



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

ESCUELA DE GESTURH

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS GASTRÓNICAS.**

**RESCATE DE LA GASTRONOMÍA AFRO BOLIVARENSE, A TRAVÉS DE UN
CATÁLOGO- CASO DE ESTUDIO COMUNIDADES PIQUIUCHO Y CALDERA.**

SAMANTA MABEL GALINDO BENALCÁZAR

TUTOR: SONIA LORENA ARELLANO GUERRÓN

IBARRA – ECUADOR

MARZO, 2025

Ibarra, 17 de marzo del 2025

CERTIFICACIÓN TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación denominado: RESCATE DE LA GASTRONOMÍA AFRO BOLIVARENSE, A TRAVÉS DE UN CATÁLOGO - CASO DE ESTUDIO COMUNIDADES PIQUIUCHO Y CALDERA, presentado por la estudiante Samanta Mabel Galindo Benalcázar con cédula de ciudadanía N°0401830708, para obtener el Título de Licenciatura en Administración de Empresas Gastronómicas.

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

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

RESCATE DE LA GASTRONOMÍA AFRO BOLIVARENSE, A TRAVÉS DE UN CATÁLOGO- CASO DE ESTUDIO COMUNIDADES PIQUIUCHO Y CALDERA.

INFORME DE ORIGINALIDAD

10%	7%	0%	3%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.utn.edu.ec	2%
2	Submitted to uniandesec	2%
3	Submitted to upec	1%
4	creativecommons.org	1%
5	www.scribd.com	1%
6	1library.co	1%
7	docplayer.es	1%
8	rraae.cedia.edu.ec	<1%
9	repository.unab.edu.co	<1%
10	www.eumed.net	<1%
11	www.clubensayos.com	<1%
12	www.researchgate.net	<1%

PhD.
Lorena
Arellano

Firmado digitalmente por Ph.D. Lorena Arellano
Fecha: 2025.03.17

16:53:02 -05'00'

(f):
Ph.D. Lorena Arellano
TUTOR DE TRABAJO
C.C.: 1001579802

PÁGINA DE APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

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

PhD.

**Lorena
Arellano**

Firmado digitalmente por
PhD. Lorena Arellano
Fecha: 2025.03.17
16:53:19 -05'00'

(f):

PhD. Sonia Lorena Arellano Guerrón

Docente tutor

C.C.: 1001579802

**ESTEBAN
GONZALO
RUBIO
RUEDA**

Firmado digitalmente por
ESTEBAN GONZALO
RUBIO RUEDA
Fecha: 2025.03.17
17:30:07 -05'00'

(f):.....

Ms. Esteban Gonzalo Rubio Rueda

Lector 1

C.C.: 1001933462

**Msc. Juan
Carlos
Echeverría
Almeida**

Firmado digitalmente por
Msc. Juan Carlos Echeverría Almeida
Fecha: 2025.03.18
08:17:21 05'00'

(f):.....

Ms. Juan Carlos Echeverría Almeida

Lector 2

C.C.: 1002081212

ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS

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

Ibarra, 17 de marzo 2025

(f): **Samanta Galindo**
Firmado digitalmente por Samanta Galindo
Fecha: 2025.03.17 16:55:51 -05'00'

Samanta Mabel Galindo Benalcázar

C.C.: 0401830708

AUTORÍA

Yo, *Samanta Mabel Galindo Benalcázar*, portadora de la cedula de ciudadanía N°0401830708, declaro que el presente trabajo de investigación es de total responsabilidad de la autora, y eximo expresamente a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ibarra de posibles reclamos o acciones legales.

(f)

Samanta Mabel Galindo Benalcázar

C.C.: 0401830708

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

A mis hermanos, Carlos y Adrián quien siempre estará en mi corazón y memoria.

Les dedico esta tesis como un tributo a su amor, apoyo y compañía. A Carlos, por ser la fuente de inspiración en mi vida.

Adrián por la influencia que tuvo en mi vida y por los recuerdos que siempre atesoraré. Espero que esta obra sea un reflejo de su legado y que les haga sentir orgullosos de mí.

Que esta tesis sea un homenaje a su memoria y un testimonio del amor y la conexión que compartimos como hermanos."

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a las personas que han sido fundamentales en mi vida.

A mis padres, Juan Carlos y Sandra, por su amor incondicional, apoyo y confianza en mí. Su sacrificio y dedicación han sido la base de mi éxito.

A mis tíos, especialmente a mi tío Rodrigo por su apoyo incondicional y consejos valiosos, ya que sin él no podría haber llegado hasta aquí, su presencia en mi vida ha sido un regalo mi segundo papá.

A una persona muy especial que estuvo durante todos estos años a mi lado Irving gracias por su amor, paciencia y comprensión. Su apoyo emocional y motivación han sido clave para superar los obstáculos y alcanzar mi meta.

Gracias por estar siempre ahí para mí, por creer en mí y por ayudarme a crecer como persona y profesional. Esta tesis es un reflejo de su amor y apoyo, y espero que les haga sentir orgullosos de mí.

ÍNDICE

Certificación tutor.....	ii
Página de aprobación del tribunal.....	iii
Acta de cesión de derechos.....	iv
Autoría.....	v
Dedicatoria y agradecimiento.....	vi
1. RESUMEN.....	X
2. ABSTRACT.....	XI
3. INTRODUCCIÓN.....	1
4. ESTADO DEL ARTE.....	3
4.1 ESTUDIOS INTERNACIONALES.....	4
4.2 ESTUDIOS NACIONALES.....	7
4.3 ESTUDIOS LOCALES.....	10
4.4 MATRIZ DEL ESTADO DEL ARTE.....	13
4.5 MARCO CONCEPTUAL.....	19
4.5.1 <i>Línea de tiempo de la alimentación desarrollar concepto</i>	19
4.5.2 <i>Gastronomía ecuatoriana</i>	19
4.5.3 <i>Tradiciones costumbres y cultura afro choteña perteneciente al cantón Bolívar</i>	20
4.6 HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA AFRO CHOTEÑA.....	20
5. MATERIALES Y MÉTODOS.....	21
5.1.1 <i>Métodos</i>	21
5.1.2 <i>Enfoque</i>	21
5.1.3 <i>Técnicas</i>	21
5.1.4 <i>Instrumentos</i>	22
5.1.5 <i>Tipos de investigación</i>	22
5.1.6 <i>Diseño metodológico</i>	24
5.1.7 <i>Cálculo de la muestra</i>	26
6. RESULTADOS Y DISCUSION.....	27
6.1 RESULTADOS.....	27
6.2 DISCUSIÓN.....	64
6.3 PROPUESTA.....	67
6.3.1 <i>Recetario</i>	68
6.3.2 <i>Portada</i>	69
6.3.3 <i>Introducción</i>	70
6.3.4 <i>índice</i>	71
6.3.5 <i>Recetas</i>	72
6.3.6 <i>Contraportada</i>	85

7. CONCLUSIONES.....	86
8. RECOMENDACIONES.....	88
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	90
10. ANEXOS.....	92

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. ESTADO DEL ARTE.....	13
TABLA 2. DISEÑO METODOLÓGICO.....	24

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1. Portada.....	69
FIGURA 2. Introducción	70
FIGURA 3. Índice.....	71
FIGURA 4. Dulce de conserva.....	72
FIGURA 5. Morocho.....	73
FIGURA 6. Arroz con guandul	74
FIGURA 7. Chicha.....	75
FIGURA 8. Chicha.....	76
FIGURA 9. Picadillo.....	77
FIGURA 10. Puchero de col	78
FIGURA 11. Empanadillas	79
FIGURA 12. Carne de chancho con yuca.....	80
FIGURA 13. Arroz con leche	81
FIGURA 14. Ensalada de calabazo con papas.....	82
FIGURA 15. Miel con poroto rojo.....	83
FIGURA 16. Pristiños con café.....	84
FIGURA 17. Contraportada	85

1. RESUMEN. -

El cantón Bolívar que colinda con la provincia de Imbabura posee varios pisos climáticos que van desde los páramos más fríos hasta las zonas cálida seco como es el Valle del Chota en cual posee varias comunidades y caseríos de los que nos enfocaremos en dos de ellos que son Piquiucho y Caldera en donde existe una rica y variada gastronomía la cual es conocida y comercializada por los habitantes de este sector y comerciantes de afuera. La presente investigación se propuso como objetivo desarrollar el conocimiento de la gastronomía afro bolivarenses de las comunidades Piquiucho y Caldera por medio de la creación de un catálogo, para promover el rescate patrimonial alimentario ecuatoriano. Para lograrlo se planteó la siguiente pregunta de investigación. ¿De qué manera el rescate de la gastronomía afro bolivarenses influye en el conocimiento del patrimonio alimentario ecuatoriano? La metodología desarrollada inicia definiendo que el trabajo se trata de una investigación básica, con un enfoque cualitativo la cual abordo tres tipos de investigación: histórica, estudio de caso y explicativa, se realizó una investigación de campo visitando a 3 personas de las diferentes comunidades rescatando preparaciones antiguas para el asentamiento de fichas gastronómicas patrimoniales de la INPC, el levantamiento de la información se la realizo en el mes de diciembre 2020. Como resultados se obtuvo 12 fichas de registro del patrimonio cultural inmaterial del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC) y 12 recetas ancestrales de las comunidades de Piquiucho y Caldera, con lo que se elaboró un catálogo digital. Se concluye que el desarrollo de un catálogo de recetas ancestrales contribuye al rescate y conservación de la gastronomía afro bolivarenses al documentar saberes culinarios, fortalecer la identidad cultural y fomentar su transmisión generacional.

Palabras clave: cocina ancestral, patrimonio inmaterial, patrimonio alimentario ecuatoriano, fichas registro INPC, cocina afro-choteña

2. ABSTRACT. –

The Bolívar canton, which borders the province of Imbabura, has several climatic zones that range from the coldest moors to the warm dry areas such as the Chota Valley, which has several communities and hamlets of which we will focus on two of them, which are Piquiucho and Caldera, where there is a rich and varied gastronomy which is known and marketed by the inhabitants of this sector and merchants from outside. The objective of this research was to develop knowledge of the Afro-Bolivarese gastronomy of the Piquiucho and Caldera communities through the creation of a catalog, to promote the rescue of Ecuadorian food heritage. To achieve this, the following research question was posed. How does the rescue of Afro-Bolivarese gastronomy influence knowledge of Ecuadorian food heritage? The developed methodology begins by defining that the work is basic research, with a qualitative approach which addresses three types of research: historical, case study and explanatory, a field investigation was carried out by visiting 3 people from the different communities rescuing ancient preparations for the settlement of heritage gastronomic tokens of the INPC, the information was collected in the month of December 2020. As a result, 12 intangible cultural heritage registration tokens were obtained. from the National Institute of Cultural Heritage (INPC) and 12 ancestral recipes from the communities of Piquiucho and Caldera, with which a digital catalog was created. It is concluded that the development of a catalog of ancestral recipes contributes to the rescue and conservation of Afro-Bolivarese gastronomy by documenting culinary knowledge, strengthening cultural identity and promoting its generational transmission.

Keywords: ancestral cuisine, intangible heritage, Ecuadorian food heritage, INPC registration sheets, Afro-Chote cuisine

3. INTRODUCCIÓN. -

Hacer un rescate de las preparaciones ancestrales que se realizaban en las comunidades de Piquiucho y Caldera para poder asentarlas por medio de un catálogo que servirá para dar a conocer a las nuevas generaciones su origen por medio de la comida. Lo que motivo a realizar este trabajo de investigación fue la pasión por la gastronomía ancestral y que mejor enfocándose en una gastronomía que es muy poco conocida y muy rica como es la del Valle del Chota el cual en su gran parte está ubicado en la provincia del Carchi. Con este estudio se pretendo dar a conocer a nivel local, nacional e internacional la variación gastronómica que existe en estas comunidades además fomentar el turismo y mejorar la economía de sus habitantes. Se planteó una pregunta de investigación: ¿De qué manera el rescate de la gastronomía afro bolivarenses influye en conocimiento del patrimonio alimentario ecuatoriano? Para resolverla se llevó a cabo el siguiente objetivo general: Desarrollar el conocimiento de la gastronomía afro bolivarenses de las comunidades Piquiucho y Caldera por medio de la creación de un catálogo, para promover el rescate patrimonial alimentario ecuatoriano. Para la consecución de este objetivo a la par se plantearon tres objetivos específicos:

En cuanto a los objetivos específicos que se propusieron para alcanzar el objetivo general son tres, el cual el primero es: Realizar una investigación documental que permita sentar bases teóricas y científicas sobre recetas ancestrales de las comunidades Piquiucho y Caldera a través del estado del arte. El segundo es: Elaborar 12 fichas de registro del INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO, DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL, del INPC para documentar doce recetas a través de los testimonios de dos mujeres cocineras ancestrales de las comunidades de Piquiucho y Caldera. El tercero fue Desarrollar un catálogo, con recetas ancestrales de las comunidades Piquiucho y Caldera.

El presente documento está dividido en cinco apartados; en el primero se desarrolla un estado del arte en donde se investigó trabajos a fines del presente que se han publicado desde el año 2016 hasta la presente fecha. Estos estudios previos sirvieron como punto de partida para el desarrollo de esta investigación, en el apartado número dos se detalla la metodología utilizada

indicando que se trata de una investigación básica con un enfoque cualitativo la cual aplico tres tipos de investigación: histórica, estudio de caso y explicativa a través de los métodos inductivos y deductivos. En el tercer apartado se presentan los resultados obtenidos a través del trabajo de campo el cual se desarrolló en el mes de diciembre el día 03 del año 2020 el cual se presentó a través de fichas de la (INPC). En el cuarto apartado se realizó la discusión entre los resultados de los estudios previos que constan en el estado del arte, relatando como fue el proceso de la realización de dichas fichas. El quinto apartado se desarrolla la propuesta en sí: El valle del chota es un sector ubicado entre las provincias de Imbabura y Carchi, habitado en su mayor parte por pobladores afrodescendientes. Este sector es privilegiado por poseer una gastronomía única, debido a que sus preparaciones llevan productos poco comunes que son encontrados únicamente en el sector mencionado como son: el guandul, yuca del valle, tomate riñón del valle, sancocho del valle, pepino, guayaba, caña de azúcar, camote entre otros, ya que estos son cultivados por las manos de hombres trabajadores oriundos de estas tierras, que son labradas a mano con la ayuda de bueyes, mulas y caballos, esto requiere un gran esfuerzo, ya que sus tierras son desérticas y necesitan un constante cuidado por lo que el agua es escasa por su clima cálido seco en este sector.

Otro de los objetivos de crear este catálogo es inculcar enseñar y dar a conocer empezando por los propios habitantes de estas comunidades sobre su propia gastronomía para no dejar perderla ya que la generación longeva conocedora de estas preparaciones poco a poco está culminando su etapa de vida, por tal motivo si no se toma acciones inmediatas se van perdiendo este tipo de preparaciones, con esto de la mano costumbres y tradiciones perdiendo totalmente la identidad de un pueblo afro.

Por otro lado, con la creación de este catálogo se fomentará al turismo local, esto conlleva a crear plazas de trabajo con la incrementación de negocios además de fomentar la agricultura, de esta manera se pueda contribuir con un granito de arena en el crecimiento social y económico de estas olvidadas comunidades y así intentar mejorar la vida de muchas familias que habita este sector tan importante de la provincia del Carchi y del Ecuador. Por último, se incluyen las conclusiones de los autores y las respectivas recomendaciones

4. ESTADO DEL ARTE. -

En la investigación exhaustiva de aquella información de relevancia para dar un aporte justificado al trabajo de investigación titulado como: Rescate de la gastronomía afro bolivarenses, a través de un catálogo-caso de estudio comunidades de Piquiucho y Caldera, se recopiló fuentes científicas con una base de datos de artículos, tesis, libros, artículos, proyectos de investigación entre otros, con el fin de ampliar el presente documento con resultados que demuestre la gran importancia del tema.

La gastronomía es un elemento esencial para la identidad cultural de los pueblos, las comunidades como Piquiucho y Caldera ubicadas en el cantón Bolívar, provincia del Carchi – Ecuador. En donde la alimentación se convierte en tradiciones, costumbres, historias y valores que han pasado tras generaciones, cabe recalcar que la identidad de la cultura local se ha establecido por los productos autóctonos de la región, en donde la población a lo largo del tiempo supo adoptar su gastronomía de acuerdo a sus necesidades.

De acuerdo con Moyón, (2021):

La desvalorización de la identidad cultural, es una problemática, que, en la actualidad, está afectando, a muchos países, ya que el avance de la tecnología, así como la globalización y homogenización, modernización, ha hecho que la identidad cultural, se ha remplazada, generalizada y perdida [...]. (p. 16)

A través de los años existen diversas situaciones de cambio en la sociedad debido a la modernización, tendencias, desvalorización, economía, entre otras, amenazando con la pérdida de estas prácticas culinarias ancestrales.

El rescate de la gastronomía afro bolivarenses surge de la importancia de apreciar el patrimonio cultural del país ya que puede convertirse en un atractivo turístico por la riqueza de sus tierras,

productos, gastronomía, culturas y tradiciones. Preservando el símbolo de la identidad cultural de las comunidades ya brevemente mencionadas, con este motivo se elaboró un Catálogo afro pertenecientes al cantón Bolívar provincia del Carchi - Ecuador.

4.1 Estudios internacionales

Según Rodríguez & Quiroga (2020) afirman que “En Colombia, el rescate del patrimonio cultural gastronómico ha sido una prioridad de organismos gubernamentales como el Ministerio de Cultura y de instituciones académicas tanto privadas como públicas [...]” (p. 221). La recuperación y conservación del patrimonio cultural gastronómico posee relevancia debido a que ejercita el componente de orgullo patrimonial para un país. Al mismo tiempo, promueve a la sostenibilidad, por lo tanto, asegura el uso de productos autóctonos de la zona y técnicas tradicionales en la región. Para los gobiernos tiene importancia porque puede fomentar el turismo, generando empleo y reactivando la economía, A su vez, fomenta la defensa de la diversidad cultural ante los avances de la globalización. Sustentando estas tradiciones, ven la luz y reafirman la existencia de un país y su importancia en el mundo del siglo XXI.

El proceso de valorización del patrimonio culinario protege las prácticas tradicionales y promueve el desarrollo económico y social de Colombia, como un destino turístico enriquecido con tradiciones culinarias culturales. El programa de Gastronomía y Alta Cocina de la Universidad Autónoma de Bucaramanga (UNAB) realiza esfuerzos de rescate y difusión de prácticas gastronómicas tradicionales para proteger estas costumbres y transmitir las a las futuras generaciones para fortalecer el reconocimiento cultural y turístico. En ese sentido, Rodríguez & Quiroga (2020) dicen:

Por esta razón, el programa de Gastronomía y Alta Cocina de la Universidad Autónoma de Bucaramanga (UNAB) está interesado en continuar trabajando en el rescate de aquellos bienes de interés cultural que competen a la alimentación y las expresiones culturales asociadas a esta, con lo cual se busca la forma de protegerlas a través de procesos de documentación y difusión. (p. 222)

Mediante la información proporcionada da énfasis al interés común por la preservación de la cultura ancestral como un patrimonio cultural, con lo que lleva, a las dos investigaciones el deseo de registrar las técnicas culinarias tradicionales a través de la documentación y difusión. En la presente investigación busca visibilizar y proteger recetas con sus prácticas culinarias de la zona como son las comunidades de Piquiucho y Caldera, contribuyendo a la conservación de identidad cultural.

Según los autores Barrientos & Moliviatis (2024) “Desde finales del siglo XX, la continuidad de la gastronomía tradicional de Guatemala se ha visto afectada por cambios socioeconómicos a nivel doméstico y la introducción de productos procesados importados y nuevos valores en la cultura alimentaria [...]” (p. 137). En la actualidad los ecuatorianos han adaptado la cultura con nuevas técnicas culinarias y han fusionado la alimentación con los nuevos productos del mercado.

La humanidad en el mundo moderno se ha adaptado a la alimentación rápida y al sedentarismo, con lo que lleva a la adquisición de los productos que tenga a su alcance, creando así una nueva cultura de malos hábitos alimenticios e incrementando el olvido de la comida ancestral con ingredientes ricos en nutrientes en las cantidades correctas.

[...] la alimentación es una de las formas más primitivas de satisfacción de las necesidades biológicas de los seres humanos, que con el tiempo pasó a ser un complejo conjunto de significados culturales pasados de generación en generación. Este comportamiento se denomina culinaria. Hoy, la unión de esos significados culturales con el refinamiento del gusto, el hedonismo en la mesa, las nuevas técnicas y las tecnologías, dan a luz a la gastronomía. Así, el hambre es a la alimentación, lo que el apetito es a la culinaria y la degustación a la gastronomía [...]. (Bahls & Wendhausen, 2019, p. 315)

Cuando se analiza la alimentación, esta se inicia como un proceso que correspondía a necesidades biológicas y con el pasar del tiempo se transformó en la expresión de rasgos

culturales, refinamiento y tecnología. De este proceso nace la gastronomía y no un arte para la satisfacción de las necesidades básicas, sino un arte que necesita hedonismo y una renovación constante.

Los requerimientos biológicos de alimentación se tornaron culturales a través del tiempo y también se transformaron en una expresión que se transforma continuamente. La educación superior se rige como un elemento fundamental en el mantenimiento del patrimonio cultural, porque permite el desarrollo de proyectos que rescatan prácticas y manifestaciones sociales tradicionales para posibilitar su transmisión a través de grupos comunitarios completos. Entrada

Puede aseverarse entonces que mediante una adecuada inserción en los planes y programas educativos de las universidades se pueden diseñar proyectos enfocados en el rescate de las tradiciones, rituales, costumbres y demás manifestaciones humanas y sociales, con el fin de acercarlas a todos los grupos y estratos comunales. (Gómez et al., 2024, pp. 45-46)

La gastronomía experimenta técnicas o métodos de cocción sin embargo no es solamente cocinar, son los vínculos que fortalecen las personas de acuerdo con la zona y la convivencia que los rodea, el ser humano actúa por instinto según la necesidad, obteniendo preparaciones culinarias que han pasado de generación en generación.

La gastronomía, por otro lado, no siempre se reduce a la cocina. Los platos son una necesidad, sí, pero también son un indicador que une a las personas y refleja necesidades y tradiciones que se han transmitido de generación en generación. La gastronomía ancestral, en este caso, se convierte en una identidad cultural. Entrada

[...] La gastronomía ancestral de un pueblo es un testimonio de mestizaje y sabores que identifican a una región y ofrecen el reconocimiento de un pasado en común; como testimonio, los platillos de una región muestran el medio en que

fueron creados, los ingredientes que había en ese momento y con los cuales se creaba la comida de todos los días [...]. (Gómez, 2020, p. 73)

Por lo consiguiente el autor ha destacado cierto contexto en donde se refleja que la gastronomía ancestral colombiana empodera grandes platos tradicionales que muestran la historia de sus pueblos, convirtiéndose en el testigo del mestizaje cultural y el gran interés que existe en la conservación de las recetas ancestrales, la magnitud del legado que puede ofrecer historiografía de su pueblo generando atracción turista por su cultura y tradición.

4.2 Estudios nacionales

La reconstrucción de la gastronomía afro bolivarenses es un trabajo imprescindible para mantener la cultura culinaria de las comunidades afrodescendientes del cantón Bolívar, provincia del Carchi, en las comunidades de Piquiucho y Caldera.

[...] Ecuador está atravesado por el sistema montañoso de los Andes, gracias al cual goza de una ecología particular rica en climas y, en consecuencia, en una amplia y variada oferta de alimentos producidos en una escala de pisos térmicos diferenciada, que indiscutiblemente ha determinado las cocinas tradicionales. (Unigarro, 2010, p. 97)

Gracias a la diversidad de climas que brinda la cordillera de los Andes ha sido fundamental para el desarrollo de sus cultivos obteniendo así productos de alta calidad con un sabor único, cuya gastronomía se ve afectada tras el cambio social afectando directamente en la práctica de las recetas ancestrales.

En la actualidad la gastronomía ancestral está siendo desvalorada por las nuevas generaciones, es un problema que se ha tornado durante el cambio socio cultural, además de las diferentes ofertas del mercado de alimentos masivos.

La falta de valoración por la gastronomía ancestral es un comportamiento más que ejemplifica el cambio en los hábitos de las nuevas generaciones. El acontecimiento causado por la influencia de la globalización y su accesibilidad de alimentos rápidos y procesados. La pérdida de contacto con las costumbres pone en peligro a las tradiciones locales. Considerando este hecho, los autores Segura & Calderón (2024) mencionan que:

Respecto a los principales problemas que afectan a la cultura y gastronomía ancestral, señalan que el desconocimiento de las tradiciones, costumbres, alimentos y preparaciones ancestrales es uno de los factores más influyentes en la pérdida de la cultura local, además de la globalización y la industrialización de alimentos. (p. 92)

En la nueva época con las culturas adaptadas al cambio que muestra la sociedad actual, según el autor Jijón (2014) menciona que “La juventud que, por su desconocimiento de la gastronomía tradicional, ayude a fomentar el turismo interno para poder de esta manera transmitir la calidez de su gente y por ende realzar los sabores”. Es indispensable generar el interés de la población apoyándoles con los conocimientos a través de un catálogo-caso de estudio comunidades de Piquiucho y Caldera.

Recalcando lo antedicho por el autor Jijón (2014) el turismo representativo de la zona es una pieza fundamental con respecto a la atracción turística creando el impulso de preparar y ofrecer las preparaciones culinarias autóctonas, inclusive se podría incrementar las celebraciones folclóricas, leyendas, rutas de aventura, entre otras, con el objetivo de no olvidar la cultura y tradición de sus pueblos.

De acuerdo con los autores previamente mencionados la reivindicación y la promoción de la cocina prehispánica es vital en la defensa del patrimonio cultural de los pueblos en este caso hablamos de las comunidades de Piquiucho y Caldera, ya que ofrece la oportunidad de rescatar,

así como de concienciar acerca de tradiciones, usos y conocimientos incluidos en la cocina popular que ha pasado de mano en mano.

Para proteger el patrimonio cultural de comunidades como Piquiucho y Caldera, es importante preservar los platos prehispánicos, ya que esto permite preservar importantes tradiciones culinarias. Además, tanto los agricultores como los moradores deben contribuir a la recuperación de los hábitos alimentarios ancestrales, lo que constituye un valioso aporte al presente y futuro de la identidad y cultural ecuatoriana. En este contexto, los autores Aguilar & Guevara (2017) señalan que:

Es de interés general tanto de agricultores como ciudadanos contribuir a la recuperación de buenos hábitos alimentarios en el Ecuador, todo esfuerzo por traer a la vida tradiciones alimentarias de nuestros antepasados es un aporte esencial para el presente y el futuro de nuestra sociedad [...]. (p. 6)

Con el presente tema de investigación se pretende fomentar el interés de la gastronomía ancestral con la finalidad de incentivar a la práctica de los platos tradicionales con la ayuda de un catálogo en donde encontrará las indicaciones pertinentes, a su vez la población generará la necesidad de seguir con el comercio ayudando activar turismo gastronómico y la economía de sus habitantes. De este modo la comunidad de Piquiucho y Caldera se convertirá como modelo a seguir por las demás comunidades que conforman el Valle del Chota.

Según Sánchez et al. (2024) “La importancia del rescate gastronómico de alimentos, frutas, técnicas, utensilios, tradiciones, sabores, saberes, ancestrales, de las comunidades, etnias, poblaciones, mediante la creación de nuevas recetas, lo que ayuda a promover el turismo gastronómico, haciendo participes a las nuevas generaciones” (p. 357). En la modernización de las nuevas generaciones es inevitable no avanzar ya que la innovación es constante, sin embargo, el propósito de la presente investigación es utilizar las herramientas necesarias para generar un interés en donde permita que las personas obtengan la información pertinente para seguir con la

sabiduría ancestral a su vez incentivando a la agricultura, comercio, turismo, gastronomía ancestral, gastronomía fusión, entre otras.

4.3 Estudios locales

En la indagación local de las comunidades de Piquiucho y Caldera ubicados en el cantón de Bolívar en la provincia del Carchi, su límite es la provincia de Imbabura, con fácil ingreso al valle desde la vía Panamericana Norte. Lo que lleva a sus puntos de referencia que son; Norte: Valle del Chota, Sur: Puente del río Chota, Occidental: Cordillera, Este: Puente del Juncal (Bayardo, 2023).

Estas zonas están denominadas como pluriculturales, por el hecho se encontrar asentamientos afrodescendientes más grandes del país después de Esmeraldas, Astaíza (2012) informa que “En el Ecuador tradicional, a la mayoría de los afro descendientes los podemos encontrar en dos asentamientos convencionales: en la costa en la provincia de Esmeraldas, y en la sierra en las provincias de Imbabura y Carchi” (p. 10), con lo que lleva a la expansión de distintas comunidades y tradiciones y culturas diversas.

La cultura e historia de los afrodescendientes, enfocándose en este caso de investigación afro bolivarense, se ha destacado por el gran aporte gastronómico local y su vez nacional ya que sus preparaciones son únicas e inigualables que se ha practicado en las familias ecuatorianas, en donde sus habitantes han dejado un legado que no se debe dejar olvidar. Según Naranjo et al. (2016):

[...] el proceso histórico, socio cultural afrodescendiente y hace hincapié en aspectos gastronómicos, con la finalidad de fortalecer la identidad, difundir aspectos con los que han aportado a la pluriculturalidad nacional y sobre todo ser una línea de referencia para potenciar la gastronomía local [...]. (p. 43)

De este modo al apreciar el legado gastronómico de las diversas comunidades y el saber identificar el aporte de una identidad nacional gracias a su diversa tradición inclusiva y plural, la comida típica ancestral es fundamental para la diversidad cultural, en este sentido es importante fortalecer la oferta a través de la práctica en las nuevas generaciones.

Reiterando lo ya mencionado según los autores Naranjo, Galarza & Falcon (2016) con la agrupación de los elementos culturales son el nacimiento de una etnia el cual es importante mantener, así como necesariamente proteger ya que cada una de estas etnias cuentan con características que identifican a su cultura y existen un sinnúmero de etnias en el mundo que aportan de manera muy importante a la diversidad del país pluricultural. Por este sentido, el fin de este escrito es divulgar los antecedentes históricos y socio culturales de las comunidades afrodescendientes de Ecuador, información recolectada en el Valle del Chota y Salinas.

Según los autores Herrería & Granda (2023) la información que se ha podido recolectar de la comunidad del Chota una zona que limita a la zona investigada Piquiucho y Caldera por lo que comparten un gran conjunto de sabores, conocimientos nutricionales, que son evidenciados en los platos ancestrales. Posteriormente con el avance del tiempo la cocina de la comunidad del chota ha tomado un mayor auge gracias a distintos eventos encaminados al fomento de la cultura afro choteña, por lo tanto, la cocina ha ido una fama especial en el Chota y cada vez más ya que las personas se han trasladado en dirección a la zona para deleitar sabores tradicionales y conocer su cultura local.

Con esta referencia como es la comunidad del Chota, impulsa a desarrollar el catálogo que embarque toda la información con el fin de cautivar al lector con las preparaciones ancestrales que han sido una fuente de sabiduría de su pueblo, una fuente que brinda no solamente sabores, brinda una magnífica alimentación de nutrientes óptimos para el cuerpo humano ya que el saber comer también implica directamente la agricultura de sus tierras y la manera de aplicarla es decir sin químicos y con abonos orgánicos, con lo que se obtiene unos alimentos libres de químicos y netamente nutritivos, esto significa que se reactiva directamente la agricultura, la gastronomía ancestral, la atracción turística, el comercio en sí.

De acuerdo a los autores Benítez et al. (2015):

Otro atractivo y deleite para los turistas es la gastronomía afroecuatoriana, basada en productos derivados del mar con alto contenido de nutrientes y en el Valle del Chota y Cuenca del Río Mira, su alimentación es variada y nutritiva. Otro aspecto vital se refiere a la rica tradición oral que también se constituye en mitos y leyendas que intentan contar una historia a partir de la imaginación de su gente de ébano [...]. (p. 118)

Como ya se mencionó anteriormente sobre la alimentación nutritiva en los platos tradicionales es muy cierto ya que los platos muestran las cantidades correctas para el buen funcionamiento del cuerpo humano, al contener vitaminas y minerales, carbohidratos y proteína esenciales, además que los ingredientes en su mayoría son de la misma agricultura de la zona.

En 2015, Benítez, Albuja & Tapia “Para nacionales y extranjeros es posible conocer y aprender de su música, danza, historia contada, mitos, leyendas, gastronomía, vivienda, prácticas agrícolas y medicina ancestral, literatura, artesanía y el carisma propio del pueblo negro en toda su máxima expresión [...]” (p. 9). Con lo que se ha mencionado en todo el apartado es indispensable todos estos elementos para reactivar la zona gastronómica ya que la interacción humana y el interés que genera es fundamental para la propuesta planteada en esta investigación.

4.4 Matriz del estado del arte

Tema: Rescate de la gastronomía afro bolivareense, a través de un catálogo-caso de estudio comunidades de Piquiucho y

Tabla 1

Estado del arte

N	IDENTIFICACIÓN	OBJETIVO	CATEGOR	TÉCNICAS	RESULTADOS
.		GENERAL	ÍAS/VARI	INSTRUMEN	
			ABLES	TOS	
1	<p>Jijón, I. (2014). <i>Estudio de gastronómico de la provincia de Imbabura, recolección de recetas tradicionales y ruta gastronómica.</i> https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/351/1/T-UIDE-0330.pdf</p>	<p>Investigar la gastronomía tradicional de la Provincia de Imbabura y recopilar recetas tradicionales, estandarizarlas y sugerir una ruta gastronómica. 1.3.2</p>	<p>Personas habitantes de la provincia de Imbabura. Productividad de recolección de recetas.</p>	<p>Observación Entrevista</p>	<p>El aporte de este estudio es la compilación de recetas de platos que pertenecen a la gastronomía tradicional de la Provincia de Imbabura (Jijón, 2014).</p>

2	<p>De la cruz, L. (2013). <i>Elaboración de un producto comunicacional: “Revista rastros, ritos y rostros del pueblo afrochoteño de Piquiucho”</i>. https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/4858/1/UPS-QT03667.pdf</p>	<p>El aporte de este estudio es la compilación de recetas de platos que pertenecen a la gastronomía tradicional de la Provincia de Imbabura.</p>	<p>Comunidad afro de la comunidad de Piquiucho.</p>	<p>Encuestas Entrevistas</p>	<p>El aporte de este estudio es la compilación de recetas de platos que pertenecen a la gastronomía tradicional de la Provincia de Imbabura (De la cruz, 2013)</p>
4	<p>Aguas, K. (2015). <i>Estudio del conocimiento del origen y proceso socio-cultural de los afrodescendientes del caserío el Juncal en la Provincia de Imbabura para diseñar un programa tele</i></p>	<p>Determinar el conocimiento del origen y el proceso histórico socio-cultural que tienen la diáspora afrodescendiente</p>	<p>Habitantes provincia de Imbabura caserío el Juncal.</p>	<p>Entrevistas Encuestas Cuestionarios Muestras</p>	<p>La cultura afrochoteña está determinada por una serie de manifestaciones culturales sociales que lamentablemente no se ha revalorizado para contribuir a la identidad y</p>

	<i>educativo de la cultura afrochoteña por el canal UTV.</i> http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/5451	del caserío el Juncal valle de la Chota parroquia de Ambuquí cantón Ibarra provincia de Imbabura, Ecuador.			pertenencia desde la perspectiva de su memoria histórica como espacios de diálogo sociocultural que no han sido aplicados por las entidades públicas y privadas que tienen relación con los aspectos culturales (Aguas, 2015).
5	Minda, D. (2019). <i>Rostrros de la afro ecuatorianidad, una forma de expresión cultural del territorio ancestral: chota, salinas, la concepción y guallupe a través de un libro documental fotográfico.</i> http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10029/	Realizar un proceso de investigación de las parroquias, comunidades, de sus personajes y de las manifestaciones culturales del territorio ancestral Chota, Salinas, La Concepción y	Habitantes de la provincia de Imbabura, chota, salinas, la concepción.	Observación sistemática Encuestas Entrevistas.	El trabajo positivo y dinámico, siempre genera buenas conclusiones y reafirma ese proceso de inserción social a través del planteamiento de estrategias diversas y articuladas al contexto social.

 2/05 FECYT 3602

Guallupe.

TRABAJO DE GRADO.pdf

6	<p>Ochoa, L. (2013). <i>Aplicación de SIG para la Planificación de Infraestructura y Logística de Turismo en la Provincia del Carchi, Ecuador</i>. http://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/2426/1/106914.pdf</p>	<p>Construir y señalar con el apoyo de un SIG, los aspectos más importantes relacionados con el turismo en la provincia del Carchi, como un insumo importante para el desarrollo económico del territorio.</p>	<p>Aplicación del SIG aplicada a la provincia del Carchi.</p>	<p>Se construyó una base de datos, con información actualizada como soporte para el inventario turístico de la provincia del Carchi, misma que, recoge la oferta turística más importante, clasificada de acuerdo a las normas determinadas por el propio Ministerio de Turismo de nuestro país, y que sin duda permitirá a futuro, su actualización en la</p>
---	---	--	---	--

					medida en que se vayan promocionando y rescatando nuevos valores y atractivos turísticos en el territorio.
	Garzón Chalá, J. D., & Centeno Imbaquingo, J. A. (2011). <i>Diseño de la iconografía de la música bomba del valle del chota, en el tema de identidad.</i> 160.				
7	Investigar las principales características iconográficas relacionadas con la música bomba para fortalecer la identidad cultural y visual, a través de la de publicidad el	Música bomba del valle del chota, identidad para habitantes de la zona.	Entrevistas Encuestas	Los compositores de la música bomba necesitan renovar sus estrategias de publicidad visual, para que su trabajo se proyecte con una nueva visión.	

Valle del Chota.

Fuente: propia del autor 2020

4.5 Marco Conceptual

4.5.1 Línea de tiempo de la alimentación desarrollar concepto

Según datos históricos los esclavos negros traídos por los españoles desde el continente africano y su llegada al valle del Chota se presume que fue a finales del siglo XVI, mismos que vinieron a trabajar en las haciendas cañeras y propiedades de los curas Jesuitas los cuales se vieron en la necesidad de alimentarse con productos que había en la zona y otros que con el paso del tiempo serian introducidos en la misma, como es el caso de la yuca, el guandul, el fréjol entre otros, y que con la habilidad de sus mujeres en el arte culinario no demoraron en obtener diferentes y únicos sabores en sus comidas en base a la utilización de diferentes especies naturales del sector, lo cual hasta el momento destaca mucho el sabor de la sazón obtenido por sus habitantes y que han perdurado a través del tiempo hasta el día de hoy siendo muy reconocido por quienes hemos tenido el privilegio de degustar la sazón afrochoteña.

4.5.2 Gastronomía ecuatoriana

La gastronómica ecuatoriana es el resultado de una fusión de diversidades culinarias, ancestrales, de diversas etnias y regiones (indígenas, españolas, mestizas, africanas, entre otras), (costa sierra y oriente), los cuales dan como resultado una gran diversidad de platos y bebidas típicos.

La identidad ecuatoriana se basa en muy buena parte en su gastronomía teniendo platos referenciales en todas las zonas y provincias de nuestra patria, como es el caso de un encebollado en la Costa, un hornado en la Sierra, un pincho de chontacuro en el Oriente, entre otros, todos muy apetecidos.

La pluriculturalidad, la variedad de climas han sido factores determinantes en darle un alto estándar a la gastronomía ecuatoriana, ubicándola entre las mejores cocinas del mundo.

4.5.3 Tradiciones costumbres y cultura afro choteña perteneciente al cantón Bolívar.

Al igual que la gastronomía resalta entre sus manifestaciones culturales la música y danza que pertenecen al género bomba y que es única en el mundo, un ritmo muy alegre con el cual se narra en sus canciones sus alegrías y sus tristezas. Su nombre se lo refiere por la utilización de un instrumento elaborado por sus moradores denominado la bomba y que en la actualidad es interpretado por destacados grupos musicales de este género y anteriormente por otro tipo de agrupación musical, llamado la banda mocha, en igual forma en la danza se resalta la habilidad de utilizar una botella puesta sobre la cabeza de las mujeres, algo que llama mucho la atención de quien lo ha presenciado. Su vestimenta en igual forma es muy especial; las mujeres con sus folleras anchas, altas y de llamativos colores y que permiten destacar el movimiento de sus caderas, esto complementado con blusas holgadas y de diferentes colores, y trenzas elaboradas con su cabellera, los hombres utilizan pantalones holgados y camisas de manga corta.

4.6 Historia de la gastronomía afro choteña

Una breve reseña histórica sobre la gastronomía afro choteña cuenta que:

La identidad y cultura de cada comunidad o población afro choteña depende de las costumbres y tradiciones que han perdurado con el pasar del tiempo, así como también sus productos, formas de producirlos y prepararlos.

La gastronomía y la alimentación son en base al guandul conocido también como frejol de palo, otros productos importantes son las yucas, el camote que son ingredientes principales para lograr platos típicos como el guandul con arroz, picadillo, mano mono, yucas con carne, camote con carne, entre otros, esta forma de alimentación y maneras de preparar alimentos que utilizan productos cultivados que son nativos de la zona, es una de sus cartas de presentación ya que estas zonas son conocidas por su gastronomía entre otras cosas (Minda, 2019).

5. MATERIALES Y MÉTODOS. -

5.1.1 Métodos

La presente investigación utilizó los métodos inductivo-deductivos, comenzando con una exhaustiva revisión bibliográfica mediante la lectura y análisis. Estos métodos van de lo general a lo particular, ya que se estudia la gastronomía ancestral de dos comunidades del Valle del Chota, lo que permite deducir cuáles son sus características principales.

5.1.2 Enfoque

La investigación se desarrolló con un enfoque cuantitativo, con el fin de generalizar datos concretos y medibles para así poder transcribir los elementos que componen la gastronomía Bolivarenses, con la finalidad de obtener un catálogo de recetas ancestrales bien detallado y confiable, con el fin de contribuir a la preservación y valorización de la culinaria ancestral de manera científica y documentada.

5.1.3 Técnicas

Las técnicas que se utilizaron para el desarrollo del trabajo de investigación son:

Documental. - La información obtenida de fuentes como; noticias, libros, tesis, revistas repositorios entre otros.

Entrevista. – Se recogieron testimonios orales portadores del conocimiento

Observación. – Se levantó información *insitu* para documentar los saberes ancestrales en vivo.

Para obtener la información requerida fue necesario salir al campo donde se encuentran las personas que saben sobre el tema planteado, se documentaron las evidencias por medio de

fotografías, además de apreciar la conversación con los moradores, presenciar las diferentes preparaciones y registrar la información en las fichas del (INPC).

5.1.4 Instrumentos

Los instrumentos que se utilizó para la presente investigación son:

- Guía de entrevistas
- Fichas del (INPC)
- Fichas de observación
- Agenda / borradores
- Teléfono celular
- Computadora

5.1.5 Tipos de investigación

La identificación de los tipos de investigación que se utilizaron en la presente investigación fue esencial ya que garantiza un enfoque metodológico adecuado y coherente para tema planteado. Cada tipo de investigación conlleva distintas técnicas de recolección de datos y análisis de los mismos, permitiendo la obtención de resultados con validez y confiabilidad.

Este estudio se lo realizó con un enfoque cualitativo y adoptará los siguientes tipos de investigación:

Investigación documental. - Con la ayuda de la revisión bibliográfica se obtuvo un profundo conocimiento del objeto de estudio, lo cual fue fundamental para la ejecución del presente trabajo. A través de la información revisada y bien organizada se obtuvo un Estado del Arte bien desarrollado que refleja el propósito del tema.

Investigación de campo. - El presente estudio está centrado en las comunidades de Piquiucho y Caldera, es primordial interactuar con los habitantes de las zonas, puesto que son estas personas que conocen y viven su cultura y gastronomía, por este hecho es esencial escuchar y documentar los testimonios sobre las preparaciones de sus recetas.

Investigación descriptiva. – El objetivo principal es la creación de un catálogo que contenga las recetas ancestrales, por esta causa se requiere un estudio descriptivo que permita documentar de forma secuencial y organizada.

Investigación aplicada. – Al incentivar el recate gastronómico de las comunidades de Piquiucho y Caldera con el desarrollo del presente trabajo, se busca cautivar al lector con la importancia de conservación de la gastronomía ancestral, en este caso la investigación aplicada ayuda a generar estrategias para transmitir el catálogo de manera efectiva.

Investigación explicativa. - Dar a conocer la importancia del tema desarrollado con la finalidad de exponer los beneficios que aporta al pueblo ecuatoriano al conservar la gastronomía ancestral.

5.1.6 Diseño metodológico

A continuación, en la siguiente tabla se presenta la matriz en donde se explica el diseño metodológico que se utilizó en la presente investigación.

Tabla 2

Diseño metodológico

TEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	SUJETO DE ESTUDIO	MÉTODO	TÉCNICA	INSTRUMENTO	RESULTADOS OBTENIDOS
Propuesta de rescate de la gastronomía afro bolivarenses, a través de un catálogo-caso de estudio comunidades de Piquiucho y Caldera	Realizar una investigación documental que permita sentar bases teóricas y científicas sobre recetas ancestrales de las comunidades Piquiucho y Caldera a través del estado del arte.	Catálogo-caso de estudio	Inductivo Deductivo	Documental	Artículos científicos, libros, revistas, blogs, documentales, proyectos de investigación, artículos entre otros	Estado del arte

Desarrollar un catálogo, con recetas ancestrales de las comunidades Piquiucho y Caldera.	Comunidades de Piquiucho y Caldera	Inductivo Deductivo	Entrevista Observación	Ficha INPC Guion de entrevista Ficha de observación Catálogo	Fichas terminadas
Elaborar 12 fichas de registro del Instituto nacional de patrimonio, dirección de inventario patrimonial cultural inmaterial, del inpc para documentar doce recetas a través de los testimonios de dos mujeres cocineras ancestrales de las comunidades de Piquiucho y Caldera.	rescate de la gastronomía afro bolivarenses, a través de un catálogo- caso de estudio comunidades de Piquiucho y Caldera	Analítico sintético	Entrevista Observación Explicativa	Ficha INPC Guion de entrevista Ficha de observación Catálogo Exposición final	Catálogo de 12 recetas

Fuente: Elaboración propia del autor.

5.1.7 Cálculo de la muestra

Para esta investigación se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Esto se evidencia en el caso de la señora Narcisa de Jesús de 73 años de edad de la comunidad de Piquiucho, y la señora Fanny Criban de 84 años de edad de la comunidad de Caldera las dos amas de casa, portadoras del conocimiento que me permitió obtener como producto final el catálogo de recetas ancestrales de las comunidades afro; tema del presente trabajo.

Al momento de visitar las comunidades antes mencionadas se buscó la manera de tener acercamiento con personas longevas de estos sectores ya que ellos son conocedores directos de estas recetas tradicionales y ancestrales, cabe recalcar que se dificultó en gran parte la colaboración de los moradores, por el hecho de atravesar época de confinamiento por la pandemia de COVID – 19, que generó un ambiente de temor y desconfianza entre los habitantes. Sin embargo, tuve acceso a la conversación gracias a la predisposición de las entrevistadas a quienes pongo de manifiesto mi total y profundo agradecimiento.

6. RESULTADOS Y DISCUSION. –

6.1 RESULTADOS

En esta sección se muestran las x recetas adaptadas a las fichas del Instituto Nacional de Patrimonio de Cultura (INPC) del Ecuador.

Receta 1

Instructivo para fichas de registro e inventario

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR	 INPC Instituto Nacional de Patrimonio Cultural Ecuador	CÓDIGO
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO		IM-04-02-52-000-20
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN		
Provincia: CARCHI Cantón: BOLÍVAR		
Parroquia: SAN RAFAEL <input type="checkbox"/> Urbana	R Rural	
Localidad: CALDERA-VALLE DEL CHOTA		
Coordenadas 0°26'23.7"N 77°57'20.2"W : 0.439706, -77.955695	(Norte)	Z (Altitud) 2600
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL		
		
Descripción de la fotografía: DULCE DE CONSERVA		
Código fotográfico: IMG_20201206_193201.jpg		
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN		
Denominación		
PREPARACION DE DULCE DE CONSERVA		
Grupo social	Lengua (s)	
AFRODESCENDIENTE	ESPAÑOL	

Ámbito					
Subámbito			Detalle del subámbito		
GASTRONOMÍA ANCESTRAL			GASTRONOMÍA TRADICIONAL		
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN					
<p>El dulce de conserva es una preparación realizada por la gente afrodescendiente del Valle del Chota el cual es realizado a base de fréjol, zambo maduro, ocas, camote o guayaba, esto depende del gusto personal.</p> <p>Se recolecta ceniza de madera quemada para poderla pasar por el harnero, se coloca agua a hervir con la ceniza cernida y se añade el fréjol, este puede ser de cualquier variedad, mezclar constantemente hasta que la cascara o pluma como lo conocen ellos se desprenda fácilmente.</p> <p>Se retira el fréjol de la ceniza y se lo lava con abundante agua, posterior se lo lleva nuevamente al fuego hasta que el fréjol este completamente suave, por otro lado se cocina el zambo maduro, la guayaba camote u ocas, cuando esta mezcla este cocinada totalmente se le pasa por un cedazo sacando impurezas sobrantes y se mezcla con el fréjol cocinado, una vez que la mezcla este reducida se agrega panela, canela molida y esencia de vainilla.</p> <p>Cabe recalcar que esta preparación es realizada a base de leña en paila de bronce y cuchara de palo.</p>					
Fecha o período		Detalle de la periodicidad			
P	Anual	2 DE NOVIEMBRE DÍA DE DIFUNTOS			
	Continua				
	Ocasional				
	Otro				
5. PORTADORES / SOPORTES					
Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	Fanny Criban	40	Ama de casa	Caldera	Caldera
Colectividades					
Instituciones					
6. VALORACIÓN					
Importancia para la comunidad					
Preparación ancestral que se la realiza en el día de los difuntos					

Sensibilidad al cambio				
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.		
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables			
	Manifestaciones de la Memoria			
7. INTERLOCUTORES				
Apellidos y nombres	Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Fanny Criban	Caldera		Femenino	84
8. ELEMENTOS RELACIONADOS				
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito	
DÍA DE DIFUNTOS CARCHI- CALDERA	ACTIVIDADES CULTURALES	CULTURA	FECHA TRADICIONAL	
9. ANEXOS				
Textos	Fotografías	Videos	Audio	
10. ANEXOS				
11. DATOS DE CONTROL				
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA				
Registrado por: Samanta Galindo		Fecha de registro: 03/12/2020		
Revisado por:		Fecha revisión:		
Aprobado por:		Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:				

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

GASTRONOMÍA ANCESTRAL		GASTRONOMÍA TRADICIONAL			
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN					
<p>El morocho es una preparación que nunca podía faltar en el consume diario familiar, la comida de dulce como es el, arroz con leche, arroz de cebada con leche, zambo, zapallo entre otros.</p> <p>El morocho se prepara lavándolo y fregando fuertemente con las manos colándolo con la ayuda de un cedazo hasta quedar sin pluma, mientras tanto se puso a hervir agua para cocinar el grano del morocho hasta que este suave, esto depende ya del gusto de cada persona ya que algunos prefieren el grano un poco duro, cuando está ya suave se coloca el chuya que queda al lavar y fregar el morocho.</p> <p>Cuando ya esté listo se procede a poner la leche y hacer hervir cuando este hierva se pone una rama de cebolla larga y una pisca de sal se le deja por un momento y se le saca inmediatamente, el cual mencionan que esto se hacía para evitar que los comensales tengan dolor de barriga.</p>					
Fecha o período		Detalle de la periodicidad			
	Anual				
P	Continua				
	Ocasional				
	Otro				
5. PORTADORES / SOPORTES					
Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	De Jesús Narcisa	30	Ama de casa	Piquiucho	Piquiucho
Colectividades					
Instituciones					
6. VALORACIÓN					
Importancia para la comunidad					
Preparación que realizaban las personas mayores y lo consumían al final de las comidas.					

Sensibilidad al cambio				
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.		
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables			
	Manifestaciones de la Memoria			
7. INTERLOCUTORES				
Apellidos y nombres	Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
De Jesús Narcisa	Piquiucho		Femenino	73
8. ELEMENTOS RELACIONADOS				
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito	
COMIDA TRADICIONAL CARCHI-PIQUIUCHO	ACTIVIDADES CULTURALES	GASTRONOMÍA	COMIDA TÍPICA	
9. ANEXOS				
Textos	Fotografías	Videos	Audio	
10. ANEXOS				
11. DATOS DE CONTROL				
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA				
Registrado por: Samanta Galindo		Fecha de registro: 03/12/2020		
Revisado por:		Fecha revisión:		
Aprobado por:		Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:				

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

Receta 3

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR		 INPC Instituto Nacional de Patrimonio Cultural Ecuador	
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO		CÓDIGO IM-01-01-56-000-08-000882	
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN			
Provincia: CARCHI Cantón: BOLÍVAR			
Parroquia: LOS ANDES		<input type="checkbox"/> Urbana	<input checked="" type="checkbox"/> Rural
Localidad: PIQUIUCHO-VALLE DEL CHOTA			
Coordenadas 0°26'23.7"N 77°57'20.2"W : (Norte) Z (Altitud) 2600			
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL			
			
Descripción de la fotografía: ARROZ CON GUANDUL CHULETA Y ENSALADA			
Código fotográfico: IMG_20201206_150435.jpg			
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
Denominación ARROZ CON GUANDUL, CHULETA, ENSALADA			
Grupo social AFRODESCENDIENTE		Lengua (s) ESPAÑOL	




Ámbito					
Subámbito			Detalle del subámbito		
GASTRONOMÍA ANCESTRAL			GASTRONOMÍA TRADICIONAL		
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN					
<p>Como es conocido en el Valle del Chota el frejol guandul es un producto nativo de la zona, cuenta la historia que antes era un producto común el cual no podía faltar en la dieta familiar, el cual era consumido por lo general a la hora del almuerzo sin ningún acompañamiento.</p> <p>Con el pasar del tiempo este producto fue adaptado a productos que son muy usuales hoy en día como es el arroz la carne y no puede faltar la ensalada hecho con productos de la zona como es pepinillo, tomate y cebolla.</p>					
Fecha o período		Detalle de la periodicidad			
	Anual	Preparación ocasional realizada cuando hay calabazos en la zona.			
P	Continua				
	Ocasional				
	Otro				
5. PORTADORES / SOPORTES					
Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	De Jesús Narcisa	30	Ama de casa	Piquiucho	Piquiucho
Colectividades					
Instituciones					
6. VALORACIÓN					
Importancia para la comunidad					
Producto nativo de la zona que es realizado cuando hay el calabazo según la época del año.					

Sensibilidad al cambio					
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.			
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables				
	Manifestaciones de la Memoria				
7. INTERLOCUTORES					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
De Jesús Narcisa		Piquiucho		Femenino	73
Apellidos y nombres					
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito		
COMIDA TRADICIONAL CARCHI-PIQUIUCHO	ACTIVIDADES CULTURALES	GASTRONOMÍA	COMIDA TÍPICA		
9. ANEXOS					
Textos	Fotografías	Videos	Audio		
10. ANEXOS					
11. DATOS DE CONTROL					
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA					
Registrado por: Samanta Galindo			Fecha de registro: 03/12/2020		
Revisado por:			Fecha revisión:		
Aprobado por:			Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:					

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

Receta 4




Instructivo para fichas de registro e inventario

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR		 INPC Instituto Nacional de Patrimonio Cultural ECUADOR	
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO			CÓDIGO
			IM-01-01-56-000-08-000882
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN			
Provincia: CARCHI		Cantón: BOLÍVAR	
Parroquia: SAN RAFAEL		<input type="checkbox"/> Urbana	R Rural
Localidad: CALDERA-VALLE DEL CHOTA			
Coordenadas 0°26'23.7"N 77°57'20.2"W :		(Norte)	Z (Altitud) 2600
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL			
			
Descripción de la fotografía: CHICHA			
Código fotográfico: IMG_20201206_WA0025.jpg			
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
Denominación			
ELABORACIÓN DE CHICHA			
Grupo social		Lengua (s)	
AFRODESCENDIENTE		ESPAÑOL	

Ámbito					
Subámbito	Detalle del subámbito				
GASTRONOMÍA ANCESTRAL	GASTRONOMÍA TRADICIONAL				
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN					
<p>La chicha es una bebida que se ha venido conservando de tiempos atrás, por lo general esta bebida se la prepara en ocasiones especiales como es bautizos, matrimonios, confirmaciones entre otras.</p> <p>Está hecha a base de infusión de hierbas aromáticas como es la manzanilla, cedrón, menta, hoja de naranja, congona ishpingo, el cual esté preparado es conocido como hiervas amargas.</p> <p>El preparado dulce de igual manera es una infusión que contiene canela, clavo de olor, pimienta dulce, anís estrellado.</p> <p>Una vez que las infusiones estén completamente frías para evitar que la chicha salga babosa se procede a mezclar las dos infusiones con todas las hierbas, posterior añadir el arrochillo previamente remojado por 5 días y licuado aplastar la naranjilla con las manos y poner, picar la piña con todo y cascara, aplastar de igual manera aplastar la guanábana y poner.</p> <p>Dejar madurar la chicha por 5 días esto ya depende del gusto personal ya que la chicha entre más madura sabe mejor.</p> <p>Colar la chicha y poner azúcar y servirse.</p>					
Fecha o período	Detalle de la periodicidad				
	Preparación nativa que se han ido ajustando a cambios según el pasar del tiempo.				
P Anual					
Continua					
Ocasional					
Otro					
5. PORTADORES / SOPORTES					
Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	Fanny Criban	40	Ama de casa	Caldera	Caldera
Colectividades					
Instituciones					
6. VALORACIÓN					
Importancia para la comunidad					
Producto nativo de la zona que es utilizado hasta la actualidad.					

Sensibilidad al cambio					
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.			
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables				
	Manifestaciones de la Memoria				
7. INTERLOCUTORES					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Fanny Criban		Caldera		Femenino	84
Apellidos y nombres					
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito		
COMIDA TRADICIONAL CARCHI-CALDERA	ACTIVIDADES CULTURALES	GASTRONOMÍA	COMIDA TÍPICA		
9. ANEXOS					
Textos	Fotografías	Videos	Audio		
10. ANEXOS					
11. DATOS DE CONTROL					
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA					
Registrado por: Samanta Galindo			Fecha de registro: 03/12/2020		
Revisado por:			Fecha revisión:		
Aprobado por:			Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:					

Receta 5


 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR		 INPC Instituto Nacional de Patrimonio Cultural Ecuador	
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO			CÓDIGO
			IM-01-01-56-000-08-000882
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN			
Provincia: CARCHI		Cantón: BOLÍVAR	
Parroquia: SAN RAFAEL		<input type="checkbox"/> Urbana R Rural	
Localidad: CALDERA -VALLE DEL CHOTA			
Coordenadas 0°26'23.7"N 77°57'20.2"W :		(Norte)	Z (Altitud) 2600
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL			
			
Descripción de la fotografía: PICADILLO			
Código fotográfico:			
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
Denominación			
ELABORACION DE PICADILLO			
Grupo social		Lengua (s)	
AFRODESCENDIENTE		ESPAÑOL	

Ámbito					
Subámbito			Detalle del subámbito		
GASTRONOMÍA ANCESTRAL			GASTRONOMÍA TRADICIONAL		
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN					
<p>Esta preparación se la realizaba en los tiempos de antes ya que con los pocos productos con los que contaban improvisaban nuevos platillos y que hoy en día se la sigue realizando, pero con poca frecuencia.</p> <p>Este curioso preparado se lo realiza remojando frejol rojo seco toda la noche, al otro día cocinarlo con abundante agua, sal hasta que este suave, una vez listo retirar del fuego escurrir el agua y reservarlo.</p> <p>En una cacerola hacer refrito con cebolla larga picada, posterior poner abundante agua y hacer pedazos con las manos el verde o como es conocido en la zona sancocho del Valle, dejar que se cocine hasta que este suave y colocar el frejol.</p> <p>Poner nuevamente al fuego y mezclar hasta que todo esté bien incorporado añadir sal al gusto y queso de mesa en trozos.</p>					
Fecha o período		Detalle de la periodicidad			
	Anual	Preparación nativa que se han ido ajustando a cambios según el pasar del tiempo.			
P	Continua				
	Ocasional				
	Otro				
5. PORTADORES / SOPORTES					
Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	Fanny Criban	40	Ama de casa	Caldera	Caldera
Colectividades					
Instituciones					
6. VALORACIÓN					
Importancia para la comunidad					
Producto nativo de la zona que es utilizado hasta la actualidad.					

Sensibilidad al cambio				
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.		
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables			
	Manifestaciones de la Memoria			
7. INTERLOCUTORES				
Apellidos y nombres	Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Fanny Criban	Caldera		femenino	84
Fanny Criban				
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito	
GASTRONOMIA TRADICIONAL CARCHI-CALDERA	CULTURAL	GASTRONOMIA	PREPARACION ANCESTRAL	
9. ANEXOS				
Textos	Fotografías	Videos	Audio	
10. ANEXOS				
11. DATOS DE CONTROL				
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA				
Registrado por: Samanta Galindo		Fecha de registro: 12/12/2020		
Revisado por:		Fecha revisión:		
Aprobado por:		Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:				

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

Receta 6

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR		 INPC <small>Instituto Nacional de Patrimonio Cultural</small> Ecuador		CÓDIGO IM-01-01-56-000-08-000882	
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO					
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN					
Provincia: CARCHI Cantón: BOLÍVAR					
Parroquia: SAN RAFAEL <input type="checkbox"/> Urbana <input checked="" type="checkbox"/> Rural					
Localidad: CALDERA-VALLE DEL CHOTA					
Coordenadas: 0°25'59.0"N 77°55'57.5"W (Norte) Z (Altitud) 2600 0.433051, -77.932633					
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL					
					
Descripción de la fotografía: PUCHERO DE COL					
Código fotográfico:					
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN					
Denominación					
Grupo social			Lengua (s)		
AFRODESCENDIENTE			ESPAÑOL		

Ámbito					
Subámbito			Detalle del subámbito		
GASTRONOMÍA ANCESTRAL			GASTRONOMÍA TRADICIONAL		
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN					
<p>El puchero de col es una de las preparaciones que más se consumía cuando yo era niña comento doña Narcisa.</p> <p>Para realizar el puchero de col se necesita una col grande esta la picamos lo más fino posible, la cocinamos con abundante agua y un poco de sal hasta que esté cocinada por completo.</p> <p>Cuando esté totalmente suave la col se la escurre sacándole en su mayoría el agua.</p> <p>Aparte se pica bastante cebolla larga y se hace un refrito con manteca de color, a este se le añade la col cocinada, se agrega papas cocinadas, sal al gusto y finalmente se pica abundante hierba buena.</p> <p>.</p>					
Fecha o período		Detalle de la periodicidad			
	Anual	Preparación nativa que se han ido ajustando a cambios según el pasar del tiempo.			
P	Continua				
	Ocasional				
	Otro				
5. PORTADORES / SOPORTES					
Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	Fanny Criban	40	Ama de casa	Caldera	Caldera
Colectividades					
Instituciones					
6. VALORACIÓN					
Importancia para la comunidad					
Producto nativo de la zona que es utilizado hasta la actualidad.					

Sensibilidad al cambio				
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y lograr mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.		
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables			
	Manifestaciones de la Memoria			
7. INTERLOCUTORES				
Apellidos y nombres	Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Fanny Criban	Caldera		femenino	84
8. ELEMENTOS RELACIONADOS				
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito	
GASTRONOMIA TRADICIONAL CARCHI-CALDERA	CULTURAL	GASTRONOMIA	PREPARACION ANCESTRAL	
9. ANEXOS				
Textos	Fotografías	Videos	Audio	
10. ANEXOS				
11. DATOS DE CONTROL				
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA				
Registrado por: Samanta Galindo		Fecha de registro: 12/12/2020		
Revisado por:		Fecha revisión:		
Aprobado por:		Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:				

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

Receta 7

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR		 INPC INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO CULTURAL ECUADOR	
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO			CÓDIGO
			IM-01-01-56-000-08-000882
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN			
Provincia: CARCHI Cantón: BOLÍVAR			
Parroquia: SAN RAFAEL		<input type="checkbox"/> Urbana	<input checked="" type="checkbox"/> Rural
Localidad: CALDERA-VALLE DEL CHOTA			
Coordenadas: 0°25'59.0"N 77°55'57.5"W		(Norte)	Z (Altitud) 2600
0.433051, -77.932633			
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL			
			
Descripción de la fotografía: Empanadillas			
Código fotográfico:			
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
Denominación			
Grupo social		Lengua (s)	
AFRODESCENDIENTE		ESPAÑOL	

Ámbito					
Subámbito	Detalle del subámbito				
GASTRONOMÍA ANCESTRAL	GASTRONOMÍA TRADICIONAL				
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN					
<p>Con el zambo maduro que se tenía se hacia el dulce para comer con pan y cuando se tenía harina y otros ingredientes se realizaba empanadas rellenas con este delicioso dulce.</p> <p>Se quitaban las pepas al zambo y se lo cocinaba con bastante agua panela, clavo de olor, canela, pimienta dulce hasta que se reduzca totalmente y se lo reservaba.</p> <p>Por otro lado, se hacia la masa de las empanadas con harina miel levadura royal y huevo mezclando todo y rellinando con el dulce.</p> <p>Se prendía el horno de leña hasta que esté en su temple se metía las empanadas y en un corto tiempo ya estaban listas para servirse</p>					
Fecha o período					
	Anual				
P	Continua				
	Ocasional				
	Otro				
Preparación nativa que se han ido ajustando a cambios según el pasar del tiempo.					
5. PORTADORES / SOPORTES					
Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	Fanny Criban	40	Ama de casa	Caldera	Caldera
Colectividades					
Instituciones					
6. VALORACIÓN					
Importancia para la comunidad					
Producto nativo de la zona que es utilizado hasta la actualidad.					

Sensibilidad al cambio					
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y lograr mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.			
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables				
	Manifestaciones de la Memoria				
7. INTERLOCUTORES					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Fanny Criban		Caldera		femenino	84
8. ELEMENTOS RELACIONADOS					
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito		
GASTRONOMIA TRADICIONAL CARCHI-CALDERA	CULTURAL	GASTRONOMIA	PREPARACION ANCESTRAL		
9. ANEXOS					
Textos	Fotografías	Videos	Audio		
10. ANEXOS					
11. DATOS DE CONTROL					
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA					
Registrado por: Samanta Galindo			Fecha de registro: 12/12/2020		
Revisado por:			Fecha revisión:		
Aprobado por:			Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:					

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

Receta 8
Instructivo para fichas de registro e inventario

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR		 INPC Instituto Nacional de Patrimonio Cultural Ecuador	
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO			CÓDIGO IM-04-02-52-000-20
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN			
Provincia: CARCHI		Cantón: BOLÍVAR	
Parroquia: SAN RAFAEL		<input type="checkbox"/> Urbana <input checked="" type="checkbox"/> R Rural	
Localidad: CALDERA-VALLE DEL CHOTA			
Coordenadas 0°26'23.7"N 77°57'20.2"W : 0.439706, -77.955695		(Norte)	Z (Altitud) 2600
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL			
			
Ámbito			
Subámbito		Detalle del subámbito	
GASTRONOMÍA ANCESTRAL		GASTRONOMÍA TRADICIONAL	
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN			
Descripción de la fotografía: CARNE DE CHANCHO CON YUCA			
Código fotográfico: IMG_20201206_193201.jpg			
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
Denominación			
PREPARACION DE CHANCHO CON YUCA-CARCHI-CALDERA			
Grupo social		Lengua (s)	
AFRODESCENDIENTE		ESPAÑOL	

Cuenta doña Narcisa que cuando ella era niña sus padres se dedicaban a la agricultura como la mayoría de habitantes de su zona en la que actualmente vive, por lo general no tenían dinero para poder llevar a su meza carne ya que eran varios hermanos, pero nunca faltaban los granos la yuca y el verde del valle para poder acompañar con un poco de arroz y tener el almuerzo diario.

Poco a poco se fueron adaptando los cambios ajustando al diario vivir, lo cual esto permite que los ingredientes que siempre contaban en su casa sean acompañados con algo diferente y de aquí sale un nuevo plato que hoy en día es muy conocido la yuca que nunca podía faltar con carne de chanco el cual se lo prepara de una manera sencilla.

Se cocina la yuca en abundante agua hasta que esté totalmente suave.

Se corta en cuadros pequeños la carne.

Hacer un refrito con cebolla larga, tomate cortado en cuadros, poner la carne de para que se cocine cuando este suave condimentar con sal comino y cilantro.

Poner la yuca de base encima la carne con el caldo del estofado y si gusta acompañar con aguacate.

Fecha o período		Detalle de la periodicidad
P	Anual	Preparación rápida continúa.
	Continua	
	Ocasional	
	Otro	

5. PORTADORES / SOPORTES

Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	Fanny Criban	40	Ama de casa	Caldera	Caldera
Colectividades					
Instituciones					

6. VALORACIÓN

Importancia para la comunidad

Preparación ancestral modificada a la actualidad.

Sensibilidad al cambio				
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.		
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables			
	Manifestaciones de la Memoria			
7. INTERLOCUTORES				
Apellidos y nombres	Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Fanny Criban	Caldera		Femenino	84
8. ELEMENTOS RELACIONADOS				
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito	
GASTRONOMIA TRADICIONAL CARCHI-CALDERA	CULTURAL	GASTRONOMIA	PREPARACION ANCESTRAL	
9. ANEXOS				
Textos	Fotografías	Videos	Audio	
10. ANEXOS				
11. DATOS DE CONTROL				
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA				
Registrado por: Samanta Galindo		Fecha de registro: 03/12/2020		
Revisado por:		Fecha revisión:		
Aprobado por:		Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:				

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

Receta 9

Instructivo para fichas de registro e inventario

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR		 INPC Instituto Nacional de Patrimonio Cultural Ecuador	
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO			CÓDIGO IM-04-02-52-000-20
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN			
Provincia: CARCHI		Cantón: BOLÍVAR	
Parroquia: LOS ANDES		<input type="checkbox"/> Urbana <input checked="" type="checkbox"/> Rural	
Localidad: PIQUIUCHO-VALLE DEL CHOTA			
Coordenadas 0°26'23.7"N 77°57'20.2"W : 0.439706, -77.955695		(Norte)	Z (Altitud) 2600
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL			
			
Descripción de la fotografía: MIEL CON POROTO			
Código fotográfico:			
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
Denominación			
MIEL CON POROTO			
Grupo social		Lengua (s)	
AFRODESCENDIENTE		ESPAÑOL	

Ámbito					
Subámbito	Detalle del subámbito				
GASTRONOMÍA ANCESTRAL	GASTRONOMÍA TRADICIONAL				
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN					
<p>Este curioso platillo aparte de ser muy sencillo en su preparación guarda pequeños secretos para marcar la diferencia en el sabor al momento de ser servido.</p> <p>Dejamos en remojo toda la noche el frejol seco rojo.</p> <p>Cocinamos con abundante agua hasta que este suave.</p> <p>Por otro lado, para hacer la miel necesitamos, panela y vamos a condimentar o a darle un sabor diferente con anís estrellado, canela, pimienta dulce, clavo de olor y un poco de azúcar morena al final para que no esté aguado.</p> <p>Una vez lista la miel mezclar con el frejol cocinado y servir se lo puede acompañar con galletas o pan.</p>					
Fecha o período	Detalle de la periodicidad				
Anual	Una preparación ocasional por el poco consumo actual.				
P Continua					
Ocasional					
Otro					
5. PORTADORES / SOPORTES					
Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	De Jesús Narcisa	30	Ama de casa	Piquiucho	Piquiucho
Colectividades					
Instituciones					
6. VALORACIÓN					
Importancia para la comunidad					
Preparación que realizaban las personas de antes ajustadas a cambios y mejoradas en sabor.					

Sensibilidad al cambio					
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad, sometida a cambios con la finalidad de mejorar el sabor.			
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables				
	Manifestaciones de la Memoria				
7. INTERLOCUTORES					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
De Jesús Narcisa		Piquiucho		Femenino	
8. ELEMENTOS RELACIONADOS					
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito		
COMIDA TRADICIONAL-PIQUICHICO, CARCHI	ACTIVIDADES CULTURALES	GASTRONOMÍA	COMIDA TÍPICA		
9. ANEXOS					
Textos	Fotografías	Videos	Audio		
10. ANEXOS					
11. DATOS DE CONTROL					
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA					
Registrado por: Samanta Galindo			Fecha de registro: 03/12/2020		
Revisado por:			Fecha revisión:		
Aprobado por:			Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:					

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

Receta 10
Instructivo para fichas de registro e inventario

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR		 INPC Instituto Nacional de Patrimonio Cultural Ecuador	
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO			CÓDIGO IM-01-01-56-000-08-000882
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN			
Provincia: CARCHI		Cantón: BOLÍVAR	
Parroquia: LOS ANDES		<input type="checkbox"/> Urbana <input checked="" type="checkbox"/> R Rural	
Localidad: PIQUIUCHO-VALLE DEL CHOTA			
Coordenadas 0°26'23.7"N 77°57'20.2"W :		(Norte)	Z (Altitud) 2600
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL			
			
Ámbito			
Subámbito		Detalle del subámbito	
GASTRONOMÍA ANCESTRAL		GASTRONOMÍA TRADICIONAL	
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN			
Descripción de la fotografía: ARROZ DE LECHE			
Código fotográfico: IMG_20201206_150435.jpg			
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
Denominación			
ARROZ DE LECHE DE DULCE			
Grupo social		Lengua (s)	
AFRODESCENDIENTE		ESPAÑOL	

Las personas de antes tenían la costumbre de siempre finalizar su almuerzo con una comida de dulce, costumbre que viene siendo usada muy poco hoy en día.

Para el arroz de leche necesitamos arroz blanco entero o quebrado, cocinarlo hasta que esté totalmente suave.

Una vez suave se le pone la leche, canela, pimienta dulce, y se le deja que hierva para que espese un poco y de sabor las hiervas dulces, procurar hacer con leche que no sea de funda porque queda muy aguado y cambia el sabor.

Este se lo puede endulzar con panela o ahora con azúcar.

Fecha o período		Detalle de la periodicidad
	Anual	Preparación que se la realiza de manera ocasional, poco consumida en la actualidad
P	Continua	
	Ocasional	
	Otro	

5. PORTADORES / SOPORTES

Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	De Jesús Narcisa	30	Ama de casa	Piquiucho	Piquiucho
Colectividades					
Instituciones					

6. VALORACIÓN

Importancia para la comunidad

Preparación poco realizada actualmente por el poco consumo de la sociedad.

Sensibilidad al cambio					
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.			
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables				
	Manifestaciones de la Memoria				
7. INTERLOCUTORES					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
De Jesús Narcisa		Piquiucho		Femenino	73
Apellidos y nombres					
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito		
COMIDA TRADICIONAL-PIQUICHICO, CARCHI	ACTIVIDADES CULTURALES	GASTRONOMÍA	COMIDA TÍPICA		
9. ANEXOS					
Textos	Fotografías	Videos	Audio		
10. ANEXOS					
11. DATOS DE CONTROL					
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA					
Registrado por: Samanta Galindo			Fecha de registro: 03/12/2020		
Revisado por:			Fecha revisión:		
Aprobado por :			Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:					

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

Receta 11

Instructivo para fichas de registro e inventario

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR			
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO			CÓDIGO IM-01-01-56-000-08-000882
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN			
Provincia: CARCHI		Cantón: BOLÍVAR	
Parroquia: LOS ANDES		<input type="checkbox"/> Urbana	R Rural
Localidad: PIQUIUCHO-VALLE DEL CHOTA			
Coordenadas 0°26'23.7"N 77°57'20.2"W :		(Norte)	Z (Altitud) 2600
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL			
			
Ámbito			
Subámbito		Detalle del subámbito	
GASTRONOMÍA ANCESTRAL		GASTRONOMÍA TRADICIONAL	
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN			
Descripción de la fotografía: ENSALADA DE CALABAZO			
Código fotográfico: IMG_20201206_WA0025.jpg			
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
Denominación			
ELABORACIÓN DE ENSALADA DE CALABAZO			
Grupo social		Lengua (s)	
AFRODESCENDIENTE		ESPAÑOL	

Las personas mayores lo conocen este producto como calabazo, ahora también lo conocen como zambo.

Este producto tiene varios usos para algunas preparaciones, en el valle se lo usa más para hacer ensalada con papas.

Para esto pelamos el calabazo y lo cocinamos si es posible en olla de presión porque es duro.

Mientras tanto tenemos listo las papas peladas y cocinadas.

Cuando el calabazo este suave lo escurrimos bien y aparte hacemos un refrito con cebolla y achiote, colocamos el calabazo, le agregamos leche, cuajada, dejar que hierva y servir con papas cocinadas.

Fecha o período		Detalle de la periodicidad
	Anual	Preparación ocasional realizada cuando hay calabazos en la zona.
P	Continua	
	Ocasional	
	Otro	

5. PORTADORES / SOPORTES

Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	De Jesús Narcisa	30	Ama de casa	Piquiucho	Piquiucho
Colectividades					
Instituciones					

6. VALORACIÓN

Importancia para la comunidad

Producto nativo de la zona que es realizado cuando hay el calabazo según la época del año.

Sensibilidad al cambio					
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.			
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables				
	Manifestaciones de la Memoria				
7. INTERLOCUTORES					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
De Jesús Narcisa		Piquiucho		Femenino	73
Apellidos y nombres					
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito		
COMIDA TRADICIONAL-PIQUICHICO, CARCHI	ACTIVIDADES CULTURALES	GASTRONOMÍA	COMIDA TÍPICA		
9. ANEXOS					
Textos	Fotografías	Videos	Audio		
10. ANEXOS					
11. DATOS DE CONTROL					
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA					
Registrado por: Samanta Galindo			Fecha de registro: 03/12/2020		
Revisado por:			Fecha revisión:		
Aprobado por:			Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:					

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

Receta 12

Instructivo para fichas de registro e inventario

 GOBIERNO NACIONAL DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR		 INPC Instituto Nacional de Patrimonio Cultural ECUADOR	
INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO DIRECCIÓN DE INVENTARIO PATRIMONIAL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL FICHA DE REGISTRO			CÓDIGO IM-01-01-56-000-08-000882
1. DATOS DE LOCALIZACIÓN			
Provincia: CARCHI		Cantón: BOLÍVAR	
Parroquia: LOS ANDES		<input type="checkbox"/> Urbana R Rural	
Localidad: PIQUIUCHO-VALLE DEL CHOTA			
Coordenadas 0°26'23.7"N 77°57'20.2"W :		(Norte)	Z (Altitud) 2600
2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL			
			
Ámbito			
Subámbito		Detalle del subámbito	
GASTRONOMÍA ANCESTRAL		GASTRONOMÍA TRADICIONAL	
4. DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN			
Descripción de la fotografía: Pristiños con café			
Código fotográfico:			
3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
Denominación			
ELABORACION DE PRISTIÑOS CON CAFÉ			
Grupo social		Lengua (s)	
AFRODESCENDIENTE		ESPAÑOL	

Los pristiños que realizan en el valle son consumidos con café, en otros lados lo hacen con miel y en épocas navideñas, en esta zona se lo realiza de una manera constante.

Necesitamos harina, un poco de royal, bicarbonato, mantequilla, sal al gusto y huevo sal o agua tibia a su elección.

Mezclamos todos los ingredientes hasta que la masa este suave y manejable hacemos porciones pequeñas y luego le damos una forma como de roscas.

Las freímos en abundante aceite hasta que estén doradas.

Por otra parte, el café cuando tienen la oportunidad lo hacen ellos mismo, lo tuestan en tiesto con haba, cascara de mandarina, trigo, y cuando este tostado le agregan azúcar para que quede melcochoso y luego a moler para tener el café para pasar o como lo conocen el café de chuspa. Este se lo puede mezclar con otro café ya procesado para que dé un color más intenso.

Fecha o período		Detalle de la periodicidad
	Anual	Preparación continúa preparada para el consumo diario.
P	Continua	
	Ocasional	
	Otro	

5. PORTADORES / SOPORTES

Tipo	Nombre	Edad/Tiempo de actividad	Cargo, función o actividad	Dirección	Localidad
Individuos	Narcisa de Jesús	30	Ama de casa	Piquiucho	Piquiucho
Colectividades					
Instituciones					

6. VALORACIÓN

Importancia para la comunidad

Preparación realizada actualmente en varios hogares de la zona

Sensibilidad al cambio				
P	Manifestaciones Vigentes	Es una actividad que se ha revitalizado y logra mantenerse desde los tiempos ancestrales hasta la actualidad.		
	Manifestaciones Vigentes Vulnerables			
	Manifestaciones de la Memoria			
7. INTERLOCUTORES				
Apellidos y nombres	Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
De Jesús Narcisa	Caldera		femenino	73
Fanny Criban				
Código / Nombre	Ámbito	Subámbito	Detalle del subámbito	
GASTRONOMIA TRADICIONAL	CULTURAL	GASTRONOMIA	PREPARACION ANCESTRAL	
9. ANEXOS				
Textos	Fotografías	Videos	Audio	
10. ANEXOS				
11. DATOS DE CONTROL				
Entidad Investigadora: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE IBARRA				
Registrado por: Samanta Galindo		Fecha de registro: 12/12/2020		
Revisado por:		Fecha revisión:		
Aprobado por:		Fecha aprobación:		
Registro fotográfico:				

Ficha editada para ejemplificar el llenado. La versión original completa se encuentra en el sistema ABACO.

6.2 DISCUSIÓN

La presente investigación tiene como tema principal el rescate de la gastronomía afro bolivarenses, a través de un catálogo de las comunidades de Piquiucho y Caldera, ubicadas en la zona norte del Ecuador. La finalidad de esta investigación busca visibilizar las tradiciones culinarias ancestrales además de sus productos autóctonos que han sido descuidados tanto en el sector público como privado, incluyendo las autoridades gubernamentales y las instituciones académicas, han demostrados el desinterés en preservar y promover el legado gastronómico cultural, por lo que se encontró la necesidad de la creación de un catálogo cuyo contenido llevará recetas con toda la información recopilada en esta indagación.

El objetivo general propuesto en esta investigación fue: Desarrollar el conocimiento de la gastronomía afro bolivarenses de las comunidades Piquiucho y Caldera por medio de la creación de un catálogo, para promover el rescate patrimonial alimentario ecuatoriano.

El rescate de la gastronomía afro bolivarenses en las comunidades de Piquiucho y Caldera se enmarca en la necesidad de preservar el patrimonio alimentario ecuatoriano. De acuerdo con estudios sobre patrimonio gastronómico, la cocina tradicional no solo representa una fuente de identidad cultural, sino que también es un recurso valioso para el desarrollo del turismo y la sostenibilidad económica de las comunidades locales (Montanari, 2006, p. 54). Sin embargo, los resultados cualitativos revelan que existe un limitado registro documental sobre estas prácticas culinarias, lo que sugiere un bajo interés en su estudio y difusión. Este hallazgo concuerda con la perspectiva de Bourdieu (1984, p. 76), quien argumenta que los hábitos alimentarios son parte del capital cultural y pueden perderse si no se refuerzan a través de mecanismos de transmisión. Las entrevistas realizadas con habitantes locales, como María Ramos y Juana Espinoza, evidencian una preocupación por la pérdida progresiva de recetas ancestrales, atribuyéndola a la falta de interés de las nuevas generaciones y a la influencia de modelos alimentarios externos.

Desde la perspectiva del rescate patrimonial, la recopilación de recetas tradicionales para su documentación en un catálogo responde a la necesidad de garantizar su conservación y difusión. La literatura previa señala que el registro visual y descriptivo de las preparaciones es una estrategia efectiva para sensibilizar a la comunidad y fomentar el orgullo cultural (Hernández & Pérez, 2019, p. 122). En consonancia con estos planteamientos, las informantes locales, como Rosa Minda, enfatizaron la relevancia de acompañar las recetas con imágenes ilustrativas y, en algunos casos, con material audiovisual que facilite la reproducción de los platillos. Esta coincidencia entre la teoría y los hallazgos de campo refuerza la idea de que la gastronomía debe ser entendida no solo como una manifestación cultural, sino como un vehículo para la transmisión intergeneracional del conocimiento (García & Palacios, 2021, p. 89).

Uno de los aspectos más significativos en la discusión es el rol de la gastronomía como impulsor del desarrollo local. Estudios previos han demostrado que el turismo gastronómico puede ser una herramienta poderosa para dinamizar la economía de comunidades rurales y afrodescendientes (Everett & Aitchison, 2008, p. 152). Sin embargo, las entrevistas revelaron que, pese al potencial de la gastronomía local, no existen estrategias concretas para su promoción y comercialización. Este hallazgo coincide con el marco conceptual en cuanto a la necesidad de políticas culturales y económicas que respalden la valorización de los productos y técnicas culinarias autóctonas (Santana, 2017, p. 67). En este sentido, las habitantes de Piquiucho y Caldera, como Juana Espinoza, expresaron su interés en recibir apoyo institucional para fortalecer su conocimiento gastronómico y explorar nuevas oportunidades de mercado.

Otro punto de convergencia entre la teoría y los resultados cualitativos es la relación entre gastronomía y sentido de pertenencia. La literatura especializada indica que los alimentos tradicionales no solo nutren el cuerpo, sino que también fortalecen los lazos comunitarios y refuerzan la identidad colectiva (Contreras & Gracia, 2005, p. 101). Las entrevistas confirmaron que la preparación de ciertos platillos constituye un acto simbólico de resistencia cultural frente a la homogeneización alimentaria promovida por la globalización. Como señaló María Ramos en su testimonio, “cuando cocinamos como lo hacían nuestras abuelas, estamos recordando quiénes somos y de dónde venimos”. Este aspecto resalta la urgencia de implementar estrategias

de educación gastronómica en la comunidad, alineadas con modelos de preservación patrimonial que han sido exitosos en otros contextos latinoamericanos (Medina, 2015, p. 45).

Finalmente, el análisis de los resultados revela que el rescate de la gastronomía afro bolivarenses no debe verse únicamente como un esfuerzo de documentación, sino como un proceso de revalorización cultural y social. Si bien el estado del arte demuestra que iniciativas similares han logrado generar impacto en otras comunidades (Montoya & Reyes, 2020, p. 133), la falta de registros históricos y el escaso apoyo institucional dificultan la consolidación de proyectos de largo plazo en la zona de estudio. A pesar de ello, la investigación cualitativa permitió identificar una disposición favorable por parte de las habitantes, como Rosa Minda y Juana Espinoza, para participar en actividades de formación y promoción de su gastronomía. Este hallazgo sugiere que el catálogo gastronómico puede servir como un primer paso hacia la construcción de un modelo sostenible de preservación culinaria, siempre y cuando se combine con acciones de sensibilización y fomento de la identidad cultural (Lévi-Strauss, 1969, p. 87).

6.3 PROPUESTA

El siguiente apartado detalla el contenido del estudio de caso *"Rescate de la gastronomía afro bolivarense a través de un catálogo"*, centrado en las comunidades de Piquiucho y Caldera.

En Ecuador, las comunidades de Piquiucho y Caldera, ubicadas en la provincia del Carchi, cantón Bolívar, han mantenido a lo largo de los años una gastronomía rica en tradiciones y saberes ancestrales, transmitidos de generación en generación. Sin embargo, en las últimas décadas, estos conocimientos han sido amenazados por la globalización y la adopción de nuevas costumbres alimentarias, factores que, junto con el desinterés y la falta de apoyo tanto del sector público como del privado, han contribuido a su progresivo deterioro. A pesar de la riqueza cultural y gastronómica de estas comunidades, su legado culinario ha caído en el olvido. Es importante destacar que las nuevas generaciones muestran un escaso reconocimiento del potencial gastronómico de su territorio, lo que agrava aún más el riesgo de pérdida de estas tradiciones.

Este fenómeno no solo representa una amenaza para la identidad cultural de la comunidad, sino que también implica la pérdida de conocimientos valiosos sobre los beneficios nutricionales de sus recetas tradicionales. Ante esta problemática, el objetivo del presente estudio es rescatar y preservar la gastronomía afro bolivarense de las comunidades de Piquiucho y Caldera mediante la creación de un catálogo que recopile sus recetas ancestrales. Esta herramienta servirá como un recurso clave para la conservación y difusión de su patrimonio culinario, promoviendo su valoración tanto a nivel local como fuera de la comunidad.

6.3.1 Recetario

Nombre: Afro delicias de Piquiucho y Caldera.

Objetivo: Repotenciar la elaboración de recetas ancestrales de la zona afro, de la cuenca del río chota a través de un catálogo.

El recetario se divide en los siguientes apartados

- Portada
- Introducción
- Índice
- Recetas
- Contraportada

6.3.2 Portada

Figura 1

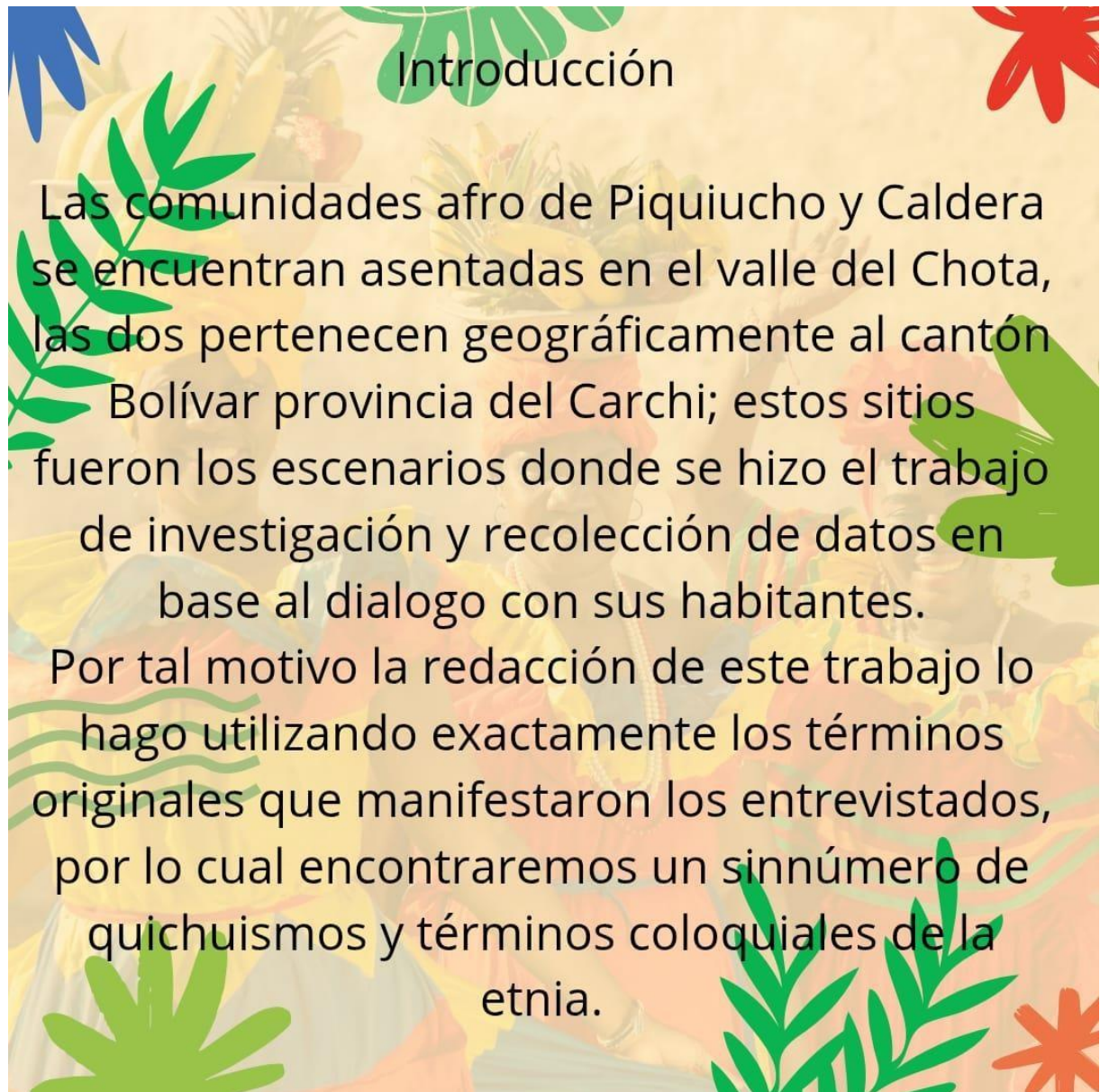
Portada



6.3.3 Introducción

Figura 2

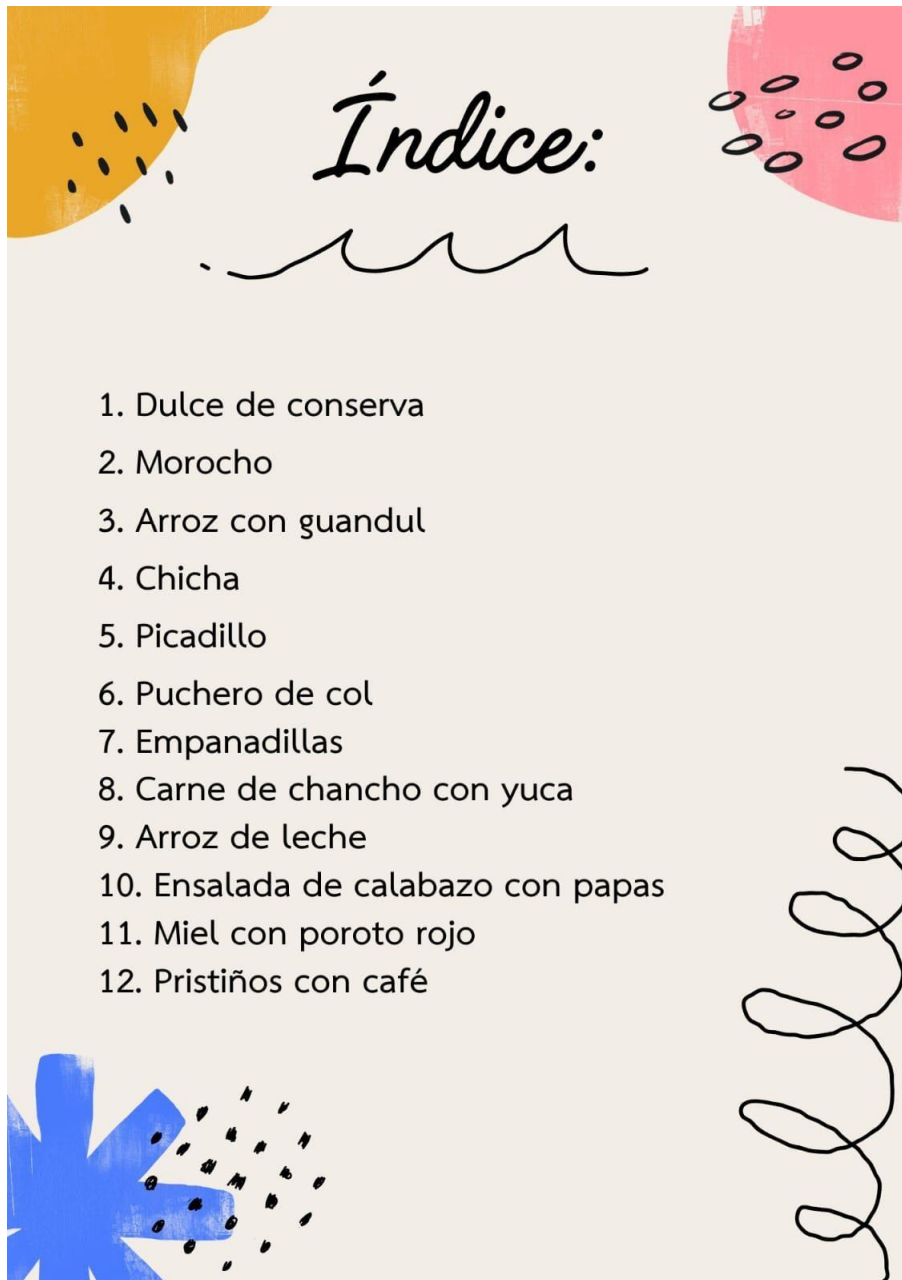
Introducción



6.3.4 índice

Figura 3

Índice



6.3.5 Recetas

Figura 4

Dulce de conserva



INGREDIENTES

1000gr de frejol rojo

300gr de zambo maduro

150gr ocas

200gr guayaba

c/n ceniza

c/n canela

c/n panela

c/n esencia de vainilla

Fanny Criban

DULCE de conserva PREPARACIÓN

1.- Recolectar ceniza y pasar por el harnero.

2.- Poner agua a hervir y poner el frejol previamente remojado la noche anterior junto con la ceniza y cocinar hasta que la cáscara se desprenda fácilmente.

3.- Se retira el frejol del fuego y se lo lava con abundante agua para retirar la pluma y la ceniza, posterior se lo lleva nuevamente a cocción con abundante agua hasta que el frejol esté suave.

4.- Pelar, trocear y cocinar el zambo junto con la guayaba y las ocas, una vez cocinado pasar por cedazo.

5.- Mezclar juntos con el frejol cocinado y una vez que esté reduzca se le agrega panela, canela molida y esencia de vainilla.

Figura 5

Morocho



INGREDIENTES

500gr morocho
 1000ml de leche
 c/n panela
 c/n canela
 c/n cebolla larga
 Pizca de sal

Narcisa de Jesús

Morocho

PREPARACIÓN

- 1.-Lavar el morocho fregandolo y pasándolo por un cedazo hasta quedar sin pluma.

- 2.- Con abundante agua cocinar el morocho hasta que esté suave, poner el sobrante de lo que queda al fregar (chuya) para espesar

- 3.- Agregar leche hasta hacer hervir poner canela y la rama de cebolla.

Chuya: dicho especialmente de algún alimento aguado, poco espeso.

Figura 6

Arroz con guandul

**INGREDIENTES**

500gr de arroz

5u de chuleta de cerdo

500gr de guandul

c/n cebolla larga

1 u zanahoria

1 u huevo

1 pepinillo

1 cebolla paiteña

2 tomate de árbol

Narcisa de Jesús

Arroz con guandul y chuleta

PREPARACIÓN

1._ Cocinar con abundante agua el guandul hasta que esté totalmente suave, cocinar el huevo la zanahoria y el arroz por separado

2._ Pelar el pepinillo, el tomate y picar en cubos y la cebolla en plumas finas, mezclar todos los ingredientes poner sal y limón al gusto.

3.- La chuleta procedemos a poner en agua y darle una corta cocción, condimentamos a nuestro gusto y cuando miremos que el agua se está secando colocamos un poco de aceite para darle fritura.

4.- Hacemos un refrito con cebolla larga sal y comino ponemos el guandul, seguido por la zanahoria y finalmente el huevo.

Figura 7

Chicha



Chicha

Ingredientes

1000 arrocillo quebrado
 3000ml agua
 20gr canela
 3gr clavo de olor
 15gr de anís estrellado
 1u ishpingo
 10gr pimienta dulce
 20gr hoja de naranja
 20gr congona
 20gr manzanilla
 20gr menta
 20gr limoncillo
 20gr cedron
 2 u piña
 10 u naranjilla
 10 u maracuyá
 1 u guanabana
 1 u caña
 c/n azúcar
 c/n esencia de vainilla

Fanny Criban

Figura 8

- 1.- Poner en dos ollas a hervir agua y dividir los ingredientes dulces y amargos en una la canela, pimienta dulce , ishpingo, clavo de olor y en la otra olla todas las hierbas, dejar hervir y enfriar.
- 2.- Colocar el arroz la noche anterior en agua.
- 3.- Una vez que se haya enfriando totalmente el agua de las dos ollas, mezclarlas, poner la piña junto con la cáscara en rodajas, maracuyá, guanabana, naranjilla y la caña.
- 4.- Licuar el arroz remojado e ir poniendo el preparado a la chicha.
- 5.- Dejar fermentar depende el clima aproximadamente unos 5 días.
- 6.- Para servir tamizar poner azúcar al gusto junto con esencia de vainilla y servir.

Figura 9

Picadillo



INGREDIENTES

500gr frejol rojo seco

1u cebolla larga

1u plátano verde

c/n sal

c/n comino

200gr queso de mesa

Picadillo

PREPARACIÓN

- 1.- Dejamos en remojo el frejol toda la noche en abundante agua.
- 2.- Ponemos a cocinar hasta que esté totalmente suave.
- 3.- Hacemos un refrito con cebolla larga y achiote, agregamos agua y con la mano troceamos el verde y esperar que este totalmente cocinado.
- 4.- Agregamos el verde, dejamos que espese un poco y finalmente colocamos el queso de mesa troceado.

Fanny Criban

Figura 10

Puchero de col

**INGREDIENTES**

1u col blanca

8u papás

2u cebolla larga

c/n sal

c/n hierba buena fresca

c/n manteca de color

Fanny Criban

Puchero de col

PREPARACIÓN

1.- Se pica la col finamente y se cocina con abundante agua.

2.- Cuando esté suave se escurre sacando su mayoría el agua y se deja reposar.

3.- Por otro lado pelamos y cocinamos las papas hasta que esté suave con un poco de sal.

4.- Hacemos un refrito con la cebolla larga picada, manteca de color, sal, ponemos la col que caliente, agregamos la hierba buena picada, servimos junto con las papas.

Figura 11

Empanadillas

**INGREDIENTES**

1u zambo maduro
 6 panelas
 c/n canela
 c/n clavo de olor
 c/n pimienta dulce
 500gr harina
 15gr polvo de hornear
 100ml miel de abeja
 15gr de levadura
 2u huevo

Fanny Criban

Empanadillas**PREPARACIÓN**

- 1.- Para hacer la miel se saca las pepas del zambo se pica finamente y se pone a cocinar junto con la panela, canela, pimienta dulce, clavo de olor y se deja hervir y reducir hasta que coja consistencia.
- 2.- Poner en la masa el huevo, el polvo de hornear, la levadura, la miel y se mezcla todo con agua tibia.
- 3.- Dejar reposar hasta que duplique en porte la masa.
- 4.- Hacer porciones iguales la masa, estirar poner el dulce dentro y cerrar.
- 5.- Hornear

Figura 12

Carne de chancho con yuca



INGREDIENTES

4u yuca
 500gr de carne de cerdo
 1u cebolla larga
 2u tomate riñón maduro
 c/n sal

Fanny Criban

Carne de chancho con yuca

PREPARACIÓN

- 1.- Pelar y cocinar la yuca con abundante agua hasta que esté totalmente suave.
- 2.- Cortar en cubos pequeños la carne y lavar con sal.
- 3.- Hacer un refrito con cebolla larga, tomate y colocar la carne para que se cocine.
- 4.- Cuando esté suave agregar sal, comino y cilantro al gusto.
- 5.- Se coloca de base la yuca cocinada y encima la carne.

Figura 13

Arroz con leche



INGREDIENTES

500gr arroz blanco entero

o quebrado

1000ml leche

c/n canela

c/n pimienta dulce

c/n Panela o azucar

Arroz de leche

PREPARACIÓN

1.- COCINAMOS EL ARROZ CON AGUA HASTA QUE ESTÉ SUAVE.

2.- CUANDO ESTÉ SUAVE RETIRAMOS EL AGUA Y PONEMOS LECHE JUNTO CON LAS ESPECIAS MENCIONADAS.

3.- CUANDO ESTÉ HIRVIENDO SACAMOS LAS ESPECIAS ENDULZAMOS A GUSTO Y SERVIR.

Narcisa de Jesús

Figura 14

Ensalada de calabazo con papas



INGREDIENTES

1u calabazo o zambo
 tierno
 10u papás
 1u cebolla larga
 c/n achiote
 500ml leche
 250gr cuajada

Narcisa de Jesús

Ensalada de calabazo

PREPARACIÓN

- 1.- PELAMOS EL CALABAZO Y COCINAMOS EN OLLA DE PRESIÓN HASTA QUE ESTÉ SUAVE.
- 2.- PELAMOS Y COCINAMOS LAS PAPAS.
- 3.- SACAMOS EL CALABAZO COCIDO Y ESCURRIMOS.
- 4.- HACEMOS UN REFrito CON CEBOLLA LARGA PICADA Y ACHIOTE.
- 5.- COLOCAMOS EL CALABAZO, AGREGAMOS LECHE, CUAJADA, DEJAMOS HERVIR Y SERVIMOS CON LAS PAPAS.

Figura 15

Miel con poroto rojo



INGREDIENTES

500gr de fréjol rojo seco

4u de panela

c/n anís estrellado

c/n canela

c/n pimienta dulce

100gr azúcar morena

Narcisa de Jesús

Miel con poroto

PREPARACIÓN

1.- DEJAR REMOJANDO EL FRÉJOL TODA LA NOCHE CON ABUNDANTE AGUA Y AL OTRO DÍA COCINAR HASTA QUE ESTÉ TOTALMENTE SUAVE.

2.- COLOCAMOS LA PANELA EN UNA OLLA Y AGREGAMOS AGUA HASTA LA MITAD DE LA OLLA

3.- PONER TODAS LAS ESPECIAS MENCIONADAS Y DEJAR HERVIR HASTA QUE ESPESE.

4.- PONER EL FREJOL DEJAR QUE HIERVA Y SERVIR.

Figura 16

Pristiños con café

**INGREDIENTES**

500gr Harina

5gr polvo de hornear

30gr mantequilla

c/n sal

1u huevo

c/n agua tibia

Narcisa de Jesús

**Pristiños con
café****PREPARACIÓN**

1.- PONEMOS LA HARINA JUNTO CON EL HUEVO, SAL, POLVO DE HORNEAR, MANTEQUILLA, AGREGAMOS AGUA TIBIA Y MEZCLAMOS.

2.- DEJAMOS REPOSAR POR UNOS 20 MINUTOS APROXIMADAMENTE.

3.- HACEMOS PORCIONES IGUALES Y HACEMOS TIRAS LARGAS Y LE DAMOS LA FORMA DE UNA ROSCA Y LLEVAMOS A FRITURA.

6.3.6 Contraportada

Figura 17

Contraportada



Av. Jorge Guzmán Rueda y Av. Aurelio espinosa Polit.

Teléfono: (593-06) 2615 500, 2615631

Correo: prorect@pucesi.edu.ec Ibarra- Ecuador

Escuela de Gestión de Empresas Turísticas y hoteleras

Samanta Galindo

2025

7. CONCLUSIONES

- A través del estado del arte y del marco conceptual se pudo revisar trabajos importantes como el de Montanari (2006) quien menciona que, según investigaciones sobre patrimonio culinario, la gastronomía tradicional no solo constituye un elemento clave de la identidad cultural, sino que también desempeña un papel fundamental en el impulso del turismo y en la sostenibilidad económica de las comunidades.
- La elaboración de las 12 fichas del INPC permitió documentar y preservar el legado gastronómico ancestral de Piquiucho y Caldera a través de los testimonios de dos cocineras tradicionales. Este registro fortalece la identidad cultural, fomenta su valoración y asegura la transmisión de estos saberes a futuras generaciones, contribuyendo a la salvaguardia del patrimonio inmaterial de la región.
- Las fichas aportan datos importantes para la conservación del patrimonio cultural inmaterial como, fotografías, legado cultural, nombres de las portadoras del conocimiento, ingredientes, preparación, términos coloquiales, entre otros datos relevantes.
- Se desarrolló un catálogo detallado con 12 recetas ancestrales, con información específica sobre los ingredientes, métodos de preparación. Este catálogo no solo cumple una función de preservación, sino que también tiene un alto potencial para ser utilizado como recurso educativo y cultural, promoviendo el fortalecimiento de la identidad de las comunidades y su integración al reconocimiento del patrimonio gastronómico nacional.
- Este catálogo se convierte en una herramienta fundamental para la difusión de estas prácticas gastronómicas, tanto dentro de las comunidades de Piquiucho y Caldera como en el ámbito académico, gubernamental, privado y público en general.
- En respuesta a la pregunta de investigación: ¿Qué impacto tiene el desarrollo de un catálogo de recetas ancestrales con la contribución al rescate y conservación de la gastronomía afro Bolivareña de las comunidades de Piquiucho y Caldera?, se concluye que el desarrollo de

un catálogo de recetas ancestrales contribuye al rescate y conservación de la gastronomía afro bolivarenses al documentar saberes culinarios, fortalecer la identidad cultural y fomentar su transmisión generacional. Además, impulsa el turismo y el desarrollo local, mientras que su registro en el INPC garantiza su reconocimiento como patrimonio inmaterial del Ecuador.

8. RECOMENDACIONES

- Se recomienda al GAD municipal del cantón Bolívar junto con la prefectura del Carchi dar más importancia a las comunidades ya que podemos constatar que nuestro cantón es rico en biodiversidad cultural por tener varios pisos climáticos etnias las cuales han sido descuidadas y por ende se está perdiendo costumbre cultura y tradiciones.
- Este catálogo debe ser validado por personas que conocen el tema y mantienen en campo para dar mayor evidencia científica, ya que existen técnicas y métodos que muchas veces no se conoce, pues eso lo hace especial y diferente mucho más aún si las preparaciones realizadas llevan productos que nunca fue llevado al paladar del consumidor.
- Crear una plataforma digital en donde se pueda acceder a la información y que esta página sirva como un incentivo turístico, en donde se podría colocar diferentes secciones, generando mayor interacción con los usuarios de las nuevas generaciones.
- Las universidades y centros de investigación deben promover estudios interdisciplinarios sobre patrimonio gastronómico, identidad cultural y turismo sostenible, incorporando asignaturas específicas en sus programas académicos y fomentando investigaciones aplicadas en comunidades afrodescendientes.
- El Ministerio de Cultura y Patrimonio debe fortalecer y expandir los proyectos de registro y documentación del patrimonio gastronómico inmaterial en otras comunidades afroecuatorianas, implementando políticas culturales efectivas y programas de difusión nacional que aseguren su preservación y reconocimiento.
- El Gobierno Autónomo Descentralizado de Bolívar-Carchi debe crear un archivo digital y físico accesible a la comunidad donde se almacenen las fichas patrimoniales para consulta pública, además de organizar exposiciones y ferias gastronómicas que visibilicen estos registros y eduquen a la población sobre su valor cultural.

- Las comunidades de Piquiucho y Caldera deben participar activamente en la preservación y transmisión de su gastronomía a las nuevas generaciones, incentivando su enseñanza en espacios familiares y comunitarios, y aprovechar el catálogo como herramienta para impulsar iniciativas de turismo gastronómico y emprendimientos locales que fortalezcan su sostenibilidad económica y cultural.

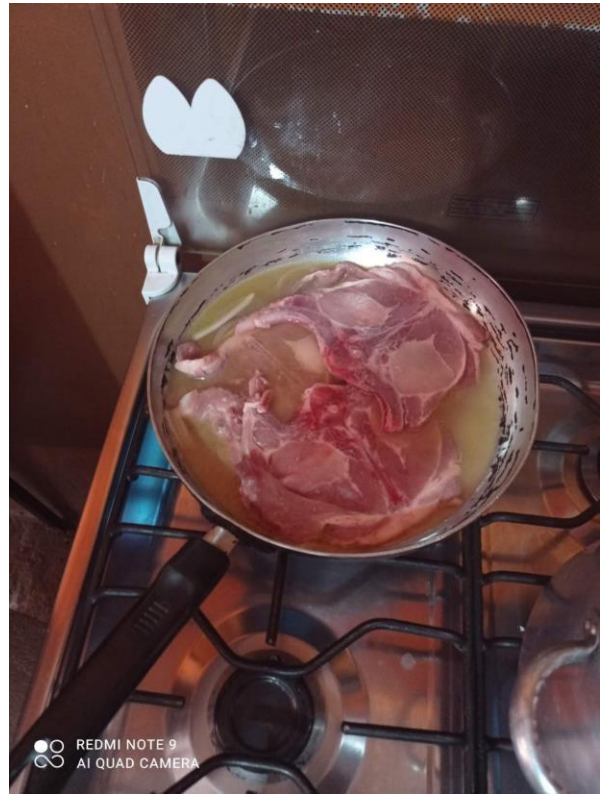
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Astaiza Mery. (2012). *El Pueblo Afrodescendiente en el Ecuador* . 1–48.
<https://www.corteidh.or.cr/tablas/28697.pdf>
- Bahls Álvaro & Wendhausen Rodolfo. (2019). *Comprensión de los conceptos de culinaria y gastronomía* . <https://www.scielo.org.ar/pdf/eypt/v28n2/v28n2a04.pdf>
- Barrientos Tomás & Moliviatis Mirciny. (2024). *El tamal como parte integral del movimiento de revalorización gastronómica guatemalteca* .
https://digitalcommons.kennesaw.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1150&context=may_aamerica
- Benítez Nora; Albuja Jorge; Tapia Gabriel. (2015). *Retrospectiva, visibilización y revalorización de la herencia cultural del pueblo afro y afroecuatoriano, a través del turismo comunitario, para el buen vivir* . 1–22.
[file:///C:/Users/Maria%20Jose%20Guerra/Downloads/Dialnet-RetrospectivaVisibilizacionYRevalorizacionDeLaHere-8068931%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Maria%20Jose%20Guerra/Downloads/Dialnet-RetrospectivaVisibilizacionYRevalorizacionDeLaHere-8068931%20(1).pdf)
- De la cruz, L. (2013). *Elaboración de un producto comunicacional: “Revista rastros, ritos y rostros del pueblo afrochoteño de Piquiucho.”*
- Gómez Andrés. (2020). *Investigación Universitaria como aporte a la educación* .
https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/11811/2020_Tesis_Andres_Felipe_Gomez_Rosas.pdf
- Gómez Carolina; Gutiérrez Rafael; Osorio Ángel. (2024). *Investigación Universitaria como aporte a la educación* . https://www.researchgate.net/profile/Alfonso-Arce/publication/386341875_La_animacion_sociocultural_como_medio_estrategico_para_el_fomento_del_patrimonio_gastronomico/links/674e02e0876bd1777837439f/La-animacion-sociocultural-como-medio-estrategico-para-el-fomento-del-patrimonio-gastronomico.pdf#page=35
- Herrería Bayardo & Granda Francisco. (2023). *Diseño de un producto editorial que recopile las tradiciones gastronómicas de la comunidad afroecuatoriana de "el chota", provincia de Imbabura*.
<https://repositorio.umet.edu.ec/bitstream/67000/105/1/Herrer%c3%ada%20Carcel%c3%a9n%20Michael%20Bayardo.%20Dise%c3%b1o%20Gr%c3%a1fico.pdf>
- Jijón, I. (2014). *Estudio gastronómico de la provincia de Imbabura, recolección de recetas tradicionales y ruta gastronómica*.
- Minda, D. (2019). *Rostros de la afro ecuatorianidad, una forma de expresión cultural del territorio ancestral: chota, salinas, la concepción y guallupe a través de un libro documental fotográfico*.

- Moyón Erika. (2021). “*La desvalorización de la identidad cultural en el desarrollo local en el cantón San Miguel, de Bolívar. 2019-2021.*”
<https://dspace.ueb.edu.ec/server/api/core/bitstreams/89571deb-c829-4cd2-828a-221d63e4df06/content>
- Naranjo Miguel; Galarza Iván; Falcon Santiago. (2016). *Gastronomía, historia y cultura afrodescendiente de las comunidades Chota y Salinas en Imbabura, Ecuador.*
<file:///C:/Users/Maria%20Jose%20Guerra/Downloads/smguevara,+4+Gastronom%C3%ADa,+historia+y+cultura+afrodescendiente+de+las+comunidades+Chota+y+Salinas+en+Imbabura,+Ecuador.pdf>
- Rodríguez luz & Quiroga Indira. (2020). *Patrimonio gastronómico de la Provincia de Yarigués (Santander, Colombia).* 1–26.
<https://umapp002.unimagdalena.edu.co/index.php/jangwapana/article/view/3478/2656>
- Sánchez Edwin; Albarracín Erich; Simbaña Geovanna. (2024). *Rescate del fruto de la chonta para promover el turismo gastronómico: Una Revisión De Literatura.* 1–19.
https://media.proquest.com/media/hms/PFT/1/VBUJZ?_s=mVTGleUn2fk4L54YxvgOGzfUt3U%3D
- Segura Verónica & Calderón Juan. (2024). *Impacto del desarrollo de proyectos gastronómicos en el rescate de la cultura y gastronomía ancestral .*
<file:///C:/Users/Maria%20Jose%20Guerra/Downloads/Impacto+del+desarrollo+de+proyectos+gastron%C3%B3micos+en+el+rescate+de+la+cultura+y+gastronom%C3%ADa+ancestral.pdf>
- Unigarro Catalina. (2010). *Patrimonio cultural alimentario.* María Auxiliadora Balladares U.
<https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/52870.pdf>

10. ANEXOS

Preparación de chuletas



Preparación de chicha



Limpeza de morocho separando pluma y grano y preparación.



Preparación de puchero de col

