

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Arte Culinario, Hospitalidad y Turismo

**El ají, y su incorporación dentro de la cocina peruana en restaurantes
de Quito.**

Proyecto de investigación

Sisa Janeth Lema de la Torre

Arte Culinario

**Trabajo de titulación presentado como requisito para la obtención del
título de Licenciada en Arte Culinario**

Quito, 11 de enero de 2018

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

COLEGIO DE ARTE CULINARIO, HOSPITALIDAD Y TURISMO

HOJA DE CALIFICACIÓN

DE TRABAJO DE TITULACIÓN

**El ají, y su incorporación dentro de la cocina peruana en restaurantes
de Quito.**

Sisa Janeth Lema de la Torre

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico Esteban Tapia, Máster en Patrimonio y
Cultura Sostenible

Firma del profesor

Quito, 11 de enero de 2018

Derechos de Autor

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: _____

Nombres y apellidos: Sisa Janeth Lema de la Torre

Código: 00106845

Cédula de Identidad: 1003707906

Lugar y fecha: Quito, 11 de enero de 2018

DEDICATORIA

Dedico este trabajo primeramente a mis padres que han sido pilar y apoyo en todo mi trayecto académico, a mi hermana Alexandra que me ha dado su apoyo, en especial en esta última etapa, a mi hermana Ayme que me ha ayudado a lograr realizar este sueño, al Padre de mi hijo que me ha apoyado durante toda esta etapa y a mi hijo Aleksey que ha sido mi inspiración a seguir adelante, y a toda mi familia; también agradezco a mi profesores que me han transmitido sus conocimientos. Ante todo agradezco a Dios que me ha permitido culminar una etapa más en mi vida.

RESUMEN

El ají es un producto representativo y de importancia para el Perú, ya que este producto se lo utilizaba como ofrenda a los dioses en ceremonias religiosas por lo que es considerado un símbolo sagrado dentro del país, y por ser un producto sacro para la cultura peruana este producto era utilizado en los rituales adivinatorios, además con este género se creía que se lograba aliviar a las personas que fueron poseídas por una alma maligna.

Por esta razón mi investigación se basa en este producto para demostrar la riqueza gastronómica y la importancia que tiene este producto en los restaurantes de Quito que se dedican a la venta de comida peruana, se busca dar a conocer como este producto mantiene ciertas costumbres y tradiciones, y como aplican este producto dentro de su gastronomía.

Palabras claves

Sacro: Sagrado, está relacionado con alguna divinidad o culto.

Cultura: Proviene del Latín Cultus que hace referencia al cultivo espiritual y las facultades intelectuales de los hombres.

Tradicición: Del Latín traditio, es un conjunto de bienes culturales que se transmite de generación en generación.

Autóctono: es un adjetivo que se aplica a un ser vivo, producto que es originario o nativo del país.

Nativo: del latín nativus hace referencia a aquel perteneciente o relativo al lugar de origen.

ABSTRACT

The chili is a representative product and important for Peru, since this product was used as an offering to the gods in religious ceremonies so it is considered a sacred symbol within the country, and because it is a sacred product for Peruvian culture This product was used in the divinatory rituals, also with this genre it was believed that it was possible to alleviate the people who were possessed by an evil soul.

For this reason my research is based on this product to demonstrate the gastronomic richness and the importance that this product has in the restaurants of Quito that are dedicated to the sale of Peruvian food, it seeks to show how this product maintains certain customs and traditions , and how they apply this product within their gastronomy.

Keywords

Sacred: Sacred, is related to some divinity or cult.

Culture: Provine of the Latin Cultus that refers to the spiritual cultivation and the intellectual faculties of men.

Tradition: From Latin traditio, is a set of cultural goods that is transmitted from generation to generation.

Native: is an adjective that is applied to a living being, product that is native or native to the country.

Native: from the Latin nativus refers to that belonging to or relative to the place of origin.

Tabla de contenido

Derechos de Autor	3
RESUMEN	5
ABSTRACT	6
1.1 INTRODUCCION	9
1.1.1 METOLOGIA DE LA INVESTIGACION	9
1. TEMA	
1.2 OBJETIVOS	11
1.2.1 Objetivo general	11
1.2.2 Objetivos específicos	11
Marco teórico	12
2. Antecedentes	12
2.2 Historia del Ají	13
2.3 Historia de Perú	14
2.4 valor nutricional del ají	15
2.5 percepción indígena sobre el valor nutritivo del ají	16
2.6 variedades de ají	16
3.0 Trabajo de campo	21
3.1 Guía de entrevistas Productos Elaborados con el ají	21
3.2 Entrevista a Alex Toctaguano (La chispa Peruana)	21
3.3 Entrevista a Juan Andrés Castro (Mar y Luna)	24
3.4 Entrevista a Carlos Araujo (La Escondite)	27
3.4 Producto primario y cultura	29
Producto primario	29
3.4.1 Nombre común	29
3.5 Taxonomía	29
3.6 Nombres locales	31
3.7 Expansión del ají en américa y todo el mundo	31
3.8 Importancia del ají a nivel mundial	32
3.9 Proceso de producción de ají y su cultivo	33
3.9.1 Zona de producción	34
4.0. Bases culturales	
4.1 Presencia del ají en las costumbres indígenas	35

4.2 Mitos y leyendas acerca del ají.....	36
4.3 Consumo de ají en las picanterías	37
4.4.Usos gastronómico actual	38
4.5 preparaciones autóctonas.....	39
4.5.1 Papa a la huancaína.....	39
4.5.2 Lomo salteado.....	39
4.5.3 Pachamanca.....	40
4.5.4 Parihuela.....	40
4.5.5 Piqueo caliente.....	41
4.5.6 Rocoto relleno.....	41
4.5.7 Carapulcra y sopa seca chincana.....	42
4.5.8 Tiradito de pescado.....	43
4.5.9 Ají de gallina.....	43
4.5.10 Causa.....	44
4.5.11 Arroz con pollo.....	44
4.5.12 Anticuchos.....	45
5. Conclusiones y Recomendaciones.....	46
6. Fotografías.....	48
7. Bibliografía.....	50

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN Y METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

1.1.-Introducción

Este trabajo tiene como finalidad ampliar los conocimientos que se tiene sobre el ají peruano, recalcar la importancia que tiene este producto dentro de la cocina peruana y detallar cómo los restaurantes peruanos ubicados en Quito dan importancia y como lo implementan en sus preparaciones..

Toda la información que se obtenga será de ayuda para quienes estén interesados en este tema, pues les permitirá incrementar los saberes alrededor de la utilización de este producto.

Esta investigación se realizó entrevistando a personas que tengan un amplio conocimiento sobre este tema y así obtener una base de datos; este tema fue de interés porque es un producto que posee mucha historia, además de ser es un icono importante dentro del Perú.

Además se verá como los chefs han incorporado este producto al mercado quiteño, pero siempre respetando el género principal.

1.1.1. - Metodología de la investigación

La presente investigación tiene como fin identificar la importancia de la gastronomía Peruana debido al sabor que este producto aporta a las preparaciones ha ido ganando mercado a nivel internacional, especialmente en Quito se encuentran alrededor de 25 restaurantes peruanos, por dicha razón este trabajo será realizado de forma cualitativa.

Sera efectuado en dos partes, el primero correspondiente a levantar información de forma bibliográfica que servirá para el desarrollo del marco conceptual.

Para el desarrollo del marco conceptual se tomara como base artículos y publicaciones anteriores, dentro de esta recopilación de datos se dará principal énfasis en la búsqueda de historia y platos típicos que definen al patrimonio alimentario de esta cultura.

La segunda parte corresponde al trabajo de campo que será realizar entrevistas en restaurantes de gastronomía peruana en la ciudad de Quito como el restaurante SOL Y LUNA, LA CHISPA PERUANA Y EL ESCONDITE

Técnicas e Instrumentos

Para la investigación se realizara entrevistas en lugares estratégicos para levantar información que nos ayude en esta investigación.

I. Preguntas de Investigación.

- ¿En su restaurante que usos se da a los distintos tipos de ají?
- ¿Por qué es importante el ají en la gastronomía peruana?
- ¿Cuál es el tipo de ají que ustedes más utilizan y porque?
- ¿Dónde consiguen ustedes los ajíes utilizados en su restaurante?
- En el caso de no conseguir un tipo de ají, ¿tiene otra variedad que los sustituya en sus recetas?

- ¿En su menú que recetas tradicionales peruanas se ofertan que tengan entre sus ingredientes al ají?
- ¿Cuáles son las ofertas de cocina de innovación que se realizan con ají como parte de los ingredientes?
- ¿Cuál es su plato estrella?

II. **Justificación**

La población peruana tiene una extensa variedad de ajíes por lo que mediante estas preguntas se busca conocer cuáles son las variedades de ají que utilizan en sus establecimientos y saber la importancia que le dan a este producto.

1.2.- Objetivos

1.2.1.- Objetivo General

Describir la importancia del ají y su uso dentro de la cocina peruana

1.2.2.- Objetivos Específicos

Hacer una reseña de la historia del ají y sus posibles orígenes y variedades

Analizar la importancia nutricional y usos del ají.

Realizar levantamiento de información sobre el uso de este producto dentro de los restaurantes peruanos ubicados en la ciudad de Quito.

Realizar entrevistas en lugares estratégicos como: El restaurante SOL Y LUNA, LA CHISPA PERUANA Y EL ESCONDITE, con el fin de adquirir información de relevancia para este trabajo de investigación

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2- Antecedentes

El ají, conocido científicamente como *Capsicum Annum*, es uno de los productos de mayor importancia dentro del Perú. Tiene como característica especial poseer un sabor ahumado-afrutado, esta particularidad de tener un sabor complejo permite una experiencia única al paladar.

Por esta razón el ají es muy utilizado dentro de la cocina peruana, se lo puede encontrar como guarnición de algún platillo, como ingrediente principal o salsa. Su sabor intenso y picante a la vez ha hecho que este producto sea básico en las preparaciones gastronómicas dentro del Perú.



Imagen 1. (Anonima, 2013)

2.2.- Historia

Perú y Bolivia son dos de los países donde mayor variedad de ajíes existe. A nivel gastronómico, Perú es un país influenciado por las culturas pre incas, antes de la colonización este producto era muy importante dentro de la dieta alimenticia, además formaba parte de su arte y cultura, ya que era utilizado en rituales donde la ofrenda principal a los dioses era el ají. (Ong.Perú ecologico, 2012)

Gracias a la propagación natural, el ají del género *Capsicum* se expandió por el resto del Perú, en principio solo se lo encontraba en el Alto Perú, pero gracias al proceso de expansión se extendió por el resto de América del Sur y América Central. (Ong.Perú ecologico, 2012)

De acuerdo con (Jaguer & K, 2013), el registro de los restos arqueológicos más antiguos que comprueban la existencia del ají en el Perú, se hallaron en la cueva Guitarrero, en la provincia de Yungay, región de Ancash, remontándose a aproximadamente 8.000 años a.c.

Existen vestigios que muestran el uso de ajíes en el antiguo Perú, como los restos encontrados en Huaca Prieta, yacimiento arqueológico que data del año 2.500 a.C., ubicado en el valle de Chicama, departamento de La Libertad. Igualmente, se han identificado representaciones gráficas y esculturas de frutos de ajíes en el Obelisco de Tello, perteneciente a la cultura Chavín, con más de 2.000 años de antigüedad. En Ancash, en el sitio arqueológico de La Galgada (2.500 a.C.), se descubrió que se utilizaba el ají en las ceremonias religiosas y se quemaba en hogueras como ofrenda a los dioses. Además, el ají fue uno de los frutos que más se dibujó en cerámicas y textiles de la cultura Nazca (200 a.C. – 500 d.C.) y Paracas (500 a.C. y 200 a.C.). (Jaguer & K, 2013) ,pp 29.párr 3-4

2.3.- Historia de Perú

Perú limita con Ecuador, Colombia y Brasil y el Océano Pacífico. La historia del Perú se remonta alrededor de unos 20.000 años a.C.

Los hombres que construyeron la ciudad perdida de los Incas; los mismos que diseñaron los más intrincados caminos y trazaron las más formidables obras de ingeniería hidráulica y agrícola, partieron de unas frías cuevas a más de cuatro mil metros de altura. Estos cazadores y recolectores fueron los primeros en poblar el territorio y dejaron innumerables huellas de su forma de vida en sitios como Pikimachay (Ayacucho), Lauricocha (Huánuco) y Toquepala (Tacna), donde los investigadores han logrado descifrar el nacimiento de la civilización peruana. Estos primeros pobladores abandonaron sus cuevas para descender a los valles occidentales del Pacífico hace unos 7.000 años aproximadamente y desde allí pasaron a las lomas costeras y finalmente al mar. Los cazadores de llamas y venados, de pronto se convirtieron en marisqueros y pescadores, para luego, domesticar las plantas en los cálidos valles que atraviesan el desierto. Hombres como el de Nanchoc evidencian este momento dramático del hombre peruano, en el que comenzaron a cultivar sus primeros productos como habas, maíz, papas y algodón gracias a los cuales pusieron fin a su vida errante para crear sus primeras aldeas. (Sobre Perú, 2017)

Después de la conquista, los peruanos lograron su independencia en 1824 y fue Simón Bolívar quien culminó este proceso libertario. El Perú sufrió crisis económicas que hicieron difícil la consolidación de un nuevo espíritu entre indios y mestizos. Con el pasar de los años, la economía iba mejorando en el país. Actualmente, Perú cuenta con alrededor de 31,77 millones de habitantes según la información levantada por el Instituto Nacional de Estadísticas e Informática en enero del 2017. (Sobre Perú, 2017)

Perú tiene una densidad de al menos 24 habitantes por cada kilómetro cuadrado. La distribución de este país se da de la siguiente manera:

- El 38% habitan en la región sierra.
- El 52,6% habita en la Costa.
- El 9,4% de la población habita en la selva.

2.4.- Valor Nutricional del Ají

Los valores nutricionales que se destacan en esta tabla son basados en un peso de 100 gramos de producto, esto quiere decir que al consumir 100gr de ají amarillo nuestro cuerpo observara estos nutrientes en las cantidades que aquí se establece.

Nutrientes	Cantidad	Nutrientes	Cantidad	Nutrientes	Cantidad
Energía	39	Fibra (g)	2.40	Vitamina C (mg)	60
Proteína	0.90	Calcio (mg)	31	Vitamina D (µg)	-
Grasa Total (g)	0.70	Hierro (mg)	0.90	Vitamina E (mg)	-
Colesterol (mg)	-	Yodo (µg)	-	Vitam. B12 (µg)	-
Glúcidos	8.80	Vitamina A (mg)	-	Folato (µg)	-

Imagen 2. (Funiber, 2006)

Se da más énfasis en los aportes nutricionales del ají amarillo, ya que este producto es el más utilizado dentro de la gastronomía peruana, y como los entrevistados mencionan este producto es irremplazable dentro de su gastronomía

2.5.- Percepción indígena

El ají es un producto indispensable en la dieta de muchas personas en diferentes países, sin embargo, en Perú está ligado a las tradiciones y costumbres indígenas, y gracias a las bondades que este producto brinda los indígenas le atribuyeron un valor muy importante, y lo han convertido en un producto importante, debido a que lo consideraban un género dedicado a los dioses.

2.6.- Variedades de Ají

En el Perú se encuentran registradas más de 300 variedades de ajíes (Naturaleza interior, 2016), las que varían en su color, tamaño y picor. De los que se pueden mencionar a continuación son los tipos de ajíes que se utilizan con mayor frecuencia en la gastronomía peruana, estos son:

a) *Ají Pucunucho*



Imagen 3. (Fundación Romero, 2012)

Este tipo de ají tiene una forma pequeña, es retorcido y tiene colores brillantes y coloridos, es de la familia de los *Capsicum Chinense* y es un ají difícil de encontrar en los mercados del Perú.

b) Ají Rocoto



Imagen 4. (Ají rocoto)

Este ají es de color rojo y se caracteriza por tener semillas de color negro, esta especie es cultivada en las zonas andinas especialmente en Ancash, Lima y Arequipa.

c) Ají Limo



Imagen 5. (Rincón de chili, 2017)

El Ají Limo presenta una corola de color blanco verdoso, se distingue porque posee alrededor de 3 a 5 flores por nudo, además, tiene un sabor extremadamente picante. A esta especie se la puede cultivar en la costa, sierra y amazonia.

d) Ají Chaparita



Imagen 6. (UYACALI Dirección regional de agricultura., 2017)

El Ají Chaparita es el ají más extendido dentro de la Amazonía y tiene un picor bastante alto, esta variedad de ají no crece de manera comercial solo crece en plantas salvajes.

e) Ají panca



Imagen 7. (Peruvianchili, 2017)

Su origen es sudamericano. El ají panca es gran ají seco del Perú, su consumo fresco es mínimo. Una vez maduro su color pasar del rojo oscuro al color chocolate oscuro, es de los menos picantes pero más intensos en color

f) Ají Amarillo



Imagen 8. (Daniel, 2016)

Este singular producto tiene un sabor distintivo y un nivel de picante perfecto. El ají amarillo es posiblemente el ingrediente más importante de la gastronomía peruana.

Forma parte de una enorme cantidad de recetas populares y de la cocina casera de ese país

g) *Ají Mirasol*



Imagen 9. (Perú Delights, 2013)

El *Ají Mirasol* es un ají peruano secado al sol, lo que le da un sabor y una intensidad única. Es mucho menos floral y cítrico que los ajíes frescos pero tiene un gusto más complejo y concentrado.

CAPÍTULO III: TRABAJO DE CAMPO

Los instrumentos usados para la recolección de los datos fueron las entrevistas. Es importante puntualizar que las entrevistas fueron realizadas a base de preguntas puntuales de carácter exploratorio, pues de esta forma se obtuvo información que se podía relacionar con la parte bibliográfica documental y así establecer relaciones o diferencias entre los dos tipos de datos obtenidos. Con esta investigación se busca obtener información que nos permita conocer más acerca de este producto y también obtener conocimientos históricos, y saber la importancia que le dan los restaurantes peruanos ubicados en la ciudad de Quito.

3.0.- Guía de Entrevistas

3.1.- Entrevista a Alex Toctaguano

Nombre: Alex Toctaguano

Cargo: Chef del restaurante “La chispa peruana”

Dirección: Juan León Mera N26-164

Telf: (02) 223-6310



(Paginas amarillas, 2018)

¿En su restaurante que usos se da a los distintos tipos de ají?

- A los ajíes que aquí se utilizan los utilizamos como salsas madres, además que nos sirven de decoración, con esto también realizamos preparaciones al instante, y también se lo utiliza obviamente para hacer ají.

¿Por qué es importante el ají en la gastronomía peruana?

- Es importante al ser un producto cultural y ha sido muy reconocido dentro del Perú y es el producto principal, el ají nos ayuda a dar un sabor especial a las preparaciones.

¿Cuál es el tipo de ají que ustedes más utilizan y porque?

- El que más se utiliza es el ají amarillo, se lo utiliza más porque es fundamental para realizar salsas madres.

¿Dónde consiguen ustedes los ajíes utilizados en su restaurante?

- Importamos directamente de Perú todas las variedades que necesitamos.

En el caso de no conseguir un tipo de ají ¿este tiene otra variedad para que lo sustituyan en sus recetas?

- No la sustituimos con ninguna otra, El ají amarillo, ají panca, y el rocoto son las variedades más indispensables dentro de nuestra cocina.

¿En su menú que recetas tradicionales peruanas se ofertan, que tenga entre sus ingredientes el ají?

- Todos los platos llevan ají, pero no muy picante porque a los quiteños no les agrada mucho el picante; la comida a la que más nos dedicamos es a la comida criolla.

¿Cuáles son las ofertas de cocina de innovación que se realizan con el ají como parte de los ingredientes?

- Ninguno, ya que nos dedicamos a la comida 100% criolla.

¿Cuál es su plato estrella?

- El ceviche

3.2.- Entrevista a Juan Andrés Castro

Nombre: Juan Andrés Castro

Cargo: Chef y propietario de “Mar y Luna”

Dirección: Av. La Coruña Quito 170143

Telf: 0984634270



(Hector, 2017)

¿En su restaurante que usos se da a los distintos tipos de ají?

- A los ajíes que aquí se usan son generalmente para dar color, sabor y picante a las preparaciones.

¿Por qué es importante el ají en la gastronomía peruana?

- El ají es importante ya que es la base fundamental dentro de la gastronomía peruana debido a las creencias que se le atribúan a este producto, con el ají se

realiza las pastas que lo usamos como base de las preparaciones; el ají está presente en el 90% de nuestros platos.

¿Cuál es el tipo de ají que ustedes más utilizan y porque?

- Usamos 3 tipos de ají, el ají escabeche (amarillo) que nos aporta sabor, Ají panca que aporta color, ají rocoto nos brinda picante y el ají limo que nos aporta sabor y aroma.

¿Dónde consiguen ustedes los ajíes utilizados en su restaurante?

- Tenemos nuestros proveedores nacionales y también lo importamos cuando hay escasez o cuando los precios son elevados aquí en Ecuador; generalmente el producto nos lo traen de Quito, Guayaquil y Loja.

En el caso de no conseguir un tipo de ají ¿este tiene otra variedad para que lo sustituyan en sus recetas?

- No la sustituimos con ninguna ya que es irremplazable, han tratado de producir estas variedades de ají en Ecuador pero el sabor no es el mismo tiende a adquirir un sabor igual al ají nacional.

¿En su menú que recetas tradicionales peruanas se ofertan, que tenga entre sus ingredientes el ají?

- El 90 % de la carta, cebiches, tiraditos, ají de gallina, pollada, lo saltado, chupes, corvina a lo macho, chicharrones, causas, pulpo al olivo, todo tiene un toque de ají; de lo que se encargan el personal de servicio es de preguntar al consumidor el nivel de tolerancia al picante para así sugerir que platos les conviene degustar.
- La comida que aquí se oferta es típicamente peruana.

¿Cuáles son las ofertas de cocina de innovación que se realizan con el ají como parte de los ingredientes?

- Un plato innovador que hemos creado es una causa imperial, esta causa tiene tres diferentes colores y sabores en cada capa, esta rellena de cangrejo, camarones a la plancha y salsa huancaína.

¿Cuál es su plato estrella?

- Cocina fría: Pulpo al olivo, cebiches
- Cocina caliente: Medallones de corvina rellenos de camarón bañados en una salsa de pulpo y calamar.

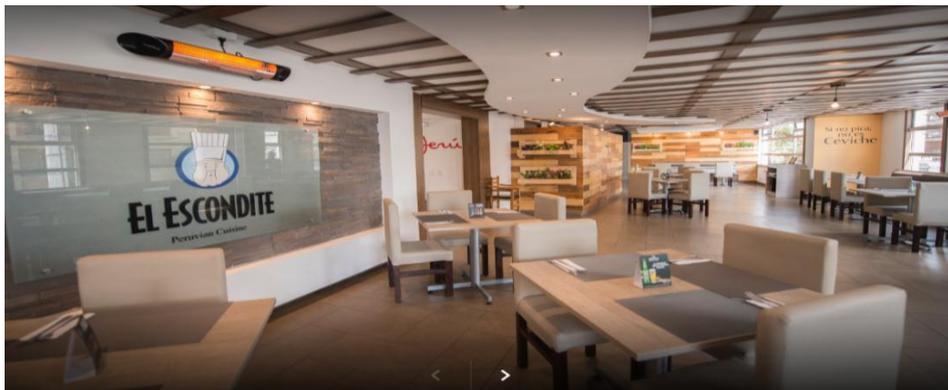
3.3.- Entrevista a Carlos Araujo

Nombre: Carlos Alberto Araujo

Cargo: Chef y propietario de “La Escondite”

Dirección: Ave La Coruna N31-70 y Whympers, Quito 170135

Telf: 099 801 3849



(Araujo, 2017)

¿En su restaurante que usos se da a los distintos tipos de ají?

- Al ají nosotros lo usamos como base de nuestras salsas ya que nos ayuda a realzar los sabores y lo utilizamos para decorar los platos.

¿Por qué es importante el ají en la gastronomía peruana?

- El ají es importante porque está dentro del 80% de las preparaciones, y es un producto importante ya que nos aporta sabor y textura .

¿Cuál es el tipo de ají que ustedes más utilizan y porque?

- Usamos 4 tipos de ají, El ají amarillo que nos aporta mayor sabor y color, ají panca, ají rocoto y ají Miraflores.

¿Dónde consiguen ustedes los ajíes utilizados en su restaurante?

- Los importamos directamente del Perú o también los podemos encontrar en el Mercado Ñaquito

En el caso de no conseguir un tipo de ají ¿este tiene otra variedad para que lo sustituyan en sus recetas?

- Es un producto irremplazable ya que nos aporta sabores únicos por esta razón no lo sustituimos con otro producto.

¿En su menú que recetas tradicionales peruanas se ofertan, que tenga entre sus ingredientes el ají?

- Todas las recetas que están en nuestra carta tienen como ingrediente el ají.

¿Cuáles son las ofertas de cocina de innovación que se realizan con el ají como parte de los ingredientes?

- Nuestro plato innovador es: Langostinos panca ya que son bañados en una salsa hecha a base de ají panca.

¿Cuál es su plato estrella?

- Nuestro plato estrella es el pulpo a la parrilla acompañado de una crema de ají panca.

3.4.- Producto primario

3.4.1- Nombre común

“Esta palabra proviene de la palabra taíno haxi, por primera vez se escuchó esta palabra en español por Pedro Mártir en el año 1526. Al ají también se lo conoce como arawak axi esto significa ají taíno. En América del Norte lo llamaron Chili y en idioma quichua se lo conoce como uchú.

3.5.- Taxonomía del ají

Reino: Plantae

División: Magnoliophyta

Clase: Magnoliopsida

Orden: Solanales

Familia: Solanaceae

Género: *Capsicum*

Especie: *baccatum*

El ají amarillo, nombre científico *Capsicum Baccatum*, es una especie de las solanáceas, es endémico del Perú desde el año 8.500 a.C Este producto se siembra en mayor escala alrededor del Perú. Su planta es una herbácea perenne y su altura depende del lugar donde ha sido cultivado, ya que puede llegar alcanzar desde una altura de 0.5 metros hasta un metro y en el caso de que se haya cultivado en invernaderos su altura suele ser superior aunque mucho de esto depende de la variedad de ají, pues existe diversidad en color, forma y tamaño y sabores que van desde lo dulce hasta los picantes. (Jaguer & K, 2013)

Tallo

Su crecimiento es limitado y erecto de cual nacen de 2 a 3 ramificaciones y siguen reproduciéndose de forma dicotómica hasta terminar con su ciclo de vida.

Hoja

La hoja de la planta de ají posee un ápice, el cual es muy pronunciado, su haz es suave y delicado al tacto, tiene un color verde no muy intenso pero a la vez brillante.

Según (Herrera, 2010), “el nervio principal parte de la base de la hoja, como una prolongación del pecíolo, del mismo modo que las nerviaciones secundarias que son pronunciadas y llegan casi al borde de la hoja. La inserción de las hojas en el tallo tiene lugar de forma alterna y su tamaño es variable en función de la variedad, existiendo cierta correlación entre el tamaño de la hoja adulta y el peso medio del fruto”. (párr. 4)

Flor

Las flores son de tamaño mediano, aparecen de manera solitaria en cada nudo del tallo y constan de una corola blanca. La polinización se realiza de manera autógama y la otra alternativa de polinización es la de forma alogamia.

Fruto

El fruto es de color anaranjado brillante, tiene forma alargada y su sabor es intenso pero delicado a la vez, este es el que se implementa dentro de la cocina peruana en la elaboración de sus diversos platillos.

3.6- Nombres locales

En el Perú se lo conoce por diferentes nombres como: ají, uchú, chile, guindilla, axí o pimiento. Es importante puntualizar que en este país los ajíes en fresco adquieren un nombre pero una vez secados adquieren otro.

3.7.- Expansión del ají en América y todo el mundo

El ají hace siglos era un producto no muy apreciado y no era básico en la alimentación. Los aztecas fueron los que utilizaban el chili como condimento, pues realzaba el sabor de las comidas, este pueblo indígena también lo usaba como condimento del chocolate, y como se sabe el cacao era una tipo de moneda en ese entonces, por lo que el ají corrió la misma suerte, se volvió un tipo de moneda de cambio, incluso era utilizado como tributo.

Otro pueblo indígena en usarlo fueron Los Incas, quienes lo ocupaban como condimento para adobar el pescado crudo, preparación que posteriormente se

convertiría en ceviche, agregándole el limón que más tarde llegaría con los españoles. (Cobo, 1653)

El ají logró extenderse por Europa, ya que al retorno frustrado de Cristóbal Colon lo llevó y se los dio a probar a los reyes y les dijo: “Probaron el ají, especie de los indios, que les quemó la lengua”, fue así que como poco a poco el ají se fue expandiendo por diferentes partes del mundo, por lo que queda claro que la conquista de América fue indispensable para que esto ocurriera. (Cobo, 1653)

3.8.- Importancia del ají en el resto del mundo y sus usos

El ají es importante en diferentes partes del mundo por los diferentes usos que se le da, razón por la cual, la demanda de este producto ha aumentado y por ende su cultivo, beneficiando así a la economía. Cabe mencionar que este producto llegó América tras la conquista. (Piedrafita, 2014)

Gracias a la capsaicina un compuesto que posee, el sabor del ají hace que sea picante pero particular y especial a la vez, por lo que se ha convertido en un condimento obligatorio dentro de la gastronomía andina, incluso las hojas son aprovechadas para sazonar los locros y preparar las diversas ensaladas. (Ajíes peruanos)

El ají tiene como elemento la capsaicina, y está al ser consumida hace que las papilas gustativas produzcan mayor salivación, y es por esto que está vinculado al plano gastronómico. Así también, el ají posee vitamina C y betacarotenos que ayudan a la piel y son buenos como defensores del sistema inmune, por lo que se utiliza para:

Aliviar los dolores por enfermedades reumáticas, reducir el apetito, eliminar las bacterias del estómago. En el tratamiento para los diabéticos es beneficioso por cuando esto ayuda a segregar mayor cantidad de insulina. (Ajíes peruanos) Además, es bueno

para aliviar molestias como catarros, dolores de garganta, descongestionar las fosas nasales. (Los otros usos, 2014)

En forma general, el consumo de ají amarillo es beneficioso para el cuerpo, ya que genera endorfinas, las que ayudan a sentir una sensación de satisfacción y bienestar. Para las adicciones también es utilizado este producto, pues ayuda a controlar la ansiedad por beber y de esta forma permite recuperarse del alcoholismo. Cabe recalcar que para los odontólogos también es un aliado, ya que con la aplicación correcta se puede lograr curar las infecciones de los dientes y las encías, asimismo, alivia los dolores e inflamaciones que se generan por cualquier factor. (Los otros usos, 2014)

3.9.- Proceso de producción de ají y su cultivo

Para el cultivo del ají hay que seguir ciertas medidas con respecto al suelo, humedad, clima y demás factores necesarios para su excelente producción.

a) Siembra

Para realizar la siembra de este producto se debe tomar en cuenta la calidad del suelo, debe ser un suelo fértil y su pH debe oscilar entre los 5.5 y 7.5, otro punto que se debe tomar en cuenta es la calidad de la semilla para que se produzcan buenos frutos.

Además, se debe considerar que este tipo de planta es muy exigente con el clima, debido a que no debe ser sembrado en calor extremo y tampoco a bajas temperaturas, la temperatura óptima para sembrar es de 21 a 27°C. En el caso que no se encuentren en los rangos óptimos se puede llegar a sufrir pérdida en la producción porque la planta no dará frutos a su máxima capacidad. (Como sembrar ají, s/f)

b) Riego

El riego en la producción de esta planta se da por medio del sistema de riego, aspersión o goteo, estos tres métodos son los más adecuados. La planta de ají necesita de suficiente agua en especial en la época de florecimiento para así desarrollar un producto de buena calidad, pero se debe controlar la cantidad, ya que la falta o el exceso de agua pueden dañar la planta. (Como sembrar ají, s/f)

Por ejemplo, la deficiencia de agua puede causar su putrefacción apical, pues provocará deficiencia de calcio en la planta, mientras que el exceso de agua promueve la aparición de enfermedades e incluso podría dañar el suelo y volverlo vulnerable para futuras producciones. (Como sembrar ají, s/f)

c) Cosecha

La cosecha ideal se la debe realizar en un lapso de 90 a 100 días después de haber sido sembrado, o también se la puede hacer a los 15 a 20 días después de que empieza a florecer. Se recomienda cosechar los ajíes cuando aún siguen con un color verde y terminar la maduración en una bodega que esté adecuada para este proceso, no debe ser un ambiente húmedo porque de lo contrario se iniciará la putrefacción del producto. (Como sembrar ají, s/f)

3.9.1.- Zonas de producción

Existen registros de que el ají es cultivado a nivel mundial, siendo Perú el país en el octavo lugar en mayor exportación de ají. Perú es el octavo exportador mundial de pimientos y ajíes: (El Comercio, 2017)

PRINCIPALES MERCADOS DE LOS CAPSICUM 2015 MILES DE DOLARES FOB



Imagen 12. (ADEX. Asociación de Exportación, 2016)

Son diferentes variedades a las que se produce dentro del Perú, ya que para su producción son varios los factores que intervienen para dar un producto final.

Y en Perú esta no es la excepción. En diferentes zonas de Perú se obtiene diferentes variedades de ají, ya que como se mencionó anteriormente son factores como el suelo, el clima, la humedad que intervienen para conseguir un cierto tipo de ají. Perú entre las variedades que más exportan son el ají panca, ají amarillo o escabeche, el ají rocoto y el ají mirasol.

4.0.- Bases culturales

4.1.- Presencia del ají en las costumbres peruanas.

Perú es una tierra llena de costumbres y tradiciones y el ají forma parte importante de ellas, debido a que el ají es un alimento dirigido a los Dioses como tributo. Las personas tienen como obligación acudir a los santuarios o ceremonias religiosas en ayuno de

picante, esto quiere decir que antes de acudir a estos lugares no se debe consumir el ají desde el día anterior y se tiene que permanecer sin consumirlo por varios días, este ayuno se lo conoce como Sasi. Para realizar este ritual también es indispensable no consumir sal y abstenerse de mantener relaciones sexuales. Estas costumbres son Incas.

Sin embargo, el ají no era utilizado solo para este tipo de rituales, también era usado como medio de castigo. Los Incas fueron severos ejecutores de castigos a sus enemigos y a los hombres de mal comportamiento como violadores y adúlteros; a estos se los atacaba y colgaba boca abajo sobre una hoguera y se los alimentaban con ajíes secos. El humo picante que sale de los ajíes los cegaba y dificultaba su respiración, lo que en algunas ocasiones hacía que las víctimas se asfixiarán. Durante las guerras usaban estas hogueras como bombas lacrimógenas, este proceso de asfixiar al enemigo se lo llamaba *cosnin capa huan* que significaba toser, estornudar y ahogarse con el humo. (Ajíes peruanos)

El ají ha sido de importancia durante la historia, sobrevivió a la conquista a pesar que los españoles introdujeron también sus productos, es por ello que los cronistas e historiadores lo corroboran, homenajando al ají en varios de sus textos. Uno de ellos fue (De la Vega, 1609) al decir: “Los indios peruanos son tan amigos del uchú que no comerán sin él aunque no sea sino unas yerbas crudas”.

4.2.- Mitos y leyendas acerca del ají

Existe una pequeña leyenda o mito sobre el ají y esta es acerca de los hermanos Ayar. Cuatro hombres sobrenaturales cuya historia explica de manera simbólica el surgimiento del Imperio Inca.

Según el mito, Ayar Manco, Ayar Cachi, Ayar Uchu y Ayar Auca, acompañados de sus cuatro hermanas, salieron de una cueva llamada Pacaritambo y emprendieron un peregrinaje de varios años con el fin de encontrar tierra fértil, pero solo Ayar Manco y las cuatro hermanas lograron llegar hasta el Cusco, donde fundaron el Imperio Inca.

Uchu representaba al ají y Ayar Cachi significa sal en quichua. No es coincidencia que ambos productos hayan sido representados como hermanos. La sal y el ají, estos elementos dentro del Tahuantinsuyo, eran productos que se complementaban el uno con el otro y de esto nació la costumbre del Llakhuay, que consistía en comer ají con sal y luego beber la bebida de los Dioses que es la chicha de jora. (Ajíes peruanos)

4.3 Consumo de ají en las picanterías

“El sabor del ají nos lleva con sudor de ida y vuelta al quinto infierno”, este producto es en los platos peruanos es uno de sus productos estrella dentro de la cocina. A mediados de siglo 18, en la Colonia en Ayacucho, Cochabamba, Piura y Cajamarca, existían pequeños espacios donde se brindaba comidas regionales preparadas en brasa de leña y que funcionaban como lugares de encuentros para las pláticas políticas y sociales.

En estos establecimientos, como una forma de alentar el consumo de chicha, madres e hijas regalaban fuentecitas de piqueos, es decir, porciones pequeñas de algunos platillos típicos de la zona como el cebiche de caballa o de calabritas, el rachi, la malaya, la carne seca a la brasa, el rocoto relleno, las patitas en zarza, los chinchulines o el sabroso cuy. El ambiente de las picanterías de antaño se mantiene en lugares como Arequipa, Chiclayo, Cusco y Piura. Sin embargo, desde mediados del siglo XX algunas se han transformado en lugares turísticos. (Ajíes peruanos)

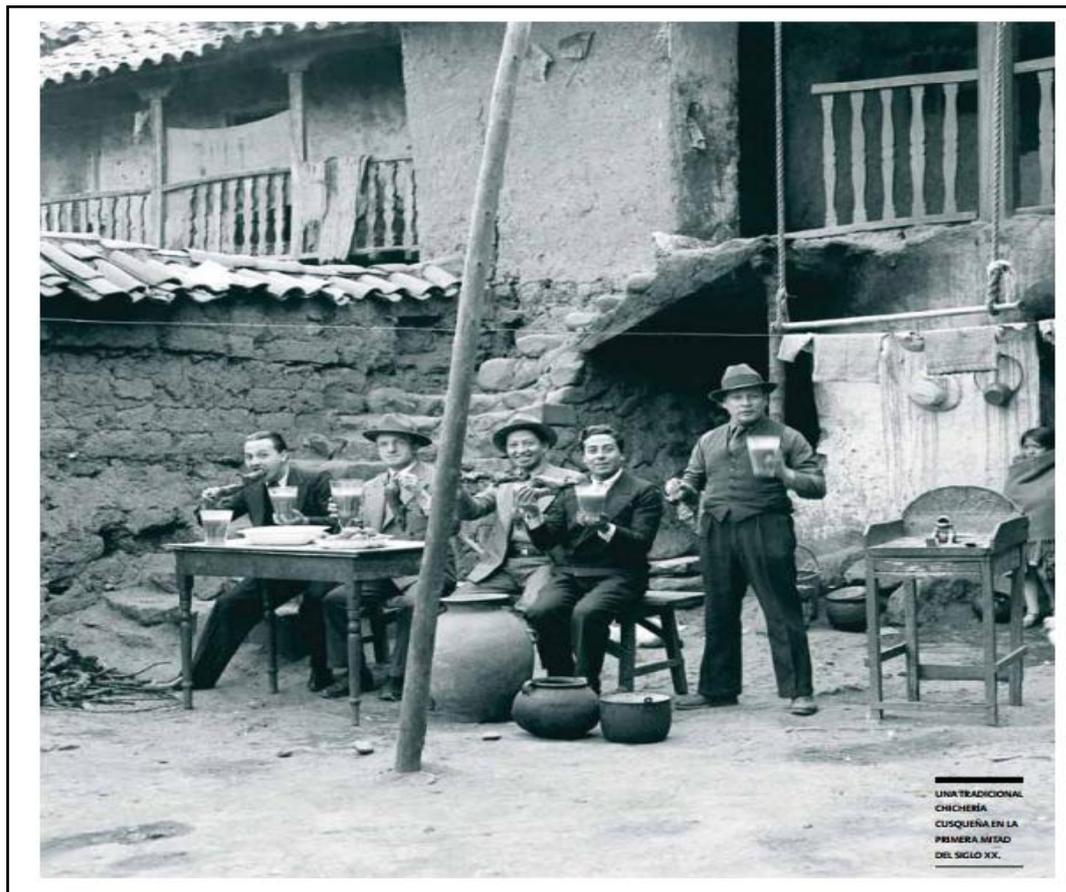


Imagen 12. (Ajíes peruanos, s/f)

4.4 Usos gastronómicos en la actualidad

En la actualidad la cocina ha ido evolucionando y ha tenido varios cambios en la forma de preparar los alimentos, con este producto en particular se ofrece una extensa variedad de platos, desde entradas, seguido de fuertes y hasta postres.

La cocina peruana sigue preservando sus platos típicos, pero a la vez va creando platos innovadores que sean del agrado del comensal.

4.5.- Preparaciones Típicas

4.5.1.- Papa a la Huancaína



Imagen 13. (Comidas peruanas, 2013)

La papa a la huancaína es un plato típico que tiene su origen en Lima. Esta preparación se la realiza procesando el ají amarillo, queso fresco, galleta, leche y sal; una vez que se consigue la consistencia deseada se sirve.

4.5.2.- Lomo salteado



Imagen 14. (Comidas peruanas, 2013)

El lomo salteado es un plato del siglo XIX, elaborado con trozos de carne, juliana de ají amarillo, cebolla roja, tomate y otros condimentos. Este plato proviene de una fusión con la comida china.

4.5.3.- Pachamanca



Imagen 15. (Que rico, 2016)

4.5.4.- Parihuela

Es una sopa consumida en la costa del Perú, ya que sus ingredientes son mariscos y diversos pescados. Esta sopa es una gran fuente de nutrientes y muchos la denominan como parihuela levanta muertos.



Imagen 16. (Balbin, 2012)

4.5.5.- Piqueo Caliente

El piqueo es un aperitivo popular dentro de Perú, la tradición es servirlo en un plato de forma ovalada.



Imagen 17. (Viaje jet, s/f)

4.5.6.- Rocoto Relleno

El rocoto relleno es arequipeño, el rocoto es un ají muy picante y a este se le rellena de carne molida, guisantes, olivas, queso se lo lleva al horno y se sirve.



Imagen 18. (Salas, s/f)

4.5.7.- Carapulcra y Sopa Seca Chinchana

Este plato es una fusión de la cocina, china, española e italiana, este plato es de origen chinchana.



Imagen 19. (Rincón chinchano, 2016)

Este plato es de los más tradicionales de Perú, consiste en preparar cualquier tipo de carne con el calor de piedras precalentadas, a estas carnes se les adereza con sal, chincho, comino, ají, huacatay y diferentes especias.

4.5.8.- Tiradito de Pescado



Imagen 20. (Recetas con pescado, s/f)

Se elabora con pescado crudo pero debe ser fresco, al pescado se lo marina con limón, cilantro, sal, pimienta y perejil, además de una crema de ají.

4.5.9.- Ají de Gallina



Imagen 21. (Mundo mujer, 2016)

Se lo elabora con una salsa de ají, pollo mechado y se lo acompaña con arroz blanco.

4.5.10.- Causa



Imagen 22. (Cocina familiar, 2015)

Se realiza con una base de papa chaucha cocida entera, luego pelada se le agrega limón, pasta de ají, sal y se lo acompaña de ají y pulpo.

4.5.11.- Arroz con pollo



Imagen 23. (Comidas peruanas, 2015)

Primero se debe sellar el pollo, se le añade cilantro licuado y pasta de ají, luego se añade arvejas, zanahoria y finalmente se le agrega un fondo y se acompaña de cebolla encurtida.

4.5.12.- Anticuchos



Imagen 24. (BigOven , s/f)

Los anticuchos son brochetas de carne que se vende en las calles de Perú, esta palabra viene del vocablo quechua Anti que quiere decir andes y kuchu que significa corte.

5.0. CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El ají es uno de los productos con mayor riqueza cultural dentro de la gastronomía del Perú. Por el alto índice de consumo, este producto ha logrado que varias personas se desarrollen y logren mejorar su situación económica por medio de su comercialización.

Además, juega un papel importante dentro de la cocina ancestral y moderna peruana, pues no es de extrañarse que su sabor sorprenda a cuanta persona lo pruebe. El ají es parte de la historia de dicho país, pues se ha preservado las cocciones y preparaciones autóctonas y a la vez se han innovando sus platillos.

Por estas razones, este producto es respetado no solo por los peruanos sino a nivel mundial, ya que ha logrado ser un producto que es para muchos agradable, además se sabe que en este país es de gran consumo y se lo utiliza en la mayoría de sus preparaciones, también se debe tomar en cuenta que este país es uno de los mayores exportadores de ají por lo que se quiere decir que hay un consumo a nivel mundial.

El ají dentro de los restaurantes quiteños dedicados a la venta de comida peruana destacamos que este producto es respetado, e importante para sus preparaciones, cabe mencionar que las recetas peruanas han tenido que ser adaptadas para el consumo de los quiteños, esto quiere decir que se le tuvo que bajar el nivel del picante; los chefs de estos restaurantes nos han demostrado que en cada una de sus recetas incorporan el ají por ser el producto representativo dentro de su gastronomía.

Las diferentes variedades que estos restaurantes utilizan, son con la finalidad de adquirir mayor sabor a sus preparaciones, además de color y aroma y un picante suave debido a que el mercado quiteño no tiene el paladar acostumbrado a un nivel de picante elevado, es por esta razón que las recetas han tenido que ser adaptadas al mercado quiteño.

Según Juan Andrés Castro, no es recomendable realizar una producción de variedades de ají peruano dentro del Ecuador, como nos mencionó en los valles de Tumbaco se intentó producir

este producto pero no fue aceptado en los restaurantes peruanos debido a que no tenía los sabores que un ají del Perú posee, nos recalcó que influye bastante el clima, zona de producción para obtener una cierta variedad de ají, y por esta razón no recomienda que se lo produzca en el Ecuador.

La moda de consumir comida peruana o peruvian Food ya se vivió, y hoy en día en la capital esta cocina atraviesa una fase de consolidación debido a que esta variedad de gastronomía fue de adaptado al gusto quiteño, actualmente ya existe demanda por la gastronomía peruana, ya que esto vino a quedarse y ahora con mayor razón que el quiteño le dio una gran acogida.

Concluimos diciendo que a pesar de que la historia del ají se ha ido perdiendo; la importancia que este producto tiene dentro y fuera del país sigue siendo respetado por los peruanos, como se ha demostrado en las entrevistas a pesar de ser restaurantes de comida internacional los chefs han tomado las medidas necesarias para respetar su producto y mantenerlo presente en sus recetas sin tratar de sustituirlo.

6.0 Fotografías

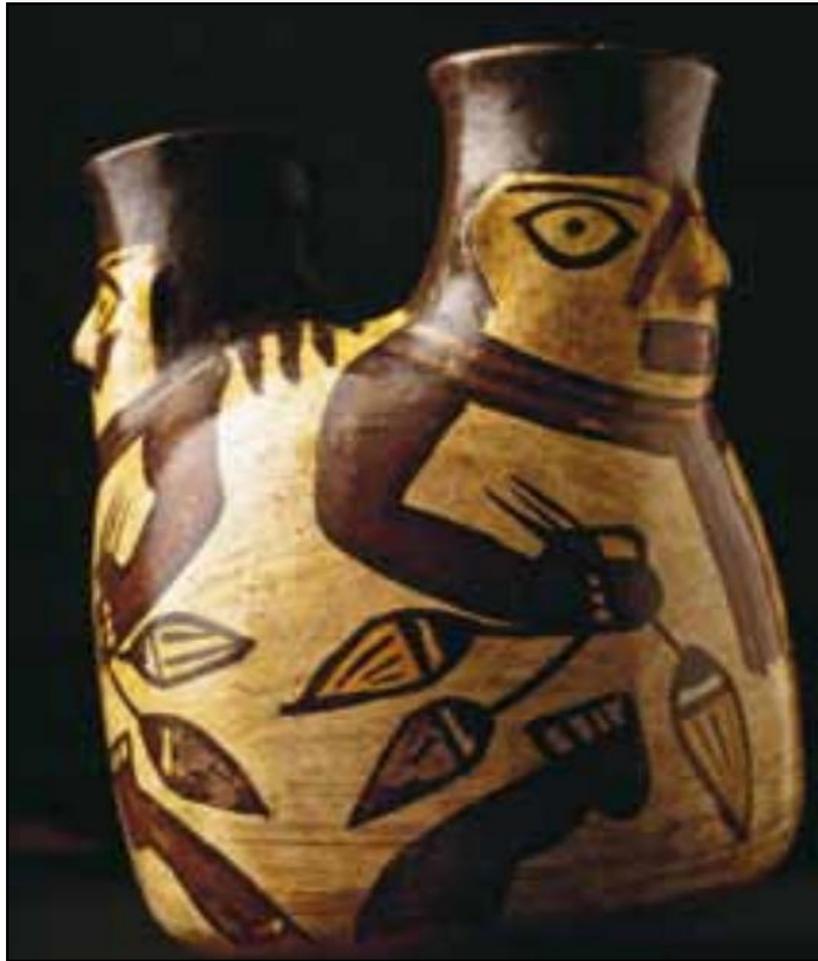


Imagen 25. (Ajies peruanos, s/f)

Aquí se observa como el ají ha sido de inspiración para realizar obras de arte, además de ser obras antiguas, esto como señal de que es un producto milenario y con mucha cultura.



Imagen 26. (Papas imperiales y ajíes ardientes, s/f)



Imagen 27. (El ají inca busca ganar un lugar en el mercado nacional, 2016)

7.0 Bibliografía

ADEX. Asociación de Exportación. (2016). Obtenido de

<https://gestion.pe/economia/exportaciones-ajies-pimientos-peru-sumaran-us-286-millones-2016-114220>

Ají rocoto. (s.f.). Obtenido de <https://i.ytimg.com/vi/TpM6pFOs5Zk/hqdefault.jpg>

Ajíes peruanos. (s.f.). *Ajíes peruanos sazón para el mundo*. Obtenido de

<http://www.lamolina.edu.pe/hortalizas/webdocs/ajiesdelPeru.pdf>

Ajies peruanos. (s/f). Obtenido de

<http://www.lamolina.edu.pe/hortalizas/webdocs/ajiesdelPeru.pdf>

Ajíes peruanos. (s/f). Obtenido de

<http://www.lamolina.edu.pe/hortalizas/webdocs/ajiesdelPeru.pdf>

Anonima. (2013). Obtenido de <http://recetas.7maravillasgastronomicas.com>

Balbin, R. (2012). *Parihuela*. Obtenido de <http://www.huariquesdelperu.com/parihuela/>

BigOven . (s/f). Obtenido de <https://www.bigoven.com/recipe/anticuchos-peru/19688>

Cobo, B. (1653). Obtenido de <http://www.ellibrototal.com/ltotal/ficha.jsp?idLibro=3577>

Cocina familiar. (2015). Obtenido de <https://www.cocina-familiar.com/causa-limena-de-atun.html>

Comidas peruanas. (2013). Obtenido de <https://comidasperuanas.net/papa-a-la-huancaina/>

Comidas peruanas. (2013). Obtenido de <https://comidasperuanas.net/lomo-saltado-receta-en-5-pasos/>

Comidas peruanas. (2015). Obtenido de <https://comidasperuanas.net/arroz-con-pollo-peruano/>

Como sembrar ají. (s/f). Obtenido de <http://como-plantar.com/aji/>

Daniel. (2016). *Sabor peruano por excelencia*. Obtenido de <https://www.comedera.com/aji-amarillo/>

De la Vega, G. (1609). Obtenido de <http://shemer.mslib.huji.ac.il/lib/W/ebooks/001531300.pdf>

El ají inca busca ganar un lugar en el mercado nacional. (2016). *La republica*. Obtenido de <http://larepublica.pe/sociedad/938925-el-aji-inca-busca-ganar-un-lugar-en-el-mercado-nacional>

El Comercio. (2017). Obtenido de <https://elcomercio.pe/economia/peru/peru-octavo-exportador-mundial-pimientos-ajies-noticia-455664>

Fundación Romero. (2012). Obtenido de <http://aula.mass.pe/pqs/aji-en-crema-pucunucho?item=votacion>

Funiber. (2006). *Base de datos internacional de composición de alimentos*. Obtenido de <https://www.composicionnutricional.com>

Hector, P. (09 de 2017). Obtenido de https://www.google.es/maps/uv?hl=es&pb=!1s0x91d59a0f41053ae9%3A0xa3fdc44f6e9461a1!2m2!2m2!1i80!2i80!3m1!2i20!16m16!1b1!2m2!1m1!1e1!2m2!1m1!1e3!2m2!1m1!1e5!2m2!1m1!1e4!2m2!1m1!1e6!3m1!7e115!4shhttps%3A%2F%2Fh5.googleusercontent.com%2Fp%2FAF1QipMDcEa0_3t7i

Herrera, I. (2010). Obtenido de <http://pimientosupsbj.blogspot.com/2010/06/taxonomia-y-morfologia.html>

Jaguer, M., & K, A. (2013). *Bioversity International*. Obtenido de

https://www.bioversityinternational.org/fileadmin/_migrated/uploads/tx_news/Las_cadenas_de_valor_de_los_aji%C3%ADes_nativos_de_Peru_1730.pdf

Los otros usos. (07 de 2014). *PrimeraHora*. Obtenido de <http://www.primerahora.com/estilos-de-vida/salud/nota/losotrosusosdelaji-1021853/>

Mundo mujer. (2016). Obtenido de <https://ritmoromantica.pe/mundo-mujer/recetas/receta-aji-de-gallina-70181#1>

Naturaleza interior. (09 de 03 de 2016). Obtenido de

<http://www.naturalezainterior.org.pe/index.php/publicaciones/item/372-300-variedades-de-ajies-nativos-del-peru-a-tu-alcance-proyecto-capsicum-unalm>

Ong.Perú ecologico. (2012). *Perú ecologico*. Obtenido de

<http://www.peruecologico.com.pe/opciones.html>

Paginas amarillas. (2018). Obtenido de

http://www.amarillasinternet.com/ec/quito/comida_peruana_quito_catering_eventos_altecook_asesoramiento_gastron%C3%B3mico_chef_ejecutivo_bar/la_chispa_peruana.html

Papas imperiales y ajíes ardientes. (s/f). Obtenido de

<http://www.prensaimpresentable.com.ar/?p=2062>

Perú Delights. (2013). Obtenido de <http://perudelicias.com/aji-mirasol-beso-de-sol/>

Peruvianchili. (2017). *Ají Peruano*. Obtenido de <https://peruvianchili.com/es/>

Piedrafita, E. (03 de 2014). Obtenido de <https://jolube.files.wordpress.com/2015/06/los-alimentos-que-llegaron-de-america-2015.pdf>

- Que rico. (2016). *Pachamanca a la olla*. Obtenido de <https://www.que-rico.nl/es/categorien/recepten/pachamanca-a-la-olla/>
- Recetas con pescado. (s/f). Obtenido de <http://recetasconpescado.com/tiradito-de-pejerrey/>
- Rincón chinchano. (2016). Obtenido de https://www.tripadvisor.es/LocationPhotoDirectLink-g294316-d9710946-i180713625-Rincon_Chinchano-Lima_Lima_Region.html
- Rincón de chili. (2017). *Ají Limo*. Obtenido de <https://rincondelchili.wordpress.com/especies-de-chile/capsicum-chinense/aji-limo/>
- Rincón de chili. (s.f.). *Ají limo*. Obtenido de <https://rincondelchili.wordpress.com/especies-de-chile/capsicum-chinense/aji-limo/>
- Salas, G. (s/f). *Receta de rocoto relleno*. Obtenido de <http://recetasycomidasperuanas.blogspot.com/2013/04/receta-del-rocoto-relleno-comida-peruana.html>
- Sobre Perú*. (10 de 11 de 2017). Obtenido de <https://www.peru.travel/es-lat/sobre-peru/identidad-peruana/historia.aspx>
- UYACALI Dirección regional de agricultura. (2017). Obtenido de <http://www.draucayali.gob.pe/portfolio/aji-charapita-capsicum-frutescens/>
- Viaje jet. (s/f). *Piqueo caliente*. Obtenido de <https://www.viajejet.com/platos-tipicos-de-peru/piqueo-caliente/>