



Pontificia Universidad Católica del Ecuador

Sede Ibarra

ESCUELA DE GESTURH

INFORME FINAL DEL PROYECTO

TEMA: PUESTA EN VALOR DE LAS TÉCNICAS CULINARIAS ANCESTRALES
DEL IMBABURA GEOPARQUE MUNDIAL DE LA UNESCO - CASO DE ESTUDIO
COMUNIDAD DE ZULETA PARROQUIA ANGOCHAGUA.

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE

Licenciatura en Gastronomía

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN 04

Gestión sostenible y aprovechamiento de los recursos naturales

Sub línea: Seguridad y soberanía alimentaria - Investigación y diálogo de saberes

AUTOR: Castro Pavón Christian Eduardo

ASESORA: Mgs. Lorena Arellano

IBARRA, ENERO DE 2023

CERTIFICACIÓN DE ASESOR

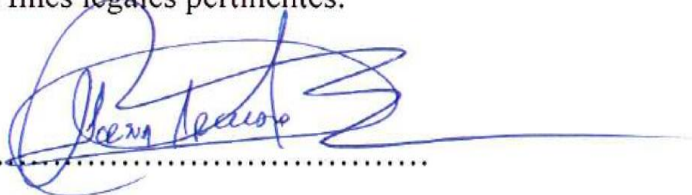
Ibarra, 10 de febrero 2023

Mgs. Lorena Arellano
ASESOR

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.)

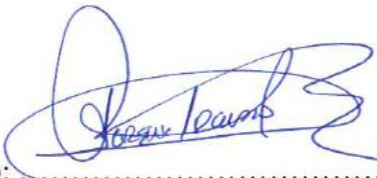


Mgs. Lorena Arellano

C.C.: 1001579802

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): 

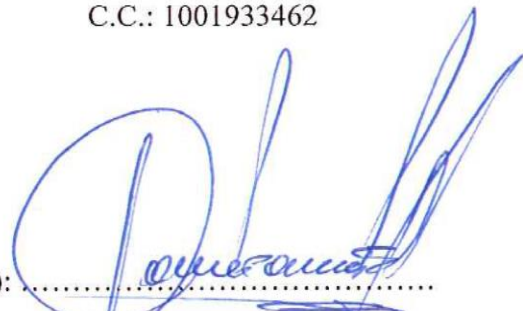
Mgs. Lorena Arellano

C.C.: 1001579802

(f): 

Mgs. Gonzalo Rubio

C.C.: 1001933462

(f): 

Mgs. Juan Carlos Andrade

C.C.: 1002165213

ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS

Yo CHRISTIAN EDUARDO CASTRO PAVON, 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 utilidades 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, 10 de febrero 2023

f):

Christian Eduardo Castro Pavón

C.C.: 1004586572

AUTORÍA

Yo, CHRISTIAN EDUARDO CASTRO PAVON portador de la cédula de ciudadanía N 1004586572, declaro que la presente investigación es de total responsabilidad del autor, y eximo expresamente a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ibarra de posibles reclamos o acciones legales.

f):

Christian Eduardo Castro Pavón

C.C.: 1004586572

ÍNDICE

CERTIFICACIÓN DE ASESOR	¡Error! Marcador no definido.
PÁGINA DE APROBACIÓN DEL TRIBUNAL	¡Error! Marcador no definido.
ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS	¡Error! Marcador no definido.
1 RESUMEN	¡Error! Marcador no definido.
2 ABSTRACT	¡Error! Marcador no definido.
3 INTRODUCCIÓN	¡Error! Marcador no definido.
4 ESTADO DEL ARTE	3
4.1 Patrimonio	¡Error! Marcador no definido.
4.1.1 Cocina Ancestral.....	¡Error! Marcador no definido.
4.1.2 Técnicas culinarias ancestrales	4
4.1.3 Envueltos	¡Error! Marcador no definido.
4.1.4 Cocción en barro	¡Error! Marcador no definido.
4.1.5 Cocción con piedras calientes	6
4.1.6 Pachamanca	¡Error! Marcador no definido.
4.1.7 Cocina ancestral de Angochagua.....	8
4.1.8 Degustación.....	8
4.1.9 Utensilios ancestrales	10
4.2 MARCO LEGAL	¡Error! Marcador no definido.
4.2.1 Cultura y ciencia.....	¡Error! Marcador no definido.
4.2.2 Régimen especial del patrimonio cultural nacional inmaterial	¡Error! Marcador no definido.
5 MATERIALES Y MÉTODOS	¡Error! Marcador no definido.
5.1 Enfoque.....	¡Error! Marcador no definido.
5.2 Métodos	¡Error! Marcador no definido.
5.2.1 Método Inductivo-Deductivo	¡Error! Marcador no definido.
5.2.2 Método Analítico – Sintético.....	¡Error! Marcador no definido.
5.3 Tipos de investigación	¡Error! Marcador no definido.
5.3.1 Investigación documental	¡Error! Marcador no definido.
5.3.2 Investigación explicativa	¡Error! Marcador no definido.

5.3.3 Investigación experimental.....	¡Error! Marcador no definido.
5.4 Matriz metodológica.....	15
5.5 Técnicas	16
5.5.1 Encuesta.....	16
5.5.2 Entrevista	16
5.5.3 Observación no participante	16
5.6 Cálculo de la muestra	17
5.6.1 Población	17
5.6.2 Muestra	17
5.7 Instrumentos	18
5.8 Procedimiento	18
6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	¡Error! Marcador no definido.
6.1 Resultados de las encuestas	¡Error! Marcador no definido.
6.1.1 Análisis general de las encuestas	27
6.1.2 Resultados de las entrevistas	28
6.1.2.1 Datos de los entrevistados.....	28
6.1.2.2 Guion de la entrevista	29
6.1.2.3 Transcripción de las entrevistas	¡Error! Marcador no definido.
6.1.2.4 Interpretación de las entrevistas	37
6.1.2.5 Análisis general de las entrevistas	40
6.2 Discusión.....	41
6.3 Propuesta	42
6.3.1 Lista de preparaciones y técnicas de cocción aplicadas	43
6.3.2 Imágenes de las preparaciones	44
6.3.2.1 Envuelto de humita cocia con tusas.....	45
6.3.2.2 Empanda de quinua rellena de cuy asado	46
6.3.2.3 Rack de cordero en pachamanca acompañado con puré de tubérculos y vegetales asados; Bateria de res (charky)	47
6.3.2.4 Cheesecake de dulce de zambo con tortilla de tiesto	51
6.3.3 Utensilios usados en el emplatado	53

6.3.4 Degustación y validación de la propuesta.....	55
6.3.4.1 Montaje del área.....	55
6.3.4.2 Menú - carta	56
6.3.5 Proceso	56
6.3.5.1 Fichas de evaluación.....	57
7 CONCLUSIONES	66
8 RECOMENDACIONES	67
9 REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	68
10 ANEXOS	70

Índice de Tablas.

Tabla 1 <i>Técnicas Culinarias</i>	8
Tabla 2 <i>Matriz Metodológica</i>	15
Tabla 4 <i>Datos de los entrevistados</i>	28

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 <i>Calculo de la muestra</i>	17
Figura 2 <i>Rango de edad</i>	20
Figura 3 <i>Género</i>	21
Figura 4 <i>Nacionalidad</i>	21
Figura 5 <i>Domicilio</i>	22
Figura 6 <i>Conocimiento de técnicas ancestrales</i>	22
Figura 7 <i>Conocimiento de la pachamanca</i>	23
Figura 8 <i>Utensilios ancestrales más utilizados</i>	23
Figura 9 <i>Definición de saberes ancestrales</i>	24
Figura 10 <i>Calificación de manipulación de alimentos</i>	24
Figura 11 <i>Dificultad de técnicas ancestrales de cocción</i>	25
Figura 12 <i>Utilización de técnicas ancestrales</i>	25
Figura 13 <i>Conservación de técnicas ancestrales de cocción</i>	26
Figura 14 <i>Frecuencia de cocción en tupa</i>	27

1. RESUMEN

Angochagua es una comunidad indígena en el territorio del Geoparque Imbabura, su pueblo originario es el Karanki, el cual conserva muchas tradiciones como música, vestimenta, idioma y costumbres culinarias. El objetivo de este estudio es: Realizar una degustación culinaria a través de la aplicación de técnicas ancestrales de cocción, para revalorizar el patrimonio cultural inmaterial de la parroquia de Angochagua; la propuesta se focaliza en el rescate de técnicas ancestrales de cocción respetando su autenticidad, utilizando los utensilios apropiados para conservar el sabor y aroma de las preparaciones; para una mejor presentación visual se proponen nuevos emplatados y un correcto manejo de los alimentos. La actual investigación es aplicada y experimental con un enfoque mixto, adoptando los métodos inductivo-deductivo, analítico-sintético; el alcance de la investigación es explicativa y experimental; las técnicas que se aplicaron fueron: documental, encuestas, entrevistas y observación no participante que fueron de interés para el levantamiento de la información requerida. EL tipo de muestra que se usó en el presente proyecto fue una no probabilística de conveniencia, consiguiendo datos de forma, simple eficaz y directa. La encuesta se aplicó a 86 personas de la parroquia de Angochagua para obtener conocimiento sobre técnicas ancestrales y la utilización de utensilios de cocción; las entrevistas se las realizó a cuatro personas, 2 personas nativas y 2 profesionales de gastronomía y turismo, quienes tienen vastos conocimientos sobre técnicas ancestrales y utensilios de cocción. Entre los resultados más importantes se encontró que las técnicas más usadas son el tostado en tiesto, los envueltos y el asado a las brasas; así mismo los utensilios que aún se utilizan son: tiestos, pondos, vasijas todos ellos de barro; así mismo se usaban cortezas de zapallo como recipientes. Se concluye que la cocción en tulpa va desapareciendo, por las nuevas tendencias gastronómicas.

Palabras clave: Técnicas ancestrales de cocción, utensilios, culinaria, Angochagua

2. ABSTRACT

Angochagua is an indigenous community in the territory of the Imbabura Geopark, its original people are the Karanki, who preserve many traditions such as music, clothing, language, and culinary customs. The objective of this study is: To carry out a culinary tasting through the application of ancestral cooking techniques, to revalue the intangible cultural heritage of the Angochagua parish; the proposal focuses on the rescue of ancestral cooking techniques respecting their authenticity, using the appropriate utensils to preserve the flavor and aroma of the preparations; For a better visual presentation, new plates and a correct handling of food are proposed. The current research is applied and experimental with a mixed approach, adopting the inductive-deductive, analytical-synthetic methods; the scope of the research is explanatory and experimental; The techniques that were applied were: documentary, surveys, interviews and non-participant observation that were of interest for the collection of the required information. The type of sample that was used in this project was a non-probabilistic one of convenience, obtaining data in a simple, effective and direct way. The survey was applied to 86 people from the Angochagua parish to obtain knowledge about ancestral techniques and the use of cooking utensils; The interviews were conducted with four people, 2 native people and 2 gastronomy and tourism professionals, who have vast knowledge about ancestral techniques and cooking utensils. Among the most important results, it was found that the most used techniques are roasting in a pot, wrapped and grilled; Likewise, the utensils that are still used are: pots, ponds, vessels, all of them made of clay; Likewise, squash barks were used as containers. It is concluded that cooking in tulpa is disappearing, due to new gastronomic trends.

Keywords: Ancestral cooking techniques, utensils, culinary, Angochagua

3. INTRODUCCIÓN

La gastronomía ancestral y sus técnicas de cocción con el pasar del tiempo se ha ido desvalorizando perdiendo su valor cultural por el desinterés de las nuevas generaciones, tendencias gastronómicas que emergen con la globalización; las practicas gastronómicas han ido cambiando dejando de lado las técnicas y métodos de cocción ancestrales. La presente investigación se encuentra ubicada en la parroquia de Angochagua sentada en las faldas del Taita (volcán) Imbabura con una cultura gastronómica muy antigua en sus habitantes formando parte de su identidad.

La desvalorización de los utensilios y técnicas de cocción se están perdiendo con el pasar del tiempo porque las personas tienen vergüenza en mostrar sus raíces y su identidad, sus productos que los caracteriza lo cual están en el olvido. Utensilios como son los pundos y vasijas de barro los tiestos están desapareciendo porque las personas no los proporcionan un buen uso ya que el hecho de prender fuego con leña para poder calentar estos utensilios es un trabajo arduo. La molienda de granos utilizando piedras de moler a mano se han perdido porque han dejado de existir porque las futuras generaciones hacen perder su identidad y sus raíces.

Con este proyecto buscó que sobre salga la riqueza ancestral de la parroquia de Angochagua que se encuentra ubicada a 18 Km de la ciudad de Ibarra, poseedora de diversas costumbres, tradiciones, ritos, artesanías, festividades y gastronomía sea tomada en cuenta en esta generación y las que vienen, puesto que con el pasar del tiempo, las nuevas modas y la influencia extranjera ha hecho que los moradores olviden el valor de perpetuar y preservar las técnicas ancestrales de cocción. Para ello se propuso como objetivo general aplicar técnicas ancestrales de cocción a través de una presentación visual innovadora con el uso de utensilios apropiados que pongan en valor la cocina tradicional de la parroquia de Angochagua.

Se trata de una investigación básica puesto que se va incrementar el conocimiento en cuanto a técnicas ancestrales de cocción y utensilios de la parroquia de Angochagua se aplicaron 86 encuestas a la población de Angochagua, mayores de edad y con conocimientos sobre técnicas ancestrales de cocción; las encuestas se aplicaron a las personas de la parroquia de

Angochagua y sus comunidades en el mes de enero del 2023, estas se realizaron de forma presencial; se utilizaron dos métodos el inductivo - deductivo y el analítico – sintético lo que ayudó a recabar información de internet en fuente secundarias para luego llegar a conclusiones; los instrumentos utilizados fueron un cuestionario con 10 preguntas cerradas y un guion de entrevistas con 7 preguntas abiertas las cuales se las aplicó a profesionales que conocieran sobre técnicas ancestrales de cocción. El tipo de muestreo que se realizó fue no probabilístico de conveniencia, recopilando datos de forma fácil, eficaz y de manera directa.

Entre los resultados más importantes se encontró que las técnicas más usadas son el tostado en tiesto, por ejemplo, aún se tuesta el trigo, la cebada, el maíz, las habas, entre otras. Otra técnica que permanece son los envueltos, así tenemos: las humitas, los quimbolitos, los tales, las choclotandas, las musiguitayas, las patas de cabra, los vicundos. Otra técnica muy presente es el asado a las brasas; por ejemplo, se asa el cuy, las papas, los camotes, choclos, entre otros. Así mismo los utensilios que aún se utilizan son: tiestos se utilizan en la técnica del tostado; pundos sirven para la fermentación de la chicha; en las vasijas de barro se cocinan granos, cereales, y proteínas. Se concluye que la cocción en tulpa fue la forma más primitiva de cocción, pero que su uso va desapareciendo por la aparición de otras formas de cocción como cocina a gas, a inducción, hornos microondas, hornos eléctricos, entre otros.

Este informe de investigación está organizado en 5 secciones, la primera es el estado del arte el cual refleja investigaciones recientes en cuanto a técnicas ancestrales de cocción; la segunda la metodología, la cual muestra el proceso de recolección, operativización y análisis de los datos obtenidos; la tercera son los resultados cuantitativos los cuales se muestran a través de gráficos y un análisis general; así mismo los datos cualitativos se los presente en forma narrativa después de un exhaustivo análisis; la cuarta contiene la propuesta que acoge el conocimiento y sugerencias de expertos; finalmente se presentan las conclusiones y recomendaciones.

4.- ESTADO DEL ARTE

Este texto trata sobre la revalorización gastronómica de la parroquia Angochagua. Este pueblo es conocido por sus hermosos bordados, pero lo realmente impresionante es su vasta diversidad gastronómica que se conserva la identidad propia trascendiendo en el tiempo pero no ha sido explorada en su totalidad, aquí podemos encontrar platillos tradicionales que remontan desde periodos prehispánicos y coloniales, muchos de ellos conservando aún sus características organolépticas como es el Uchu jacú, una harina para coladas compuesta de 7 granos que va acompañada de cuy asado, este tipo de gastronomía es rica gracias a la diversidad de flora y fauna que posee esta emblemática tierra.

La importancia de este trabajo es rescatar su cocina autóctona, revitalizar técnicas de cocción ancestrales que están siendo olvidadas y con ello perpetuar el legado familiar que ha sido transmitido de generación en generación.

4.1. Patrimonio

Cada país cada región tiene su propia cultura, vestimenta, tradiciones e idiomas que se encuentran unidos por algunos elementos como es sus costumbres se puede decir que en un país puede existir una infinidad de culturas en las cuales la gastronomía forma parte fundamental para el desarrollo de una nación. El patrimonio cultura hace referencia a los conocimientos y saberes ancestrales de un pueblo o comunidad (Iles, 2020).

4.1.1 Cocina ancestral

La cocina ancestral es la forma más representativa de la cultura de las personas pues en ella se ven reflejadas y transmitidas las creencias, historias, costumbres y tradiciones la cocina ancestral pretende transmitir la identidad de sus pueblos a través de la preservación de los sabores auténticos de sus platos obtenidos mediante la utilización de sus productos autóctonos transformados con técnicas milenarias (Villota, 2020).

La forma más antigua de cocer los alimentos era en vasijas, ponedos o cantaros de barro de diferentes tamaños, formas y colores. En donde se cocinaban diferentes preparaciones donde se preservaba el calor y aromas de la comida.

4.1.2 Técnicas culinarias ancestrales

La técnica culinaria ancestral es la denominación que se da a las prácticas de cocción de distintos ingredientes intelectualmente elaboradas con gran tradición y conocimiento a lo largo de la existencia de una cultura o población, otorgándole sabores característicos y propios del alimento.

La alimentación ha jugado un papel indispensable para la supervivencia del ser humano, en sus inicios el hombre baso su dieta en plantas, semillas, frutos y todo tipo de proteína provenientes de la caza, se consumía sin ningún tipo de cocción. Con el descubrimiento del fuego desarrollaron una serie de métodos para transformar los alimentos haciéndolos más apetecibles y digeribles mejorando la alimentación del ser humano. Las técnicas desarrolladas fueron transmitidas de generación en generación, pasando a formar parte de la cultura e identidad de los pueblos perdurando en el tiempo. (Moreta, 2020, p. 29)

El uso de una técnica culinaria para elaborar y preparar un determinado alimento engloba una serie de connotaciones mágicas en la cual se ve reflejado su alimentación. La cocina ancestral busca trasmitir la identidad de sus pueblos a través de la preservación de los sabores a través de la utilización de técnicas y utensilios de cocción que le dan ese matiz único ancestral.

Las técnicas ancestrales fueron trasmitidas de generación en generación, pasando a forma parte de la cultura e identidad, la forma de preparar un alimento tiene mucha relevancia, simbolismo y tradición lo cual a esto se le denomina técnicas culinarias ancestrales. Hay un arte culinario en cada pueblo, cultura y región y tiene que siempre que ver con la historia de los pueblos y sus prácticas sociales.

4.1.3 Envueltos

Es una de las técnicas más usadas en la época moderna y también en la antigüedad lo cual se ha caracterizado por mantener esa esencia ancestral. En la parroquia de Angochagua se puede evidenciar la utilización de hojas de achira, hojas de maíz, catulos, choclo para realizar distintos envueltos como son las humitas y tamales.

Alimentos envueltos en hojas (Pankapiyanuna): Es una técnica que consistía en envolver los alimentos y las masas de maíz en las hojas del mismo maíz o con las hojas de achira y que luego se cocían en agua, al vapor o a brasas, cuya utilización se ha generalizado en muchos pueblos andinos. (Guacán, 2020, p. 54)

Esta técnica muy ancestral lo venían practicando desde la época de los Incas lo cual consistía en envolver masas de maíz en hojas maíz o choclo la utilización de la hoja de achira ayuda a cocer con más humedad sabor y el alimento este tierno y jugoso, lo cual esta técnica de la utilización de los envueltos se los realiza al vapor.

Esta técnica ancestral de envolver los alimentos hace que con esta cocción se aprovechen de mejor manera los nutrientes propios del alimento lo cual se consigue una excelente concentración de sabores y aromas en el alimento ya que el alimento no sufre cambios de temperatura por lo que está cubierto con algún tipo de hoja y hace que el alimento se logre cocer en sus propios jugos a un tiempo prolongado y con una temperatura exacta.

La cocción se la puede realizar en cocción al vapor o también a la brasa dependiendo del tipo de preparación. Para la cocción al vapor antes se utilizaban tusas para separar el líquido de los alimentos y solo genere vapor se hierve vigorosamente para así obtener el vapor. Los alimentos se colocan encima verificando que ninguna hoja del envuelto esta partida para evitar que se salga la preparación. Si se lo va realizar a las brasas se lo debe envolver bien para evitar que el alimento no adquiera ninguna contaminación cruzada. se lo coloca en las brasas esto otorgara al alimento un sabor ahumado y muy delicioso.

4.1.4 Cocción en barro

Desde los inicios de la humanidad el barro ha estado presente como material fundamental para la elaboración de objetos utilitarios las ollas, vasijas, pundos o bateas son la evidencia que estos permitieron a nuestros antepasados suplir sus necesidades básicas para la recolección y cocción de los alimentos. Las vasijas para mantener alimentos para nuestro

consumo deben estar previamente curados. El barro una de sus principales virtudes es que, gracias a sus porosidades, el vapor excesivo escapa de las ollas y permite que los alimentos se cuezan con la humedad necesaria (Alvarez, 2016).

El curado del barro es un proceso que se lo realiza al barro para poder alargar su vida útil para que no se rompa también es un proceso que lo aporta una capa bastante brillante que evita que las preparaciones se peguen. se considera saludable siempre y cuando el barro haya sido curado es importante verificar que las ollas cazuelas u utensilios no tengan pigmento de laca que pueden contener plomo y ser muy nocivos. Para curar los utensilios de barro se hierve la leche y se incorporan panela y se sumerge los utensilios de barro aproximadamente una hora lo cual adquiere una capa brillante y hace más resistente.

El barro es un material noble que no quema ni hecha a perder las preparaciones la comida en barro te transporta a tiempos muy remotos se siente el sabor de campo el sabor de tierra. Preparar los alimentos en barro es una experiencia que enriquece el proceso de cocción y sin duda realza los sabores pues se cocinan lentamente por ello nuestros antepasados aprovecharon sus propiedades. Usado para cocer calentar y almacenar lo que da la tierra al mismo tiempo el barro ha sido material para utensilios y también soporte para la expresión de la cultura de nuestros antepasados.

4.1.5 Cocción con piedras calientes

Las piedras volcánicas han existido desde tiempos muy remotos ya que fue uno de los principales métodos de cocción usados por el hombre para cocer sus alimentos de todos los materiales que brinda la naturaleza la piedra volcánica es la que cumple el propósito de calentarse con mayor rapidez gracias a la alta cantidad de minerales que posee y así poder cocinar distintas preparaciones, el uso de esta piedra volcánica es considerada una técnica ancestral y simbólica la temperatura de la piedra debe ser la idónea para realizar diferentes tipos de preparación y el alimento no se quede pegado. Existen distintas preparaciones que se realiza con la utilización de piedras calientes como la pachamanca, tortillas de maíz (Alvarado, 2018).

La cocción con piedras calientes es una técnica ancestral que aparece debido a que las personas vivían en las alturas y el agua no hervía no podían calentar agua para poder realizar

sus actividades, lo que cual nace esta técnica ancestral de calentar piedras incandescentes y ponerles sobre algún líquido o preparación para que logre calentarse.

4.1.6 Pachamanca

La pachamanca es un ritual a la madre tierra en agradecimiento a las divinidades del mundo andino por las cosechas de la temporada se honra la fertilidad de la tierra al consumir lo que se cocina dentro de un hoyo en la tierra. Se podría decir que la pachamanca es una actividad masculina que esta recreada y aderezada por las mujeres. la pachamanca es la olla que da de comer al universo la piedra es un ser que trasmite energías.

“Pachamanca” deriva de las voces quechuas, del runasimi “pacha”, que significa “tierra” y “manka”, que significa “olla”, es decir “olla de tierra”. Para el hombre andino, en su cosmovisión la pachamanca representa el nexo material y espiritual entre los hombres, la madre tierra y sus productos milenarios, es un ritual practicado, como un agradecimiento a la tierra por los productos que nos ofrece la Pachamama, cosmovisión que hasta el momento se mantiene al pasar los años, aún con las influencias de diferentes culturas. (Chávez, 2021, p. 205)

La cosmovisión de preparar y rendir culto a la tierra y al sol se denomina pachamanca. La conexión con la piedra la tierra y el fuego. La pachamanca está asociada a los tres mundos (*Hanan Pacha*), el mundo humano y el *Uku Pacha* se conectan a través de los cuatro elementos fundamentales de la cosmovisión andina conexión de aire, tierra, agua y fuego.

Es una Técnica de cocción del alimento con elementos de la tierra para la tierra. Para realizar una excelente pachamanca se debe manipular de la mejor manera los alimentos para que no haya ninguna contaminación cruzada. Se prepara una buena pachamanca con la utilización de proteínas de buena calidad y productos frescos,

Para la realización de pachamanca se recolecta piedras volcánicas que se encuentra en ríos piedras machos y piedras hembras. Es una conexión total con la Pachamama ya que interviene todo elementos de ella mismo.

En el Perú también se realiza la técnica de cocción pachamanca con la recolección de piedras de tres tamaños que deben tener forma irregular ligeramente plana y de superficie áspera. Las

mujeres con las encargadas de recolectar las hierbas como el paico para darle sabor a la preparación. La huatia es otra de la técnica de cocción ancestrales que se cosen los alimentos con terrones calientes brindándole al alimento un sabor y aroma único por lo generalmente se cocina tubérculos.

4.1.7 Cocina ancestral de Angochagua

La parroquia Rural de Angochagua existen comunidades como Angochagua, la magdalena, la Rinconada, Zuleta que aún conservan su identidad cultural y gastronómica la parroquia de Angochagua y sus alrededores posee suelos fértiles en cual permite obtener productos propios de la zona como son papas, mashuas, ocas, quinua, maíz alimentos propios de las comunidades indígena, los utensilios juega un papel muy importante a la hora de preparar los alimentos como son vasijas, pundos, tiestos, cucharas de palo, piedras de moler que son indispensables a la hora de cocinar los alimentos en leña (Ponce, 2022).

4.1.8 Degustación

La degustación es hacer uso del gusto en lo que se respecta algún alimento lo cual se puede captar una amplia variedad de sabores sea agradable o desagradable la degustación es una actividad profesional ya que se establece e indica la calidad de los alimentos y bebidas. El arte culinario se manifiesta en la degustación de comidas incluyendo las raíces ancestrales de un pueblo que se miran reflejadas en las tradiciones y culturas en la preparación y su utilización de instrumentos ancestrales de cocción. La gastronomía no solo se enfoca en la degustación, sino que abarca las raíces de un pueblo (Anastacio, 2021).

Tabla 1

Técnicas culinarias

Técnica	Nombre en quichua	Definición
Asado	Kusana	Conocido como kusana es una técnica de cocción al ser expuesto al fuego directo sin necesidad de una vajilla.
Asar dentro una caña	Wirupi Kusana	Consiste en asar pescados muy pequeños dentro de pedazos de carrizo o guadua los extremos se

		las tapaban con hojas bien amarradas y luego procedes a ponerlos al fuego hasta su cocción.
Asar en las cenizas	Uchpa Kusana	Esta técnica corresponde en arrimar los alimentos al fogón para que se cocinen con la brasa resguardado por la ceniza.
Asar en brasas	Ninapi kusana	En este asado se expone el alimento, sobre todo carnes, directamente a la brasa.
Pachamanca	Allpa manka	Significa “Olla de tierra” es una técnica de cocción de alimentos construida entre piedras calientes para luego poner los 31 productos abrigados con hojas que actúen como aislantes de la tierra para no dejar escapar el calor.
Huatia	Waitia	Es una técnica prehispánica, consiste en intercambiar tubérculos (papas, ocas, camotes, Achira y otros) y terrones o adobes calientes que luego se cubren con tierra para conservar el calor.
Las piedras calientes	Kunuk Rumi	Es una técnica de cocción que implica exponer los alimentos al contacto con piedras calientes que se colocan encima o entre ellos. También se emplea para calentar o cocinar líquidos.
Hervido	Timpuna	Técnica de cocción, en base al agua permite la cocción de casi todos los alimentos (tubérculos, maíz, granos, legumbres, carnes, cereales).
Fermentado	Pushukuska	Técnica utilizada en la preparación de la Chicha, lo guardada por 3 días en un pondo para el proceso de fermentación.
Tostado	Kamchana	Esta técnica supone la utilización de Kallanas “tiesto” en los que se efectúan procesos de tostar el maíz.
Cocción a vapor	Wapsi Yanuna	Se emplea en pocos productos, consistía en poner unos palitos en el fondo de la olla cubriéndolo con hojas y luego con una tapa.
Alimentos envueltos en hojas	Pankapi yanuna	Pankapi yanuna

Tomado de Adrián (2020) tecnicas culinarias ancestrales de la comunidad de agato una alternativa dentro de la cocina creativa, p. 31. Link <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10757/2/02%20LGAS%20051%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

4.1.9 Utensilios ancestrales

Su forma de elaborar es rudimentaria con elaborados con materiales de fácil acceso ya que son manipulables y flexibles tal es el caso del barro, madera y piedra es así como aparecieron los primeros utensilios y lo esencial y característico es el uso del fogón de leña, cazuelas de barro, piedras de moler y elementos tradicionales en la cocina. los utensilios a base de barro eran elaborados elegantemente eran designados para algún ritual sea para la cocción de los alimentos o para el uso de la nobleza. El tiesto es uno de estos utensilios ancestrales elaborados a base de barro en el cual se pueden tostar diferentes granos y obtener harinas así elaborar tortillas de tiesto una técnica muy ancestral (Mancero, 2018).

Las piedras volcánicas existieron desde épocas muy antiguas ya que fue uno de los primeros métodos de cocción utilizados por el hombre para cocer sus alimentos esta técnica la aplican en sus métodos de cocción ancestrales el uso de esta piedra es considera una técnica ancestral de cocción de los alimentos ya que representa la cultura de la región andina el calor del mineral de la piedra le da un sabor y un toque especial al alimento (Alvarado, 2018).

Los utensilios de barro han existido desde la época prehispánica mientras más elegante era el tallado de la pieza se lo designaba para realizar algún ritual del que estaba designado es decir para la cocción del alimento o el uso de la nobleza una de sus principales virtudes de cocina en utensilios elaborados con barro es que al tener porosidades el exceso de vapor sale y permite que el alimento se cocine por humedad requerida. El tiesto es uno de estos utensilios ancestrales elaborados con barro ya que llega a tener altas temperaturas se elaborará lo que son las tortillas de tiesto a base de maíz o trigo que es una técnica de cocción ancestral utilizada en la cocina de la región andina.

El barro es considerado un componente muy importante dentro de las técnicas ancestrales, ya que se podían elaborar distintos utensilios ancestrales tales como: Tiestos, pundos, vasijas de barro lo que hace que sus características organolépticas del alimento cambien el objetivo de la utilización de utensilios de barro es que los alimentos se cuezan sólo con la humedad necesaria, esto se da gracias a su porosidad lo cual permite que el vapor excesivo escape de las ollas. Adicional a ello la cocción de los alimentos en barro es más saludable y la comida tiene un sabor diferente y ancestral.

La elaboración de sus platos con leña, tiesto, pundos, ollas de barro, piedras de moler o piedras de río han logrado dar un cambio en sus características organolépticas en su gastronomía representativa, al igual que elaboraciones ancestrales como la chicha realizada en barro, las cuales ayudan a la conservación y fermentación. El maíz es uno de los ingredientes dentro de la cocina de Angochagua se lo encuentra en la mayoría de los platos tradicionales en diferentes preparaciones como es el tostado, mote, chulpi. El choclo usado para la elaboración de los envueltos (humitas) y postres como el champús y la mazamorra además de estar presente en la elaboración de la chicha de jora bebida simbólica de la cultura indígena (Villota, 2020).

4.2 MARCO LEGAL

La presente investigación ha tomado como base leyes y reglamentos de la Constitución del Ecuador, así como la filosofía del Buen Vivir o *Sumak Kawsay*. Todo ello servirá para dar sustento legal a esta investigación.

4.2.1 La cocina como referente cultural e identitario

La alimentación se relaciona con su cultura con los alimentos ya que no solo nos nutren nos identifican, los cultivan los preparan y los cocinan con diferentes técnicas de cocción usando distintos utensilios ancestrales que le da ese sabor único a sus preparaciones.

señala que la alimentación constituye un elemento central de nuestra cultura y de nuestra identidad, y que este aspecto alimentario se materializa en productos, en técnicas de cocina, platos y modos de consumo que los integrantes de una cultura consideran como propios y se distinguen como típicos por los demás. A esto lo define como Identidad Cultural Alimentaria (ICA). (Meléndez, 2020, p. 191)

La identidad cultural está relacionada con los hábitos alimentarios con la forma de vida de las personas que ha pasado de generación en generación preservando sus alimentos, técnicas y utensilios de cocción. Uno de los elementos fundamentales que da la identidad cultural a sus comunidades

4.2.2 Régimen especial del patrimonio cultural nacional inmaterial.

Al hablar de patrimonio hace referencia a la cultura nacional del Ecuador por esta razón se debe cuidar y preservar.

Del reconocimiento de las manifestaciones culturales. Se reconocen como pertenecientes al patrimonio cultural nacional intangible o inmaterial, entre otras manifestaciones culturales, y siempre que sean compatibles con los derechos humanos, derechos de la naturaleza, derechos colectivos y las disposiciones constitucionales, las siguientes: a) Tradiciones y expresiones orales: La cosmovisión, lenguas, creencias, conocimientos, sabidurías, tradiciones, formas de vida, formas de expresión y tradición oral, usos, costumbres, ritos, fiestas, representaciones y expresiones espirituales; b) Usos sociales rituales y actos festivos: formas de celebración y festividades, ceremonias, juegos tradicionales y otras expresiones lúdicas; c) Conocimientos y usos relacionados con la naturaleza: concepciones y manejo cultural de los ecosistemas, técnicas y tecnologías tradicionales para el manejo de recursos, producción artesanal, artística y gastronómica, todo elemento de la cultura que las comunidades, pueblos, nacionalidades y la sociedad en general reconocen como propias; d) Manifestaciones creativas que se sustentan en una fuerte interacción social y se transmiten, por igual de generación en generación; y, e) Técnicas artesanales tradicionales. También se reconocerá como parte del patrimonio cultural nacional inmaterial a la diversidad de expresiones del patrimonio alimentario y gastronómico, incluidos los paisajes y los territorios de patrimonio agro biodiverso, en articulación con organismos competentes. Las comunas, comunidades, pueblos y nacionalidades indígenas, pueblo afro ecuatoriano, pueblo montubio y otros que sean reconocidos en esa condición deberán ser informados por el Instituto Nacional de Patrimonio Cultural, cuando autorice la realización de investigaciones antropológicas sobre sus culturas a personas e instituciones nacionales o extranjeras. Estos estudios o investigaciones no implican la posibilidad de apropiarse de los derechos de conocimientos tradicionales, conocimientos tradicionales asociados a recursos genéticos, o recursos genéticos. (Barrezueta, 2016, Art. 80, p. 15)

Este artículo menciona el cómo transmitir de generación en generación las costumbres artesanales, culturales, gastronómicas y alimentarias de cada comunidad ecuatoriana, logrando así enriquecerse de saberes ancestrales y sin dejar que se pierdan y que perduren en el tiempo los saberes ancestrales.

5. MATERIALES Y MÉTODOS.

La investigación se encuadra en el tipo aplicada debido a que el conocimiento de la revisión de la literatura del trabajo de campo y la investigación experimental para través de las técnicas ancestrales de cocción realizar una degustación gastronómica.

5.1 Enfoque

El presente proyecto tiene un enfoque mixto, debido a que se analizan datos cuantitativos y cualitativos; los primeros ayudan a recabar información cuantificable a través de encuestas; y los segundos se logran en base a la aplicación de entrevistas semi estructuradas.

5.2 Métodos

5.2.1 Método Inductivo-Deductivo

Se lo aplicó en la revisión de la literatura, para clasificar, categorizar y analizar información teórica, a través de la redacción de un estado del arte; así mismo, sirvió para definir las técnicas ancestrales y sus utensilios de cocción. lo cual se intervendrá en la propuesta, este método ayudó a identificar las técnicas ancestrales y los utensilios de cocción.

5.2.2 Método Analítico- Sintético.

A través de él se operativizó toda la información recabada, lo cual ayudó a redactar la discusión y la propuesta, así como llegar a las conclusiones generales de la investigación

5.3 TIPOS DE INVESTIGACIÓN

Para cumplir con el propósito de la investigación, fue necesario argumentar científicamente el proceso investigativo, por lo cual se desarrolló tres tipos de investigación

5.3.1 Investigación documental a través de esta se revisaron fuentes secundarias, con la finalidad de recabar y analizar la bibliografía especializada en torno a técnicas ancestrales de cocción. Esto se logró indagar en libro en libros, revistas, artículos científicos, páginas web significativas y otras publicaciones pertinentes.

5.3.2 **Investigación explicativa** mediante esta investigación se definió el alcance de esta, la misma que lleva a verificar las relaciones cuales entre las técnicas ancestrales de cocción y la cocina de Angochagua.

5.4 Matriz metodológica

Tabla 2

Matriz metodológica

Objetivos	Unidad de Análisis	de	Metodología	Técnica	Instrumentos
Recopilar información bibliográfica pertinente para sentar las bases teóricas acerca de las técnicas ancestrales de cocción de la parroquia de Angochagua	Información Bibliográfica		Fase1: Recopilación Bibliográfica	Análisis de documentos.	Libros, Documentos, Web, Artículos científicos.
Desarrollar un diagnóstico a través de la aplicación de encuestas y entrevistas para identificar las técnicas ancestrales de cocción que más se usan	Diagnóstico a través de aplicación de encuestas y entrevistas.	a la de y	Fase Testimonios Orales	2: Guion de entrevistas	Cuestionario
Aplicar y validar las técnicas ancestrales y sus utensilios de cocción en 4 preparaciones usando técnicas ancestrales de la parroquia de Angochagua mediante una degustación con docentes de gastronomía de la PUCESI.	Aplicación de técnicas Ancestrales en cuatro platos mediante una degustación gastronómica	de en una	Fase degustación.	3: Degustación de las 4 ofertas gastronómicas.	Oferta gastronómica.

5.5 TÉCNICAS

La presente investigación se valió de 3 técnicas para la obtención de datos.

5.5.1 Encuesta. - Con el diseño de un cuestionario de 10 preguntas cerradas, aplicadas a personas de la parroquia Angochagua y sus alrededores las preguntas más relevantes fueron.

- ¿De las siguientes técnicas ancestrales de cocción cuales conoce?
- ¿Cuál de estos utensilios ancestrales de cocción es el que más utiliza?
- ¿Qué es lo que más elabora en los utensilios de barro?
- ¿Cuál técnica de cocción ancestral es la que más utiliza en sus preparaciones?

Precisamente estas preguntas son las que aportaran significativamente a saber con qué platos técnicas ancestrales se debe trabajar.

5.5.2 Entrevista. - Fue de tipo semi estructurada, con 7 preguntas abiertas, para tratar de recopilar la mayor cantidad de información profesional posible, que ayude a la implementación de la propuesta adecuada. Los datos se recopilaron a través de un guion de entrevistas. Las preguntas más relevantes del guion fueron las siguientes:

- ¿Con la técnica ancestral del envuelto que elaboración gastronómica realizaría?
- ¿Qué objetivo tiene la utilización de utensilios de barro y madera dentro de las preparaciones ancestrales?
- ¿Según su criterio que preparaciones ancestrales que se están perdiendo se deberían rescatar?
- ¿Qué preparación dulce ancestral realizaría utilizando técnicas ancestrales?

Respuestas que direccionaron el camino técnico-científico de la propuesta.

5.5.3 Observación no participante. - Esta técnica fue útil a la hora de comprobar in situ, las técnicas ancestrales de cocción de la parroquia de Angochagua, así como las posibles preparaciones que pretende presentar la propuesta del investigador. La información se la recabo por medio de fichas de observación.

5.6 Cálculo de la muestra

5.6.1 Población

Para el cálculo de la muestra de la población se tomó como referencia de la página web del INEC, el censo a la población de la parroquia de Angochagua, centrada en una población de 3263 habitantes. Se trabajo con un margen de error del 10% con el fin de recolectar información efectiva que aporte a la investigación.

5.6.2 Muestra

El tipo de muestra que se usó en el presente proyecto fue una variable no probabilística de convivencia, debido a que esta forma se pueden recabar datos de una manera más eficaz y de manera local, debido a la disponibilidad de los encuestados, los requisitos fueron personas que conozcan sobre técnicas ancestrales de cocción las preguntas planteadas fueron

De igual forma se realizarán entrevistas principalmente a profesionales y personas que conozcan sobre técnicas ancestrales de cocción. La recopilación de datos se realizó de manera documentada escrita y por grabación de audio la entrevista conto con 4 profesionales.

Figura 1

Cálculo de la muestra



Calculadora de Muestras

Margen de error:

Nivel de confianza:

Tamaño de Poblacion:

Margen: 10%
Nivel de confianza: 99%
Poblacion: 3263

Tamaño de muestra: 158

Tomado de: AEN (2022). Cálculo de la muestra. https://www.corporacionaem.com/tools/calc_muestras.php

Datos:

N = tamaño de la población

e = margen de error (porcentaje expresado con decimales)

z = puntuación z

5.7 INSTRUMENTOS

- Cuestionario
- Guion de entrevistas
- Receta estándar
- Ficha de validación

5.8 Procedimiento

Fase 1.- Diseño de instrumentos. - se inició con el diseño de los instrumentos de investigación. En primero lugar se elaboró un cuestionario con 10 preguntas cerradas, las que fueron aplicadas a personas de la parroquia de Angochagua y sus comunidades; los interrogantes se relacionan con las variables de investigación y se redactaron con la finalidad de identificar las técnicas ancestrales y sus utensilios de cocción de la parroquia de Angochagua

Por otra parte, se generó un guion de entrevista la cual fue de tipo semiestructurada, para dar libertad y amplitud de respuestas. Los entrevistados fueron 4 especialistas, 2 Ing. De saberes ancestrales 2 expertos en la aplicación de técnicas ancestrales de cocción. Cuyas opciones contribuyeron en el desarrollo de la propuesta, de una óptica técnica y profesional. Los dos instrumentos fueron validados por el docente director de la investigación, antes de su aplicación.

El levantamiento de las fichas de observación se ejecutó cada vez que el investigador se desplazó al campo, con la finalidad de recabar datos complementarios como; presentación en la oferta gastronómica de las técnicas ancestrales de cocción de la parroquia de Angochagua.

Fase 2.- Trabajo de campo – aplicación de instrumentos

Las encuestas como se dijo se realizaron presencialmente; las entrevistas se las hicieron personalmente, para lo cual se acordó previamente con el entrevistado. La duración de estas fueron aproximadamente 15 minutos por persona la evidencia se la grabo en un dispositivo celular, previa autorización de la persona entrevistada.

Fase 3.- Trabajo experimental. – Esto se realizó durante los meses de diciembre 2022 y enero del 2023, una vez que se determinó qué técnicas ancestrales de cocción se procedió a desarrollar la parte experimental, técnica de prueba-error, hasta conseguir los resultados deseados. Cabe señalar que el autor posee los elementos y espacios físicos apropiados en su domicilio, donde pudo ejecutar y perfeccionar las técnicas.

6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.

6.1 RESULTADOS.

Los resultados que a continuación se exponen son de la información receptada a través de las encuestas, entrevistas y la observación *in situ* realizadas en Angochagua para explorar las técnicas cocción ancestrales.

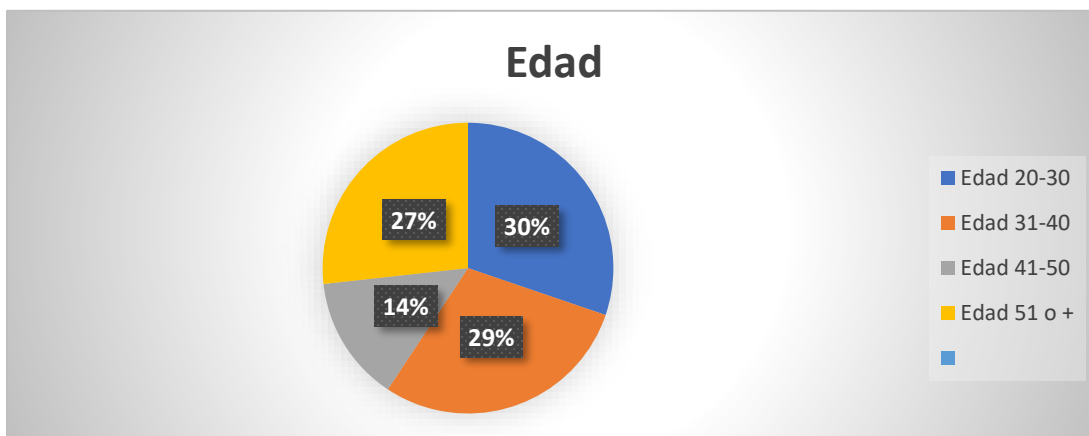
6.1.1. Tabulación de las encuestas.

Los resultados de las encuestas corresponden a las realizadas a 86 personas de la parroquia de Angochagua, con la finalidad de identificar cuáles son las técnicas ancestrales que más se usan en sus preparaciones culinarias; esta encuesta fue aplicada de forma presencial en el mes de enero del 2022, la encuesta constó de 10 preguntas cerradas.

Pregunta 1. *Indique su edad.*

Figura 1

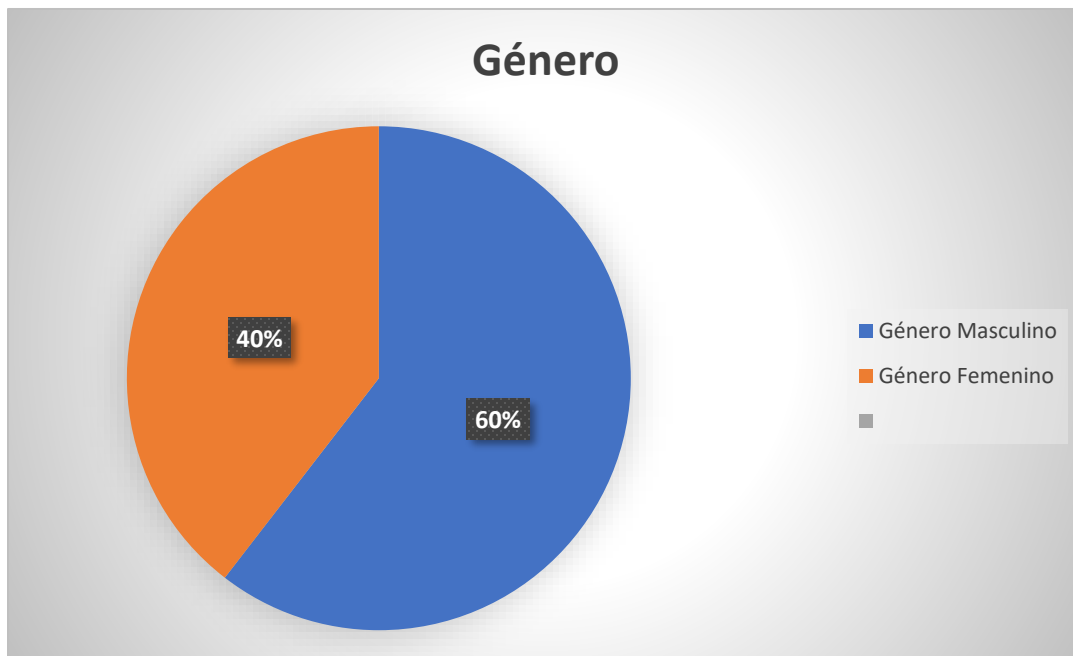
Edad



Pregunta 2. *Indique su género.*

Figura 2

Género



Pregunta 3. *Indique su Nacionalidad*

Figura 3

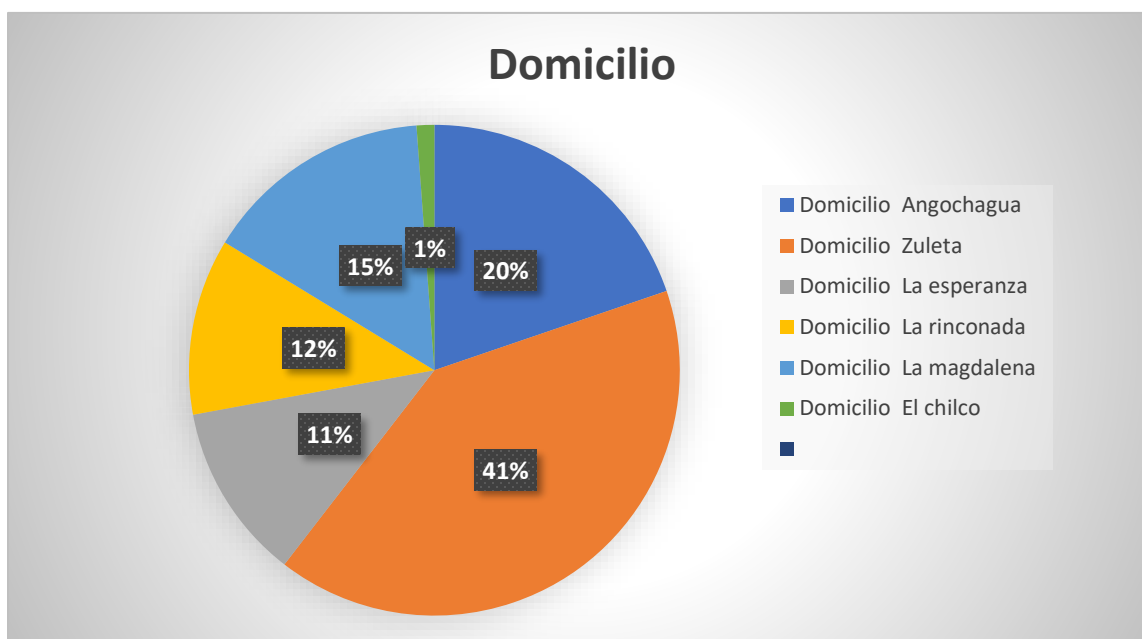
Nacionalidad



Pregunta 4. *Indique su Domicilio*

Figura 4

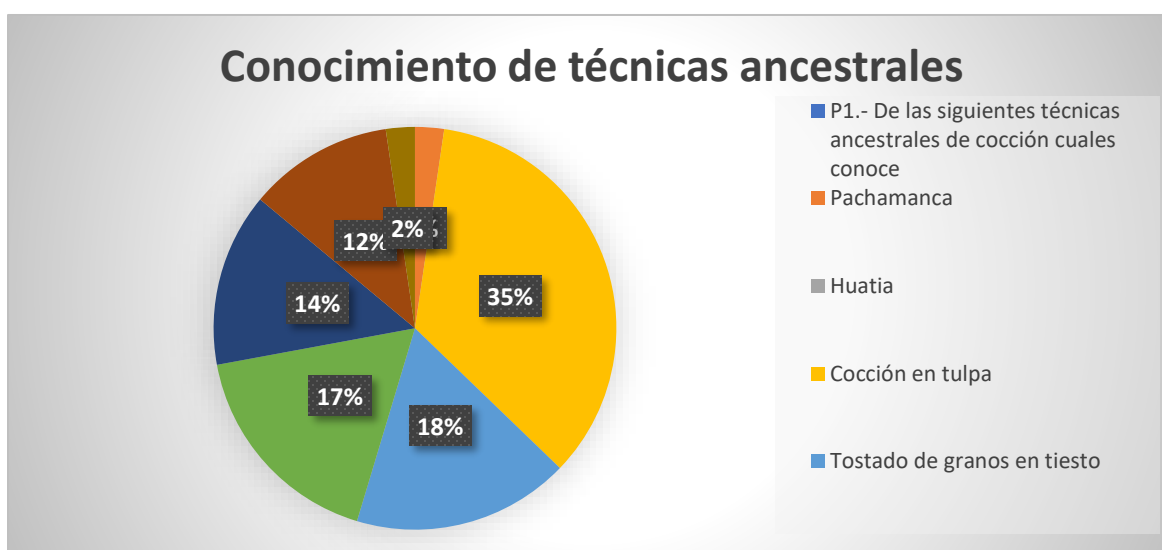
Domicilio



Pregunta 5. ¿De las siguientes técnicas ancestrales de cocción cuales conoce?

Figura 5

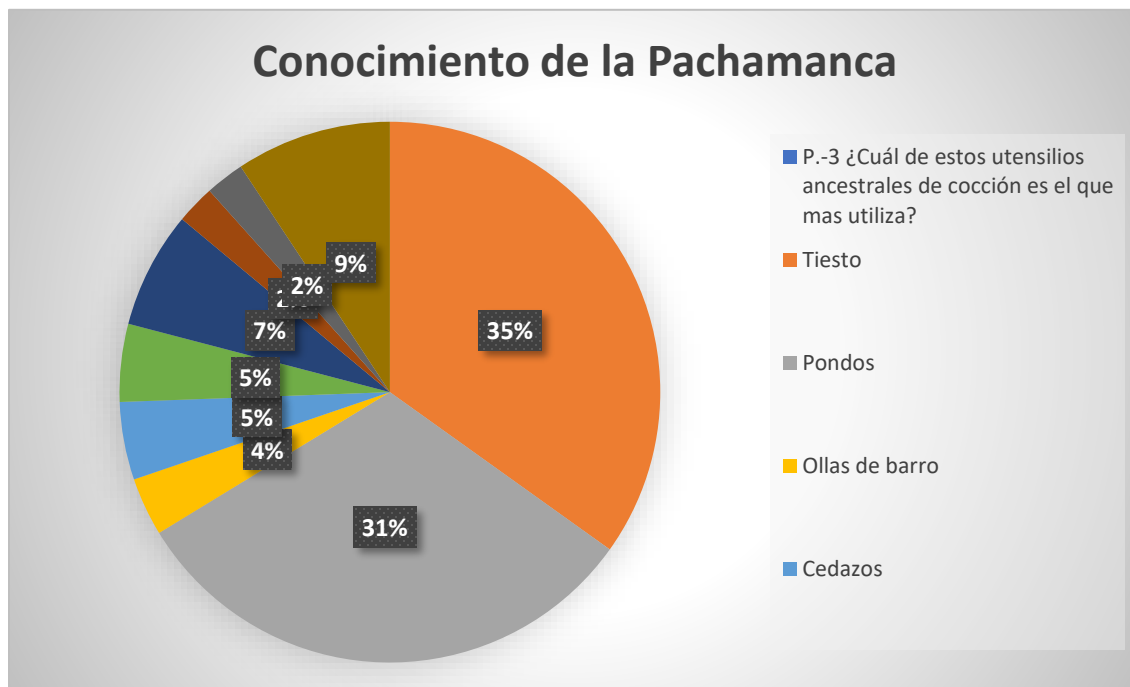
Conocimiento de técnicas ancestrales



Pregunta 6. ¿Conoce acerca de la cocción bajo tierra denominada pachamanca?

Figura 6

Conocimiento de la pachamanca



Pregunta 7. ¿Cuál de estos utensilios ancestrales de cocción es el que más utiliza?

Figura 7

Utensilio ancestral más utilizado

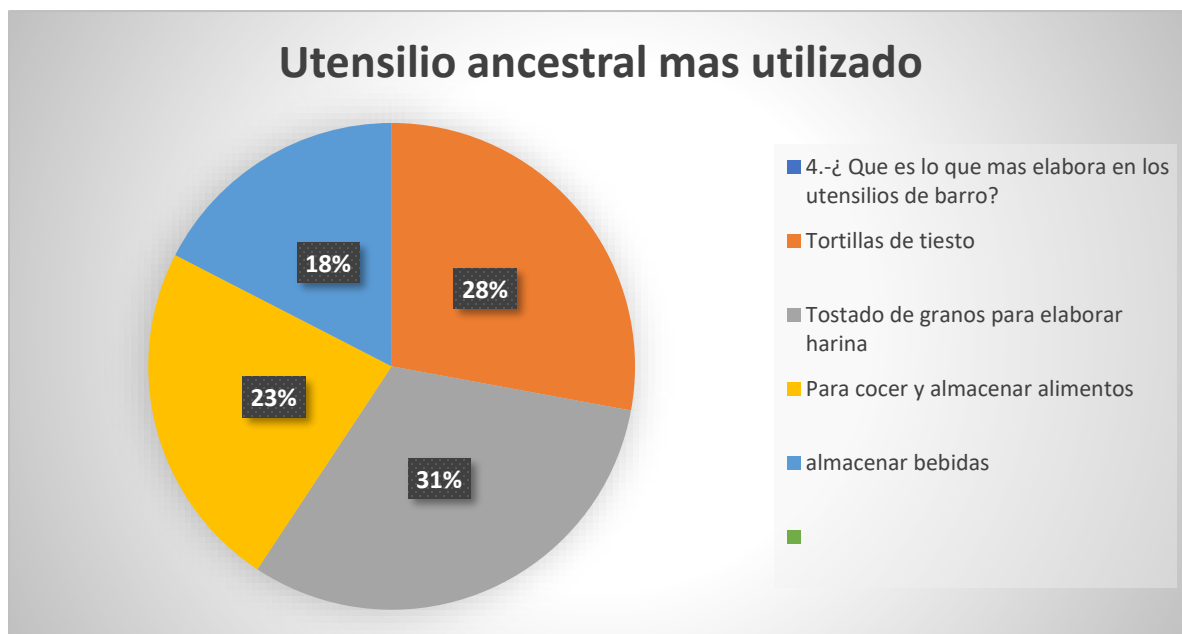
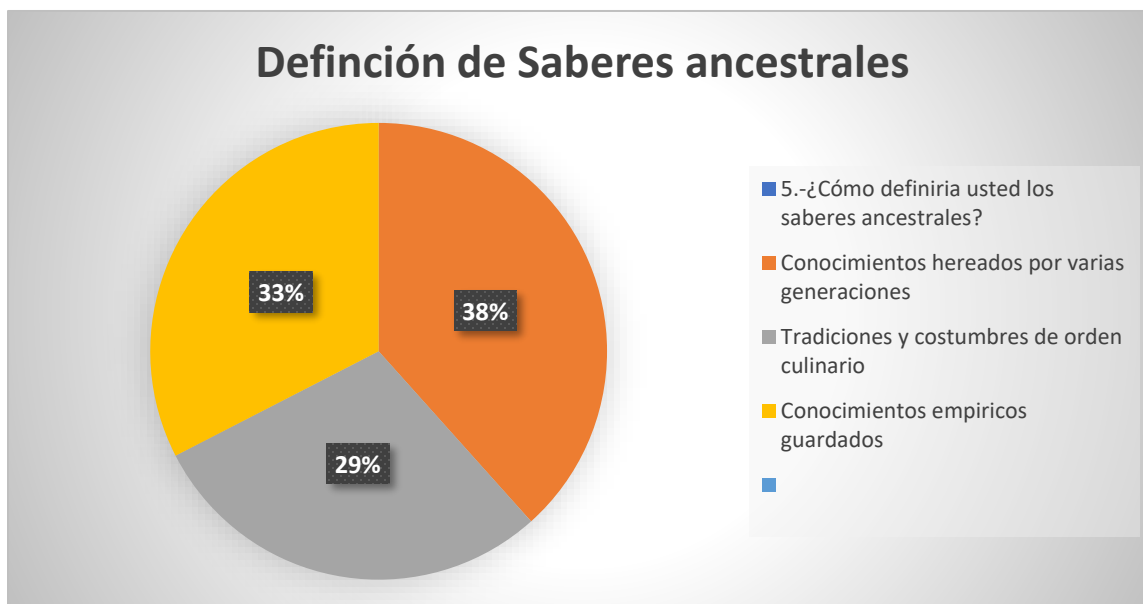


Figura 8

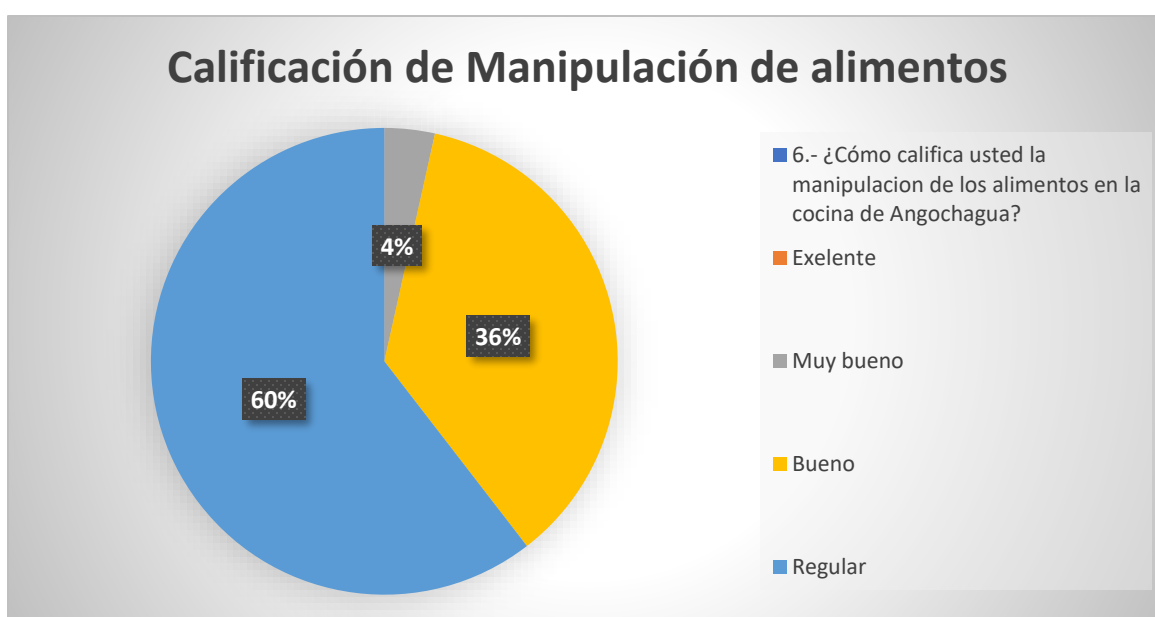
Definición de saberes ancestrales



Pregunta 9. ¿Cómo califica usted la manipulación de los alimentos en la cocina de Angochagua?

Figura 9

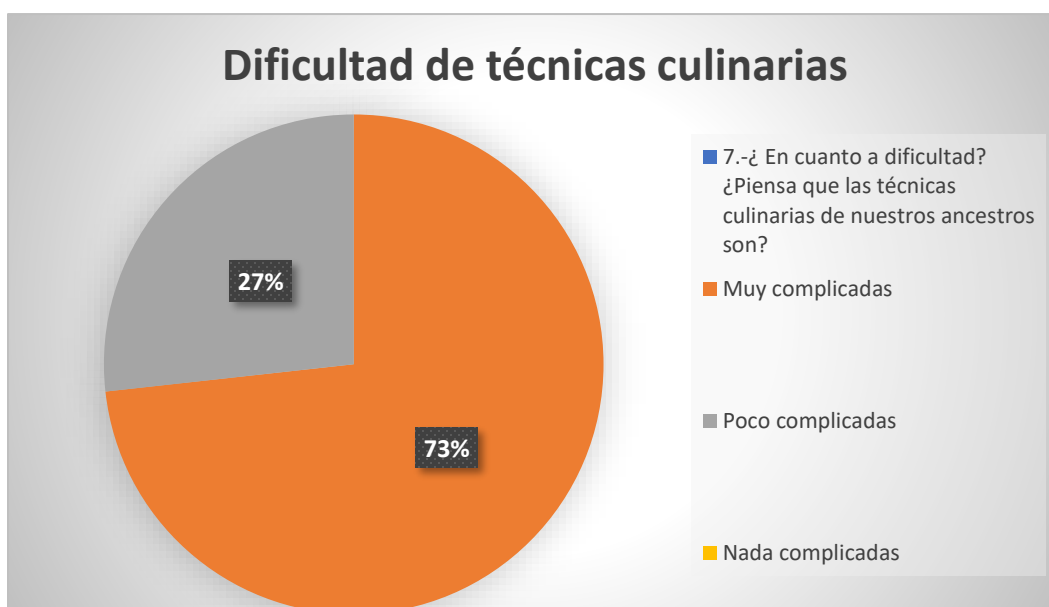
Manipulación de los alimentos



Pregunta 10. *¿En cuanto a dificultad? ¿Piensa que las técnicas culinarias de nuestros ancestros son?*

Figura 10

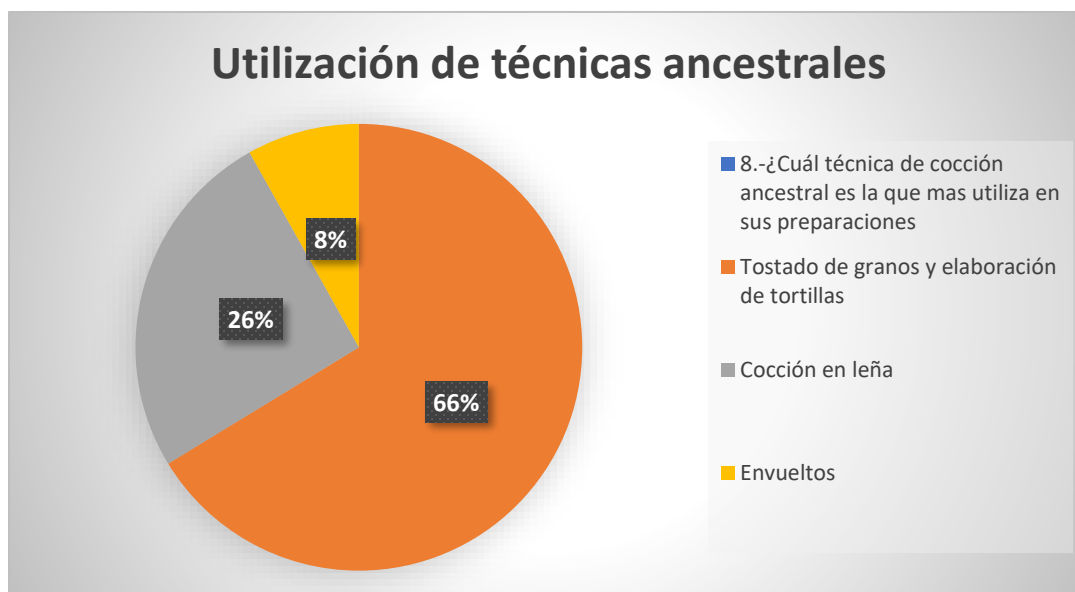
Dificultad de técnicas ancestrales



Pregunta 11. *¿Cuál técnica de cocción ancestral es la que más utiliza en sus preparaciones?*

Figura 11

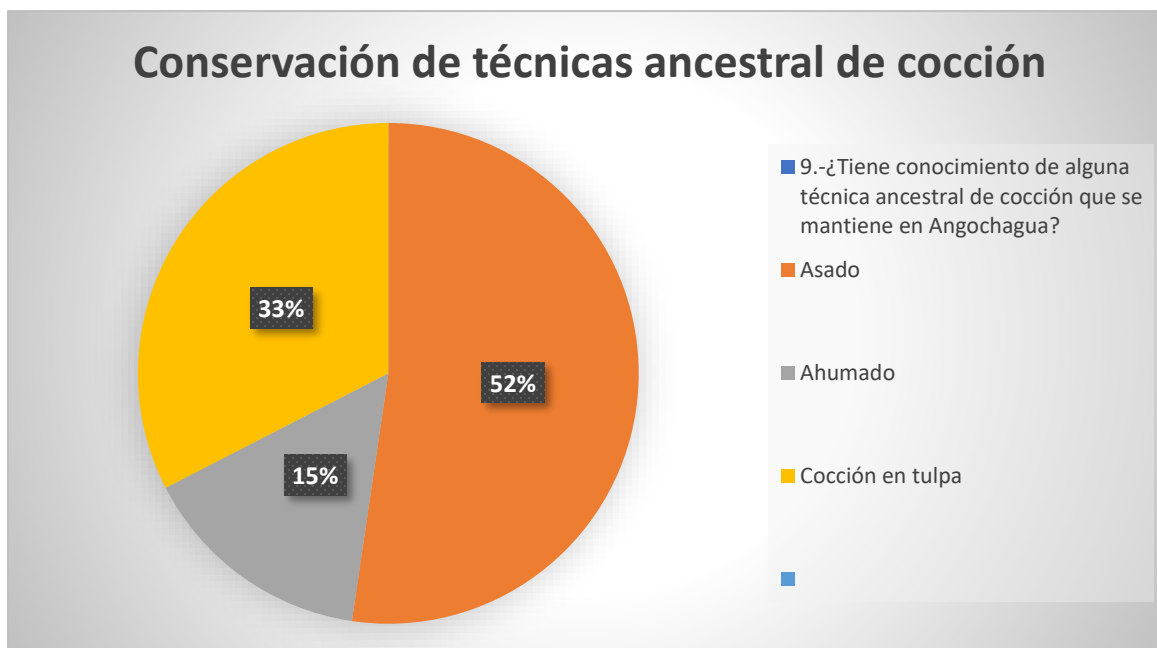
Utilización de técnicas ancestrales



Pregunta 12. *¿Tiene conocimiento de alguna técnica ancestral de cocción que se mantiene en Angochagua?*

Figura 12

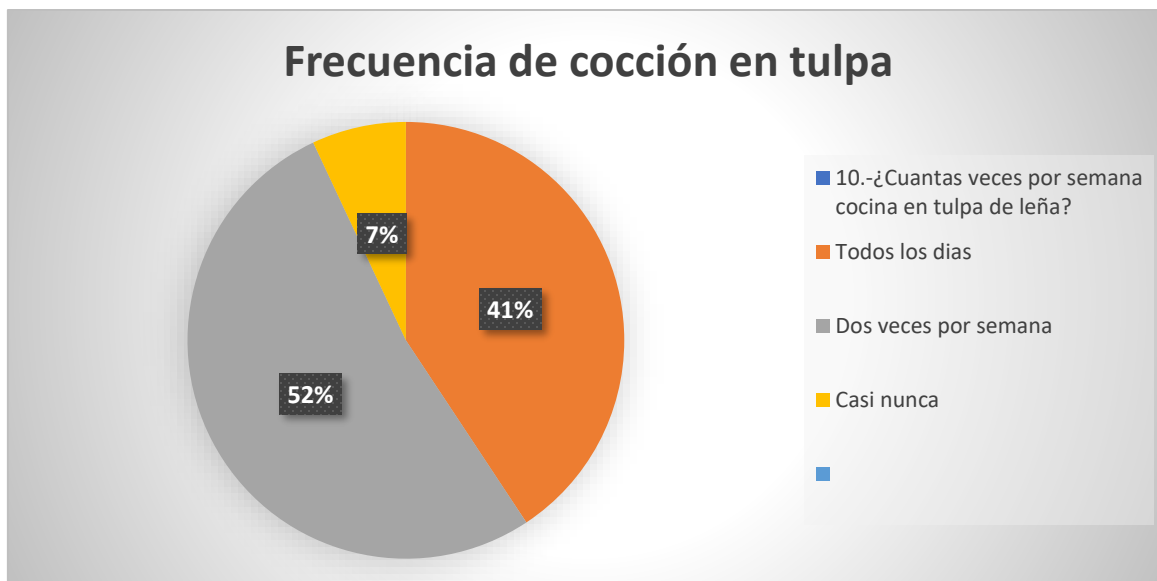
Conservación de técnicas ancestrales de cocción



Pregunta 13. *¿Cuántas veces por semana cocina en tulpa de leña?*

Figura 13

Frecuencia de cocción en tulpa



6.1.2 Análisis General de las encuestas.

Después de haber realizado los datos de la tabulación general de las encuestas se puede llegar a las siguientes deducciones en forma general; en cuanto a género de los encuestados hubo una igualdad tanto del género femenino como del masculino; el rango de edad de las personas que se encuestaron fueron de 20 a 30 años que se puede observar en los resultados, se evidencia que el mayor porcentaje que lo practican las técnicas ancestrales pertenece más a la generación de las personas adultas quienes practican con frecuencia las técnicas ancestrales de cocción.

Las personas encuestas en mayor parte fueron de la comunidad de la rinconada con un 41% que se puede evidenciar en los resultados la nacionalidad de las personas encuestas son de nacionalidad ecuatoriana.

En cuanto al uso de las técnicas ancestrales de cocción se puede verificar que la mayoría de las personas realizan preparaciones en fogones de leña. Con relación al conocimiento de la pachamanca las persona encuestas no conocen mucho de esta técnica ancestral. Referente a la utilización de utensilios de barro el tiesto es el más usado en sus preparaciones lo cual lo utilizan para tostar granos o realizar tortillas de tiesto.

Los saberes ancestrales que tienen guardas las mamás y los taitas son transmitidos de generación en generación sin dejar de lado sus costumbres ni tradiciones. En referente a la manipulación de los alimentos los resultados dieron regular. En cuanto a la dificultad de las técnicas culinarias se puede evidenciar que son muy complicadas. La técnica más utilizada por los habitantes de la parroquia de Angochagua según las encuestas dieron que usan más la técnica del tostado en tiesto ya que ayuda que los granos se tuesten uniformemente a una temperatura estable.

Con relación al conocimiento de las técnicas ancestrales más utilizadas en la parroquia de Angochagua dieron como resultado que se practica más la técnica del asado a las brasas, seguido de la técnica del ahumado. En relación a cuantas veces cocinan en tulpas o fogones de leña se evidencia que las personas ya van perdiendo sus costumbres de cocinar con leña. Los ciudadanos sujetos de la investigación determinan que las actividades de cocción de

técnicas ancestrales de cocción no lo realizan muy seguido sino cuando hay alguna fiesta festiva que lo realizan estas prácticas ancestrales culinarias.

6.1.3. Resultados de las entrevistas.

Las aplicaciones de las entrevistas fueron realizadas con siete preguntas abiertas fueron dirigidas a personas profesionales que saben del ámbito de la gastronomía fueron aplicadas en el mes de enero del 2023

6.1.3.1. Datos de los entrevistados

Tabla 1

Datos de los entrevistados

No.	Código	Nombre del entrevistado	Ocupación	Fecha de la entrevista
1	E1	Ing. Pedro Cabascango	Saberes de cosmovisión andina	Noviembre 2022
2	E2	Ing. Alexis Criollo	Propietario de Pondo Wasi Lodge	Diciembre 2022
3	E3	Chef. Anderson Arce	Chef Puerto Iago S. A	Diciembre 2022
4	E4	Sra. María Lechón	Cocinera tradicional	Diciembre 2022

6.1.3.2 Guion de la entrevista

El guion de entrevista constó de 7 preguntas abiertas, con la finalidad de que las personas entrevistadas puedan dar toda la información con absoluta libertad; esta se realizó en la cuarta semana del mes de diciembre del 2022.

Pregunta 1

P1 ¿Qué características organolépticas da el ahumado a las preparaciones y a qué alimento le podría aplicar dicha técnica y que elaboración gastronómica realizaría?

Pregunta 2

P2 ¿Con la aplicación de la técnica ancestral del envuelto que elaboración gastronómica realizaría?

Pregunta 3

P3. ¿Qué alimentos cocinaría usted dentro de la pachamanca y que elaboración gastronómica realizaría?

Pregunta 4

P4. ¿Qué preparación dulce ancestral realizaría utilizando técnicas ancestrales?

Pregunta 5

P5. ¿Con la técnica ancestral de hornear dentro un horno de leña que preparaciones gastronómicas realizaría?

Pregunta 6

P6. ¿Qué objetivo tiene la utilización de utensilios de barro y madera dentro de las preparaciones ancestrales?

Pregunta 7

P7. ¿Según su criterio que preparaciones ancestrales que se están perdiendo se deberían rescatar?

6.1.3.3. Transcripción de las entrevistas

El: Ing. Pedro Cabascango.

P1 ¿Qué características organolépticas da el ahumado a las preparaciones y a qué alimento le podría aplicar dicha técnica y que elaboración gastronómica realizaría?

La técnica del ahumado consiste en poner los alimentos al humo de diferentes maderas, puede ser de eucalipto o pino generalmente aromáticas y libres de resinas. Esto aporta a los alimentos nuevos sabores y texturas, aparte de aumentar su tiempo de conservación.

P2 ¿Con la aplicación de la técnica ancestral del envuelto que elaboración gastronómica realizaría?

El envuelto se utilizó mucho para cocinar los productos y protegerlos del con hojas como son los tamales a base de maíz, quimbolitos.

P3. ¿Qué alimentos cocinaría usted dentro de la pachamanca y que elaboración gastronómica realizaría?

La conexión de las tres dimensiones del Hanan Pacha, Kay Pacha y el *Uku Pacha* se conectan las tres dimensiones y hace que la pachamanca tenga esa energía esa vitalidad,

Para la realización de la pachamanca se realiza una purificación del espacio y del lugar donde se van a cocinar los alimentos, se realiza una Chakana un ritual para que la Pachamama autorice la realización de este ritual, porque nosotros siempre pedimos permiso a la madre naturaleza para cual actividad o ritual, siempre están conectados el Hanan Pacha, Kay Pacha y el Uku Pacha es un simbolismo de la pachamanca que transmite la energía, también nosotros hacemos rituales con los alimentos en el Inti Raymi hacemos un honor en agradecimiento a los alimentos siempre se hace un agradecimiento a los alimentos o la purificación entonces todo tiene su significado y relación.

P4. ¿Qué preparación dulce ancestral realizaría utilizando técnicas ancestrales?

Las humitas antes las hacían con el choclo machado en piedra y hacían con ese machacado salía la esencia el extracto del choclo y eso ubicaban ahí y seguían moliendo en una batea de madera y eso hacían el envuelto y preparaban tipo baño maría en pundos.

P5. ¿Con la técnica ancestral de hornear dentro un horno de leña que preparaciones gastronómicas realizaría?

Con la técnica ancestral del horneado dentro de un horno de leña se realiza preparaciones como cuyes asados.

P6. ¿Qué objetivo tiene la utilización de utensilios de barro y madera dentro de las preparaciones ancestrales?

Esto es muy importante porque a través de los pundos vasijas las preparaciones salen más diferentes ya que son elaborados de barro y se va generando con esa energía de la tierra en cambio la preparación en una cocina es como artificial en cambio en un pundo en una vasija se conecta con la tierra con los cuatro elementos aire, tierra, agua, fuego que da esa energía a la preparación.

P7. ¿Según su criterio que preparaciones ancestrales que se están perdiendo se deberían rescatar?

Mas allá de los envueltos de la comida que ya ahora ya no las preparan en el tema de los tubérculos las papas había variedad de papas papa morada había una papa que tenía como unos pupitos esa es la Arac papa arac que significa arado que era la papa cuando se araba la papa esta papa salía por si sola naturalmente. La otra es la papa chuño es una papa que es más suave. Y también igual en preparaciones se ha estado perdiendo lo que es el caso del mote había una preparación que se llama mote lucí.

Es un mote ancestral un poco más grande que el mote normal tenía un sabor diferente y también igual según las creencias de nuestros ancestros eso era lo que servía para dar fuerza a la persona. Y de ahí lo otro de una preparación ancestral el tema del zambo la preparación del locro de zambo eso ayudo bastante para fortalecer el sistema de la persona. La colada de maíz Uchu Jacú que antes se hacía con mote y se hacía con bastante de cebollita.

E2: Ing. Alexis Criollo

P1 ¿Qué características organolépticas da el ahumado a las preparaciones y a que alimento le podría aplicar dicha técnica y que elaboración gastronómica realizaría?

La técnica del ahumado no le realizamos podría considerarse la técnica del ahumado en la pachamanca eso se realiza calentando las piedras volcánicas durante una hora y luego colocar la comida se lo tapa con hojas y tierra en una hora sale la comida eso se podría considerar como técnica ahumado porque es casi cocinado al vapor.

Por ser que está en un hueco de la tierra que le diré el sabor es único como un olor a barro mojado mezclado con la comida.

P2 ¿Con la aplicación de la técnica ancestral del envuelto que elaboración gastronómica realizaría?

Dentro de la pachamanca también nosotros utilizamos en las carnes que se envuelve muchas veces la carne con la hoja de zambo y la hoja de achira de la hoja de zambo sale el sabor más rico y de la achira sale como el olor de la planta.

Bueno antiguamente en la época de mis abuelitos realizaban no recuerdo bien el plato el ingrediente el más o menos que la papa esta podridita luego lo realizaban una masita y eso lo envolvían en la hoja de achira o en cualquier otra hoja y eso actualmente no se hace eso se ha perdido completamente, no sé si alguien sabrá hacerlo porque no me he puesto en plan de averiguarlo y bueno la humita si se lo hace.

P3. ¿Qué alimentos cocinaría usted dentro de la pachamanca y que elaboración gastronómica realizaría?

Lo que trasmite del quechua al español es la olla dentro de la tierra la pachamanca nace en el cusco en el altiplano los indígenas intentaron descubrir y hacer las cosas para poder cocinar los alimentos cuando nosotros queremos cocinar los alimentos en el páramo llega a hervir el agua pero no se cocina los alimentos, como los incas estarían tratando de descubrir algo de como cocinar alimentos, descubrieron que la piedra si se calienta llega a un punto de estar roja esta piedra puedes meterle dentro de la tierra y eso cobijarla con tierra para que se cocine los alimentos, los peruanos son muy nacionalistas es algo que nos falta a nosotros nos falta

mucho y dicen que la pachamanca es solo de ellos, pero hay que tres cosas que debemos saber sobre conocimientos andinos y que todos los conocimientos al menos los países Abya Yala que compartimos el mismo saber de cosmovisión andina nos pertenece a nosotros porque somos países Abya Yala compartimos el mismo conocimiento también porque los Incas nos conquistaron a nosotros.

Este conocimiento de la pachamanca es un nombre andino pero una técnica de cocción ancestral que sea a base de piedra caliente, existe en todo el mundo una cocción a base de piedra caliente con otro nombre, lo que son saberes y conocimientos ancestrales de alguna manera antiguamente se compartió y se regó.

Choclo, habas, mellocos, camote, dos tipos de carne que es el pollo y el borrego la piña y el plátano y el sabor es una mezcla como se le pone la chilca y el Catulo las hojas del choclo es único.

P4. ¿Qué preparación dulce ancestral realizaría utilizando técnicas ancestrales?

El dulce de Zambo que actualmente casi la mayoría no lo realiza, pero si ya es porque hay que brindar al turista si se lo realiza si pues si se lo realiza, pero no para consumir diario.

El dulce de Zapallo, el dulce de trigo, de cebada, de morocho más es el de trigo que casi no lo realizan actualmente.

P5. ¿Con la técnica ancestral de hornear dentro un horno de leña que preparaciones gastronómicas realizaría?

Empezando todo tipo de carne asados de pollo, de cerdo, carne de res y borrego y panes incluso se hace pizza y pasteles me han dicho. El sabor todo lo que viene hecho como en algo de barro el sabor es como entre humo y tierra ósea es rico.

P6. ¿Qué objetivo tiene la utilización de utensilios de barro y madera dentro de las preparaciones ancestrales?

Bueno haciendo una comparación entre cocinar en una olla de aluminio las comunes que se ven actualmente pues con la de barro es sabor es más rico y pues el olor también se siente que es más rico por ejemplo en un morocho o en caldo de gallina que si se nota la diferencia ósea debería probarlo.

P7. ¿Según su criterio que preparaciones ancestrales que se están perdiendo se deberían rescatar?

La colada de cebada o la de trigo que también lo dicen trigo pila que es un plato típico que lo hacen con leche y dulce o a veces sin dulce eso también si se está perdiendo.

Berro, los ledos, la hoja de pacta o la lengua de vaca bueno eso es lo que se está perdiendo.

E3: Chef Anderson Arce

P1 ¿Qué características organolépticas da el ahumado a las preparaciones y a que alimento le podría aplicar dicha técnica y que elaboración gastronómica realizaría?

Según yo mi paladar me da un toque de caza cuando vos pruebas algo ahumado sabes que llevo algún proceso largo y no fue hecho algo al apuro sabes que para el ahumado no puede realizarse en corto tiempo, sino que lleva su proceso, no es una forma de cocción sino de conservación es una técnica ancestral más antigua ya que ponían sus alimentos ahumar y tenían sus aromas y sabores únicos. En ahumado se puede aplicar en todo tipo de carnes, frutas, verduras y salsas ahumadas.

P2 ¿Con la aplicación de la técnica ancestral del envuelto que elaboración gastronómica realizaría?

El envuelto lo puedes utilizar en todo lo que tú quieras que te salga jugoso y tierno y no tenga contacto directo y conserve toda la cantidad de líquidos incluso la técnica del envuelto a que evoluciono al método del *Sous Vide* evolucionó, fue transformado es una técnica moderna modernizada del envuelto porque tú en un *Sous Vide* que coges una funda que ya no es una hoja natural y ya no te aporta sabor.

P3. ¿Qué alimentos cocinaría usted dentro de la pachamanca y que elaboración gastronómica realizaría?

Tubérculos, proteínas fuertes y saber manejar bien los tiempos de cocción y temperatura.

P4. ¿Qué preparación dulce ancestral realizaría utilizando técnicas ancestrales?

Prepararía una mazamorra, un dulce de zambo de leña, colada de zapallo, machica.

P5. ¿Con la técnica ancestral de hornear dentro un horno de leña que preparaciones gastronómicas realizaría?

Le metería proteínas como son puercos, pollos, carnes rojas, masas.

Realizaría lo que es una cocción a baja temperatura prepararía un hornado

P6. ¿Qué objetivo tiene la utilización de utensilios de barro y madera dentro de las preparaciones ancestrales?

Primeramente, el barro es algopreciado es algo saludable porque viene de la tierra tiene minerales que da sabor a la comida sabores como los minerales sabor a hierro sabor terroso pero rico.

P7. ¿Según su criterio que preparaciones ancestrales que se están perdiendo se deberían rescatar?

El secado, el ahumado, los envueltos, las pachamancas, mazamorra, champús.

E4: Sra. María Lechón

P1 ¿Qué características organolépticas les da el ahumado a las preparaciones y a que alimento le podría aplicar dicha técnica y que elaboración gastronómica realizaría?

El sabor ahumado con la utilización de la leña las preparaciones son más ricos más saludables el sabor que le damos es con comino, ajo, cebolla y sal.

P2 ¿Con la aplicación de la técnica ancestral del envuelto que elaboración gastronómica realizaría?

Tamales de mote el maíz es de aquí uno mismo se pela se cocina el mote en leña con el relleno de pollo o de carne de chanco con lo que aquí mismo se lo cría se cocina y se envuelve en hoja de achira. Igualmente, las humitas envueltas en hoja de maíz cuando los

choclos están caos se hacen eso. Humita de quinua también es rico también para separar las humitas del agua de ponía tusas o catulos de choclo.

P3. ¿Qué alimentos cocinaría usted dentro de la pachamanca y que elaboración gastronómica realizaría?

Cocinar choclos, habas, mellocos, papas, camotes, ocas, pollo, borrego y cuy. Todo natural olor a humo el sabor es bien rico

P4. ¿Qué preparación dulce ancestral realizaría utilizando técnicas ancestrales?

Dulces de zambo, Dulce de zapallo, Dulce de tomate de árbol, tostado de habas de dulce, maíz de dulce, higos confitados o con miel.

P5. ¿Con la técnica ancestral de hornear dentro un horno de leña que preparaciones gastronómicas realizaría?

Hornearía lo que es borrego, pollo, cuyes también papas y ocas.

P6. ¿Qué objetivo tiene la utilización de utensilios de barro y madera dentro de las preparaciones ancestrales?

En que permanece por más tiempo caliente la comida y el sabor de la comida es diferentes es muy rico. Para realizar la curación de los utensilios de barro le refregamos con cascara de maduro directo al fuego, para que no se rompa y se haga más resisten.

El morocho, la cebada, el trigo, el maíz, las habas para hacer la harina de sal y alverja todos esos granos se tuestan es tiesto lo cual le da un sabor muy rico.

P7. ¿Según su criterio que preparaciones ancestrales que se están perdiendo se deberían rescatar?

Tortilla de tiesto con dulce se zambo, pan de maíz horneado en horno de leña, tostado de maíz en tiesto con leche.

6.1.3.4. Interpretación de las entrevistas

P1 ¿Qué características organolépticas da el ahumado a las preparaciones y a que alimento le podría aplicar dicha técnica y que elaboración gastronómica realizaría?

Qué características organolépticas da el ahumado a las preparaciones y a que alimento le podría aplicar dicha técnica y que elaboración gastronómica realizaría las respuestas fueron. E1 menciona que La técnica del ahumado consiste en poner los alimentos al humo de diferentes maderas, puede ser de eucalipto o pino generalmente aromáticas y libres de resinas. Esto aporta a los alimentos nuevos sabores y texturas, aparte de aumentar su tiempo de conservación E2 menciona que la técnica del ahumado lo utilizan en la pachamanca eso se realiza calentando las piedras volcánicas durante una hora y luego colocar la comida se lo tapa con hojas y tierra en una hora sale la comida eso se podría considerar como técnica ahumado porque es casi cocinado al vapor. E3 el ahumado no puede realizarse en corto tiempo, sino que lleva su proceso, no es una forma de cocción sino de conservación es una técnica ancestral más antigua ya que ponían sus alimentos ahumar y tenían sus aromas y sabores únicos. En ahumado se puede aplicar en todo tipo de carnes, frutas, verduras y salsas ahumadas. El E4 menciona El sabor ahumado con la utilización de la leña las preparaciones son más ricos más saludables.

P2 ¿Con la aplicación de la técnica ancestral del envuelto que elaboración gastronómica realizaría?

Con la aplicación de la técnica ancestral del envuelto que elaboración gastronómica realizaría la respuesta de los entrevistados fueron las siguientes E1 El envuelto se utilizó mucho para cocinar los productos y protegerlos del con hojas como son los tamales a base de maíz, quimbolitos. E2 menciona dentro de la pachamanca también nosotros utilizamos en las carnes que se envuelve muchas veces la carne con la hoja de zambo y la hoja de achira de la hoja de zambo sale el sabor más rico y de la achira sale como el olor de la planta. E3 menciona que con la técnica del envuelto se puede utilizar para que el alimento adquiriera el sabor de la hoja y sea más tierno y jugoso y el alimento este protegido. E4 menciona que con la técnica

ancestral del envuelto se puede realizar tamales de mote que se pela y se cocina al mote para rellenarlo con pollo o carne de cerdo.

P3. ¿Qué alimentos cocinaría usted dentro de la pachamanca y que elaboración gastronómica realizaría?

Que alimentos cocinaría usted dentro de la pachamanca y que elaboración gastronómica realizaría las respuestas de los entrevistados E1 menciona que para la realización de la pachamanca se realiza una purificación del espacio y del lugar donde se van a cocinar los alimentos, se realiza una Chakana un ritual para que la Pachamama autorice la realización de este ritual, porque nosotros siempre pedimos permiso a la madre naturaleza para cual actividad o ritual, siempre están conectados el Hanan Pacha, Kay Pacha y el Uku Pacha es un simbolismo de la pachamanca que transmite la energía E2 Lo que transmite del quechua al español es la olla dentro de la tierra la pachamanca nace en el cusco en el altiplano los indígenas intentaron descubrir y hacer las cosas para poder cocinar los alimentos este conocimiento de la pachamanca es un nombre andino. E3 menciona que en una pachamanca cocinaría tubérculos, proteínas fuertes y saber manejar bien los tiempos de cocción y temperatura. E4 menciona que cocinaría choclos, habas, mellocos, papas, camotes, ocas, pollo, borrego y cuy. Todo natural olor a humo el sabor es bien rico.

P4. ¿Qué preparación dulce ancestral realizaría utilizando técnicas ancestrales?

Qué preparación dulce ancestral realizaría utilizando técnicas ancestrales E1 menciona que las humitas antes las hacían con el choclo machado en piedra y hacían con ese machacado salía la esencia el extracto del choclo y eso ubicaban ahí y seguían moliendo en una batea de madera y eso hacían el envuelto y preparaban tipo baño maría en pundos. E2 menciona que el dulce de Zapallo, el dulce de trigo, de cebada, de morocho más es el de trigo que casi no lo realizan actualmente. E3 menciona prepararía una mazamorra, un dulce de zambo de leña, colada de zapallo, machica. E4 menciona Dulces de zambo, Dulce de zapallo, Dulce de tomate de árbol, tostado de habas de dulce, maíz de dulce, higos confitados o con miel.

P5. ¿Con la técnica ancestral de hornear dentro un horno de leña que preparaciones gastronómicas realizaría?

Con la técnica ancestral del horneado dentro de un horno de leña los entrevistados E1m menciona que la técnica ancestral del horneado dentro de un horno de leña se realiza preparaciones como cuyes asados. E2 menciona que, empezando todo tipo de carne asados de pollo, de cerdo, carne de res y borrego y panes incluso se hace pizza y pasteles me han dicho. El sabor todo lo que viene hecho como en algo de barro el sabor es como entre humo y tierra ósea es rico. E3 se hornearía lo es proteínas como son puercos, pollos, carnes rojas, masas. E4 menciona que hornearía lo que es borrego, pollo, cuyes también papas y ocas.

P6. ¿Qué objetivo tiene la utilización de utensilios de barro y madera dentro de las preparaciones ancestrales?

Qué objetivo tiene la utilización de utensilios de barro y madera dentro de las preparaciones ancestrales E1 menciona que esto es muy importante porque a través de los pundos vasijas las preparaciones salen más diferentes ya que son elaborados de barro y se va generando con esa energía de la tierra en cambio la preparación en una cocina es como artificial en cambio en un pundo en una vasija se conecta con la tierra con los cuatro elementos aire, tierra, agua, fuego que da esa energía a la preparación. E2 menciona que la cocción en barro es sabor es más rico y pues el olor también se siente que es más rico por ejemplo en un morocho o en caldo de gallina que si se nota la diferencia ósea debería probarlo. E3 menciona que, primeramente, el barro es algopreciado es algo saludable porque viene de la tierra tiene minerales que da sabor a la comida sabores como los minerales sabor a hierro sabor terroso pero rico. E4 menciona que los utensilios de barro permanecen por más tiempo caliente la comida y el sabor de la comida es diferentes es muy rico. Para realizar del curado de los utensilios de barro le refregamos con cascara de maduro directo al fuego, para que no se rompa y se haga más resistente al fuego.

P7. ¿Según su criterio que preparaciones ancestrales que se están perdiendo se deberían rescatar?

Según su criterio que preparaciones ancestrales que se están perdiendo se deberían rescatar los entrevistados E1 menciona que más allá de los envueltos de la comida que ya ahora ya

no las preparan en el tema de los tubérculos las papas había variedad de papas papa morada había una papa que tenía como unos pupitos esa es la Arac papa arac que significa arado que era la papa cuando se araba la papa esta papa salía por si sola naturalmente. La otra es la papa chuño es una papa que es más suave. Y también igual en preparaciones se ha estado perdiendo lo que es el caso del mote había una preparación que se llama mote lucí es un mote ancestral un poco más grande que el mote normal tenía un sabor diferente y también igual según las creencias de nuestros ancestros eso era lo que servía para dar fuerza a la persona. E2 menciona que la colada de cebada o la de trigo que también lo dicen trigo pila que es un plato típico que lo hacen con leche y dulce o a veces sin dulce eso también si se está perdiendo el berro, los ledos, la hoja de pacta o la lengua de vaca bueno eso es lo que se está perdiendo. E3 menciona que las preparaciones ancestrales está el secado, el ahumado, los envueltos, las pachamancas, mazamorra, champús. E4 menciona que las preparaciones que se deben rescatar son tortilla de tiesto con dulce se zambo, pan de maíz horneado en horno de leña, tostado de maíz en tiesto con leche.

6.1.3.5. Análisis General de las entrevistas.

Los resultados de las cuatro personas entrevistadas, quienes conocen sobre las técnicas ancestrales de cocción han dado las pautas necesarias para continuar con la realización y degustación de las técnicas ancestrales de cocción ya que así se podrá visualizar y dar más a conocer las técnicas ancestrales de cocción de la parroquia de Angochagua que se están perdiendo día a día y así poder dar valor y realce a las técnicas ancestrales de cocción.

Lo que se debería dar más a conocer estas técnicas ancestrales de cocción y así pueda tener más valor. Se debería potencializar más la gastronomía con la utilización de técnicas ancestrales de cocción como es el asado a las brasas, el tostado en tiestos, el horneado dentro de un horno de leña, la cocción en tulpas con la utilización de pundos y vasijas de barro.

La cocina ancestral de Angochagua son muy importantes para para el turismo, razón por la cual valorar las técnicas ancestrales de cocción, los utensilios son parte fundamental para atraer una diversidad de turistas en el ámbito gastronómico. Demostrar que la cocina antigua de la parroquia de Angochagua es un mundo lleno de sabores, aromas, productos frescos y

variados. Fomentar la enseñanza de nuestra cultura gastronómica ancestral para que la gastronomía ancestral vaya tomando más valor

Ya que si no valoramos nuestro origen, cultura, tradición, festividad y amor por nuestro patrimonio culinario poco a poco se irá perdiendo y desvalorizando.

6.2. DISCUSIÓN

La culinaria de Angochagua tiene una historia de generación en generación, en la actualidad se ha identificado el desconocimiento de las técnicas y sus utensilios ancestrales de cocción, por ello, esta investigación aborda el estudio de las técnicas ancestrales con la utilización de utensilios de cocción para revalorizar el patrimonio cultural inmaterial de este territorio.

El objeto central de este estudio de esta investigación trata sobre técnicas ancestrales y utensilios de cocción que serán aplicadas en 4 preparaciones con la utilización de técnicas ancestrales de cocción

Se realizó una investigación de las principales técnicas ancestrales de cocción que existen en la parroquia de Angochagua, para identificar y verificar cuáles son las usadas, para ello se realizó una investigación bibliográfica y documental. Villota (2020) afirma que la elaboración de platos con leña, tiesto, pundos, ollas de barro, piedras de moler o piedras de río han logrado dar un cambio en sus características organolépticas en su gastronomía representativa, al igual que elaboraciones ancestrales como la chicha realizada en barro, las cuales ayudan a la conservación y fermentación. Las técnicas más usadas y más relevantes de la parroquia de Angochagua y sus comunidades son la técnica del tostado de diferentes granos en tiesto para realizar diferentes clases de harina para sus preparaciones, el uso de utensilios de barro es común en estas comunidades ya que tienen una conexión más profunda con el alimento.

En cuanto a la utilización de técnicas ancestrales de cocción el 35% de los encuestados lo practica y lo realiza en sus casas en distintas preparaciones, usando utensilios ancestrales de cocción sea de barro o de madera; el 75% de las personas lo realizan porque hay alguna festividad o ritual de ahí no lo practican mucho, es por eso que las técnicas ancestrales de

cocción no son muy valorizadas y se están perdiendo al igual que los utensilios. Mancero (2018) menciona que los utensilios a base de barro eran elaborados elegantemente y estaban designados para algún ritual o para el uso de la nobleza. El tiesto es uno de estos utensilios ancestrales elaborados a base de barro en el cual se pueden tostar diferentes granos y obtener harinas así elaborar tortillas de tiesto una técnica muy ancestral, los utensilios más usados por los habitantes de la parroquia de Angochagua son los instrumentos tallados en barro como son; maltas, puños, pondos, vasijas, tiestos.

El arte culinario se manifiesta en la degustación de comidas incluyendo las raíces ancestrales de un pueblo que se miran reflejadas en las tradiciones y culturas en la preparación y su utilización de instrumentos ancestrales de cocción. La gastronomía no solo se enfoca en la degustación, sino que abarca las raíces de un pueblo, en ese sentido Anastacio (2020) menciona que la degustación es hacer uso del gusto en lo que se respecta algún alimento lo cual se puede captar una amplia variedad de sabores sea agradable o desagradable; demás es una actividad profesional puesto que se establece e indica la calidad de los alimentos y bebidas. Para la degustación culinaria de este estudio se pretende utilizar algunas técnicas ancestrales como el envuelto, asado, tostado, ahumado, secado, fermentado; así mismo en el emplatado de usarán utensilios como: bases y platos de roca volcánica; piedras de moler, cucharas de palo, de cocción y así plasmar todos los sabores ancestrales con sus debidas técnicas de cocción respetando la preparación y el origen del alimento.

6.3 PROPUESTA

El presente proyecto tiene la finalidad de poner en valor de las técnicas ancestrales y utensilios de cocción de la parroquia de Angochagua logrando otra presentación en las preparaciones con la utilización de emplatados innovadores.

El fin de la propuesta es: Aplicar técnicas ancestrales utilizando utensilios ancestrales de cocción en 4 preparaciones mejorando la presentación visual, con el fin de mejorar la presentación usando técnicas ancestrales de cocción y su vez llamar la atención de la población con un montaje de la preparación fuera de lo común respetando su técnica y su uso de sus utensilios ancestrales de cocción.

Luego de haber obtenido los resultados por los encuestados y los entrevistados se llega a la conclusión de que se puede lograr poner en valor las técnicas ancestrales y sus utensilios de cocción, logrando una presentación más creativa e innovadora.

Después se realizó la experimentación de cada una de las preparaciones con las debidas técnicas ancestrales y con la utilización de sus utensilios de cocción al ser aplicadas en cada uno de ellos con el fin de visualizar las correcciones que se deben efectuar en las preparaciones culinarias, luego se ejecutó la degustación pertinente con profesionales gastronómicos y representantes de la sociedad, con el objetivo de que estas conozcan de las preparaciones y técnicas ancestrales de una manera más creativa en el montaje al momento de servir los platos.

Antes de elaborar las preparaciones se realizó recetas de cada una de ellas, con el fin de saber los ingredientes, utensilios y tiempos que requiere cada una. Al finalizar la degustación se proporcionó una ficha de validación con el propósito de saber la aceptabilidad de las mismas.

La finalidad del presente proyecto fue usar técnicas ancestrales de cocción de la parroquia de Angochagua para rescatar y dar otra presentación en el plato sin perder la esencia del alimento y diversificar la demanda gastronómica del sector; de la misma forma crear mayor conocimiento en cuanto a la conservación de la identidad culinaria.

Nota: Todas las imágenes presentadas a continuación son del autor, las que fueron obtenidas en la fase experimental, por consiguiente, no se citan.

6.3.1 Lista de preparaciones y técnicas de cocción aplicadas

A continuación, se enlista cada una de las preparaciones, una breve descripción de la elaboración y la técnica o técnicas usadas en las mismas; posteriormente, se presentan las imágenes de las preparaciones que fueron sujetas a evaluación por 4 docentes de gastronomía, en el mes de febrero del 2023.

1. Envuelto de humita cocida con tusas (Envueltos y cocción al vapor¹)
2. Empanada de quinua rellena de cuy Asado a las brasas (Asado²); Quinua cocida en olla de barro (Cocción en barro³)
3. Rack de cordero en pachamanca (Cocción con piedras calientes⁴)
4. Lomo de pollo cocido a la pachamanca (Cocción con piedras calientes)
5. Pasternak de res (Secado, ahumado y salado)
6. Chicha de jora (Fermentado, cocción en leña, fermentado en barro)
7. *Cheesecake* de dulce de higo y sambo (Cocción en leña)
8. Macarrón relleno de dulce de sambo (Cocción en leña); praliné de tocte tostado en tiesto

6.3.2 Imágenes de las preparaciones

Como se indicó anteriormente, se aplicó varias técnicas ancestrales de cocción, tomando en cuenta las sugerencias de los profesionales entrevistados y el criterio del autor de esta investigación.

Aparte de ello, los emplatados buscan dar un impacto visual moderno e innovador, pero preservando el correcto uso de la materia prima, conservando la receta y elaboración ancestral y/o tradicional según sea el caso.

Las imágenes de este apartado pertenecen al autor, por lo tanto, no se citan.

¹ Envueltos consisten en envolver alimentos en hojas de maíz, cholco y achira para darle un sabor tierno y jugoso es una técnica ancestral que se cocina al vapor esta técnica consiste en cocer los alimentos sin que tenga contacto con el agua.

² Asado esta técnica ancestral se estriba en cocer en un costado de las brasas los alimentos.

³ Trata de una cocción que ayuda que los alimentos se cuezan con la humedad necesaria debido a las porosidades del barro que ayuda a que se escape el exceso de vapor.

⁴ Cocción con piedras calientes se lo realiza con piedras volcánicas calentadas a altas temperaturas entre los 250°C a 350°C.

6.3.2.1 Envuelto de humita cocida con tusas

Breve descripción de la preparación.

Humita tradicional realizada con choclo molido en molino de mano, envuelto en una hoja tierna de choclo cocida al vapor acompañado de un ají en piedra, un nido de pelos de choclo con condumio de queso y cebolla.



6.3.2.2 Empanada de quinua cocina en olla de barro, rellena de cuy asado a las brasas

Breve descripción de la preparación

Empanada de quinua multicolor cocida en olla de barro a leña rellena de carne de cuy acompañado con ají de piedra



6.3.2.3 Rack de cordero en pachamanca acompañado con puré de tubérculos y vegetales asados.

Breve descripción de la preparación

Corte de cordero envuelto de hojas de sambo y de achira, cocido por 4 horas en horno bajo tierra con rocas volcánicas al rojo vivo (pachamanca); la guarnición consta de mote sucio, vegetales salteados y salsa de pepa de sambo. La decoración del rack se hizo con oro comestible.



6.3.2.4 Bateria de res (charky)

Breve descripción de la preparación

Es una basterma de res madurada en un lugar oscuro y ventilado por 15 días; luego se ahumó con leña de eucalipto y pino.



6.3.2.5 Lomo de pollo

Breve descripción de la preparación

Corte de pechuga con aliño elaborado en piedra de moler, cocido por 4 horas en horno bajo tierra con rocas volcánicas al rojo vivo (pachamanca); finalmente se colocó en la parrilla para marcar y terminar la cocción.



6.3.2.6 Chicha de jora

Breve descripción de la preparación

Elaborada con harina de jora y maíz seco molido, se cocinó a leña por 8 horas, se endulzó con panela. En esta ocasión no se dejó fermentar



6.3.2.7 Cheesecake de dulce de higo y sambo

Breve descripción de la preparación

Cheesecake de dulce de higo y zambo cocidos a leña acompañado con semillas de sambo las cuales fueron tostadas en tiesto usadas como decoración.



6.3.2.8 Macarrón relleno de dulce de sambo - Praliné de tocte tostado en tiesto- Esponja de mashwa

Breve descripción de la preparación

El macarrón fue elaborado con harina de almendras relleno de dulce de sambo cocido a leña. Se elaboró una praliné de tocte al cual se lo tostó en tiesto, a este se incorporó azúcar y finalmente se lo pulverizó. Para la esponja se cocieron mashwas en olla de barro, luego se elaboró un puré el cual fue introducido en un sifón para obtener la textura deseada.



6.3.3 Utensilios usados en el emplatado

Una de las metas de esta investigación fue fusionar las técnicas ancestrales de cocción, respetar el producto y utilizar los utensilios apropiados, para lograr un impacto positivo en los sentidos.

A continuación, se muestran los utensilios usados tanto en el proceso de cocción, como en la sesión de degustación. Las imágenes son propias del autor.

Olla de barro



Plato de roca volcánica



Piedra de moler



Pondo de barro



Plato de barro



Roca volcánica



Miniatura piedra de moler



Cedazo



Olla de barro



Vasija de barro



6.3.4 Degustación y validación de la propuesta

La degustación culinaria con técnicas ancestrales y la utilización de utensilios de cocción se realizó el día martes 16 de febrero del 2023 con la asistencia de los profesionales del área de gastronomía Mgs. Gonzalo Rubio director de la escuela de GESTURH; Mgs Juan Carlos Echeverría docente del Panadería y Pastelería; Mgs Ronny Soriano docente del área de gastronomía, Mgs. Lorena Arellano docente del área de investigación.

A continuación, se detalla el proceso aplicado:

6.3.4.1 Montaje del área

- Para el montaje del área se utilizó lo siguiente:
- Mantel
- Centro de mesa
- Copa de agua
- Copa de vino tinto
- Shots para la chicha
- Platos de piedra volcánica
- Tablas de madera
- Porta ajicero de paja toquilla
- Ajicero de piedra volcánica
- Platos de tiesto
- Ajicero de barro
- Cucharas de madera
- Platos de barro
- Cubertería (cuchillo, tenedor, cuchara, cucharilla)

6.3.4.2 Menú



6.3.5 Proceso

En este fragmento se mira el proceso de la realización de preparaciones con la utilización de técnicas ancestrales y utensilios de cocción de la parroquia de Angochagua.

PRIMER TIEMPO: se presentó con una explicación del autor donde se les indicó la técnica ancestral de preparación y la utilización de sus utensilios de cocción; se elaboró y se sirvió una humita cocida al vapor en tusas envuelta en hoja de choclo cocida por 45 minutos, acompañado de vernáculos de pelos de choclo y catulo frito.

SEGUNDO TIEMPO: para esto se realizó un adobo especial hecho en piedra de moler para aliñar el cuy, para posteriormente asarlo a las brasas con leña de eucalipto y pino; después se realizó la cocción de la quinua en olla de barro, para finalmente obtener una masa, luego se hizo un ají hecho a mano en piedra de moler.

TERCER TIEMPO: Se sirvió un corte de cordero Rack y lomo fino de pollo envuelto en hoja de zambo y achira cocinado a bajas temperaturas dentro de un hoyo de tierra denominado pachamanca donde se colocó piedras volcánicas calentadas por 4 horas; posterior se lo barnizó al borrego con chimichurri se realizando una salsa de pepa de zambo y culantro para el pollo. Así mismo, se hizo una maduración de lomo de falda de res por 15 días salado, ahumado y secado en un lugar fresco acompañado con una salsa de naranjilla.

CUARTO TIEMPO: El cuarto tiempo constó de un cheesecake de dulce de zambo cocido en leña de eucalipto por 8 horas.

Después de que los comensales tuvieron su tiempo de evaluación y deliberación, se recibió comentarios muy positivos acerca de la producción culinaria, montaje, presentación y explicación de los platos; también hubo comentarios alentadores sobre los utensilios usados. Lo que se debe resaltar de esta sesión fue la sugerencia de usar una tortilla en lugar de una empanada, puesto que la tortilla usaría la técnica ancestral del asado en tiesto, no así la empanada que usa un elemento oleoso para la fritura.

Finalmente, cada evaluador entregó las fichas donde se evidencian los resultados y observaciones pertinentes.

6.3.5.1 Fichas de evaluación

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: Gonzalo Rubio Edad: 46

Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐ Secundaria: ☐ Ed. Superior: ☐ Especialización: ☐

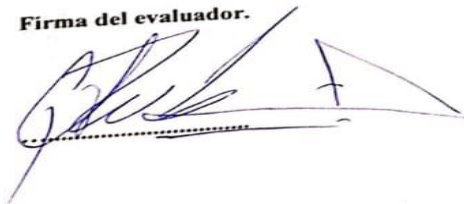
Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Humita

Cata de preparaciones		Excelente	Muy Bueno	Bueno	No Adecuado	Observaciones
Fase Visual	Intensidad de color	✓				
	Juego de colores	✓				
	Brillo	✓				
Fase olfativa	Aromas	✓				
Fase degustativa	Texturas en boca	✓				
	Equilibrio de sabores	✓				
Técnicas ancestrales	Humita cocida al vapor envuelto en hoja de choclo, con vernáculo de choclo crocante.	✓				

Firma del evaluador.



Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: Edad:

Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐ Secundaria: ☐ Ed. Superior: ☐ Especialización: ☐

Posgrado: ☐

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Empanada de quinua

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	✓				
	Juego de colores	✓				
	Brillo	✓				
Fase olfativa	Aromas	✓				
Fase degustativa	Texturas en boca	✓				
	Equilibrio de sabores	✓				
Técnicas ancestrales	Empanada de quinua multicolor rellena de cuy a las brasas.	✓				

Firma del evaluador.



Hacer for. 1/2, no empinzada

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: *Gonzalo P. D.*

Edad:



Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Páramo Andino

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	✓				
	Juego de colores	✓				
	Brillo	✓				
Fase olfativa	Aromas	✓				
Fase degustativa	Texturas en boca	✓				
	Equilibrio de sabores	✓				
Técnicas ancestrales	Pachamanca de cordero y pollo	✓				

Firma del evaluador.

Gonzalo P. D.

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: *Juan Carlos Echeverría*

Edad:



Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Humita

Cata de preparaciones		Excelente	Muy Bueno	Bueno	No Adecuado	Observaciones
Fase Visual	Intensidad de color	✓				
	Juego de colores	✓				
	Brillo	✓				
Fase olfativa	Aromas	✓				
Fase degustativa	Texturas en boca	✓				
	Equilibrio de sabores	✓				
Técnicas ancestrales	Humita cocida al vapor envuelta en hoja de choclo, con vernáculo de choclo crocante.	✓				

Firma del evaluador.

Juan Carlos Echeverría

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: Jim C. Echeverría

Edad: 46



Nivel de educación:

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Empanada de quinua

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	☒				
	Juego de colores	☒				
	Brillo	☒				
Fase olfativa	Aromas	☒				
Fase degustativa	Texturas en boca	☒				
	Equilibrio de sabores	☒				
Técnicas ancestrales	Empanada de quinua multicolor rellena de cuy a las brasas.	☒				

Firma del evaluador.

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: Jim C. Echeverría

Edad: 46



Nivel de educación:

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Páramo Andino

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	☒				
	Juego de colores	☒				
	Brillo	☒				
Fase olfativa	Aromas	☒				
Fase degustativa	Texturas en boca	☒				
	Equilibrio de sabores	☒				
Técnicas ancestrales	Pachamanca de cordero y pollo	☒				

Firma del evaluador.

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.



Nombre del evaluador:

Edad:

Nivel de educación:

☐

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Cheesecake de dulce de zambo

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	☒				
	Juego de colores	☒				
	Brillo	☒				
Fase olfativa	Aromas	☒				
Fase degustativa	Texturas en boca	☒				
	Equilibrio de sabores	☒				
Técnicas ancestrales	Cheesecake de zambo y higo	☒				

Firma del evaluador.



Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: *Rony Soriano*

Edad: *38*



Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Humita

Cata de preparaciones		Excelente	Muy Bueno	Bueno	No Adecuado	Observaciones
Fase Visual	Intensidad de color	/				
	Juego de colores	/				
	Brillo	/				
Fase olfativa	Aromas	/				
Fase degustativa	Texturas en boca	/				
	Equilibrio de sabores	/				
Técnicas ancestrales	Humita cocida al vapor envuelto en hoja de choclo, con vernáculo de choclo crocante.	/				

Firma del evaluador.

[Signature]

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: *Rony Soriano*

Edad: *38*



Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☐

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Empanada de quinua

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	/				
	Juego de colores	/				
	Brillo	/				
Fase olfativa	Aromas	/				
Fase degustativa	Texturas en boca	/				
	Equilibrio de sabores	/				
Técnicas ancestrales	Empanada de quinua multicolor rellena de cuy a las brasas.					No amparado Tortilla mejor

Firma del evaluador.

[Signature]

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: *Penny Soriano*

Edad: ☒ 38



Nivel de educación:

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Páramo Andino

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	/				
	Juego de colores	/				
	Brillo	/				
Fase olfativa	Aromas	/				
	Texturas en boca	/				
Fase degustativa	Equilibrio de sabores	/				
Técnicas ancestrales	Pachamanca de cordero y pollo	/				

Firma del evaluador.

[Signature]

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: *Penny Soriano*

Edad: ☒ 38



Nivel de educación:

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Cheesecake de dulce de zambo

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	/				
	Juego de colores	/				
	Brillo	/				
Fase olfativa	Aromas	/				
	Texturas en boca	/				
Fase degustativa	Equilibrio de sabores	/				
Técnicas ancestrales	Cheesecake de zambo y higo	/				

Firma del evaluador.

[Signature]

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: Lorena Arellano

Edad: 50

Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐ Secundaria: ☐ Ed. Superior: ☐ Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Humita

Cata de preparaciones		Excelente	Muy Bueno	Bueno	No Adecuado	Observaciones
Fase Visual	Intensidad de color	/				!! Excelente !!
	Juego de colores	/				
	Brillo	/				
Fase olfativa	Aromas	/				Excelente !!
Fase degustativa	Texturas en boca	/				
	Equilibrio de sabores	/				
Técnicas ancestrales	Humita cocida al vapor envuelta en hoja de choclo, con verruculo de choclo crocante.	/				Excelente !!

Firma del evaluador.



Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: Lorena Arellano

Edad: 50

Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐ Secundaria: ☐ Ed. Superior: ☐ Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Empanada de quinua

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	/				
	Juego de colores	/				
	Brillo	/				
Fase olfativa	Aromas					
Fase degustativa	Texturas en boca			x		
	Equilibrio de sabores	/				
Técnicas ancestrales	Empanada de quinua multicolor rellena de cuy a las brasas.				x	Frier wao una técnica ancestral

Firma del evaluador.



Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: *Josema Arellano*

Edad:



Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Páramo Andino

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	/				Excelente!!
	Juego de colores	/				
	Brillo	/				
Fase olfativa	Aromas	/				
Fase degustativa	Texturas en boca	/				
	Equilibrio de sabores	/				
Técnicas ancestrales	Pachamanca de cordero y pollo	/				

Firma del evaluador.

[Firma manuscrita]

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.

Datos informativos.

Nombre del evaluador: *Josema Arellano*

Edad:



Nivel de educación: ☐

Primaria: ☐

Secundaria: ☐

Ed. Superior: ☐

Especialización: ☐

Posgrado: ☒

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional: Cheesecake de dulce de zambo

Cata de preparaciones		Excelente	Muy bueno	Bueno	No adecuado	Observaciones
Fase visual	Intensidad de color	/				Excelente!!
	Juego de colores	/				
	Brillo	/				
Fase olfativa	Aromas	/				
Fase degustativa	Texturas en boca	/				
	Equilibrio de sabores	/				
Técnicas ancestrales	Cheesecake de zambo y higo	/				

Firma del evaluador.

[Firma manuscrita]

7. Conclusiones

- El presente proyecto de investigación plantea demostrar una manera distinta la manera de elaborar y emplatar las preparaciones los platos con la utilización de técnicas ancestrales y utensilios de cocción de la parroquia de Angochagua, se aplicó diferentes técnicas ancestrales de cocción con el fin de crear y transmitir nuevas experiencias hacia el cliente.
- La investigación documental ayudó a determinar qué, temas relacionados con técnicas ancestrales y utensilios de cocción se encuentran publicados en distintos países e idiomas, y buscar similitudes entre estas. Gracias a la observación se pudo evidenciar que las técnicas ancestrales la utilización de utensilios de cocción son escasas debido a que ya no hay un conocimiento relacionado a los métodos de cocción antiguos.
- Gracias a las encuesta y entrevistas ejecutadas se pudo identificar que las técnicas ancestrales que se mantienen hasta la actualidad son: tostado en tiesto, cocción en barro y la utilización de hojas para realizar diferentes envueltos como humitas, choclotandas, tamales. Así mismo los utensilios que aún perviven son: pundos, ollas, tiestos y platos de barro; piedras de moler ají y piedras de moler granos.
- A través de la investigación se pudo plasmar cuatro preparaciones aplicando técnicas ancestrales; los platos fueron: humita, empanada de quinua, rack de cordero y cheesecake de higo y sambo; con esto se pretender promocionar de mejor manera la gastronomía de Angochagua con miras a captar más usuarios tanto locales, nacionales e internacionales.
- Se estructuró una ficha con parámetros de evaluación, en la cual los profesionales de la gastronomía expresaron sus diferentes puntos de vista en cuanto a la utilización de técnicas ancestrales y utensilios de cocción; deduciendo que es importante mejorar la estética de cada preparación, pero se debe cuidar más que nada la esencia propia, respetando cada ingrediente y sabor que lo conforman un plato.

8. Recomendaciones

- Realizar investigaciones acerca de las técnicas ancestrales y sus utensilios de cocción de otros territorios afines, con el objetivo de documentar el conocimiento ancestral integral de las comunidades que pertenecen al Imbabura Geoparque Mundial UNESCO.
- La academia debería propiciar trabajos in situ, con la finalidad de recuperar testimonios de técnicas, utensilios y preparaciones que se han perdido, para poder documentar los saberes ancestrales de los pueblos originarios, y con ello revalorizar la identidad culinaria auténtica.
- Se debería dinamizar y establecer programas de economía circular, donde se pueda comprar directamente a pequeños agricultores; así mismo sería necesario crear escuelas-taller para que los artesanos tradicionales, puedan transferir el conocimiento a futuras generaciones, acerca de oficios tradicionales como la alfarería, tejidos, talabartería, tallados en madera, construcciones vernáculas (hornos de barro); agricultura tradicional, entre otros. generaciones.
- Para futuros investigadores se deja como pauta, abordar temas como productos nativos, gastro botánica, es decir el uso de plantas en la culinaria, así como recuperar los nombres de técnicas y utensilios en el idioma original (Kichwa).

9. Referencias Bibliográficas.

- Alvarado, Á. V. (2018). *Análisis comparativo de tres métodos de cocción de la tortilla de maíz (Zea mays) en el cantón Penipe, de la Provincia de Chimborazo*. GUAYAQUIL, ECUADOR. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/40067/1/ANALISIS%20COMPARATIVO%20DE%20TRES%20METODOS%20DE%20COCCION%20DE%20LA%20TORTILLA%20DE%20MAIZ.pdf>
- Alvarez, L. X. (2016). *ANÁLISIS DE LAS TÉCNICAS CULINARIAS ANCESTRALES PARA SU APLICACIÓN EN ELABORACIONES DE LA COCINA CUENCANA*. Cuenca, Ecuador . Obtenido de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/24408/1/Trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf>
- Anastacio, A. A. (2021). *IDENTIFICACIÓN DE LAS BEBIDAS ARTESANALES TRADICIONALES COMO ATRACTIVO DEL TURISMO GASTRONÓMICO ECUATORIANO*. Obtenido de <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/9930/E-UTB-FCJSE-HTURIS-000204.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Barrezueta, H. d. (2016). *LEY ORGÁNICA DE CULTURA*. Quito. Obtenido de <https://www.asambleanacional.gob.ec/es/system/files/ro-ley-cultura-ro-913-6s-30-12-2016.pdf>
- Chávez Núñez, D. J. (2021). *Análisis de la Pachamanca, una Técnica de Cocción Ancestral en el Centro Poblado de Maynay*. Obtenido de <file:///C:/Users/CASTRO/Downloads/An%C3%A1lisis+de+la+Pachamanca,+una+T%C3%A9cnica+de+Cocci%C3%B3n+Ancestral+en+el+Centro+Poblado+de+Maynay.pdf>
- Iles, G. (2020). *APLICACIÓN DE LA HOJA DE MAÍZ EN PLATOS TÍPICOS Y ANCESTRALES EN LA PARROQUIA EUGENIO ESPEJO UTILIZANDO LA COCINA CREATIVA*. IBARRA, ECUADOR. Obtenido de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10832/2/02%20LGAS%20052%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
- José, C. V. (2020). *TÉCNICAS CULINARIAS ANCESTRALES DE LA COMUNIDAD DE AGATO UNA ALTERNATIVA DENTRO DE LA COCINA CREATIVA*. IBARRA. Obtenido de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10757/2/02%20LGAS%20051%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
- Mancero, J. A. (2018). *Análisis comparativo de tres métodos de cocción de la tortilla de maíz (Zea mays) en el cantón Penipe, de la Provincia de Chimborazo*.

GUAYAQUIL. Obtenido de
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/40067/1/ANALISIS%20COMPARATIVO%20DE%20TRES%20METODOS%20DE%20COCCION%20DE%20LA%20TORTILLA%20DE%20MAIZ.pdf>

Guacán I. (2020). *APLICACIÓN DE LA HOJA DE MAÍZ EN PLATOS TÍPICOS Y ANCESTRALES EN LA PARROQUIA EUGENIO ESPEJO UTILIZANDO LA COCINA CREATIVA*. IBARRA. Obtenido de
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10832/2/02%20LGAS%20052%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

Meléndez Torres, J. M. (2020). *La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local*. Sonora. Obtenido de
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41712087008>

Moreta, D. A. (2020). *TÉCNICAS CULINARIAS ANCESTRALES DE LA COMUNIDAD DE AGATO UNA ALTERNATIVA DENTRO DE LA COCINA CREATIVA*. IBARRA. Obtenido de
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10757/2/02%20LGAS%20051%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

Ponce, D. R. (2022). *FORTALECIMIENTO DE LA OFERTA GASTRONÓMICA EN LA RUTA DEL BORREGO, EN LAS COMUNAS DE ZULETA Y LA MAGDALENA COMO ÁREA DE INFLUENCIA DEL GEOPARQUE IMBABURA*. IBARRA. Obtenido de
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/12222/2/02%20LGAS%20060%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

Villota, C. (2020). *TÉCNICAS CULINARIAS ANCESTRALES DE LA COMUNIDAD DE AGATO UNA ALTERNATIVA DENTRO DE LA COCINA CREATIVA*. IBARRA. Obtenido de
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10757/2/02%20LGAS%20051%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

Villota, C. (2020). *TÉCNICAS CULINARIAS ANCESTRALES DE LA COMUNIDAD DE AGATO UNA ALTERNATIVA DENTRO DE LA COCINA CREATIVA*. Ibarra. Obtenido de
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10757/2/02%20LGAS%20051%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

10. Anexos.

Encuesta

1.- ¿De las siguientes técnicas ancestrales de cocción cuales conoce?

Pachamanca ☐

Huatia (cocinar en rocas ardientes) ☐

Cocción en tulpa ☐

Tostado de granos en tiestos ☐

Envueltos ☐

Cocción en tulpa ☐

Cocción en horno de leña ☐

Ahumado ☐

Salado ☐

Desaguado ☐

Nixtamalización ☐

2.- ¿Conoce acerca de la cocción bajo tierra denominada pachamanca?

Si ☐

No ☐

Explique

3.- ¿Cuál de estos utensilios ancestrales de cocción es el que más utiliza?

Tiesto ☐

Pondos ☐

Ollas de barro ☐

Vasijas u ollas de barro ☐

Cedazos ☐

Vigshas ☐

Piedras de moler ☐

Desgranador ☐

Bateas ☐

4.- ¿Qué es lo que más elabora en los utensilios de barro?

Tortillas de tiesto ☐

Tostado de granos para elaborar harinas ☐

Para cocer y almacenar alimentos ☐

Almacenar bebidas ☐

5.- ¿Como definiría usted los saberes ancestrales?

Conocimientos heredados por varias generaciones ☐

Tradiciones y costumbres de orden culinario ☐

Conocimientos empíricos guardados ☐

6.- ¿Como califica usted la manipulación de los alimentos en la cocina de Angochagua?

Excelente ☐

Muy bueno ☐

Bueno ☐

Regular ☐

Malo ☐

7.- ¿En cuanto a dificultad? ¿Piensa que las técnicas culinarias de nuestros ancestros son?

Muy complicadas ☐

Poco complicadas ☐

Nada complicadas ☐

8.- ¿Cual técnica de cocción ancestral es la que más utiliza en sus preparaciones?

9.- ¿Tiene conocimiento de alguna técnica ancestral de cocción que se mantiene en Angochagua?

10.- ¿Cuántas veces por semana cocina en tupa de leña?

Todos los días ☐

Dos veces por semana ☐

Casi nunca ☐

Guion de la entrevista

Pregunta 1

P1 ¿Qué características organolépticas da el ahumado a las preparaciones y a qué alimento le podría aplicar dicha técnica y que elaboración gastronómica realizaría?

Pregunta 2

P2 ¿Con la aplicación de la técnica ancestral del envuelto que elaboración gastronómica realizaría?

Pregunta 3

P3. ¿Qué alimentos cocinaría usted dentro de la pachamanca y que elaboración gastronómica realizaría?

Pregunta 4

P4. ¿Qué preparación dulce ancestral realizaría utilizando técnicas ancestrales?

Pregunta 5

P5. ¿Con la técnica ancestral de hornear dentro un horno de leña que preparaciones gastronómicas realizaría?

Pregunta 6

P6. ¿Qué objetivo tiene la utilización de utensilios de barro y madera dentro de las preparaciones ancestrales?

Pregunta 7

P7. ¿Según su criterio que preparaciones ancestrales que se están perdiendo se deberían rescatar?

Ficha de validación de preparaciones desarrolladas.



Datos informativos.

Nombre del evaluador:

Edad:

Nivel de educación:

Primaria:

Secundaria:

Ed. Superior:

Especialización:

Posgrado:

Aspectos para validar.

Nombre de la preparación tradicional:

Cata de preparaciones		Excelente	Muy Bueno	Bueno	No Adecuado	Observaciones
Fase Visual	Intensidad de color					
	Juego de colores					
	Brillo					
Fase olfativa	Aromas					
Fase degustativa	Texturas en boca					
	Equilibrio de sabores					
Técnicas ancestrales	Humita cocida al vapor envuelto en hoja de choclo, con vernáculo de choclo crocante.					

Firma del evaluador.

.....

Recetas estándar

[illegible]

NOMBRE DEL PLATO: Empanada de quinoa rellena de cuy a las brasas							No-		4		
z		CAN TIDA	Unida d de	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	FOTO				
		250	g	Quinoa	0,005	1,25					
		50	g	Cebolla larga	0,0015	0,075					
		20	g	Ajo	0,0033333333	0,06666667					
		30	g	Manteca de cerdo	0,004405286	0,1321586					
		8	g	Sal	0,002	0,016					
		40	g	Maizabrosa	0,005506608	0,2202643					
		300	ml	Aceite	0,007	2,1					

[illegible]

[illegible]

[illegible]

NOMBRE DEL PLATO: Cheesecake de dulce de zambo						No-			
z	CAN TIDA	Unida d de	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	FOTO			
	500	g	Queso Ricotta	0,007	3,5				
	200	g	Crema de leche	0,0075	1,5				
	150	g	Yogurt natural	0,01	1,5				
	50	g	Azúcar	0,000881057	0,0440529				
	170	g	Azúcar impalpable	0,005	0,85				
	150	g	Harina	0,000881057	0,1321586				
	125	ml	Mantequilla	0,003	0,375				
	10	g	Polvo de hornear	0,025	0,25				
	70	g	Huevo	0,002142857	0,15				
	15	gr	Gelatina sin sabor	0,026785714	0,4017857				
				COSTO TOTAL:	8,7023972				
P.T.	1440			COSTO PORCIÓN:	2,1757493				
PROCEDIMIENTO				ÁREA		TIPO PREPARACIÓN (minutos)			
1. Adquirir productos de calidad				FRI ☒ CALIENTE ☐		☐ 5 ☐ 15 ☐ 20 ☐ 30 ☒ 45 ☐ 60 ☐ H			
2. Realizar BPM de trabajo en el sitio de elaboración						☐ ☒ ☐			
3. Tomar, limpiar, y desinfectar el lugar de trabajo e instrumentos				INSTRUMENTACIÓN					
4. Lavar, limpiar y desinfectar los productos alimenticios a utilizar									
5. Pesar y porcionar alimentos frescos y secos.									
6. Activar la gelatina sin sabor									
7. Mezclar la crema con el azúcar y el yogurt natural									
				Balanza	Cazuela				
				Cuchara de madera					
				Bowl					
				Cuchillo					
				Tabla de vegetales					
				Cuchillo Cebollero					

NOMBRE DEL PLATO: Dulce de zambo							No-	4
z	CAN TIDA	Unida d de	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	FOTO		
	1000	g	Zambo	0,0025	2,5			
	250	g	Panela	0,003	0,75			
	20	g	Canela	0,005	0,1			
	10	g	Clavo de olor	0,01	0,1			
	10	g	Pimienta de dulce	0,01	0,1			
				COSTO TOTAL:	3,55			
P.T.	1230			COSTO PORCIÓN:	0,8875			
PROCEDIMIENTO				ÁREA		TIPO PREPARACIÓN (minutos)		
1. Adquirir productos de calidad				FRÍO ☒ CALIENTE ☐		☐ 5 ☐ 15 ☐ 20 ☐ 30 ☒ 45 ☐ 60 ☐ H.		
2. Realizar BPM de trabajo en el sitio de elaboración								
3. Tomar, limpiar, y desinfectar el lugar de trabajo e instrumentos								
4. Lavar, limpiar y desinfectar los productos alimenticios a utilizar								
5. Pesar y porcionar alimentos frescos y secos.								
6. Pelar el zambo y cocinar con poca cantidad de agua				Balanza		Cazuela		
7. Añadir las especias y el dulce				Cuchara de madera				
				Bowls				
				Cuchillo				
				Tabla de vegetales				
				Cuchillo Cebollero				





