los festivales que hemos ido porque yo he sido artista, músico danzante y donde se ha llevado la muestra gastronómica de las fritadas de cajón en México, Portugal, España, en diferentes

países, entonces por ejemplo las fritadas de cajón si usted lleva por un tiempo largo esta tiene mucho valor, no se daña, porque si usted la lleva media sancochada en una semana ya comienza a criar lana y eso hace daño, nosotros hemos ido a giras de un mes o dos meses y yo tranquilamente he llevado envuelto en papel aluminio y hemos consumido normal y se mantiene ahí intacto, de aquí han venido personas, clientes para mandar a USA y España lo único que se lo recomienda es que lo envuelvan bien en papel aluminio, en ese aspecto es garantizado por conocimiento de nosotros.

**Entrevistado 3 (E3).** Msc. Lorena Arellano

**P1: ¿Cuál es el origen histórico de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo ha evolucionado esta tradición a lo largo del tiempo?**

Las fritadas de cajón yo me acuerdo que en la ciudad de Ibarra por los años 70 el terminal de buses era en lo que hoy es el parque la Merced, cerca al cuartel, al ser la terminal de buses había muchas ventas ambulantes alrededor y también en casas, es decir unas covachas porque no eran restaurantes, donde se vendían de todo, en especial papas con cuero, guatita y fritada, entonces como la fritada tenía mucha acogida empezaron hacer en mayor cantidad pero el humo de los carros afectaba a la comida que tenían por ahí porque llevaban en unos canastos enormes la comida, el canasto le ponían una tela de lino y sobre eso por ejemplo el mote, las cosas finas que llamamos ahora, y también llevaban fritada en cajones, entonces como estaba a favor del humo de los carros empezaron a tapar pero al tapar la gente no veía que se vendía, ahí fue cuando aparecieron los cajones con cristal para que vean que hay ahí adentro y esto pues la fritada se hizo como propietaria de estas cajitas y tanto como las vendedoras ambulantes como las que tenían ahí en los locales, ya en casas, zaguanes, ya empezaron adoptar esta manera de vender, es decir tapar del humo, esmog y ver que las apetitosas fritadas se veían ahí calientitas con el tostado alado.

**P2: ¿Cuál es el significado cultural y simbólico de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra?**

Un significado cultural sería por tradición, es decir, por tradición, como le comento el cerdo nosotros le tenemos desde la llegada de los españoles, antes no comíamos cerdo, entonces al venir esta carne ya se fusionó con nuestros platos ancestrales y nacieron diferentes formas de prepararse el hornado y fritada que son los más buscados por la población, entonces cultural diría un nuevo neo-cultural, porque no es ancestral no viene de nuestros ancestros, con la fusión de la cocina europea con la nuestra, ahora que a calado mucho, porque nosotros con los terrenos que tienen los indígenas y otras personas, adoptaron la crianza de cerdos, es muy complicado criar porque se enferman mucho, pero por otra parte esos animalitos comen cualquier cosa, lo que sea, entonces en la década de los 80-90, los cerdos comían el agua sucia que eran los desperdicios de los restaurantes, hoteles, los dueños de los cerdos, dejaban unos baldes o tanques y ahí ponían todos los residuos orgánicos, ahora en la actualidad ya comen balanceado, esas comidas apropiadas para ellos, era fácil de reproducir, la carne había de todas las maneras, faenadas en casa o faenadas en el camal, se volvió muy fácil conseguir esta carne, es por eso que la preparación de la fritada subsiste hasta ahora, como uno de los platos preferidos, en especial el mío, el mío es la fritada de todos los platos tradicionales que conozco de aquí.

**P3: ¿Cuáles son los ingredientes tradicionales utilizados en las fritadas de cajón y cómo han contribuido las influencias culturales y gastronómicas en su preparación?**

La fritada de cajón tiene una diferencia con las otras fritadas, de lo he podido saber porque no es fácil conseguir la receta, pero de una señora muy antigua que tiene en la avenida Eloy Alfaro, dice que utiliza mucha cebolla puerro, cebolla paiteña, el comino infaltable, naranja agria y cada uno tiene ajo por supuesto y cada uno tiene su secreto, entre las leyendas urbanas que yo he escuchado por ahí, unos ponen el hueso de un muerto, son leyendas urbanas, no sabemos, son un poco raras, las tradiciones que si eso del hueso del muerto, o la pala con la que mueven también porque hacen bastante en paila de bronce, esa pala tiene que ser hueso de la paleta de una vaca, entonces hay varias cosas pero que no le van a decir, ahí son como le repito, son

leyendas urbanas pero quizá son verdad, quizá son mentira, pero usted sabe que en la misma casa actualmente cuando hace tostado, no le sale el mismo que el vecino, el mismo que a mí, supongo que es el cariño, el proceso, a qué hora le pone una cebolla, a qué hora le pone otra, cuanto tiempo tiene de marinada la carne, supongo que todos esos procesos definen el sabor de una u otra.

**P4: ¿Cuáles son los rituales o prácticas asociados con la preparación y consumo de las fritadas de cajón en Ibarra?**

Dentro de las investigaciones no hay publicadas las recetas de fritadas de cajón, ni mucho menos si tienen algún ritual o practica asociada a la preparación de ello, más bien yo creo que es una fritada como las otras sino que con un poco de achiote, porque es bien roja, más fuerte en sabor y lo que le hace diferente es lo que se le guarda y se le deja que absorba todos los sabores de esta cuestión cuando sale el vapor, el vapor termina por impregnar de cierto género que son más débiles, entonces tanto el tostado como las papas o lo que le meta en el cajón, van a impregnarse de ese sabor, entonces eso creo que le hace distintas a las demás, no porque tenga otro ritual de preparación, cada uno tiene su propia forma de preparar, pero lo único como repito es la impregnación del vapor que se genera en el cajón y eso hace se intensifique los sabores.

**P5: ¿Qué papel han desempeñado las fritadas de cajón en la construcción de la identidad local y en la transmisión intergeneracional de conocimientos y tradiciones?**

Es parte de la identidad de los ibarreños, las fritadas de cajón no hay en otra parte, al menos así llamadas, como le digo estamos hablando de la década de los años 70 del siglo XX, son bastantes años, son dos generaciones al menos, que tenemos el privilegio de saber la historia, de probar y de como usted de difundir esto para que se quede a las futuras generaciones, entonces yo creo que es una parte muy importante de la identidad ibarreña, lastima no es muy conocida, conocemos las fritadas de todo lado, menos las de cajón y si nosotros por ejemplo, contamos esta historia, de donde nació, porque el cajón, entonces a los turistas gastronómicos, les interesa y a quién no le gustaría probar que no es muy caro, creo que esta en 3\$ el plato y aparte la

historia que le cuenten, yo pienso que es una parte bastante importante de nuestra identidad, porque las fritadas de cajón no hay en otro lado.

**P6: ¿Cuáles son los desafíos actuales que enfrenta la tradición de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo se están abordando para su preservación y promoción?**

Yo pienso que están en peligro de extinción las fritadas de cajón, porque como le dije no se divulga, no hay mucha promoción, fíjese las fritadas de Atuntaqui, las fritadas de Natabuela, están por sobre las de cajón, no habido ese interés de quizá posicionarse y hacer la competencias con otras, antes habían muchísimos locales de fritadas de cajón, me acuerdo que habían 2 o 3 en la Merced, en la avenida Eloy Alfaro y en el redondel de Ajavi, estamos hablando casi de 10 locales, yo el otro día salí a buscar y no encontré uno abierto, uno abre a las 5:00 de la tarde no abre más, los jóvenes también ya no tienen interés, los mismo hijos, nietos de las señoras que venden ya les da vergüenza porque es una ocupación humilde vender fritada, entonces la tradición se va perdiendo, entonces nosotros buscamos mucho cuando queremos comer fritadas de cajón, no es tan fácil, entonces la parte intergeneracional es una debilidad que nuestros jóvenes no se apropian de nuestras tradiciones y costumbres, entonces éstas se pierden, las señoras mayorcitas, porque es una abuelita que vende cerca del redondel de la madre pues ya dejará de vender y ella es la que tiene el cajón más antiguo de todos, tiene 100 años ese cajón, también por la parte de manipulación de alimentos alguien puede señalar esos cajones, pueden decir la madera, la humedad, genera bacterias, entonces esa fritada de pronto esta con bacterias, porque usted sabe que hay consumidores x, a, b, c cada uno le pone un pero, no se han hecho estudios, se debería ver una manera de encontrarse con estas señoras y analizar estas fritadas para ver un método de que no se contaminen, he visto otros cajones que son de metal, y el cristal lógicamente para ver las fritadas, pero ahí ya se pierde la tradición, nosotros conocemos las fritadas de cajón de madera, de una madera oscura, acharolada, y eso es lo que uno tiene en la mente y usted sabe que en la gastronomía, eso vende mucho, los recuerdos que se tiene, entonces las fritadas de cajón son una forma de identidad nuestra, se están perdiendo por el desinterés de los jóvenes, no habido un interés en la parte académica como usted, por ejemplo meterse más de lleno en esta parte tan importante de la oferta gastronómica nuestra.

**Entrevistado 4 (E4).** Sra. Sandra Cotacachi

**P1: ¿Qué características o elementos descartaría de las fritadas de cajón que las hacen únicas y especiales?**

Desde que era niña recuerdo que mi abuelita tenía esta tradición, mi abuelita hacía ya años, ella se encargaba y tenía su puestito en el mercado, vendía la carne de choncho y luego de ahí venía hacer la fritada, entonces la carne seleccionada para hacer porque ella tenía su puesto en el mercado y de ahí se dedicó por las tardes hacer fritada, el puesto que tenía mi abuelita era de venta de choncho, manteca de cerdo y la fritada era en la casa de mi abuelita, se vendía por la tarde ya que mi abuelita trabajaba por las mañanas.

**P2: ¿Qué acciones cree que podrían realizarse para revalorizar las fritadas de cajón y promover su consumo y reconocimiento?**

Más son los aliños, hay que seleccionar bien los ingredientes, la materia prima que uno se utiliza debe ser de primera, por ejemplo, nosotros ponemos cebolla, ajo, de buena calidad, yo creo que eso es lo indispensable.

**P3: ¿Cómo te aseguras de mantener la calidad y el sabor auténtico de las fritadas de cajón al largo del tiempo? ¿Has realizado ajustes o mejoras en tu receta a lo largo de los años?**

Bueno, yo hago igual como mi abuelita me enseñó, los ingredientes yo pongo lo que mi abuelita ponía, yo con ella desde niña, nosotros veíamos como hacía, entonces todo ingrediente es igual, lo que si antes lo hacían con leña, ahora aquí ya creo que nadie hace con leña, ese sería el cambio pero por ejemplo la molida, yo tengo las piedras de mi abuelita, entonces nosotros molemos todos los ingredientes en la piedra de moler, entonces ese puede ser uno de los detalles que le hace diferente a la fritada, yo todo lo hago en la piedra de moler. La idea de mantener en un cajón las fritadas fue por mantener caliente, fue una estrategia para que la fritada permanezca

caliente, ese más fue el motivo para que permanezca caliente y está cubierta, no esté al aire libre, del polvo, lo que sea, entonces eso fue mantenerle protegida y que este caliente.

### **¿De qué está diseñada la caja?**

Madera con vidrio templado, porque la fritada se le pone caliente y el tostado igual, entonces debe ser resistente. Un tiempo la municipalidad nos exigía que hagamos de metal porque la madera siempre decía que no, pero no parece que hasta eso le ayudo, entonces por ejemplo ahora no nos prohíben que no sea de madera, si hubo un tiempo en que si nos dijeron, pero luego no, no había razón sino que hay que mantener en la vitrina. La fritada puede estar todo el día, el rato que le pone se mantiene caliente y digamos que a las 7:00 que uno se acaba de vender, si está en buen estado, si se mantiene caliente.

### **P4: ¿Consideras importante utilizar ingredientes locales y de calidad para resaltar el sabor y la autenticidad del plato?**

Pues yo no sé, pero tanto una festividad, lo que si es que por ejemplo nosotros cuando hay un evento o festividad, como el Inti-Raymi, uno se acostumbra a dar la fritada delgada, el chicharrón con papitas, eso sí, pero propiamente la fritada así que yo vendo como una cultura, así digamos... no. Más bien es una forma de trabajo, es una receta de mi abuelita. Yo hablo por mi abuelita, ella empezó, entonces mi abuelita como le decía ella tenía su puesto de la carne en el mercado, mi mami igual tenía su puesto, y de ahí traía la carne y la preparaban en la casa, estamos hablando de casi hace unos 70 años si no es más, porque yo ya tengo mi edad y mi abuelita era de hace años atrás, más de unos 70 años tiene esto de la fritada. Lo que si hemos hecho por ejemplo hoy vendemos el riñón, la fritada delgada siempre lo hacía, pero el riñón, las costillas que mi abuelita también lo hacía, pero me acuerdo que en tiempo de carnaval hacíamos el choclo, pero por lo general hemos mantenido los ingredientes. Como yo siempre les digo a mis clientes, más es el amor que uno se le pone, más que los ingredientes, porque hay personas que me preguntan que le pone, yo le digo la cebolla, ajo, pero es que no me sale igual, le digo que es el amor que uno le pone al realizar.

**P5: ¿Qué te gustaría que la gente supiera sobre las fritadas de cajón y su importancia en la cultura gastronómica local?**

Yo creo que todos hemos hecho fritada en la casa, pero como le decía hay un algo especial, el gusto, el amor al hacer, lo que si en eso y a mis clientes les recalco por ejemplo mi fritada es bien sequita, yo no le hago como otros le hacen sancochar, yo le hago secar más, le pongo los aliños y todo, pero yo le hago más tostadita, más seca porque le dejo más tiempo, digamos que más o menos se demora unas dos horas para que tome ese punto.

Mi abuelita hacía con leña, atrás tenía un espacio y hacía en una paila de bronce muy grande, antes se compraba los chanchitos los revolcaditos, esos utilizábamos, ahora se va al mercado y hay una variedad, y siempre se trata de comprar el de mejor calidad, yo los aliños todo le pongo, yo tengo las piedras de moler de mi abuelita, si usted le marca son muy pesadas, son unas piedras enormes, son las propias, porque ahora le venden de mala calidad, se sale la arena, tengo la del ají, la del ajo, yo por ejemplo el ají es diferente porque no es lo mismo que licuado que en piedra, es duro la molida.

**E5.** Sra. Yolanda Males

**P1: ¿Qué características o elementos descartaría de las fritadas de cajón que las hacen únicas y especiales?**

Bueno la verdad no sé muy bien a fondo, pero sé que aquí en la avenida Eloy Alfaro comenzando por mi abuelita y mi madre que emprendieron, hay muchas personas que dicen yo primero, yo primero, entonces yo pienso que somos uno de los fundadores de la fritada de cajón, yo simplemente no le pongo en el cajón, le tengo en la paila, somos uno de los primeros emprendedores por medio de mi abuelita y mi madre. Lo único que se es la necesidad de trabajar, no sé cómo prepararon, no sé cómo se inventaron la sazón, pero yo sé que lo único que salieron fue con las papitas, fritada y tostado en unas lavacaros en la Merced, en el año 60 por ahí se empezó la fritada.

**P2: ¿Qué acciones cree que podrían realizarse para revalorizar las fritadas de cajón y promover su consumo y reconocimiento?**

Bueno, el principal la carne de chanco, cebolla larga, ajo, sal, nada más, la fritada de cajón. Yo pienso que el efecto del cajón, el tenerle cerrado el calor no le cambia el sabor, porque es la misma, la fritada esta normal, tiene el mismo sabor, pero el cajón como que le hace más húmeda, algo así, porque como esta encerrada el calor está ahí adentro, la mía como esta en la paila, está a la intemperie como que se seca más, pero el sabor es el mismo. Depende mucho de la fritada, de donde sea, la mía es sequita, en un punto intermedio ni seca ni jugosa, hay otra fritada la de paila, la de la cita, la de ellos es diferente el preparado, la mía es la de cajón, solo que yo le tengo en la paila, el proceso de las otras fritadas de paila es la mitad de lo que nosotros hacemos porque de ahí ponen la sal y cebolla, no sé si pongan otro condimento, nosotros de ese proceso que está ahí, añadimos el achiote y el ajo, entonces nuevamente se vuelve a freír. El tiempo de cocción de la carne depende de la cantidad que se vaya a realizar, en unas 5 libras de carne, sería unos 30 minutos, dependiendo, hasta unos 40 minutos quizá.

**P3: A lo largo de los años, ¿ha habido cambios significativos en la forma en que se realiza la fritada en Ibarra? ¿Existen variaciones regionales o familiares en el procedimiento o los ingredientes utilizados?**

Familiares no, siempre asido la misma sazón, hemos heredado de mi abuelita, como le digo, en otras personas he oído que le cocinan a la fritada, que le cocinan a la carne primero o le ponen otros condimentos, nosotros es cebolla, ajo, sal y achiote.

**P4: ¿Qué significado cultural tiene la fritada en la ciudad de Ibarra? ¿Se asocia con alguna festividad, celebración o evento especial en la región?**

No la verdad, solo que a la ciudadanía le ha gustado por siempre, no es que por fiestas se ha vendido porque celebramos esto se hace la fritada, no... siempre habido.

**P5: ¿Cuál es el proceso tradicional para cocinar la fritada en Ibarra? ¿Nos podría comentar un poco sobre los pasos a seguir y técnicas de cocción empleadas al realizar la fritada?**

Primero tener la carne de chanco, depende de la carne, si viene lavada o sino nosotros la lavamos, cortamos en pedacitos, le ponemos a freír en la manteca de cerdo, tenemos un tiempo estimulado de cocción, es la costumbre, ya sabemos cuánto tiempo ya sale, antes de eso ponemos cebolla y sal, entonces como ya sabemos el tiempo de cocción sale unas burbujitas en la manteca ahí ponemos el achiote con el ajo, volvemos a menear, y hacemos lo mismo y hace unas burbujitas y ya está, hay una carne que viene del puerco es viejo como saben decir, entonces necesita más cocción, nosotros ya lo hacemos esporádicamente. Los ingredientes que van en el plato son la fritada, tostado y papas con cáscara, aparte de eso el ají de tomate con cebolla larga picada y cebolla paiteña picada, el ají debe estar molido en piedra. Yo le digo en mi caso nosotros fundadores de la fritada de cajón, solo que yo no le pongo en la vitrina.

Las fritadas hacían en la casa y yo veía como hacían, y como yo vivía con mis abuelitos hemos aprendido solo viendo, en ese tiempo éramos contado tres personas, mi abuelita y dos tías entonces la venta era productiva, en el caso de mi abuelita se vendía mucho, más o menos un chanco diario, ahí hacíamos en leña y en pailas de bronce, ahora ya han adoptado las cocinas industriales, en una paila de aluminio, pero antes si era en paila de bronce y con una paleta de madera se meneaba. Me acuerdo que nos conversaba que sabían vender en lavacaras tapadas con un mantel, entonces mi papá se había inventado lo de la vitrina, como teníamos un vecino carpintero nos dio haciendo, porque mis papás vendían en la Merced en un local y también vendían unos dos familiares en la Merced mismo, en un puestito al frente de mi mamá y otro a la vuelta por la Olmedo, no había más.

**Entrevistado 6 (E6).** Antropólogo. Raúl Cevallos

**P1: ¿Cuál es el origen histórico de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo ha evolucionado esta tradición a lo largo del tiempo?**

Puedo dar cuenta bajo dos escenarios la una que se produce a inicios de 1900 cuando los indígenas, de Peguche, Quinchuqui y Agato entre ellos los Farinango, Muenala, Cachiguango, posiblemente del Imbabura, se dice que cayó tanto ceniza y que se oscureció en pleno medio día, entonces la sequía que se produjo en las faldas del Imbabura donde están asentadas las comunidades de mayor población indígena, como Peguche, la Compañía Alta, Quinchuqui, hizo que su gente, sus hijos migren hacia las capitales más importantes del norte del Ecuador y el sur de Colombia, entre ellos tenemos el caso de la familia del propio ex alcalde de Otavalo, Mario Conejo, se asientan en Tulcán, en Ipiales, muchos de los indígenas se asentaron en San Gabriel, en Bolívar, sobre todo en Atuntaqui, Ibarra, Otavalo, Cotacachi y hasta Cayambe siendo uno de los mayores asentamientos de migración estacional y para entonces el sector conocido como la avenida de Atahualpa tomando en cuenta que es un terreno de hacienda, plano y casi abandonado en relación al centro de la ciudad de Ibarra, que está ubicado fundamentalmente hasta la parte norte, nor-oriental hasta la cárcel de Ibarra, es el núcleo central de Ibarra, se asienta la gente ahí, y como perviven ellos, de algo que es algo fundamental, como es el negocio de la compra de chanchos y borregos, chivos y posiblemente de los animales menores como gallinas, patos, teniendo en cuenta la destreza y habilidad de esta gente está en el uso y preparación, la costumbre que se tenía sobre los condimentos que se ponían en la elaboración de carne, se comienza a faenar chanchos como una forma de sobrevivencia y se vuelven hijos putativos de los cantones nuevos donde ellos se contextualizan como los nuevos ciudadanos en los poblados que hemos mencionado anteriormente. En Ibarra se asientan fundamentalmente en el redondel de Ajaví, hasta ahora hay una calle corta que está más o menos al frente del tío Jessy, todavía está la gente indígena, Muela, Vega, Males, Farinango... evidentemente un gran porcentaje en la avenida la Atahualpa, en Ibarra se toma tradición el alimento producido a través de la fritada, las papas, el melloco, las habas, el tostado sale del escenario del tiesto el tostado yanga, en kichwa significa simple, y se comienza a elaborarse después de que se termina de procesar la

fritada queda el concho que se conoce, sería la esencia, la mapahuir, como dicen en el argot popular del sector mestizo e indígena de Imbabura, con esa mapahuir se elabora un tostado refrito exquisitamente que se disfruta en el paladar de los ibarreños, igualmente en este periodo entre 1910 hasta 1965 podríamos decir esta familia de migrantes indígenas que citamos los apellidos comienzan hacer actores trascendentes en la ciudad de Ibarra, el proyecto urbanístico arquitectónico va creciendo solo y todo hacia las faldas del Imbabura, se crea la avenida Atahualpa y esta gente comienza actuar en un sentido de un contexto intercultural impresionante, no se dejan asimilar de la población blanco mestizo popular de Imbabura, tampoco se amilanan, son indígenas que incluso llegan a contraer matrimonio con la gente blanco-mestiza de Ibarra, la estirpe de los Farinango de Ibarra que hoy es mestiza tiene raíz netamente indígena, se podría decir más o menos en 100 años la población indígena de Ibarra, se insertó en un contexto, un escenario de un sincretismo impresionante forman un mestizaje muy particular en la provincia de Imbabura que sería el caso específico de Ibarra, lo que no sucede con los otros cantones, tomemos el caso particular de los Limas, Cachiguango, Maldonado, Ruiz que son netamente indígenas asentados en los otros cantones a excepción de Ibarra siguen actuando como indígenas y los matrimonios de ellos, se vinculan desde la propia raíz indígena en una situación endógena, la pareja tiene que ser hombre o mujer, pero propio de su hábitat cultural o propiamente indígena, en Ibarra pasa lo contrario se casan, se unen y se juntan con personas mestizas y usted puede ver las personas que venden la mapahuir, la manteca y las vísceras de chanchos igual la carne de borrego, carne molida de ave, etc. Que están asentados en el mercado Amazonas son tan blancas las señoras, podríamos decir que no utilizan el atuendo indígena pero se podría decir que son hijos de gente blanca no mestiza de Ibarra, vamos al tercer escenario, esta gente indígena de Ibarra se somete al escenario social y político de Ibarra, pero siguen conservando muchas manifestaciones culturales, el proceso de elaboración de los productos cárnicos particularmente donde se utilizan las especias, que ha sido el objeto deseado de las todas las culturas del mundo, los españoles no vinieron en busca de oro a América, vinieron en busca de las especias, el propio Américo Vespucio, Marco Polo, se van a Colombia en busca de las especias, pimienta, canela, clavo de olor, manzanilla, toronjil, hierba luisa, cebolla, sobre todo la paiteña se escuchaba en la época hace 500 años al norte del Perú que era transcendente en la época, el propio ajo que es particularmente cultivado en una zona

semiseca del norte del Perú y de pisos ecológicos que sobrepasan los 3000m de altura siendo la mayor zona productora de estas especias, Cotopaxi, Tungurahua y sobre todo Imbabura entonces la destreza, la habilidad y el encariñamiento hacia los productos alimenticios, hacen de ellos que los productos elaborados se constituyen en una manifestación cultural de sobrevivencia y de un mejoramiento de un estatus social y económico, entonces evidentemente la familia Cachinguano, Ruiz, Males, Terán, Farinango, etc. En una buena posición social económica lo que hacen es juntarse a gente blanca de Ibarra, entonces la fritada sería el gancho o el puente que articula la vinculación de dos instituciones sociales y culturalmente opuestas como sería el sector blanco mestizo y el sector indígena que vino migrando desde Peguche, Quinchuqui, Agato del cantón Otavalo lo que es actualmente las comunidades de la parroquia Miguel Egas Cabezas. La fritada se constituye en el ícono y la representación en el símbolo, en el escudo de la pervivencia se constituye en el símbolo de la identidad no solamente indígena de Ibarra, entonces aparecen los primeros lugares gastronómicos sobre todo en el sector sur de Ibarra en la avenida Teodoro Gómez y Atahualpa y todo eso entre 1950 a 1970 eran calles que en cada casa estaba la paila de bronce con la fritada expuesta a la vista de los clientes, Ibarra se constituye para entonces hace 70 años atrás el lugar afrodisíaco donde la gente se alimentaba de productos básicamente andinos con la destreza y el conocimiento del arte de la gastronomía y el arte culinario indígena, se agrega a esto especias de la Costa como es el achiote, lo que le da el plus el valor agregado, se trata buscar un punto de equilibrio en la producción de fritada, utilizando productos de la Costa, achiote que es el importante, más el ajo y la cebolla, determinan que es una cosa importantísima para que no produzca malestares al estómago, como aprendieron esto los indígenas evidentemente el arte culinario se constituye en una especie de habilidad innata de las abuelas, ellas sabían que determinado producto no es bueno para el estómago y para distintas partes de la presión sanguínea del cuerpo humano, entonces tomen en cuenta cuando hubo colesterol en la época, nunca!!!. Usted puede ver hasta ahora jóvenes indígenas de Otavalo están en el mercado bastante robustas y muy blancas de piel y no tienen diabetes, pese que son muy fornidas y son otro escenario diabetes A un cuarto elemento desde Ibarra genera también otra actividad importante, la presencia de los Imbayas a través de la fritada se genera un escenario de identidad impresionante en Ibarra, entre los 50 a 60 y aparece un grupo de futbolistas, jugaban en el estadio en el estadio Antonio Camacho el campin de Bogotá,

entonces van a jugar allá con los millonarios de la época de los años 50 y 60 de Colombia es uno de los mejores equipos del mundo, entonces el equipo conformado por indígenas, con trenza de que salía del corazón de Ibarra, de Caranqui, se disputó un partido de fútbol amistoso que ganó América de Cali, empató con los millonarios de Bogotá y los indígenas jugando con alpargatas de cabuya, entonces hay fotografías de aquello, casi ninguno era conocido, todos se conocían por apodos. Entonces la fritada se constituye en el ícono de la representación del arte culinario, Ibarra se conoce después en el contexto nacional e internacional, entonces se agrega la masa de papa se hace la tortilla, el tostado, no hay ensalada, no es parte de la taza intestinal de los kichwas pero esta la chicha, los chochos, está el mote, después aparece el propio uso de la fritada sin la manipulación de la carne como es obvio la dinámica permite cambios, se comienza a procesar todo, como la salchicha y el chorizo de forma manual, entonces aparece el plato de la fritada, la tortilla, el chorizo, después el aguacate que sería el primer producto no cárnico, ni gramito como es el aguacate, después aparece la lechuga, por los años 70, las mujeres indígenas ya inscritas en el tema de salud, aparece la lechuga, tomate en los años 80 y el jugo de limón y la chicha reemplazada por el vaso de limonada.

**P2: ¿Cuál es el significado cultural y simbólico de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra?**

La fritada es un símbolo, es el ícono de la identidad andina kichwa que permitió un mundo no de ellos, porque son migrantes que les permitió demostrar que si se puede a través de la fritada en general un status de vida y de categoría, muchos de ellos se fueron a estudiar a Europa, los Chalanpuente, PHD, muchos ibarreños hijos de este producto intercultural que se mezclaron en Europa, los primeros magísteres graduados son indígenas, lamentablemente no al servicio de la población ecuatoriana. Las garzas somos los seres humanos, migran a Estados Unidos, Tupac Shuchanchi, es el actor del libro las garzas, entonces tome en cuenta que en Ecuador en 1972 un master, PhD. 35 años después aparece las maestrías y la fiebre de los PhD en el Ecuador, con un respeto profundo de sencillez y humildad, de sobrevivencia y del poder contactarse y del poder sobrevivir en un espacio intercultural, ustedes ven que jamás habido racismo en Ibarra, estudiar en las mejores escuelas, que era el ícono educativo demasiado valorado en la provincia

de Imbabura, en el Sánchez y Cifuentes y de ahí a Europa, uno de ellos vino a la Técnica del Norte UTN. Entonces la fritada es el ícono de la identidad, cultura de ellos, porque a través de eso más que sobrevivir demostraron que son capaces y que son grandes emprendedores. Por el IESS hay dos tortillerías y la gente es a la cola, que la tortilla, que la fritada, ellos han vivido de eso, viven de la producción de los productos cárnicos, del faenamamiento del choncho y entregan a diferentes partes de la provincia, la carne faenada para que se haga fritada, en la fritada de Amazonas de la mama Michelina, asido muy reconocido a nivel nacional e internacional. Probablemente no está documentado, pero si informaciones tempranas entre ellos hablan el propio Juan Rúales, que en paz descansa, que escribió el libro Alpargate de Oro, que son entonces testimonios de entrevistas que se hace a varias personas entre los 95 a 100 años, los Maldonado, Terán, Cachinguango, Farinango, Morales, Males. En 1945 ya hubo migrantes quién da testimonio de esto, estas personas mayores, hablan de sus papás y abuelos, quienes serían, habría que repetir, Vega, Farinango, Cachiguango, Ruiz, Males, Lema, como empezó evidentemente, ellos dicen de eso vivían mis papás, es que son comerciantes, entonces caminaban iban hacia las parroquias, iban a Lita 110 km a comprar chonchos allá, iban a Buenos Aires a traer chonchos, de San Blas, de Tumbabiro, para ellos irse a comprar chonchos a la Esperanza era como caminar dos cuabras, por eso eran robustos y físicamente superdotados con su pantalón blanco, la alpargata de cabuya, su poncho y sombrero. Hay un patrimonio de la longevidad que ningún ibarreño ha dado conocimiento de eso, todavía hay viejitos indígenas que sobrepasan de los 90, se alimentaban a base de melloco, habas, tostado, fréjol y lenteja, no podía faltar la mapahuira.

**P3: ¿Cuáles son los ingredientes tradicionales utilizados en las fritadas de cajón y cómo han contribuido las influencias culturales y gastronómicas en su preparación?**

Siempre utilizan la piedra de moler, la mamá rumi, que es la piedra madre con la guagua rumi que es la piedra de mano para moler, y de ellos sale la famosa leyenda que los productos hay que elaborar con amor, dentellado bocaditos de comida, mientras se come, se trabaja y en el proceso de la elaboración de los productos como la fritada hay un proceso de pedagogía de la ternura, siempre está la abuela enseñando a la hija, la hija a la nieta, todos cumplen un rol, y

todos con una prospectiva de querer ser mejor, todos con el espíritu de emprendedor, por eso son grandes empresarios, hoy ya no utilizan la ropa indígena, ellos son los ibarreños indígenas, volvemos el tema que productos utilizan, para hacer el ají hay que sacar la semilla, no se le mataba a la semilla, se le sacaba con la yema de los dedos y esa semilla las pepitas que se hacen las sembraban en tierra húmeda, cada semilla producía las plantitas, jamás se le mató la semilla, por eso licuar es matar a la semilla. Entonces licuar el tomate de árbol, entonces la casa de los mata puercos, como se los conoce en todo Imbabura, que estaría una especie de un apelativo, conocidos así a los mindalas o comerciantes, estaba articulado ese punto de vista, utilizan el tostado seco en la producción de ají, muelen el chocho, este debe estar cocido, 3 días, 3 noches, para que no sea amargo, se ponía esta hoja de ataco, el verde o rojo, en el Perú esto es un manjar, en el Sur del Ecuador en Cuenca es un manjar, el producto secreto de la cocina es el ataco, ellos le llaman sangurachi, entonces molían el ataco, sal, tostado seco, chochos y el ají desprendió la semilla, iban las pepitas de achiote, siempre en pareja, 12 palos de pepitas de achiote, porque hay una versión cristiana, el tema de los apóstoles, de los meses del año, porque el par de semillas, cada semilla tiene un macho, el contexto andino es dual, entonces hay semillas, el ajo macho, el ajo hembra, está el capulí macho, capulí hembra, como se le conoce la cebolla, el ajo macho es el chiquito, el ajo hembra es grande. Proporcionalmente la fritada tenía que ser grande, si la fritada carnosa era para la gente de clase alta, en cambio los huesitos con grasa era para el sector popular, hay gente que dice póngame un poco de fritada con grasa, pero en la época se vendía así, hemos visto como se hace a través de los proyectos de investigación que se conserva esto, tratando en la medida de las posibilidades utilizar productos del propio ambiente, después de eso habría que tomar agüitas aromáticas y se hacía la chicha con maíz germinado de hasta 7 días, germina la semilla, comienza la pepita de maíz y sale el germen, eso se seca durante 7 días por eso hacía germinar al maíz para hacer chicha de jora o de yamor en Julio y Septiembre, entonces procedía a secarse, se hidrataba y se deshidrataba, el deshidratarse se secaba el germen, eso era dulce y no ponían panela, se secaba eso iban a moler y hacían chicha, se ponía hojas de bagazo, los desperdicios de la caña, o trozos de poste de caña, entonces no era una chica fermentada.

**P4: ¿Cuáles son los rituales o prácticas asociados con la preparación y consumo de las fritadas de cajón en Ibarra?**

Los rituales siempre de persignarse, 4:00 de la mañana están de pie, los vagos son una concepción según la cosmovisión andina, los vagos se despiertan en el día porque hay que trabajarle al producto en la oscuridad, se trabaja con velas o con llama de la leña, no había energía eléctrica en las casas de los indígenas en Caranqui, se trabaja de madrugada, cual es el ritual, son secretos que permitían trabajar de horas muy tempranas, se faenaba el chanco desde las 4:00 de la mañana, entonces la fritada estaba lista entre las 9:00 y 10:00 de la mañana, la otra que es cree mucho en las manifestaciones oníricas, faenaban un chanco, a veces querían faenar dos chancos, el creer, el soñar en piojos, una pieza dental, sangre, soñar que está pisando excremento no matemos dos chancos, solo matemos uno, con manifestaciones oníricas o sueños, trascendía sobre el comportamiento normal de ellos, son extremadamente místicos, no puede tropezarse con el pie derecho, para ellos es bueno tropezarse con el pie izquierdo, pero es una cuestión de asociación católica, cristiana quizá impuesta por la iglesia, porque convivían en un contexto intercultural, entonces es interesante pero son extremadamente místicos y los rituales cuales son, persignarse, al primer cliente que compraba la fritada, tomaba la moneda y se persignaba con la moneda, los rituales evidentemente relacionado con la religión, sin duda los rituales también son registrados desde las manifestaciones por supuesto indígenas, va a coger la primera moneda de la persona que le compra la fritada y se persignaba.

**P5: ¿Qué papel han desempeñado las fritadas de cajón en la construcción de la identidad local y en la transmisión intergeneracional de conocimientos y tradiciones?**

Absolutamente todo, es el motor que mueve la economía los indígenas acá en Ibarra, ha permitido que inter generacionalmente desde 1910 hasta ahora conozcan el proceso de construcción de la oración de la fritada, la fritada, la papa, deshidratan la carne que significa ser el charqui, deshidratan la papa, que se llama el chunio, solo ellos saben hacer eso, deshidratan la papa a base de secar ciertos lugares del día, deshidratan la carne, la primera se llama charqui, la segunda el chunio imagínese eso comían ellos, deshidratado, los mellocos, las habas y cuál

era el propósito sacar el dulce de la comida, porque en Europa se hace alcohol de la habas, del maíz, el mejor trago europeo el coñac, ellos conocían como la sabiduría popular de los Imbayas, de los indígenas de Ibarra, se articula a través de la memoria oral colectiva, donde la pedagogía de la ternura, la maestra principal es la abuela/o no se puede hacer fritada en cocina de gas, hay que hacer con leña, con piedra negra traída del Tahuando que se llevaba en burro, donde iba la paila, las 3 piedras que significa, el padre, hijo y espíritu santo, la trinidad, donde se mezcla manifestaciones cristianas paganas indígenas.

**P6: ¿Cuáles son los desafíos actuales que enfrenta la tradición de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo se están abordando para su preservación y promoción?**

Lo que pasa es que nadie ayuda a promocionar, fritadas doña Cita la familia no indígena, ni siquiera son ibarreños, como sobreviven, entonces es un emprendimiento particular y si viene un gringo barre esto, no hay un plan de gobierno local que permita favorecer o que permita que estos emprendimientos puedan sobrevivir para que se transforme en verdaderos emprendimientos.

**Entrevistado 7 (E7):** Sra. Nancy Cotacachi

**P1: ¿Cuál es la historia detrás de la fritada en la ciudad de Ibarra? ¿Cómo y cuándo surgió esta tradición culinaria en la región?**

La fritada en la ciudad de Ibarra es una tradición de décadas, mi abuelita criaba los chanchos en la casa y a veces vendía para las fiestas. Ella aprendió de su mamá las distintas preparaciones con carne de chanco, pero lo que más les gustaba a los hijos era la fritada, que le motivaban a realizarla porque decían que le quedaba muy rica y es verdad. La preparación, los ingredientes y sobre todo el cariño desarrollaron una receta única en esta ciudad, lo que llevó a emprender de esta actividad un negocio. A mi desde pequeña me pedían que ayude en la cocina y así con la confianza de familia me fueron enseñando pequeños detalles para sacar una buena fritada. Es

así que los inicios de esta tradición provienen de nuestros abuelos y tatarabuelos que han sabido dedicarse a la cocina para sacar adelante a la familia.

**P2: ¿Cuál es el procedimiento tradicional para preparar una auténtica fritada en Ibarra? ¿Cuáles son los ingredientes, técnicas de cocción y cualquier otro detalle importante que se siga en el proceso?**

Como le decía el procedimiento tradicional para la preparación de la fritada es herencia de nuestros abuelos, que desde la crianza del chanco era un factor que determinaba el sabor de la fritada, animalitos bien cuidados, bien engordados y también jóvenes, no chanchos viejos. De ahí, hay unos secretos de preparación, que para que usted sepa. Debe ser parte de la familia si no, no hay como nomas dar. Para la preparación de la fritada los ingredientes básicos son unos buenos pedazos de carne de cerdo de calidad, cebolla, ajo, sal y un poco de agua. Los pedazos de carne deben ser generosos porque en la paila se reducen. Si tiene una paila de bronce que mejor porque eso también influye en el sabor que recibe la fritada. Se ponen todos esos ingredientes al fuego y se deja nomas que se cocine la misma carne del chanco bota una grasa que le va friendo la carne, debe procurar que este bien cocida.

**P3: A lo largo de los años, ¿ha habido cambios significativos en la forma en que se realiza la fritada en Ibarra? ¿Existen variaciones regionales o familiares en el procedimiento o los ingredientes utilizados?**

Sí, yo he visto y he probado distintas preparaciones que en algunos casos opino que, si están bien, pero en otros casos los critico y hasta cuestiono como realizan fritadas secas, a veces, para vender. Antes los ingredientes frescos daban otro sabor por eso la calidad de los ingredientes es fundamental para la preparación de los alimentos. Hay que saber el punto de cocción porque si no o le sale desabrida o le sale seca. En algunos lugares he sabido que le ponen comino, le ponen nuez moscada, le ponen mostaza, una hija mía algún tiempo opto por humedecer la fritada con cerveza, pero eso a mí no me gustaba. En otros lugares de la provincia le dan su toque y queda

muy bien, en Cotacachi ya ve le ponen achote y queda muy bien. Lo que si yo sigo la receta fielmente como me la enseñó mi abuelita.

**P4: ¿Qué significado cultural tiene la fritada en la ciudad de Ibarra? ¿Se asocia con alguna festividad, celebración o evento especial en la región?**

No he sabido que la preparación de la fritada se asocie con alguna festividad en específico, pero es tradición cultural de nuestra gente. Para alguna fiesta, en algún grado, luego de una misa, un cumpleaños o un buen almuerzo de domingo. Es parte de la evidencia de que nuestra región es rica en sabor. Con respecto a la religión, se que no es tradición cultural de hecho hay grupos de personas que por religión mismo es que tienen prohibido el consumo de carne de cerdo.

**P5: ¿Cuál es el proceso tradicional para cocinar la fritada en Ibarra? ¿Nos podría comentar un poco sobre los pasos a seguir y técnicas de cocción empleadas al realizar la fritada?**

La base del procedimiento tradicional para la preparación de la fritada es la utilización de ingredientes frescos, se puede hacer un refrito a base de cebolla y cocinar la carne en agua con sal por unos minutos. Una vez realizado este proceso se lleva a la paila de bronce para que la carne de cerdo libere el aceite en donde se va a freír, se pone varios tipos de cebolla y ajo en pedazos grandes y se deja a fuego medio bajo que se cocine, ya estando cerca de retirar la fritada se aumenta la intensidad de calor para que le salga crocante y en el caso de realizar la fritada a leña se deja nomás que se fría pero se debe mantener una buena llama y retirar la fritada antes de que baje el calor porque si no le sale muy grasosa la carne.

#### **6.1.4 Análisis de la investigación**

Las fritadas de cajón, es un plato ancestral de Ibarra, elaborado con cebolla, ajo, sal y comino, su ubicación en la entrada antigua de la ciudad y las variaciones en su preparación son notables. La importancia del chancho y de elementos gastronómicos básicos, junto con la autenticidad en

su confección y la posibilidad de mejoras son destacadas, En los años 70, las fritadas evolucionaron en Ibarra con la incorporación de cajones de cristal para proteger la comida de humo, la receta única involucra ingredientes como cebolla puerro, paiteña, comino, naranja agria y ajo, con toques secretos. A pesar de la falta de reconocimiento cultural de las fritadas se lamenta, pero se alienta su promoción para atraer a turistas gastronómicos. La tradición ancestral de fritadas se heredó desde la avenida Eloy Alfaro, con ventas iniciando en los años 60, el impacto del cajón en la textura se considera, conservando la receta heredada y adaptándola. Además, se resalta la evolución de la preparación, desde utensilios tradicionales hasta modernas cocinas industriales y vitrinas. La sequía de 1900 llevó a la migración, influyendo en la cultura, identidad y movilidad social en Ibarra, donde la fritada se convirtió en un símbolo de fusión cultural.

#### **6.1.5 Análisis de las entrevistas**

El chef Gonzalo Rubio hace hincapié en que la fritada representa una tradición culinaria arraigada en la región. A pesar de las variantes en su preparación, las fritadas son auténticas se distinguen por su combinación clásica de ajo, sal, comino y cebolla blanca. Su proceso de deshidratación lenta y cuidadosa, junto con el uso de achiote, confiere a estas fritadas una textura oscura y firme, ideal para su conservación sin refrigeración durante varios días.

Según los propietarios recalcan que las fritadas de cajón de Ibarra son una tradición gastronómica arraigada en la región, transmitida de generación en generación. A lo largo de los años, la receta ha mantenido sus ingredientes fundamentales: carne de cerdo de calidad, cebolla, ajo, sal y achiote. La preparación varía ligeramente según las prácticas familiares, pero el amor y el cuidado son ingredientes esenciales. Esta se distingue por su proceso de cocción en pailas de bronce y el uso de piedras de moler tradicionales para crear la sazón característica.

Conforme a los antropólogos se enfatiza tres escenarios clave: el inicio en 1900, cuando la sequía impulsó la migración de indígenas; luego, entre 1910 y 1965, la comunidad indígena se consolidó en Ibarra, fusionando tradiciones culinarias; finalmente, la fritada se convirtió en ícono de la identidad local. La fritada es vista como un vehículo de supervivencia económica,


desarrollo social y transmisión intergeneracional de conocimientos culinarios. Aunque su valor cultural es reconocido, se observa una amenaza a su continuidad debido a la falta de promoción y el desinterés de las nuevas generaciones, lo que podría llevar a su extinción si no se toman medidas para preservarla y promoverla.

#### **6.1.6 Resultados de la observación**

En este apartado se evidencia los resultados obtenidos por medio de la técnica de observación no participante, en temas como: presentación del plato “fritada”; el cajón donde reposa y el motivo del nombre de la fritada de cajón; y el cajón que contiene la fritada lista para el consumo.

**Figura 2**

*Presentación de la fritada en el cajón*

<b>Ficha de observación</b>		
<b>1. DATOS DEL INVESTIGADOR:</b> Jamie Donato Guerrero Fey		
<b>2. FECHA:</b> 12-07-23		
<b>3. NOMBRE DEL LUGAR/ACTIVIDAD:</b> Fritadas de cajón av. Eloy Alfaro		
<b>Sección</b> Comida – Plato típico		
<b>3.1. UBICACIÓN</b>	<b>LONGITUD:</b>	<b>LATITUD:</b>
<b>Provincia:</b> Imbabura	<b>Cantón:</b> Sagrario	<b>Barrio:</b>
<b>Calle:</b> Av. Eloy Alfaro y Julio Zaldumbide		
<b>3.2 LOCAL:</b> Fritadas Eloy Alfaro		
<b>3.2.1 NOMBRE DEL DUEÑO/A:</b> Nancy Cotacachi		
<b>3.2.2 Servicios:</b> FRITADA DE CAJÓN Aquí se puede mantener la fritada y tostado de una manera fresca y caliente, libre de polvos		
<b>Tiempo como vendedora</b> 60-70 años		
<b>3.2.3 Observaciones:</b> La fritada se mantiene fresca, caliente y perfectamente esta conserva su sabor y su textura gracias a la caja de madera.		
<b>4.- Fotografías</b>		
		

**Comentarios del investigador:** La fritada de cajón es un auténtico tesoro culinario de la ciudad de Ibarra. Este plato típico es una deliciosa combinación de sabores y texturas que deleita a todos los amantes de la comida ecuatoriana.

**Figura 3**


*Presentación del “cajón”*

<b>Ficha de observación</b>		
<b>1. DATOS DEL INVESTIGADOR:</b> Jamie Donato Guerrero Fey		
<b>2. FECHA:</b> 12-07-23		
<b>3. NOMBRE DEL LUGAR/ACTIVIDAD:</b> Fritadas Rosita Elena av. Eloy Alfaro		
Sección Comidas		
<b>3.1. UBICACIÓN</b>	<b>LONGITUD:</b>	<b>LATITUD:</b>
<b>Provincia:</b> Imbabura	<b>Cantón:</b> Sagrario	<b>Barrio:</b>
<b>Calle:</b> Av. Eloy Alfaro y Julio Zaldumbide		
<b>3.2 LOCAL:</b> Fritadas Rosita Elena		
<b>3.2.1 NOMBRE DEL DUEÑO/A:</b> Ramiro Males Terán		
<b>3.2.2 Servicios:</b> CAJÓN DE MADERA Madera esta debe tener vidrio templado para que soporte el calor y sirve para mantener caliente y fresca la fritada y el tostado.		
<b>Tiempo como vendedora</b> 70-60 años		
<b>3.2.3 Observaciones:</b> La caja es muy amplia, por dentro colocamos papel aluminio para que se mantenga caliente y se impregne más sus sabores.		
<b>4.- Fotografías</b>		
		

**Comentarios del investigador:** El cajón utilizado en las fritadas de cajón en Ibarra es una parte esencial de esta tradicional forma de preparar y presentar este delicioso plato. Este cajón es un recipiente de madera o metal que se utiliza para mantener la carne de cerdo y tostado de una manera óptima y fresca.

**Figura 4**

*Presentación del plato “fritada de cajón”*

<b>Ficha de observación</b>		
<b>1. DATOS DEL INVESTIGADOR:</b> Jamie Donato Guerrero Fey		
<b>2. FECHA:</b> 12-07-23		
<b>3. NOMBRE DEL LUGAR/ACTIVIDAD:</b> Fritadas de cajon av. Eloy Alfaro		
<b>Sección</b> Comidas		
<b>3.1. UBICACIÓN</b>	<b>LONGITUD:</b>	<b>LATITUD:</b>
<b>Provincia:</b> Imbabura	<b>Cantón:</b> Sagrario	<b>Barrio:</b>
<b>Calle:</b> Eloy Alfaro y Julio Zaldumbide		
<b>3.2 LOCAL:</b> Fritadas Eloy Alfaro		
<b>3.2.1 NOMBRE DEL DUEÑO/A:</b> Nancy Cotacachi		
<b>3.2.2 Servicios:</b> PLATO TÍPICO Fritada, papas cocinadas, tostado y ají de piedra		
<b>Tiempo como vendedora</b> 70-60 años		
<b>3.2.3 Observaciones:</b> Se puede apreciar lo que conlleva el plato típico llamado fritada de cajón, podemos decir que la fritada tiene un color bastante rojizo ya que se utiliza mucho achiote.		
<b>4.- Fotografías</b>		
		

**Comentarios del investigador:** El plato principal consistía en trozos de carne de cerdo perfectamente sazonados y fritos hasta obtener una textura crujiente por fuera y dentro. Acompañados de papas cocinadas, tostado y ají de piedra cada bocado es una explosión de sabores auténticos.

### **6.1.7 Análisis de la observación**

La fritada de cajón es un tesoro culinario auténtico, que combina sabores y texturas en trozos de carne de cerdo sazonados y bien fritos, acompañado de papas cocinadas, tostado y ají de piedra. El cajón se utiliza para mantener este delicioso plato caliente y fresco. Es una tradición que se transmite de generación en generación. Este plato se presenta en un utensilio pequeño de loza, donde se colocan 4 trocitos de fritada, 3 papas medianas con cáscara, tostado y ají.

## **6.2 Discusión**

La falta de valoración y promoción de la gastronomía ancestral, especialmente de la fritada a base de carne de cerdo, en la provincia de Imbabura, pone en riesgo la continuidad de las tradiciones culinarias y afecta el desarrollo turístico y económico de la región.

El objetivo central de estudio de esta investigación se enfoca en rescatar la gastronomía ibarreña a través de un catálogo digital para comprender la historia e importancia que tienen las fritadas de cajón de la ciudad de Ibarra.

La problemática encontrada es la falta de conocimiento y valoración de la cocina ancestral que ha llevado a la devaluación de sus tradiciones culinarias, poniendo en riesgo la continuidad de los platos típicos, otro factor es la aculturación y el desconocimiento de los condimentos y métodos de preparación tradicionales, es por ello la carencia de promoción turística relacionada con la gastronomía ancestral afecta la autenticidad de los platos.

Como solución a la investigación presente se elaboró un catálogo digital sobre la fritada de cajón para conocer su historia, cosmovisión andina, su modo de preparación para así revalorizar este plato típico.

La fritada de cajón, es un plato tradicional que se vendía en covachas en la ciudad de Ibarra en los años 60. Estas fritadas eran muy populares, el humo de los carros cercanos afectaba la

comida que se transportaba en canastos por lo cual se comenzó a utilizar cajones de cristal para mostrar la fritada y protegerla del humo. “La fritada es un plato típico de Ecuador y sus orígenes se remontan a la época del colonialismo español. La carne de cerdo se cocina en agua hirviendo con condimentos varios y luego se fríe con la grasa del cerdo en una paila de bronce” (Santillán, 2015, p. 122). Este plato representa una parte importante de la cultura culinaria ecuatoriana y continúa siendo apreciado tanto por locales como por visitantes. Según el chef Gonzalo Rubio las fritadas de cajón, es un plato típico de Ibarra, se resaltan los ingredientes clásicos como cebolla, ajo y comino.

La propietaria Yolanda Males menciona que el proceso de preparación de la fritada, desde la selección de la carne hasta la cocción en manteca de cerdo. Se menciona la añadidura de cebolla, sal y achiote con ajo durante la cocción. También se mencionan los ingredientes adicionales del plato, como el tostado, las papas con cáscara y el ají de tomate. La combinación de este plato representativo, Cuzco (2017) indica que “Se acompaña con papas enteras mote o choclo cocinado, tomate en encurtido, siendo este último no tan común” (p. 62).

Es un plato tradicional con un proceso de preparación minucioso que involucra la selección adecuada de carne, combinación del tostado, papas con cáscara y ají de tomate proporciona una experiencia única y deliciosa que es apreciada en la cultura local.

La propietaria Sandra Cotacachi considera que la diferencia de estas fritadas radica en el uso de achiote, que le otorga un color rojo intenso y un sabor más fuerte. Lo que realmente las distingue es la absorción de sabores que ocurre cuando se guarda y se deja que el vapor impregne los ingredientes en el cajón. “El primer secreto está en la preparación, porque la fritada es previamente sancochada. Tiene que cocinarse los pedazos de carne y, luego, viene la fritura con la propia grasa del cerdo” (Cuzco, 2017, p. 50). Estas fritadas son apreciadas por su sabor distintivo y singularidad.

La propietaria Yolanda Males menciona que la fritada se puede realizar de diferentes maneras, como cocinar la carne primero o agregar otros condimentos, pero la familia sigue la sazón tradicional. “Se enfatiza el uso de ingredientes simples pero esenciales, como la cebolla, ajo, sal y achiote. Su preparación se basa en cocinar la carne con trozos de cebolla colorada y cebolla blanca con ajo, sal y comino.” (Zúñiga, 2021, p. 10). Por lo que concluyó que el mantener la autenticidad y los sabores familiares es fundamental en la preparación de este plato.

Los ingredientes principales: carne de chanco, cebolla larga, ajo y sal, la fritada se prepara en una paila, lo que hace que sea más seca. El primer secreto está en la preparación, porque la fritada es previamente sancochada. En Cuenca, se dice “sancocho” a los trozos de chanco que se venden semi fritos. La fritada es seca se la cocina durante más tiempo para obtener un resultado tostadito. Recuerda cómo su abuelita solía cocinar con leña y utilizaba una paila de bronce grande. La propietaria Yolanda Males afirma que los ingredientes primordiales para hacer la fritada son la cebolla, sal, ajo y mucho amor porque su abuelita lo realizaba con mucha pasión, mucho cariño eso transmitió a sus hijas y ellas lo pusieron en práctica.

Según la propietaria Sandra Cotacachi alude que el proceso de preparación de la fritada, desde la selección de la carne hasta la cocción en manteca. Se menciona la adición de cebolla, sal y achiote con ajo durante la cocción. También se mencionan los ingredientes adicionales del plato, como el tostado, las papas con cáscara y el ají de piedra. El segundo secreto, es el de la condimentación, compuesta por: ajo y achiote, y al último la cebolla blanca. El tercer secreto está en la movida de la carne en la paila de bronce que permite que la fritada esté en su punto. Se sirve la fritada con papas, tostado y ají. (Cuzco, 2017, p. 50)

Es así que la fritada hace énfasis en los ingredientes y secretos que hacen que este plato sea auténtico y delicioso.

Existen dos tipos de preparaciones, una corta en cubitos y marina con jugo de naranja agria por dos horas. Ambas cocinan con ajo, comino, cebolla y achiote, obteniendo fritadas oscuras. Usan

carne a temperatura ambiente, evitando refrigeración. La fritada de cajón dentro de su método de cocción es diferente, posee una contextura seca y viene acompañada de papas con cáscara, un tradicional ají y tostado. En ese contexto, el Diario local La Hora (2015) menciona que la fritada se distingue por su contextura seca y su acompañamiento tradicional, lo que la convierte en una opción popular en la gastronomía local. Según la propietaria Nancy Cotacachi esta tradición viene de generación en generación, resalta que la realización de las fritadas tiene algo especial que las hace únicas por lo cual la gente consume, son muy apetecidas, el cajón donde reposa la fritada es importante porque ayuda a mantener caliente y desprender sus sabores y aromas para obtener un producto de calidad. Estas fritadas se caracterizan por ser secas y duras, ya que se deshidrata completamente la carne. La fritada de cajón como se las conoce, la preparación se la ubica en una vitrina a base de madera para conservarla fresca y agradable, libre de toda contaminación.

Durante la investigación sobre la historia de la fritada de cajón, presenta varios limitantes que dificultaron la investigación. Uno de los principales obstáculos fue la falta de una transmisión efectiva de conocimientos relacionados con este plato (las portadoras del conocimiento fueron reacias a compartir la receta de la fritada de cajón); así mismo, otra limitante fue la falta de registros escritos específicos que constaten de manera clara y precisa la historia y procedencia de las fritadas; la información disponible era limitada y fragmentada, lo que dificultó la reconstrucción completa de su origen y evolución por lo cual el aporte de información se limitó.

Este trabajo abre las puertas a futuras investigaciones con respecto a la preparación de la fritada, que utensilios se utilizaba, para que sirve cada uno, el material de que están hechos los instrumentos de uso. Se concluye que, para estudios posteriores se pueda contar con la colaboración de parte de los propietarios de las fritadas para obtener más información, la cual sirva de conocimiento a las generaciones siguientes y se pueda desarrollar a futuro más locales de fritadas de cajón.

## 6.3 Propuesta

### 6.3.1 Revista digital: “El arte de las fritadas de cajón”

[https://issuu.com/cayambe2023/docs/catalogo\\_03](https://issuu.com/cayambe2023/docs/catalogo_03)

### 6.3.2 Introducción

Las fritadas de cajón son un plato tradicional de la cocina ecuatoriana que se caracteriza por su sabor y textura únicos. Su elaboración implica freír trozos de cerdo en su propia grasa, resultando en una carne jugosa y crujiente. Este plato se sirve con acompañamientos de papas cocinadas, tostado y ají de piedra. La carne se sazona con especias como ajo, comino y sal, y se cocina a fuego lento para permitir que se dore y se vuelva crujiente.

## Figura 5

### *Macro localización*



El estudio se realizó en Sudamérica, Ecuador que está ubicado en un continente que se encuentra en el hemisferio occidental del planeta. Ecuador, por su parte, es un país ubicado en la región noroeste de Sudamérica, limitando al norte con Colombia, al este y al sur con Perú, y al oeste con el océano Pacífico.

## Figura 6

### *Micro localización*



El estudio se llevó a cabo en la ciudad de Ibarra, capital de la provincia de Imbabura, recientemente denominada como Geoparque Mundial de la UNESCO. Ibarra es una ciudad situada en el norte de Ecuador, en la provincia de Imbabura.

### **6.3.3 Ibarra**

Ibarra se encuentra en la región interandina de Ecuador, en el Valle del Chota, rodeada por montañas y paisajes pintorescos. Está a aproximadamente 100 kilómetros al norte de Quito, la capital de Ecuador. Ibarra tiene una rica historia que se remonta a la época precolombina, siendo habitada por diferentes culturas indígenas. Durante la época colonial española, fue parte de la Real Audiencia de Quito. La ciudad ha sido escenario de varios eventos históricos y desempeñó un papel importante en la lucha por la independencia de Ecuador.

### **6.3.4 Cultura y atractivos turísticos**

Ibarra es conocida por su arquitectura colonial bien conservada y su ambiente relajado. Algunos lugares de interés incluyen: La Basílica de La Inmaculada, El Parque La Merced, Lago Yahuarcocha.

**Gastronomía:** Ibarra y la provincia de Imbabura son conocidas por su deliciosa gastronomía. Platos como la fritada (carne de cerdo frita), la colada morada (bebida dulce a base de maíz morado) y las empanadas de morocho (maíz tierno) son populares en la región.

### **6.3.5 Tradiciones de la ciudad de Ibarra**

**6.3.5.1 Inti Raymi:** Esta es una festividad indígena que celebra el solsticio de invierno en el hemisferio sur. Se realiza en el solsticio de junio y está marcada por ceremonias y rituales en honor al sol y la naturaleza.

**6.3.5.2 Fiestas de San Juan:** Se celebran en junio en honor a San Juan Bautista. Durante estas festividades, se realizan eventos religiosos, procesiones, danzas y actividades tradicionales.

**6.3.5.3 Fiestas de La Merced:** Se llevan a cabo en septiembre en honor a la Virgen de La Merced, la patrona de Ibarra. Las festividades incluyen misas, procesiones, ferias y actividades culturales.

**Tabla 3***Platos típicos de la ciudad de Ibarra*

<b>Platos típicos de la ciudad de Ibarra</b>							
<b>Yahuarlocro:</b>	<b>Fritada:</b>	<b>Cuy Asado:</b>	<b>Helados de Paila:</b>	<b>Choclo con Queso:</b>	<b>Bollos de Leche:</b>	<b>Empanadas de Morocho</b>	<b>Empanadas de Viento:</b>
Una sopa espesa hecha a base de papas, sangre cocida, cebolla, ajo, pimientos y hierbas aromáticas. Es un plato emblemático de la región y tiene un sabor único y reconfortante.	Un plato popular en todo Ecuador y también en Ibarra. Consiste en carne de cerdo frita y sazónada, servida con mote, llapingachos (tortillas de papa) y ensalada.	El cuy, también conocido como conejillo de indias, es un plato tradicional en la región andina. Se cocina asado y se sirve con papas y ensalada.	Ibarra es famosa por sus helados artesanales preparados en una paila de cobre. Estos helados vienen en una variedad de sabores locales y tradicionales.	El choclo es el maíz tierno y dulce. En Ibarra, es común servir choclo cocido con queso fresco y, a veces, acompañado de una salsa de maní.	Panecillos suaves y dulces hechos con leche y manteca, a menudo servidos con queso fresco.	Empanadas rellenas de morocho, que es maíz tierno molido. Pueden ser rellenas de sabores dulces o salados.	Estas empanadas son crujientes y ligeras, rellenas de queso. Su nombre proviene del hecho de que su relleno se voltea al morderlas, "viento" en referencia al aire.

### **6.3.6 Fritada de cajón**

Las fritadas de cajón son un plato tradicional de la cocina ecuatoriana que se caracteriza por su sabor y textura únicos. Su elaboración implica freír trozos de cerdo en su propia grasa, resultando en una carne jugosa y crujiente. Este plato se sirve con acompañamientos como papas cocinadas, tostado y ají de piedra. Los aspectos importantes de las fritadas de cajón incluyen la elección adecuada de la carne de cerdo, preferiblemente de cerdos jóvenes, para obtener una textura tierna. La carne se sazona con especias como ajo, comino y sal, y se cocina a fuego lento para permitir que se dore y se vuelva crujiente. El mantener en el cajón permite que los sabores de las especias y el adobo se impregnen profundamente en la carne y mantenga caliente y fresco.

### **6.3.7 Objetivo de la revista**

La revista digital busca promover y preservar la tradición culinaria de las fritadas de cajón en Ibarra, resaltando su valor cultural e histórico, desde su origen hasta su significado actual en la identidad local. Su propósito es educar sobre la cultura andina y la importancia de las fritadas de cajón, creando un puente generacional entre personas mayores y jóvenes interesados en aprender sobre esta tradición culinaria.

### **6.3.8 Introducción fritada de cajón**

Las fritadas de cajón, es un plato tradicional que se vendía en covachas en la ciudad de Ibarra en los años 60. Estas fritadas eran muy populares, el humo de los carros cercanos afectaba la comida que se transportaba en canastos por lo cual se comenzó a utilizar cajones de cristal para mostrar la fritada y protegerla del humo. La fritada es un plato típico de Ecuador y sus orígenes se remontan a la época del colonialismo español. La carne de cerdo se cocina en agua hirviendo con condimentos varios y luego se fríe con la grasa del cerdo en una paila de bronce.

### **6.3.9 Historia de la fritada de cajón**

Se menciona que, a principios de 1900, los indígenas migraron desde Peguche, Quinchuqui y Agato hacia las ciudades importantes del norte de Ecuador y Sur de Colombia debido a la sequía en las faldas del Imbabura. Durante este período, la venta de la fritada se convirtió en una forma de sobrevivencia, y la habilidad y destreza en la preparación de los productos cárnicos se convirtieron en una manifestación cultural y económica.

La fritada se convirtió en un símbolo de la identidad indígena de Ibarra y su importancia se reflejó en la aparición de lugares gastronómicos que exhibían la fritada en la calle, mostrando así su pervivencia y popularidad. Con su llegada, esta carne se fusionó con los platos ancestrales, dando origen a nuevas preparaciones como el hornado y la fritada, que se han convertido en los favoritos de la población. Se sabe que se comenzó a vender fritada, papas y tostado en unas lavacaras en la Merced, alrededor del año 1960.

Las fritadas de cajón son un plato tradicional de la cocina ecuatoriana que se caracteriza por su sabor y textura únicos. Su elaboración implica freír trozos de cerdo en su propia grasa, resultando en una carne jugosa y crujiente. Este plato se sirve con papas cocinadas, tostado y ají de piedra. Los aspectos importantes de las fritadas de cajón incluyen la elección adecuada de la carne de cerdo, preferiblemente de cerdos jóvenes, para obtener una textura tierna. La carne se sazona con especias como ajo, comino y sal, y se cocina a fuego lento para permitir que se dore y se vuelva crujiente. Es un plato que refleja la herencia y la identidad gastronómica del país.

La diferencia de estas fritadas radica en el uso de achiote, que le otorga un color rojo intenso y un sabor más fuerte. Lo que realmente las distingue es la absorción de sabores que ocurre cuando se guarda y se deja que el vapor impregne los ingredientes en el cajón. El primer secreto está en la preparación, porque la fritada es previamente sancochada. Tiene que cocinarse los pedazos de carne y, luego, viene la fritura con la propia grasa del cerdo.

Se enfatiza el uso de ingredientes simples pero esenciales, como la cebolla, ajo, sal y achiote. Su preparación se basa en cocinar la carne con trozos de cebolla colorada y cebolla blanca con ajo, sal y comino.

Los ingredientes principales: carne de chanco, cebolla larga, ajo y sal, la fritada se prepara en una paila, lo que hace que sea más seca. El primer secreto está en la preparación, porque la fritada es previamente sancochada. Recuerda cómo su abuelita solía cocinar con leña y utilizaba una paila de bronce grande. Los ingredientes primordiales para hacer la fritada son la cebolla, sal y ajo.

Los ingredientes adicionales del plato, como el tostado, las papas con cáscara y el ají de piedra. El segundo secreto, es el de la condimentación, compuesta por: ajo y achiote, y al último la cebolla blanca. El tercer secreto está en la movida de la carne en la paila de bronce que permite que la fritada esté en su punto. Se sirve la fritada con papas, tostado y ají.

Existen dos tipos de preparaciones, una corta en cubitos y marina con jugo de naranja agria por dos horas. Ambas cocinan con ajo, comino, cebolla y achiote, obteniendo fritadas oscuras. Usan carne a temperatura ambiente, evitando refrigeración. La fritada de cajón dentro de su método de cocción es diferente, posee una textura seca y viene acompañada de papas con cáscara, un tradicional ají y tostado.

#### **6.3.10 Ingredientes de la fritada de cajón**

Las fritadas de cajón tradicionales se preparan solo con ajo, sal, naranja agria, comino, cebolla puerro y cebolla paiteña. Las papas se cocinan con su cáscara en agua, incluye el tostado y el ají de piedra.

### **6.3.11 Preparación de la fritada de cajón**

Las dos señoras tienen diferentes métodos de preparación. Una de las señoras corta la fritada en cubitos y la marina en jugo de naranja agria durante aproximadamente dos horas. Luego, ambas señoras cocinan la fritada en agua añadiendo ajo, comino, sal y cebolla larga. Al final, agregan un poco de achiote para darle color a las fritadas, que resultan en un tono negro u oscuro.

La fritada se cocina a fuego lento durante aproximadamente 2 a 3 horas, lo que resulta en una textura seca y casi negra.

El proceso de deshidratación permite que la fritada se mantenga a temperatura ambiente durante varios días (3 a 4 días) sin necesidad de refrigeración.

Las papas se cocinan con su cáscara en agua, junto con sal y cebolla. Además de las papas, también se incluyen el tostado y el ají de piedra.

### **6.3.12 Uso del cajón**

La idea de mantener las fritadas en un cajón tiene como objetivo mantenerlas calientes y protegidas del polvo y otros elementos externos. El cajón es una estrategia para conservar el calor y asegurar que la fritada se mantenga caliente hasta el momento de ser consumida.

Para solucionar este problema, se comenzaron a utilizar cajones con cristal para mostrar la fritada y protegerla del humo, lo que se convirtió en una práctica común tanto para los vendedores ambulantes como para los locales establecidos.

**Figura 7**

*Revista El arte de las fritadas de cajón*



## INTRODUCCIÓN

Las fritadas de cajón son un plato tradicional de la cocina ecuatoriana que se caracteriza por su sabor y textura únicos. Su elaboración implica freír trozos de cerdo en su propia grasa, resultando en una carne jugosa y crujiente. Este plato se sirve con acompañamientos de papas cocinadas, tostado y ají de piedra. La carne se sazona con especias como ajo, comino y sal, y se cocina a fuego lento para permitir que se dore y se vuelva crujiente.



## MACRO LOCALIZACIÓN



El estudio se realizó en Sudamérica, Ecuador que está ubicado en un continente que se encuentra en el hemisferio occidental del planeta. Ecuador, por su parte, es un país ubicado en la región noroeste de Sudamérica, limitando al norte con Colombia, al este y al sur con Perú, y al oeste con el océano Pacífico.

## MICRO LOCALIZACIÓN



El estudio se llevó a cabo en la ciudad de Ibarra, capital de la provincia de Imbabura, recientemente denominada como Geoparque Mundial de la UNESCO. Ibarra es una ciudad situada en el norte de Ecuador, en la provincia de Imbabura.

## IBARRA

Ibarra se encuentra en la región interandina de Ecuador, en el Valle del Chota, rodeada por montañas y paisajes pintorescos. Está a aproximadamente 100 kilómetros al norte de Quito, la capital de Ecuador. Ibarra tiene una rica historia que se remonta a la época precolombina, siendo habitada por diferentes culturas indígenas. Durante la época colonial española, fue parte de la Real Audiencia de Quito. La ciudad ha sido escenario de varios eventos históricos y desempeñó un papel importante en la lucha por la independencia de Ecuador.



### Cultura y atractivos turísticos

Ibarra es conocida por su arquitectura colonial bien conservada y su ambiente relajado. Algunos lugares de interés incluyen: La Basílica de La Inmaculada, El Parque La Merced, Lago Yahuarcocha.



La basílica de la Inmaculada



Parque la merced



Yaguarcocha

## GASTRONOMÍA

Ibarra y la provincia de Imbabura son conocidas por su deliciosa gastronomía. Platos como la fritada (carne de cerdo frita), la colada morada (bebida dulce a base de maíz morado) y las empanadas de morocho (maíz tierno) son populares en la región.

### Tradiciones:

**Inti Raymi:** Esta es una festividad indígena que celebra el solsticio de invierno en el hemisferio sur. Se realiza en el solsticio de junio y está marcada por ceremonias y rituales en honor al sol y la naturaleza.

**Fiestas de San Juan:** Se celebran en junio en honor a San Juan Bautista. Durante estas festividades, se realizan eventos religiosos, procesiones, danzas y actividades tradicionales.

**Fiestas de La Merced:** Se llevan a cabo en septiembre en honor a la Virgen de La Merced, la patrona de Ibarra. Las festividades incluyen misas, procesiones, ferias y actividades culturales.



## PLATOS TÍPICOS

**Yahuarlocro:** Una sopa espesa hecha a base de papas, sangre cocida, cebolla, ajo, pimientos y hierbas aromáticas. Es un plato emblemático de la región y tiene un sabor único y reconfortante.

**Fritada:** Un plato popular en todo Ecuador y también en Ibarra. Consiste en carne de cerdo frita y sazonada, servida con mote, llapingachos (tortillas de papa) y ensalada.

**Cuy Asado:** El cuy, también conocido como conejillo de indias, es un plato tradicional en la región andina. Se cocina asado y se sirve con papas y ensalada.

**Helados de Paila:** Ibarra es famosa por sus helados artesanales preparados en una paila de cobre. Estos helados vienen en una variedad de sabores locales y tradicionales. derlas, "viento" en referencia al aire.



**Choclo con Queso:** El choclo es el maíz tierno y dulce. En Ibarra, es común servir choclo cocido con queso fresco y, a veces, acompañado de una salsa de maní.

**Bollos de Leche:** Panecillos suaves y dulces hechos con leche y manteca, a menudo servidos con queso fresco.

**Empanadas de Morocho:** Empanadas rellenas de morocho, que es maíz tierno molido. Pueden ser rellenas de sabores dulces o salados.

**Empanadas de Viento:** Estas empanadas son crujientes y ligeras, rellenas de queso. Su nombre proviene del hecho de que su relleno se voltea al morderlas, "viento" en referencia al aire.



## FRITADA DE CAJÓN

Las fritadas de cajón son un plato tradicional de la cocina ecuatoriana que se caracteriza por su sabor y textura únicos. Su elaboración implica freír trozos de cerdo en su propia grasa, resultando en una carne jugosa y crujiente. Este plato se sirve con acompañamientos como papas cocinadas, tostado y ají de piedra. Los aspectos importantes de las fritadas de cajón incluyen la elección adecuada de la carne de cerdo, preferiblemente de cerdos jóvenes, para obtener una textura tierna. La carne se sazona con especias como ajo, comino y sal, y se cocina a fuego lento para permitir que se dore y se vuelva crujiente. El mantener en el cajón permite que los sabores de las especias y el adobo se impregnen profundamente en la carne y mantenga caliente y fresco.



El nombre de la revista se escogió porque tiene el potencial de evocar una apreciación profunda y respetuosa por este plato tradicional y puede atraer a lectores interesados en explorar y aprender más sobre la gastronomía y la cultura de la ciudad de Ibarra.

**Objetivo:** La revista digital busca promover y preservar la tradición culinaria de las fritadas de cajón en Ibarra, resaltando su valor cultural e histórico, desde su origen hasta su significado actual en la identidad local. Su propósito es educar sobre la cultura andina y la importancia de las fritadas de cajón, creando un puente generacional entre personas mayores y jóvenes interesados en aprender sobre esta tradición culinaria.

#### Introducción

Las fritadas de cajón, es un plato tradicional que se vendía en covachas en la ciudad de Ibarra en los años 60. Estas fritadas eran muy populares, el humo de los carros cercanos afectaba la comida que se transportaba en canastos por lo cual se comenzó a utilizar cajones de cristal para mostrar la fritada y protegerla del humo. La fritada es un plato típico de Ecuador y sus orígenes se remontan a la época del colonialismo español. La carne de cerdo se cocina en agua hirviendo con condimentos varios y luego se frie con la grasa del cerdo en una paila de bronce.



## HISTORIA DE LA FRITADA DE CAJÓN

Se menciona que, a principios de 1900, los indígenas migraron desde Peguche, Quinchuquí y Agato hacia las ciudades importantes del norte de Ecuador y Sur de Colombia debido a la sequía en las faldas del Imbabura. Durante este periodo, la venta de la fritada se convirtió en una forma de sobrevivencia, y la habilidad y destreza en la preparación de los productos cárnicos se convirtieron en una manifestación cultural y económica. La fritada se convirtió en un símbolo de la identidad indígena de Ibarra y su importancia se reflejó en la aparición de lugares gastronómicos que exhibían la fritada en la calle, mostrando así su pervivencia y popularidad. Con su llegada, esta carne se fusionó con los platos ancestrales, dando origen a nuevas preparaciones como el hornado y la fritada, que se han convertido en los favoritos de la población. Se sabe que se comenzó a vender fritada, papas y tostado en unas lavacaras en la Merced, alrededor del año 1960.

Las fritadas de cajón son un plato tradicional de la cocina ecuatoriana que se caracteriza por su sabor y textura únicos. Su elaboración implica freír trozos de cerdo en su propia grasa, resultando en una carne jugosa y crujiente. Este plato se sirve con papas cocinadas, tostado y aji de piedra. Los aspectos importantes de las fritadas de cajón incluyen la elección adecuada de la carne de cerdo, preferiblemente de cerdos jóvenes, para obtener una textura tierna. La carne se sazona con especias como ajo, comino y sal y se cocina a fuego lento para permi-



La diferencia de estas fritadas radica en el uso de achiote, que le otorga un color rojo intenso y un sabor más fuerte. Lo que realmente las distingue es la absorción de sabores que ocurre cuando se guarda y se deja que el vapor impregne los ingredientes en el cajón. El primer secreto está en la preparación, porque la fritada es previamente sancochada. Tiene que cocinarse los pedazos de carne y, luego, viene la fritura con la propia grasa del cerdo.

Se enfatiza el uso de ingredientes simples pero esenciales, como la cebolla, ajo, sal y achiote. Su preparación se basa en cocinar la carne con trozos de cebolla colorada y cebolla blanca con ajo, sal y comino.

Los ingredientes principales: carne de chanco, cebolla larga, ajo y sal, la fritada se prepara en una paila, lo que hace que sea más seca. El primer secreto está en la preparación, porque la fritada es previamente sancochada. Recuerda cómo su abuelita solía cocinar con leña y utilizaba una paila de bronce grande. Los ingredientes primordiales para hacer la fritada son la cebolla, sal y ajo.



Los ingredientes adicionales del plato, como el tostado, las papas con cáscara y el aji de piedra. El segundo secreto, es el de la condimentación, compuesta por: ajo y achiote, y al último la cebolla blanca. El tercer secreto está en la movida de la carne en la paila de bronce que permite que la fritada esté en su punto. Se sirve la fritada con papas, tostado y aji.

Existen dos tipos de preparaciones, una corta en cubitos y marina con jugo de naranja agria por dos horas. Ambas cocinan con ajo, comino, cebolla y achiote, obteniendo fritadas oscuras. Usan carne a temperatura ambiente, evitando refrigeración. La fritada de cajón dentro de su método de cocción es diferente, posee una textura seca y viene acompañada de papas con cáscara, un tradicional aji y tostado. tir que se dore y se vuelva crujiente. Es un plato que refleja la herencia y la identidad gastronómica del país.



### COSMOVISION ANDINA

Los indígenas realizaban rituales desde tempranas horas de la mañana, trabajando con velas o fuego de leña debido a la falta de electricidad. Se menciona la faena del cerdo a las 4:00 de la mañana y la creencia en manifestaciones oníricas o sueños que influyen el proceso.

### INGREDIENTES

Las fritadas de cajón tradicionales se preparan solo con ajo, sal, naranja agria, comino, cebolla puerro y cebolla paiteña. Las papas se cocinan con su cáscara en agua, incluye el tostado y el aji de piedra.

### USO DEL CAJÓN

La idea de mantener las fritadas en un cajón tiene como objetivo mantenerlas calientes y protegidas del polvo y otros elementos externos. El cajón es una estrategia para conservar el calor y asegurar que la fritada se mantenga caliente hasta el momento de ser consumida.

Para solucionar este problema, se comenzaron a utilizar cajones con cristal para mostrar la fritada y protegerla del humo, lo que se convirtió en una práctica común tanto para los vendedores ambulantes como



### PREPARACION

Las dos señoras tienen diferentes métodos de preparación. Una de las señoras corta la fritada en cubitos y la marina en jugo de naranja agria durante aproximadamente dos horas. Luego, ambas señoras cocinan la fritada en agua añadiendo ajo, comino, sal y cebolla larga. Al final, agregan un poco de achiote para darle color a las fritadas, que resultan en un tono negro u oscuro.

La fritada se cocina a fuego lento durante aproximadamente 2 a 3 horas, lo que resulta en una textura seca y casi negra.

El proceso de deshidratación permite que la fritada se mantenga a temperatura ambiente durante varios días (3 a 4 días) sin



## CRÉDITOS

Ramiro Males Terán  
Lorena Arellano  
Sandra Cotacachi  
Yolanda Males  
Raúl Cevallos  
Nancy Cotacachi

**Autor: Donato Guerrero**  
**Asesor: Dayané Arroyo**

**Figura 8** Código QR:



### **6.3.13 Créditos:**

Msc. Gonzalo Rubio

Sr. Ramiro Males Terán

Msc. Lorena Arellano

Sra. Sandra Cotacachi

Sra. Yolanda Males

Sr. Raúl Cevallos

Sra. Nancy Cotacachi

**Autor:** Donato Guerrero

**Asesor:** Msc. Dayané Arroyo

### **6.3.14 Resultados de la validación**

Para validar el documento se realizó una ficha digital la cual se presentó a tres docentes de gastronomía: Mgs. Dayané Arroyo, Mgs. Ronny Soriano y Mgs. Lorena Arellano, quienes luego de revidar la revista, proporcionaron sus puntos de vista, lo que se muestra en la tabla 4.

**Tabla 4***Resultados de la validación*

<b>Actividad a Evaluar</b>	<b>Resultado</b>	<b>Observaciones</b>
Diseño	Los tres docentes comentan que el diseño tiene una calificación de <b>“muy bueno”</b> debido a que la explicación fue clara y precisa.	
Contenido: información general, tipografía, recetas	Los tres docentes señalan que el contenido, la información, tipografía y recetas que se investigó tiene una cualificación de <b>“muy bueno”</b> porque la información es muy valiosa y se comprende bastante.	Mejorar el tipo de letra
Fotografías	Los tres docentes indican que las fotografías que están en la revista tienen una calificación de <b>“muy bueno”</b> y <b>“excelente”</b> debido a que son imágenes muy llamativas.	
Organización	Los tres docentes mencionan que la organización de la revista tiene una calificación de <b>“muy bueno”</b> y <b>“excelente”</b> porque tiene información concreta y bien estructurado, teniendo así un principio y un buen final	

Luego de revisar las fichas se tiene como resultado que la revista es aceptada por los tres docentes, de quienes uno de ellos indicó solamente que se debería mejorar la tipografía, lo cual se tomará en cuenta para la edición final.

## 7. CONCLUSIONES

- A través de la recopilación y organización de información detallada sobre la historia y modo de preparación de este platillo emblemático, se han sentado las bases para despertar el interés y reconocimiento hacia esta tradición culinaria.
- El desarrollo de este catálogo digital ha sido un paso fundamental para lograr el objetivo de rescatar la gastronomía y comprender la historia e importancia de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra. A través de este proyecto, se ha podido apreciar la riqueza cultural y culinaria que rodea a este icónico plato típico.
- El plato se ha presentado de la misma forma durante 60 años, no ha tenido cambios ni se ha documentado la receta. Cada local tiene su propia forma de preparación.
- La investigación de la historia y origen de las fritadas de cajón se ha destacado como un componente fundamental para enriquecer nuestra comprensión de este plato tradicional. Este estudio sienta los cimientos necesarios para impulsar la apreciación y revitalización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra.
- La revista digital promueve la gastronomía de Ibarra, compartiendo su historia y cultura, fomentando la valoración de la cocina local.

## 8. RECOMENDACIONES

- Fomentar la recopilación de información acerca de los platillos endémicos del sector, puesto que los secretos y tradiciones gastronómicas y culinarias se pierden conforme envejecen las generaciones que se dedicaban a estas preparaciones.
- Incorporar cursos y capacitaciones dentro de la malla académica de Gastronomía sobre el uso de aplicaciones digitales para la elaboración de marketing digital y nuevas tecnologías para la recopilación y promoción de recetas y prácticas alimentarias.
- Fomentar la recopilación de información sobre las tradiciones culinarias de la provincia de Imbabura puesto que esta provincia es rica en procesos culinarios ancestrales los cuales se pierden paulatinamente con el surgimiento de nuevos procesos gastronómicos.
- Promover el desarrollo de investigaciones relacionadas con la recopilación de saberes ancestrales referentes a las tradiciones gastronómicas de la ciudad de Ibarra, de ser posible focalizar recursos para la preservación por medios digitales de los saberes que corren el riesgo de perderse conforme envejecen las generaciones que conocen estas prácticas tradicionales.
- Establecer programas educativos y talleres que fomenten la transmisión de saberes ancestrales a las nuevas generaciones, involucrando a los expertos cocineros y a la comunidad en general.
- Promover eventos y festivales gastronómicos dedicados a las fritadas de cajón podría aumentar la conciencia pública y el interés en esta tradición, contribuyendo a su sostenibilidad a largo plazo y asegurando que las generaciones futuras sigan disfrutando de su riqueza cultural y culinaria.

## 9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agricultura.gob.ec. (19 de marzo de 2021). *agricultura.gob.ec*. Recuperado el 12 de febrero de 2023, de agricultura.gob.ec: <https://www.agricultura.gob.ec/proyecto-promueve-la-riqueza-productiva-y-gastronomica-del-ecuador/#>
- ARBOLEDA, M. E. (2018). “*PLAN DE NEGOCIOS PARA LA AMPLIACIÓN DEL SALÓN FRITADAS EL JUNCAL, PROVINCIA DE IMBABURA*. Ibarra. Recuperado el Febrero de 2018, de <http://dspace.pucesi.edu.ec/bitstream/11010/111/1/2.%20PROYECTO%20DE%20INV%20ESTIGACION.pdf>
- Arias, J., & Calderón, A. (2016). *Gastronomía de Imbabura como patrimonio cultural e inmaterial del Ecuador, en la parroquia San Rafael de la laguna del cantón Otavalo*. Ibarra, Ecuador: Universidad técnica del norte. Recuperado el 17 de Enero de 2023, de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/5419/1/02%20LGAS%20020%20TESIS%20DE%20GRADO%20.pdf>
- Brucil, S. (2019). *Sabores de Ibarra. Micro documentales sobre su gastronomía*. Quito, Ecuador: Universidad Tecnológica Israel. Recuperado el 18 de Enero de 2023, de <http://repositorio.uisrael.edu.ec/bitstream/47000/2029/1/UISRAEL-EC-P.TM-378.242-2019-005.pdf>
- Camacho, M., & Landázuri, M. (2010). *Investigación y puesta en valor cultural de los recursos gastronómicos del Ecuador*. Quito, Ecuador: Universidad Técnica Particular de Loja. Recuperado el 20 de Enero de 2023, de [https://www.usfx.bo/nueva/vicerrectorado/citas/TECNOLOGICAS\\_20/Mecanica\\_Industrial/61.pdf](https://www.usfx.bo/nueva/vicerrectorado/citas/TECNOLOGICAS_20/Mecanica_Industrial/61.pdf)
- Coloma, C. (2010). *La comida tradicional del Perú en la obra de Ricardo Palma*. Lima, Lima, Perú: Centro Nacional de Información Cultural. Recuperado el 14 de Enero de 2023, de

<https://repositorio.cultura.gob.pe/bitstream/handle/CULTURA/224/CONTINUIDAD%20CULTURAL%202016%20A.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Cuzco, J. (2017). *Estudio de la gastronomía del cantón Píllaro provincia de Tungurahua como elemento turístico y cultural*. Riobamba, Ecuador: Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Recuperado el 15 de Enero de 2023, de <http://dspace.espech.edu.ec/bitstream/123456789/11506/1/84T00558.pdf>
- Espin Del Salto, C. E. (09 de Junio de 2011). <http://repositorio.ug.edu.ec/>. Recuperado el 14 de Enero de 2023, de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/2595/1/Gs015.pdf>
- Fernández, & González. (01 de 06 de 2018). *issuu.com*. Recuperado el 22 de de julio de 2023, de [issuu.com: https://issuu.com/profefer/docs/revista\\_de\\_cocina\\_nacional.docx](https://issuu.com/profefer/docs/revista_de_cocina_nacional.docx)
- García. (22 de de enero de 2018). *espe.edu.ec*. Recuperado el 27 de de julio de 2023, de [espe.edu.ec: https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/35675/1/T-ESPEL-ITH-0231.pdf](https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/35675/1/T-ESPEL-ITH-0231.pdf)
- Gutiérrez y Ramírez. (2019). La Carne de Cerdo de Capa Blanca. *Interprofesional*, 6. Recuperado el 22 de de abril de 2023, de [https://interporc.com/wp-content/uploads/2016/12/SLA\\_BO\\_revistacientifica\\_07102015\\_008.pdf](https://interporc.com/wp-content/uploads/2016/12/SLA_BO_revistacientifica_07102015_008.pdf)
- Inen. (2013). *Código de práctica ecuatoriano*. CPE INEN-CODEX . Recuperado el 13 de febrero de 2023, de [https://www.normalizacion.gob.ec/buzon/normas/cpe\\_inen\\_codex\\_cac\\_gl\\_32.pdf](https://www.normalizacion.gob.ec/buzon/normas/cpe_inen_codex_cac_gl_32.pdf)
- Intriago, Y. (2020). *Estudio de la oferta de gastronomía típica ecuatoriana en la ciudad de Guayaquil para el diseño de un restaurante bufé*. Guayaquil, Ecuador: Universidad de Guayaquil. Recuperado el 17 de Enero de 2023, de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/38965/1/Yerimen%20Estefania%20Intriago%20Bravo.pdf>

- Jimenez, M., & Pacheco, M. (2011). *Proyecto de implementación de un restaurante para la promoción cultural de la gastronomía típica de la Sierra ecuatoriana en el ciudad de Quito*. Quito, Ecuador: Universidad Politécnica Salesiana. Recuperado el 17 de Enero de 2023, de <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/1488/9/UPS-ST000614.pdf>
- La Hora. (28 de Septiembre de 2015). La fritada de cajón, el mejor plato típico ibarreño. *lahora.com.ec*, pág. 1. Recuperado el 22 de Enero de 2023, de <https://www.lahora.com.ec/noticias/la-fritada-de-caj-n-el-mejor-plato-t-pico-ibarre-o/>
- La Hora. (07 de Enero de 2019). Fritadas de cajón, toda una tradición en Ibarra. pág. 2. Recuperado el 22 de Enero de 2023, de <https://www.lahora.com.ec/noticias/fritadas-de-cajon-toda-una-tradicion-en-ibarra/>
- Lee, K. (02 de de abril de 2019). *arxiv.org*. Recuperado el 02 de agosto de 2023, de [arxiv.org: https://arxiv.org/abs/1904.05441](https://arxiv.org/abs/1904.05441)
- Ley Organica de Cultura. (30 de de Diciembre de 2016). *presidencia.gob.ec*. Recuperado el 15 de enero de 2023, de [presidencia.gob.ec: https://www.presidencia.gob.ec/wp-content/uploads/2017/08/a2\\_LEY\\_ORGANICA\\_DE\\_CULTURA\\_julio\\_2017.pdf](https://www.presidencia.gob.ec/wp-content/uploads/2017/08/a2_LEY_ORGANICA_DE_CULTURA_julio_2017.pdf)
- LEY ORGÁNICA DEL RÉGIMEN DE LA SOBERANÍA ALIMENTARIA. (2011). *LEY ORGÁNICA DEL RÉGIMEN DE LA SOBERANÍA ALIMENTARIA*. Ecuador. Recuperado el 13 de Febrero de 2023, de <https://www.soberaniaalimentaria.gob.ec/pacha/wp-content/uploads/2011/04/LORSA.pdf>
- López , & Hernández . (12 de 07 de 2020). *dspace*. Recuperado el 2023 de de julio de 22, de [dspace: https://dspace.pucesi.edu.ec/bitstream/11010/111/1/2.%20PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N.COMIDA%20TIPICA%20IMBABURA.pdf](https://dspace.pucesi.edu.ec/bitstream/11010/111/1/2.%20PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N.COMIDA%20TIPICA%20IMBABURA.pdf)
- Lopez. (2014). Gastronomía de la Parroquia Sagrario. *Entrevistador*. Recuperado el 21 de Abril de 2014, de

<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/6770/1/02%20LGAS%20033%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

López, E. (2015). “*VALORAR LA GASTRONOMÍA DE LA PARROQUIA EL SAGRARIO DEL CANTÓN IBARRA PROVINCIA DE IMBABURA*. IBARRA, IMBABURA, ECUADOR. Recuperado el ABRIL de 2015, de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/6770/1/02%20LGAS%20033%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

López, E. (12 de junio de 2015). *Repositorio.utn.edu.ec*. Recuperado el 15 de de enero de 2023, de *Repositorio.utn.edu.ec*: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/6770/1/02%20LGAS%20033%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

Lopez, E. (2015). *Valorar la gastronomía de la parroquia el Sagrario del cantón Ibarra, provincia de Imbabura 2015*. Ibarra. Recuperado el Abril de 2015, de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/6770/1/02%20LGAS%20033%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

Lopez, E. (s.f.). VALORAR LA GASTRONOMÍA DE LA PARROQUIA EL SAGRARIO DEL CANTÓN IBARRA, PROVINCIA DE IMBABURA . Recuperado el 23 de Enero de 2017, de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/6770/1/02%20LGAS%20033%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

Ortiz, P. (05 de enero de 2019). *La Hora*. (M. y. Verdades, Productor) Recuperado el 10 de enero de 2022, de <https://lahora.com.ec/loja/noticia/1102212699/lacarne-de-cerdo-mitos-y-verdades->

Ramírez. (01 de de abril de 2019). *pucesi.edu.ec*. Obtenido de *pucesi.edu.ec*: <https://dspace.pucesi.edu.ec/bitstream/11010/111/1/2.%20PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION.pdf>

- Ramírez, & Gutiérrez. (08 de febrero de 2018). *pucesi.edu.ec*. Recuperado el 22 de de julio de 2023, de [pucesi.edu.ec](https://dspace.pucesi.edu.ec/bitstream/11010/111/1/2.%20PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf):  
<https://dspace.pucesi.edu.ec/bitstream/11010/111/1/2.%20PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf>
- Real Academia Española. (08 de 2023). Fritar. *Fritar*. Madrid, Madrid, España. Obtenido de <https://dle.rae.es/fritar>
- Reyes , M., & Martínez, S. (2018). *Sobre la composición nutrimental de la gastronomía típica ecuatoriana*. Guayaquil, Ecuador: Escuela Superior Politécnica del Litoral.  
Recuperado el 17 de Enero de 2023, de <file:///C:/Users/USER/Downloads/603-1335-1-PB.pdf>
- Santillán, J. C. (2015). *Diseño del corredor gastronomico de la ciudad de Riobamba para dinamizar el turismo*. Riobamba, Ecuador: Univesidad Nacional de Chimborazo.  
Recuperado el 14 de Enero de 2023, de *Diseño del corredor gastronomico de la ciudad de Riobamba para dinamizar el turismo*:  
<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/775/1/UNACH-EC-IG.TUR-2015-0028.pdf>
- Santos, M. (2015). *Utilización de productos nativos de la parroquia San Juan como una alternativa gastronomico con proceso de valor agregado, Riobamba 2015*. Riobamba, Ecuador: Universidad superior politecnica de Chimborazo . Recuperado el 20 de Enero de 2023, de <http://dspace.esPOCH.edu.ec/bitstream/123456789/10764/1/84T00414.pdf>
- Vargas. (14 de de diciembre de 2021). *esPOCH.edu.ec*. Recuperado el 22 de de julio de 2023, de [esPOCH.edu.ec](http://dspace.esPOCH.edu.ec):  
<http://dspace.esPOCH.edu.ec/bitstream/123456789/9459/1/84T00106.pdf>
- Zúñiga, M. d. (2021). *Análisis de la oferta de platos tipicos y el turismo gastronomico del canton Jujan*. Babahoyo: Universidad Técnica de Babahoyo. Recuperado el 14 de Enero de 2023, de <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/9923/E-UTB-FCJSE-HTURIS-000200.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

## 10. ANEXOS

### Guion de preguntas para un Chef

**Pregunta 1:** ¿Cuáles son los ingredientes principales que se utilizan en las fritadas de cajón en Ibarra? ¿Hay alguna variante regional en la elección de ingredientes?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	Las fritadas de cajón son una de las tradiciones culinarias más antiguas de Ibarra. Los ingredientes clásicos incluyen cebolla blanca o larga, ajo, sal y comino. Aunque existen variantes en otros lugares con diferentes ingredientes como pimienta y naranja agria, las fritadas de cajón tradicionales se preparan solo con ajo, sal, comino y cebolla blanca. Estas fritadas se encuentran en la antigua entrada de Ibarra, protegidas en cajitas de madera para preservar su calidad y evitar que se contaminen con el polvo de las calles de tierra.	Gastronomía tradicional	Plato típico	Las fritadas son un tesoro culinario arraigado en la tradición de Ibarra. Su sencilla pero auténtica combinación de ingredientes clásicos revela un sabroso legado culinario. Aunque se han desarrollado variantes en diferentes lugares, es fascinante que las fritadas de cajón tradicionales se mantengan fieles a su receta original.

**Pregunta 2:** ¿Cuál es el proceso de preparación de las fritadas de cajón? ¿Hay técnicas o secretos especiales que se utilicen para lograr el sabor y la textura distintivos?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	Las dos señoras tienen diferentes métodos de preparación. Una de las señoras corta la fritada en cubitos y la marina en jugo de naranja agria durante aproximadamente dos horas. Luego, ambas señoras cocinan la fritada en agua añadiendo ajo, comino, sal y cebolla larga. Al final,	Culinaria y gastronomía	Técnicas de preparación	Estas fritadas se distinguen por ser secas y duras, ya que la carne se deshidrata por completo. A diferencia de otras fritadas que son jugosas, este método de

	<p>agregan un poco de achiote para darle color a las fritadas, que resultan en un tono negro u oscuro.</p> <p>Estas fritadas se caracterizan por ser secas y duras, ya que se deshidrata completamente la carne. A diferencia de otras fritadas que son jugosas, este método de deshidratación permite que la fritada se conserve durante más tiempo sin perder su calidad.</p>			<p>deshidratación permite que la fritada se conserve durante más tiempo sin comprometer su calidad.</p>
--	---	--	--	---

**Pregunta 3:** ¿Cuáles son los acompañamientos y condimentos tradicionales que se sirven con las fritadas de cajón en Ibarra y cómo se complementan con el plato principal?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	<p>Los acompañamientos tradicionales de la fritada de cajón. Estos incluyen diferentes variedades de papas, como la Gabriela, Cecilia y la Chola pequeña. Las papas se cocinan con su cáscara en agua, junto con sal y cebolla. Además de las papas, también se incluyen el tostado y el ají de piedra como acompañamientos comunes para las fritadas de cajón. Estos elementos son los únicos que se suelen servir junto a las fritadas de cajón.</p>	Gastronomía/Platos principales	Acompañamientos	<p>Suelen acompañar a la fritada de cajón la carne, papas, tostado y ají de piedra, estos elementos son los únicos que se suelen servir junto a las fritadas de cajón, brindando una experiencia culinaria auténtica y sabrosa.</p>

**Pregunta 4:** ¿Qué tipo de adobos o marinados se utilizan para sazonar la carne en las fritadas de cajón? ¿Hay alguna receta o combinación de especias tradicionalmente empleada?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
--------	------------	-----------	--------------	-----------------------------

<b>E1</b>	Las señoras agregan solo sal y jugo de naranja agria a la fritada, mientras que la otra coloca los trozos de fritada en una sartén con agua, sal, ajo y cebolla para comenzar a cocinar. Sin embargo, ambas señoras tienen en común que utilizan la carne a temperatura ambiente, evitando tanto el uso de carne semi congelada como refrigerada.	Gastronomía/Preparación de alimentos.	Técnicas de cocción y manipulación de ingredientes.	Una señora resalta los sabores ácidos y salados con el jugo de naranja agria y la sal, la otra busca un proceso de cocción más completo al añadir agua, ajo y cebolla. Sin embargo, ambos métodos destacan la importancia de trabajar con carne a temperatura ambiente para lograr el resultado deseado.
-----------	---	---------------------------------------	---	--

**Pregunta 5:** ¿Cuál es el tiempo de cocción ideal para obtener una fritada de cajón perfecta?

¿Hay algún consejo para lograr una textura crujiente por fuera y jugosa por dentro?

<b>Código</b>	<b>Respuestas</b>	<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Comentario del investigador</b>
<b>E1</b>	La fritada se cocina a fuego lento durante aproximadamente 2 a 3 horas, lo que resulta en una textura seca y casi negra. El interior de la fritada es muy seco debido a que se deshidrata por completo, lo cual contribuye a su larga conservación. Los ingredientes como el ajo, la cebolla y el achiote ayudan a preservarla. Las señoras que preparan la fritada solían usar cajas de madera, pero ahora usan cajas de aluminio debido a	Gastronomía/Platos principales	Métodos de cocción y conservación	Los ingredientes utilizados en su preparación ayudan a preservarla. El proceso de deshidratación, la fritada se puede mantener a temperatura ambiente durante varios días sin refrigeración.

	que la grasa de la fritada se pegaba y generaba un olor desagradable en las cajas de madera. El proceso de deshidratación permite que la fritada se mantenga a temperatura ambiente durante varios días (3 a 4 días) sin necesidad de refrigeración.			
--	--	--	--	--

### Guion para un Historiador

**Pregunta 1:** ¿Cuál es el origen histórico de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo ha evolucionado esta tradición a lo largo del tiempo?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	Las fritadas de cajón, un plato tradicional vendido en puestos ambulantes y covachas en la ciudad de Ibarra en los años 70. Estas fritadas eran muy populares, pero el humo de los carros cercanos afectaba la comida que se transportaba en canastos. Para solucionar este problema, se comenzaron a utilizar cajones con cristal para mostrar la fritada y protegerla del humo, lo que se convirtió en una práctica común tanto para los vendedores ambulantes como para los locales establecidos.	Gastronomía/Comida callejera	Historia y evolución de los platos tradicionales	A pesar de su popularidad, se enfrentaron a un desafío. Sin embargo, se encontró una solución ingeniosa: la utilización de cajones con cristal para exhibir y proteger las fritadas del humo. La adaptabilidad y la búsqueda de soluciones creativas permitieron preservar la calidad y la presentación atractiva de las fritadas de cajón en un entorno desafiante.

<p><b>E2</b></p>	<p>La historia y la evolución de la fritada en la ciudad de Ibarra. Se menciona que a principios de 1900, los indígenas migraron desde Peguche, Quinchuqui y Agato hacia las ciudades importantes del norte de Ecuador y sur de Colombia debido a la sequía en las faldas del Imbabura. Durante este período, la fritada se convirtió en una forma de sobrevivencia, y la habilidad y destreza en la preparación de los productos cárnicos se convirtieron en una manifestación cultural y económica.</p> <p>Se destaca la importancia de las especias en la gastronomía, y se menciona cómo la habilidad y el conocimiento culinario de los indígenas se fusionaron con especias como el achiote, ajo y cebolla para darle un sabor especial a la fritada. Además, se hace hincapié en que los indígenas de Ibarra establecieron vínculos interculturales al casarse con personas mestizas y vender sus productos en el mercado, lo que generó un mestizaje único en la provincia de Imbabura.</p> <p>La fritada se convirtió en un símbolo de la identidad indígena de Ibarra y su importancia se reflejó en la</p>	<p>Gastronomía/Platos tradicionales</p>	<p>Historia y evolución de la gastronomía local</p>	<p>A medida que los indígenas migraban debido a la sequía en las faldas del Imbabura, la fritada se convirtió en una forma de sobrevivencia y en una manifestación cultural y económica. La destreza y el conocimiento culinario de los indígenas se fusionaron con especias como el achiote, ajo y cebolla, aportando un sabor especial a este plato icónico.</p> <p>La fritada no solo representaba la identidad indígena de Ibarra, sino que también fomentaba vínculos interculturales a través de matrimonios mixtos y la venta de productos en el mercado. Este mestizaje único en la provincia de Imbabura se reflejaba en la aparición de lugares gastronómicos que exhibían la fritada y en la adaptación de nuevos elementos como la tortilla, chorizo, aguacate,</p>
------------------	---	---	---	---

	<p>aparición de lugares gastronómicos que exhibían la fritada en la calle, mostrando así su pervivencia y popularidad. A lo largo del tiempo, se incorporaron nuevos elementos como la tortilla, chorizo, aguacate, lechuga y tomate, adaptándose a los cambios y preferencias culinarias.</p> <p>En resumen, el texto nos brinda un recorrido histórico y cultural de la fritada en Ibarra, destacando su importancia como símbolo de identidad indígena, su relación con las especias y su adaptación a lo largo del tiempo.</p>			<p>lechuga y tomate, siguiendo las preferencias cambiantes de la culinaria local.</p>
--	--	--	--	---

**Pregunta 2:** ¿Cuál es el significado cultural y simbólico de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	<p>La introducción del cerdo en la cocina local después de la llegada de los españoles. Se menciona que antes no se consumía cerdo, pero con su llegada, esta carne se fusionó con los platos ancestrales, dando origen a nuevas preparaciones como el hornado y la fritada, que se han convertido en los favoritos de la población. Se resalta que esta fusión de la cocina europea con la</p>	Gastronomía/Platos tradicionales	Influencia de la cocina europea en la gastronomía local	<p>Esta fusión de la cocina europea con la local ha generado un nuevo aspecto cultural en la región. La disponibilidad de carne de cerdo en diferentes formas, ya sea obtenida a través de la faena en casa o en el camal, ha facilitado su acceso y ha contribuido a la</p>

	<p>local ha generado un nuevo aspecto cultural, aunque no sea ancestral en sí mismo. La crianza de cerdos se ha adoptado en terrenos de indígenas y otras personas, a pesar de ser complicada debido a las enfermedades, pero los cerdos tienen la ventaja de poder comer casi cualquier cosa. En el pasado, en las décadas de los 80 y 90, los cerdos se alimentaban de agua sucia y desperdicios de restaurantes y hoteles, pero en la actualidad se les suministra alimento balanceado y apropiado para ellos.</p> <p>Con la disponibilidad de carne de cerdo en diferentes formas, ya sea faenada en casa o en el camal, se volvió fácil obtener esta carne, lo que explica por qué la preparación de la fritada ha perdurado y se ha convertido en uno de los platos preferidos, especialmente para el autor del texto, quien la considera su favorita entre todos los platos tradicionales de la región.</p>			<p>persistencia de la preparación de la fritada, convirtiéndola en uno de los platos preferidos de la ciudad.</p>
<b>E2</b>	<p>La fritada como un símbolo e ícono de la identidad andina kichwa, que ha permitido a los migrantes demostrar su capacidad y alcanzar un estatus de vida y categoría elevados. Muchos de ellos han tenido</p>	<p>Identidad cultural</p>	<p>Gastronomía tradicional y su impacto en la comunidad</p>	<p>Destaca cómo esta preparación ha permitido a los migrantes demostrar sus habilidades y lograr un estatus de vida destacado, incluso</p>

<p>la oportunidad de estudiar en Europa y se han destacado en diferentes campos, como la academia y la investigación. Se destaca la ausencia de racismo en Ibarra y el acceso a una educación valorada en la provincia de Imbabura.</p> <p>La fritada se ha convertido en un medio de sustento para muchos, con tortillerías y producción de productos cárnicos que abastecen a la provincia. También se menciona la fritada de Amazonas de la mama Michelina, reconocida a nivel nacional e internacional. Aunque no esté documentado, se hacen referencia a testimonios de personas mayores, como Juan Ruales, y se mencionan apellidos como Maldonado, Terán, Cachinguango, Farinango, Morales, Males, entre otros, que han vivido de la fritada y han transmitido esta tradición a través de generaciones.</p> <p>Se destaca el patrimonio de longevidad en la comunidad, con personas indígenas que superan los 90 años. Su alimentación se basa en productos como melloco, habas, tostado, fréjol y lenteja, con la mapahuirra como elemento que no puede faltar.</p>		<p>teniendo oportunidades de estudiar en Europa y destacarse en diferentes campos. El papel significativo de la fritada como símbolo de la identidad cultural kichwa, su contribución al sustento económico y su transmisión intergeneracional. También destaca el patrimonio de longevidad en la comunidad y su relación con una dieta basada en alimentos tradicionales.</p>
---	--	--

	<p>En resumen, el texto enfatiza el papel de la fritada como un símbolo de la identidad andina kichwa, que ha permitido a los migrantes demostrar sus capacidades y alcanzar un estatus elevado. Además, destaca su importancia como fuente de sustento económico y transmisión cultural, así como el patrimonio de longevidad en la comunidad indígena.</p>			
--	--	--	--	--

**Pregunta 3:** ¿Cuáles son los ingredientes tradicionales utilizados en las fritadas de cajón y cómo han contribuido las influencias culturales y gastronómicas en su preparación?

<b>Código</b>	<b>Respuestas</b>	<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Comentario del investigador</b>
<b>E1</b>	<p>La receta es difícil de conseguir, pero una señora antigua en la avenida Eloy Alfaro revela algunos ingredientes clave, como cebolla puerro, cebolla paiteña, comino, naranja agria y ajo. También se mencionan algunas leyendas urbanas relacionadas con la receta, como agregar el hueso de un muerto o utilizar una pala hecha de hueso de la paleta de una vaca. Aunque se consideran leyendas urbanas, se sugiere que podrían influir en el sabor. Finalmente, se destaca que cada persona tiene su propio proceso y combinación de</p>	Gastronomía	Receta tradicional, Fritada	<p>Es interesante cómo una señora antigua comparte algunos ingredientes clave que dan vida a este plato: cebolla puerro, cebolla paiteña, comino, naranja agria y ajo. Además, se mencionan leyendas urbanas intrigantes. Es emocionante pensar en los secretos y variaciones que cada persona aporta a esta receta, lo que crea una fritada única y especial en cada hogar.</p>

	ingredientes, lo que contribuye a la diferencia de sabores en la fritada.			
<b>E2</b>	Destaca la importancia de utilizar la piedra de moler, específicamente la mamá rumi y la guagua rumi, en la elaboración de productos alimenticios. Se menciona que en este proceso hay una transmisión de conocimientos de generación en generación, donde la abuela enseña a la hija y esta a su vez a la nieta. Se resalta la idea de elaborar los productos con amor y ternura, y se menciona que los ibarreños indígenas son emprendedores y grandes empresarios. También se describen algunas técnicas y ingredientes utilizados en la preparación de ají, como la extracción de semillas	Gastronomía tradicional	Transmisión de conocimientos, técnicas de preparación	La habilidad emprendedora de los ibarreños indígenas, quienes se han convertido en exitosos empresarios. Las técnicas y ingredientes mencionados, como la extracción cuidadosa de las semillas, el tostado seco, la molienda de chochos y el uso de pepitas de achiote, revelan la atención meticulosa que se presta a cada detalle. Resalta la importancia de la tradición y la

	sin matarlas, el tostado seco, la molienda de chochos y la incorporación de pepitas de achiote.			transmisión de conocimientos en la elaboración de productos alimenticios.
--	---	--	--	---

**Pregunta 4:** ¿Cuáles son los rituales o prácticas asociados con la preparación y consumo de las fritadas de cajón en Ibarra?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	Se menciona que no existen investigaciones publicadas sobre las recetas de fritadas de cajón ni se conocen rituales o prácticas específicas asociadas a su preparación. Sin embargo, el autor considera que la diferencia de estas fritadas radica en el uso de achiote, que le otorga un color rojo intenso y un sabor más fuerte. Lo que realmente las distingue es la absorción de sabores que ocurre cuando se guarda y se deja que el vapor impregne los ingredientes en el cajón. Tanto el tostado como las papas u otros ingredientes adquieren esos sabores, lo que les confiere su singularidad.	Gastronomía	Preparación de plato tradicional (fritada de cajón)	Lo que realmente las hace diferentes es la absorción de sabores que ocurre cuando se guardan y se permite que los ingredientes se impregnen con el vapor en el cajón. Tanto el tostado como las papas y otros ingredientes adquieren estos sabores, lo que les confiere una singularidad especial. Se puede apreciar la importancia del uso del achiote y la técnica de impregnación de sabores a través del vapor en la preparación de las fritadas de cajón, lo que las distingue de otras variantes de fritadas.

E2	Describe rituales y prácticas asociadas con la preparación de la fritada en Caranqui, basadas en la cosmovisión andina. Se destaca que los indígenas realizan rituales desde tempranas horas de la mañana, trabajando con velas o fuego de leña debido a la falta de electricidad. Se menciona la faena del chanco (cerdo) a las 4:00 de la mañana y la creencia en manifestaciones oníricas o sueños que influyen el proceso. Además, se resalta el carácter místico de la cultura indígena, como la importancia de no tropezar con el pie derecho y la asociación de los rituales con la religión, incluyendo el acto de persignarse con la primera moneda que se recibe del cliente.	Cultura tradicional	Rituales y creencias	Destaca la dedicación de los indígenas desde las primeras horas de la mañana, utilizando velas o fuego de leña para trabajar. Se enfatiza el carácter espiritual de la cultura indígena, como la importancia de no tropezar con el pie derecho y los rituales relacionados con la religión, como el acto de persignarse con la primera moneda recibida del cliente. Estos rituales reflejan una profunda conexión con la tradición y la espiritualidad en la cocina.
----	---	---------------------	----------------------	--

**Pregunta 5:** ¿Qué papel han desempeñado las fritadas de cajón en la construcción de la identidad local y en la transmisión intergeneracional de conocimientos y tradiciones?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	Estas fritadas son únicas en su tipo y no se encuentran en ningún otro lugar. Se destaca la importancia de preservar esta tradición culinaria y difundirla a las futuras generaciones. Además, se menciona que la historia detrás de las	Gastronomía tradicional	Identidad cultural, tradición culinaria	Es crucial preservar esta tradición culinaria y asegurarnos de transmitirla a las generaciones venideras. La historia que rodea a estas fritadas resulta

	<p>fritadas de cajón es de interés para los turistas gastronómicos, quienes pueden disfrutar de este plato a un precio asequible mientras aprenden sobre su origen. Se concluye que las fritadas de cajón representan una parte significativa de la identidad de Ibarra.</p>			<p>fascinante para los turistas gastronómicos, quienes tienen la oportunidad de disfrutar de este plato a un precio accesible mientras aprenden sobre su origen. Las fritadas de cajón son un elemento fundamental que forma parte de la identidad de Ibarra y su difusión contribuye a mantener viva esta importante tradición.</p>
E2	<p>La importancia de la economía indígena en Ibarra y cómo ha permitido transmitir generacionalmente el conocimiento sobre la preparación de la fritada, la deshidratación de alimentos como la carne (charqui) y la papa (chunio). Se menciona que los indígenas de Ibarra tienen saberes ancestrales sobre la deshidratación de alimentos para extraer su dulzura, mientras que en Europa se utiliza para producir alcohol. Además, se resalta la importancia de la memoria oral colectiva y la pedagogía de la ternura, con la abuela/o como maestra principal. Se menciona que la fritada</p>	Cultura tradicional	Economía indígena, saberes ancestrales, memoria oral colectiva	<p>La economía indígena en Ibarra, que ha permitido transmitir de generación en generación el conocimiento de preparar la fritada y deshidratar alimentos como carne y papa. Además, se resalta la importancia de la memoria oral colectiva y la pedagogía de la ternura, donde las abuelas y abuelos desempeñan un papel fundamental como maestros. Se menciona que la fritada se cocina con leña en una</p>

	debe ser cocinada con leña en una paila sobre tres piedras, que simbolizan la trinidad y fusionan influencias cristianas, paganas e indígenas.			paila sobre tres piedras, que simbolizan la trinidad y fusionan influencias cristianas, paganas e indígenas. Estos aspectos resaltan la riqueza cultural y la herencia ancestral presente en la cocina tradicional de Ibarra.
--	--	--	--	---

**Pregunta 6:** ¿Cuáles son los desafíos actuales que enfrenta la tradición de las fritadas de cajón en Ibarra y cómo se están abordando para su preservación y promoción?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
<b>E1</b>	Las fritadas de cajón están en peligro de extinción debido a la falta de divulgación y promoción. Se menciona que las fritadas de Atuntaqui y Natabuela han ganado más popularidad en comparación con las de cajón. Además, se señala que antes había varios locales de fritadas de cajón, pero ahora es difícil encontrar uno abierto. Los jóvenes muestran menos interés en esta ocupación humilde y no se apropian de las tradiciones y costumbres. Se mencionan preocupaciones sobre la manipulación de alimentos en los cajones de madera y se sugiere la necesidad de	Gastronomía tradicional	Riesgo de extinción, desinterés de los jóvenes	La falta de interés de los jóvenes en esta ocupación humilde y la pérdida de apropiación de las tradiciones y costumbres. Se plantean preocupaciones sobre la manipulación de alimentos en los cajones de madera y la necesidad de realizar estudios para garantizar la calidad de las fritadas. Es importante promover y valorar estas tradiciones gastronómicas para

	estudios para garantizar la calidad de las fritadas.			evitar su desaparición y preservar la identidad cultural.
<b>E2</b>	El texto plantea la falta de apoyo y promoción para los emprendimientos de fritadas, específicamente mencionando el caso de doña Cita y su familia, quienes no son indígenas ni ibarreños. Se cuestiona cómo estos emprendimientos logran sobrevivir sin un respaldo adecuado y se destaca la necesidad de un plan de gobierno local que fomente y apoye el crecimiento y la supervivencia de estos emprendimientos.	Economía local y emprendimiento	Promoción de emprendimientos, políticas de apoyo a emprendimientos	Es esencial que se reconozca el valor de estos negocios y se implementen medidas concretas para promover su desarrollo y éxito en beneficio tanto de los emprendedores como de la comunidad en general.

### Guion para propietarios de locales de fritada

**Pregunta 1:** ¿Qué características o elementos descartaría de las fritadas de cajón que las hacen únicas y especiales?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
<b>E1</b>	Destaca la importancia de ciertos elementos en la gastronomía, específicamente relacionados con la carne de chanco. Se menciona que la característica relevante es la ubicación de las fritadas, que se encuentran dentro de un "cajón" o "cajoncito" llamado así por la gente a lo largo de los años. Esta	Gastronomía	Plato tradicional	La característica clave de la ubicación de las fritadas, que se encuentran dentro de un cajón o cajoncito, denominado así por la gente a lo largo de los años. Esta ubicación se basa en una receta propia desarrollada por los

	ubicación se basa en una receta propia desarrollada por los primeros que prepararon este plato. el texto enfatiza la importancia de la ubicación de las fritadas de carne de chanco, que se colocan en un cajón o cajoncito según la tradición establecida a lo largo del tiempo por los primeros creadores de esta receta.			primeros creadores de este plato.
--	---	--	--	-----------------------------------

**Pregunta 2:** ¿Qué acciones cree que podrían realizarse para revalorizar las fritadas de cajón y promover su consumo y reconocimiento?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
<b>E1</b>	La necesidad de revalorizar y dar un impulso real a sectores gastronómicos considerados tradicionales, pero a veces subestimados. Se menciona la importancia que las instituciones públicas y privadas promuevan y apoyen estos sectores, como las fritadas de cajón y otros platos tradicionales como los helados de paila. Se destaca la importancia de que los ministerios, municipios y prefecturas brinden mayor proyección e importancia a estas tradiciones, tanto a nivel turístico como de conocimiento general.	Gastronomía tradicional	Promoción y desarrollo de sectores gastronómicos tradicionales	Recalca la importancia de valorar y promover los sectores gastronómicos tradicionales, subrayando el apoyo por parte de instituciones públicas y privadas.

**Pregunta 3:** ¿Cómo te aseguras de mantener la calidad y el sabor autentico de las fritadas de cajón al largo del tiempo? ¿Has realizado ajustes o mejoras en tu receta a lo largo de los años?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	<p>La importancia de mantener la tradición y la preparación de las fritadas de cajón, como en el caso específico de las fritadas Rosita Elena. Se menciona que la calidad se mantiene intacta debido al conocimiento claro de cómo se preparan y a los resultados positivos que han obtenido. Se enfatiza que no se debe cambiar algo que funciona bien y está bien hecho.</p> <p>Se plantea la posibilidad de realizar ciertas mejoras en términos de agregar ingredientes, como más cebolla, para mejorar la calidad. Sin embargo, se destaca que no se deben introducir elementos como queso o plátano, ya que esto transformaría las fritadas de cajón en otro tipo de fritadas típicas de otras regiones.</p> <p>El texto resalta la importancia de mantener la tradición y la preparación de las fritadas de cajón. Se enfoca en la necesidad de preservar la receta tradicional y no introducir ingredientes que la transformen en otro tipo de fritada.</p>	Gastronomía tradicional	Preservación de la receta de las fritadas de cajón	<p>Enfatiza la importancia de preservar la tradición y la preparación de las fritadas de cajón, resaltando la necesidad de mantener la receta tradicional y evitar la introducción de ingredientes que alteren su esencia.</p>

**Pregunta 4:** ¿Consideras importante utilizar ingredientes locales y de calidad para resaltar el sabor y la autenticidad del plato?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	<p>Todos los ingredientes utilizados en la preparación son de origen animal o vegetal. Se destaca la importancia de la calidad de los ingredientes, aunque no se especifica cómo se expresa dicha calidad. Se menciona que, en el pasado, los ingredientes como las papas y el maíz se obtenían directamente del terreno y eran adquiridos por los padres o abuelos para su preparación y venta al público.</p> <p>En cuanto a los ingredientes de origen animal, se menciona que el chanco debe ser de buena calidad y cumplir con las normas de salud establecidas en el país. Se subraya la importancia de garantizar la calidad de los ingredientes, evitando utilizar aquellos que estén dañados o pasados, ya que esto afectaría el sabor y la seriedad en la venta, además de representar posibles riesgos para la salud de quienes consumen los productos.</p>	Gastronomía	Calidad de los ingredientes y normas de salud en la preparación y venta de alimentos	<p>Hace énfasis en la importancia de la calidad de los ingredientes en la preparación de alimentos, instando a garantizar que estén en buen estado y cumplan con las normas de salud correspondientes.</p> <p>Se hace hincapié en la importancia de garantizar que los ingredientes utilizados estén en buen estado, evitando aquellos que estén dañados o pasados, ya que esto podría afectar tanto el sabor como la seriedad en la venta y potencialmente representar riesgos para la salud de los consumidores.</p>

**Pregunta 5:** ¿Qué te gustaría que la gente supiera sobre las fritadas de cajón y su importancia en la cultura gastronómica local?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	<p>Las fritadas de cajón llevan el nombre de su abuelita y relata la historia de cómo sus padres iniciaron el negocio en 1958. Su padre era negociante de chanchos y su madre vendía en un mercado antiguo. Después de trabajar en el mercado, se dedicaban a vender las fritadas en la tarde. El autor recuerda con detalle cómo participaba en el proceso a pesar de ser muy joven. Destaca la importancia de valorar y apoyar los emprendimientos y tradiciones gastronómicas. Se enfoca en la historia personal de las fritadas de cajón, relatando cómo sus padres iniciaron el negocio y resaltando la importancia de preservar esta tradición.</p>	Gastronomía tradicional	Historia y emprendimiento en el negocio de las fritadas de cajón	<p>El texto invita a apreciar y respaldar los emprendimientos y tradiciones gastronómicas, centrándose en la historia personal de las fritadas de cajón y resaltando la importancia de su preservación. Subraya la importancia de valorar y apoyar los emprendimientos y tradiciones gastronómicas, haciendo especial énfasis en esta historia personal de las fritadas de cajón.</p>

### Guion para propietarios de locales de fritadas de cajón

**Pregunta 1:** ¿Cuál es la historia detrás de la fritada en la ciudad de Ibarra? ¿Cómo y cuándo surgió esta tradición culinaria en la región?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
--------	------------	-----------	--------------	-----------------------------

<p><b>E1</b></p>	<p>La tradición familiar de las fritadas de cajón desde la infancia del autor. Su abuelita tenía esta tradición y tenía un puesto en el mercado donde vendía carne de chanco. Luego, por las tardes, se dedicaba a preparar y vender las fritadas en su casa. El puesto de su abuelita se centraba en la venta de chanco y manteca de cerdo, mientras que la preparación y venta de las fritadas ocurrían en su hogar.</p>	<p>Gastronomía tradicional</p>	<p>Historia familiar y tradición de las fritadas de cajón</p>	<p>Resalta la importancia de las tradiciones familiares en la gastronomía, específicamente las fritadas de cajón. Destaca la participación de la abuelita en la venta de carne de chanco en el mercado y cómo las fritadas eran preparadas y disfrutadas en un ambiente hogareño, añadiendo un sentido de intimidad y tradición a esta experiencia culinaria.</p>
<p><b>E2</b></p>	<p>En la avenida Eloy Alfaro, tanto la abuelita como la madre del autor emprendieron en el negocio de la fritada de cajón. El autor cree que son uno de los fundadores de este tipo de fritada y menciona que, personalmente, utiliza una paila en lugar de un cajón para su preparación. Aunque no se sabe a fondo cómo se desarrolló la receta o la sazón, se destaca que lo único que se necesitaba eran papas, fritada y tostado, y que se comenzó a vender en unas lavacaras en la Merced alrededor del año 1960.</p>	<p>Gastronomía tradicional</p>	<p>Historia y origen de la fritada de cajón en la avenida Eloy Alfaro</p>	<p>El emprendimiento familiar en el negocio de la fritada de cajón en la avenida Eloy Alfaro. Resalta la posibilidad de que sean fundadores de este tipo de fritada y menciona la utilización de una paila en la preparación. Aunque no se conoce a fondo la receta, se enfatiza la importancia de los ingredientes básicos y la venta inicial en las lavacaras de la Merced en la década de 1960.</p>

**Pregunta 2:** ¿Cuál es el procedimiento tradicional para preparar una auténtica fritada en Ibarra? ¿Cuáles son los ingredientes, técnicas de cocción y cualquier otro detalle importante que se siga en el proceso?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	Más son los aliños, hay que seleccionar bien los ingredientes, la materia prima que uno se utiliza debe ser de primera, por ejemplo, nosotros ponemos cebolla, ajo, de buena calidad, yo creo que eso es lo indispensable.	Gastronomía	Selección de ingredientes y aliños en la preparación de alimentos	La materia prima utilizada debe ser de primera calidad, y ejemplifica con la elección de cebolla y ajo de buena calidad como ingredientes indispensables para obtener resultados culinarios óptimos.
E2	Los ingredientes principales: carne de chanco, cebolla larga, ajo y sal. El autor menciona que el cajón utilizado para cocinar la fritada no cambia el sabor, pero lo hace más húmedo debido al calor encerrado en el recipiente. El autor también menciona que su fritada se prepara en una paila, lo que hace que sea más seca, pero con el mismo sabor. Se mencionan otras variantes de fritadas, como la de paila, que tienen diferentes métodos de preparación y adición de ingredientes.	Gastronomía tradicional	Preparación y características de la fritada de cajón y otras variantes	El cajón utilizado para cocinar la fritada no afecta su sabor, pero contribuye a que sea más húmeda debido al calor atrapado en el recipiente. Por otro lado, menciona que su fritada se prepara en una paila, lo que resulta en una textura más seca, pero con el mismo sabor característico. Es interesante conocer las diferentes variantes de fritadas, como la de paila, que tienen distintos métodos de preparación y

				adición de ingredientes.
--	--	--	--	--------------------------

**Pregunta 3:** A lo largo de los años, ¿ha habido cambios significativos en la forma en que se realiza la fritada en Ibarra? ¿Existen variaciones regionales o familiares en el procedimiento o los ingredientes utilizados?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	<p>En este apartado explica que sigue la misma receta que le enseñó su abuelita para hacer las fritadas. Utiliza los mismos ingredientes y técnicas que ella utilizaba. Sin embargo, menciona que hay un cambio en el método de cocción, ya que antes se utilizaba leña, pero ahora nadie lo hace de esa manera. El autor destaca que uno de los detalles que hace diferente a su fritada es que todos los ingredientes son molidos en una piedra de moler, utilizando las piedras que pertenecían a su abuelita. La idea de mantener las fritadas en un cajón tiene como objetivo mantenerlas calientes y protegidas del polvo y otros elementos externos. El cajón es una estrategia para conservar el calor y asegurar que la fritada se mantenga caliente hasta el momento de ser consumida.</p>	Gastronomía tradicional	Ingredientes, técnicas y conservación de las fritadas de cajón	<p>Resalta la importancia de seguir la tradición familiar en la preparación de las fritadas y el valor que se le da a ciertos detalles como la molienda de los ingredientes en una piedra de moler. El cajón se convierte en una estrategia práctica para conservar el calor y garantizar que las fritadas se mantengan en óptimas condiciones hasta el momento de ser consumidas.</p>

<p><b>E2</b></p>	<p>La sazón utilizada en la preparación de las fritadas ha sido heredada de la abuelita del autor. La receta se ha mantenido consistente a lo largo del tiempo, utilizando los mismos ingredientes: cebolla, ajo, sal y achiote. El autor menciona que ha escuchado a otras personas que cocinan la fritada de diferentes maneras, como cocinar la carne primero o agregar otros condimentos, pero en su familia se sigue la sazón tradicional. El texto resalta la continuidad de la sazón en la preparación de las fritadas de cajón, transmitida de generación en generación en la familia del autor. Se enfatiza el uso de ingredientes simples pero esenciales, como la cebolla, ajo, sal y achiote, que se han mantenido constantes a pesar de las variaciones que pueden existir en la preparación de fritadas en otras familias.</p>	<p>Gastronomía tradicional</p>	<p>Sazón y receta de las fritadas de cajón</p>	<p>Las fritadas de cajón han sido transmitidas de generación en generación en la familia del autor, destacando la consistencia en el uso de ingredientes esenciales. Resalta la importancia de la tradición y la continuidad en la preparación de este plato emblemático, a pesar de las variaciones que pueden existir en otras familias.</p>
------------------	--	--------------------------------	--	--

**Pregunta 4:** ¿Qué significado cultural tiene la fritada en la ciudad de Ibarra? ¿Se asocia con alguna festividad, celebración o evento especial en la región?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
<b>E1</b>	<p>La fritada como una tradición cultural y su relación con festividades como el Inti Raymi. Sin embargo, aclara que, para él, la fritada es más una forma de trabajo y una receta heredada de su abuelita. Destaca que su abuelita tenía un puesto de carne en el mercado, y ella y su madre preparaban la fritada en casa, lo cual se remonta a unos 70 años atrás.</p> <p>Hace énfasis en que, más que los ingredientes, lo más importante en la preparación de la fritada es el amor que se le pone al realizarla. El autor resalta la importancia de transmitir ese amor y dedicación en la preparación de este plato tradicional.</p>	Gastronomía tradicional.	Significado cultural y transmisión generacional de la fritada de cajón.	El texto muestra cómo la fritada es más que una tradición cultural, es una forma de trabajo y una receta familiar. Se acentúa la importancia de transmitir el amor y la dedicación en la preparación de la fritada, más allá de los ingredientes utilizados.
<b>E2</b>	<p>La verdad, a la ciudadanía le ha gustado por siempre, no es que por fiestas se ha vendido porque celebramos esto se hace la fritada, no... siempre habido.</p>	Gastronomía tradicional	Popularidad y aceptación de la fritada de cajón en la ciudadanía	La fritada de cajón ha sido apreciada por la ciudadanía durante mucho tiempo y no es simplemente un plato que se vende exclusivamente en ocasiones festivas. Siempre ha estado presente y ha sido disfrutada por la gente, independientemente de celebraciones específicas.

**Pregunta 5:** ¿Cuál es el proceso tradicional para cocinar la fritada en Ibarra? ¿Nos podría comentar un poco sobre los pasos a seguir y técnicas de cocción empleadas al realizar la fritada?

Código	Respuestas	Categoría	Subcategoría	Comentario del investigador
E1	<p>Su habilidad para hacer fritada, destacando el gusto y el amor que pone al hacerla. Enfatiza que su fritada es seca y la cocina durante más tiempo para obtener un resultado tostadito. Recuerda cómo su abuelita solía cocinar con leña y utilizaba una paila de bronce grande. Menciona que antes compraban chanchitos revolcaditos, pero ahora hay más variedad en el mercado y siempre busca la mejor calidad. Además, menciona que utiliza las piedras de moler de su abuelita, que son pesadas y de mejor calidad que las actuales. Destaca la diferencia entre moler el ají en piedra y licuarlo.</p>	Gastronomía	Preparación de platos tradicionales regionales (fritada) o	<p>Las tradiciones familiares en la cocina y muestra el vínculo emocional que tiene con la receta de la fritada. Es evidente que para él, la fritada no es solo una comida, sino un proceso en el que pone mucho amor y cuidado. El hecho de que su fritada es seca y que invierte más tiempo en su preparación para lograr un resultado tostadito, lo que indica su atención a los detalles y su búsqueda de la perfección. La pasión y dedicación del autor por la fritada, así como su aprecio por las tradiciones culinarias familiares y el uso de métodos y herramientas tradicionales.</p>

<p><b>E2</b></p>	<p>El proceso de preparación de la fritada de chanco, desde la selección de la carne hasta la cocción en manteca de cerdo. Se menciona la adición de cebolla, sal y achiote con ajo durante la cocción. También se mencionan los ingredientes adicionales del plato, como el tostado, las papas con cáscara y el ají de tomate con cebolla larga y cebolla paiteña, destacando la importancia de moler el ají en piedra. El autor afirma ser parte de los fundadores de la fritada de cajón, aunque no la exhibe en la vitrina.</p>	<p>Gastronomía</p>	<p>Preparación de platos tradicionales</p>	<p>La atención cuidadosa que se presta a cada paso del proceso de preparación de la fritada de chanco, desde la selección de ingredientes hasta los métodos de cocción tradicionales. También se podría destacar el compromiso del autor con la autenticidad y la preservación de la receta original, como se evidencia en la molienda del ají en piedra. La afirmación de ser parte de los fundadores añade un sentido de orgullo y pertenencia a esta tradición culinaria.</p>
------------------	---	--------------------	--	--

**FICHA DE VALIDACIÓN DE CATÁLOGO DIGITAL**

<b>TEMA</b>	Revalorización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra	<b>Autor</b>	Jamie Donato Guerrero Fey
-------------	--	--------------	---------------------------


<b>Nota</b>	La información que se obtendrá en la siguiente ficha de validación será utilizada para validar la propuesta: Revalorización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra
<b>Instrucciones</b>	Por favor llene la ficha con su información. Después de haber revisado el catálogo digital, complete el apartado de valoración y observaciones.

<b>Número de ficha de Validación</b>	#
--------------------------------------	---

<b>Nombre del evaluador:</b>	Dayané Arroyo	<b>Fecha:</b>	Septiembre 2023		
<b>Simbología de evaluación:</b>	1 Malo	2 Regular	3 Bueno	4 Muy Bueno	5 Excelente

Actividad a Evaluar	Resultado					Observaciones
	1	2	3	4	5	
1. Diseño						
2. Contenido <ul style="list-style-type: none"> <li>• Información General</li> <li>• Tipografía</li> <li>• Recetas</li> </ul>				X		
				X		
				X		
3. Fotografías				X		
4. Organización				X		

Firma de Evaluador



**FICHA DE VALIDACIÓN DE CATÁLOGO DIGITAL**

<b>TEMA</b>	Revalorización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra	<b>Autor</b>	Jamie Donato Guerrero Fey
-------------	--	--------------	---------------------------

<b>Nota</b>	La información que se obtendrá en la siguiente ficha de validación será utilizada para validar la propuesta: Revalorización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra
<b>Instrucciones</b>	Por favor llene la ficha con su información. Después de haber revisado el catálogo digital, complete el apartado de valoración y observaciones.

<b>Número de ficha de Validación</b>	#
--------------------------------------	---

<b>Nombre del evaluador:</b>	<i>Mgs. Ronny Soriano</i>	<b>Fecha:</b>	<i>Septiembre 2013</i>		
<b>Simbología de evaluación:</b>	1 Malo	2 Regular	3 Bueno	4 Muy Bueno	5 Excelente

Actividad a Evaluar	Resultado					Observaciones
	1	2	3	4	5	
1. Diseño				✓		
2. Contenido <ul style="list-style-type: none"> <li>• Información General</li> <li>• Tipografía</li> <li>• Recetas</li> </ul>				✓		
				✓		
				✓		
3. Fotografías					✓	
4. Organización					✓	

Firma de Evaluador 

**FICHA DE VALIDACIÓN DE CATÁLOGO DIGITAL**

<b>TEMA</b>	Revalorización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra	<b>Autor</b>	Jamie Donato Guerrero Fey
-------------	--	--------------	---------------------------

<b>Nota</b>	La información que se obtendrá en la siguiente ficha de validación será utilizada para validar la propuesta: Revalorización de las fritadas de cajón en la ciudad de Ibarra
<b>Instrucciones</b>	Por favor llene la ficha con su información. Después de haber revisado el catálogo digital, complete el apartado de valoración y observaciones.

**Número de ficha de Validación** # *Lorena Arellano*

<b>Nombre del evaluador:</b>		<b>Fecha:</b>			
<b>Simbología de evaluación:</b>	1 Malo	2 Regular	3 Bueno	4 Muy Bueno	5 Excelente

Actividad a Evaluar	Resultado					Observaciones
	1	2	3	4	5	
1. Diseño				X		
2. Contenido <ul style="list-style-type: none"> <li>• Información General</li> <li>• Tipografía</li> <li>• Recetas</li> </ul>				X		<i>Sería deseable mejorar el tipo de letra.</i>
				X		
					X	
3. Fotografías					X	
4. Organización					X	

Firma de Evaluador  