

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad Arte Culinario y Turismo

Importancia de los Productos Precolombinos en el Distrito Metropolitano de Quito

Proyecto de investigación

Andrea Carolina Salvador Núñez

Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Trabajo de titulación presentado como requisito
para la obtención del título de
Licenciada en Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Quito, 1 de diciembre de 2017

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ
COLEGIO HOSPITALIDAD ARTE CULINARIO Y TURISMO

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

**Importancia de los Productos Precolombinos en el Distrito Metropolitano de
Quito**

Andrea Salvador

Calificación:

Esteban Tapia, magister en Patrimonio y
Turismo Sustentable

Firma del profesor

Quito, 1 de diciembre de 2017

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:

Andrea Carolina Salvador Núñez

Código:

00116064

Cédula de Identidad:

1716129364

Lugar y fecha:

Quito, 1 de diciembre de 2017

RESUMEN

La motivación principal de esta tesis es conocer porque los productos precolombinos están en auge. ¿qué es lo que hizo que los ecuatorianos cambiaran su fascinación por la comida y productos internacionales y comenzaran a fijarse más en los productos que crecen y son típicos del país?

Estos productos que habíamos olvidado y que hasta estuvieron a punto de perderse vuelven a nuestros mercados y mesas debido a tendencias “saludables” que sacuden no solo al país sino al mundo entero.

Gracias a las entrevistas realizados a 7 diferentes chefs que trabajan mucho con estos productos, estos tomaron como una esta tendencia como una oportunidad para realizar ardua investigación de productos locales precolombinos y sacarlos del olvido.

Dentro de sus investigaciones, los motivos que más inspiran son experimentar con sus sabores y texturas a través de técnicas culinarias es esencial para poder llegar a conocimientos académicos. Pero, más allá de lo académico, el objetivo es revalorizar la identidad del Ecuador como potencia culinaria.

Parte de revalorizar la identidad del Ecuador es apoyar a los pequeños agricultores que conjuntamente con los chefs son los que reconocen el valor cultural y ancestral de cada producto. Al reconocerse como un trabajo social, los chefs afirmaron participar en organizaciones que tratan de revalorizar los productos y estas trabajan conjuntamente con los productores.

A pesar de que todos los chefs tuvieron diferentes apreciaciones del tema, objetivos y puntos de vista, todos concluyeron con que los productos precolombinos son importantes, están en auge y continuaran investigando para informar a la gente para cambiar y romper esquemas.

Palabras clave:

Precolombino, revalorizar, productores, objetivos, ancestralidad, movimiento.

ABSTRACT

The principal motivation of this thesis is to know why the pre-Columbian products are a boom in the actual times. What is the fact that the Ecuadorians changes their fascination for international food and products, and they started to notice on the products are typical and grow on the country?

This products that we had forgot, and they were about to become extinct are coming back to our super markets and tables. It might be for the new “healthy” tendency that it’s a hit not only on the country but around the world.

Thanks to the interview made to seven chefs that work with this type of products, they take this tendency as an opportunity to make a hard investigation program about the products and take them out from the past.

The factors that motivate their investigations are the experiments they can make about textures, flavors, and culinary techniques which this knowledge are essentials for the academic knowledge. But beyond the academic knowledge the objective is to return the value of the identity of Ecuador as a culinary power.

Part of returning the value of the identity of Ecuador is support the small farmers that co work with the chefs. These chefs are the ones that recognize the cultural and ancestral value of each product. The chefs recognized they work as a social interaction, that’s why some recognized they participated on organizations that try to return the value of this products and they co work with the farmers.

Although, chefs had different appreciations of the subject in relation with their objectives ad points of view. All of them conclude that the pre-Columbian products are important now because of the actual boom and they will continue researching about the products to inform the people to change and broke schemes.

Key Word:

Pre Colombian, return value, farmers, objectives, ancestry, movement.

TABLA DE CONTENIDOS

1. Introducción	7
2. Objetivos.....	8
2.1 Objetivos Generales.....	8
2.2 Objetivos Específicos.....	8
3. Metodología de la investigación.....	9
3.1. Marco Metodológico.....	9
3.2 Revisión Bibliográfica	10
3.2.1 Fichas Técnicas de Productos.....	12
4. Análisis de los resultados	21
5. Conclusiones.....	41
6. Recomendaciones.....	48
7. Referencias Bibliográficas.....	49
8. Anexo A: Transcripción de entrevistas	53

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad existen chefs y demás personas que trabajan mucho con productos precolombinos que han quedado casi al borde del olvido y la extinción de ciertas variedades. La tesis trata como objetivo analizar cuáles fueron las posibles causas y razones por las que los Chefs más reconocidos del Ecuador se enfocan en utilizar productos precolombinos y sobre todo cuáles son sus principales razones por las que actualmente está en auge revalorizar estos productos que por mucho tiempo han quedado sublevados.

Este tema es de relevancia en el Ecuador debido a que es una tendencia actual en las nuevas generaciones de Chefs. Ha quedado a un lado en trabajo típico de un Chef (cocinar para sus comensales) y ahora el trabajo de los chefs a cambiado a razones investigativas, sociales y experimentarias. Las cuales han causado impacto social dentro de las comunidades de todo el Ecuador.

Como antecedentes, se ha encontrado mucha revisión bibliográfica por parte de antropólogos que se enfocan únicamente en aportar con información de productos precolombinos, antiguos métodos de preparaciones con los mismos e importancia de los mismos. Lo que lleva a la investigación central de tema, ¿porque productos tan importantes para los antepasados fueron olvidados y reemplazados por comidas con bajas propiedades alimenticias y alto nivel calórico? Y ¿porque recientemente se intenta volver a revalorizar estos productos?

En esta tesis se analizará que productos son los que los chefs trabajan frecuentemente, para saber si ellos identifican los productos y cuáles son los que están el proceso de revalorización. En que preparaciones los utilizan, para saber si hay tendencias actuales de cocina de innovación o un rescate de recetas tradicionales. Cuáles son sus objetivos, para saber si esta revalorización de productos es temporal o esta tendencia continuara.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo General:

Investigar cual es la importancia de los productos precolombinos en la cocina de innovación en el DMQ

2.2 Objetivos específicos:

- Identificar los productos precolombinos del DMQ a través de literatura como la de Julio Pazos, Carrera y Estrella. Una vez identificados, se les preguntara a los chefs por 10 productos precolombinos del DMQ con los que ellos más han trabajado o están relacionados con. Se dilucidará cuales son los verdaderos productos gracias a la literatura.
- Reconocer a los principales Chefs precursores del movimiento de investigación y revalorización de productos precolombinos. Una vez identificados, se les realizar la encuesta para tratar de absorber la mayor cantidad de información posible.
- Conocer cuáles son los motivos que inspiraron a estos personajes a utilizar productos precolombinos. Y si estos se mantendrán a flote en el futuro o solo es algo temporal.
- Identificar cuáles son los objetivos y aspiraciones de los personajes con relación a los productos precolombinos.
- Identificar y reconocer el valor cultural ancestral que cada producto pre colombino del Distrito Metropolitano de Quito tiene. Además, que proyectos están en curso para lograr esta objetivo o que se plena hacer en el futuro.

3. METODOLÓGIA DE INVESTIGACIÓN

3.1 Marco metodológico

En el presente trabajo se analizará porque en la actualidad hay chefs y organizaciones que intentan rescatar y poner en valor los productos precolombinos. Este tema se enfoca únicamente en productos del distrito metropolitano de Quito para no extender la investigación y evitar desenfocarse del tema principal.

Primero se identificó a los chefs precursores del movimiento de revalorización de y utilización de productos precolombinos. Se consultará con diferentes autoridades de movimientos de alimenticios como “Slow food” y “Los Guardianes de las semillas”. Además, se identificará a los principales precursores a través de entrevistas en internet echas por revistas, ferias a las que se les han convocado, popularidad en el medio y mayormente por su investigación tanto gastronómica como de productos.

Se realizará una entrevista con 11 preguntas semi abiertas, las cuales guiarán al entrevistador a identificar puntos clave que responderán a los objetivos específicos.

Una vez obtenida la mayor cantidad de información posible, se transcribirá esta información, se la analizara de acuerdo con las preguntas hechas y a la variabilidad de que tengan las respuestas, ya que muchas de estas son de opinión personal. Con estos resultados, se determinará conclusiones y se hará recomendaciones al respecto.

La motivación principal de esta tesis es conocer porque los productos precolombinos están en auge. ¿qué es lo que hizo que los ecuatorianos cambiaran su fascinación por la comida y productos internacionales y comenzaran a fijarse más en los productos que tenemos en nuestro país?

Estos productos que habíamos olvidado y que hasta estuvieron a punto de perderse vuelven a nuestros mercados y mesas debido a tendencias “saludables” que sacuden no solo al país sino al mundo entero.

Gracias a las entrevistas realizados a 7 diferentes chefs que trabajan mucho con estos productos, estos tomaron como una esta tendencia como una oportunidad para realizar ardua investigación de productos locales precolombinos y sacarlos del olvido.

Dentro de sus investigaciones, los motivos que más inspiran son experimentar con sus sabores y texturas a través de técnicas culinarias es esencial para poder llegar a conocimientos académicos. Pero, más allá de lo académico, el objetivo es revalorizar de la identidad del Ecuador como potencia culinaria.

Parte de revalorizar la identidad del Ecuador es apoyar a los pequeños agricultores que conjuntamente con los chefs son los que reconocen el valor cultural y ancestral de cada producto. Al reconocerse como un trabajo social, los chefs afirmaron participar en organizaciones que tratan de revalorizar los productos y estas trabajan conjuntamente con los productores.

A pesar de que todos los chefs tuvieron diferentes apreciaciones del tema, objetivos y puntos de vista, todos concluyeron con que los productos precolombinos son importantes, están en auge y continuaran investigando para informar a la gente y cambiando y rompiendo esquemas.

3.2 Revisión Bibliográfica:

Para esta tesis fue fundamental el libro de Julio Pazos “El sabor de la memoria” del cual hemos sacado como referencia para la identificación de productos precolombinos. En conjunto se usó datos de información de Jorge Carrera Andrade. Personaje muy importante citado por Julio Pazos en su Libro.

De acuerdo con Julio Pazos, los productos precolombinos del Distrito Metropolitano de Quito serian: guabas, lucmas, chirimoyas, maíz, (cocido, molido y fermentado) la quinua, el fréjol, el zambo, el cuy, venado, pato machón, (especie de pato típica de la región del DMQ) melloco, yuca, ají que posteriormente, los españoles los utilizaron para crear lo que hoy es la comida criolla.

“Yo vengo de la tierra donde la chirimoya es/talega debrocado con su envoltura impide ...”

Jorge Carrera Andrade obra poética completa Quito, Casa de la Cultura Ecuatoriana

Clasifica por pisos climáticos como, por ejemplo:

Paramos: papas, ocas, mashuas, quinua y mellocos.

Valles: maíz, cabuya, zapallo, zambos, cactus, achira, ovo, taxos, capulíes, molles yuyos o verduras. En estribaciones occidentales de pichincha se encontraron vestigios de: Camotes, jícamas ají, maní, maíz.

También, menciona productos de Cumbayá como Maíz frejol guabas chirimoyas guayabas pg
(Pazos, 2008, pg 47- 53)

Pallare (maní grande) chocho, achira, zanahoria blanca, papa china, penco negro, lengua de vaca, (planta) paico (condimento) verdolaga, berro, chulco (plantas y flores medicinales) capuchina (planta redonda con flor) tomate cerraaja (diente de león) achicoria llullucha (alga), achogcha.

Además, recalca como condimentos al Ishpingo, molle, achiote, poleo y asnac yuyo (Pazos, 2008).

3.2.1. Fichas Técnicas de Productos

Nombre comercial: Mashua o Mashwa

Nombre científico: *Tropaeolum tuberosum*

Ancestralidad: Es originaria de los Andes centrales. Es decir, Perú y Bolivia. En tiempos pre colombinos fue introducida a Ecuador.

(Panel on the Lost Crops of the Incas, 1989)



Cultivo: su forma de obtención es bastante fácil. Su cultivo subterráneo resiste varios meses bajo tierra y se la saca en el momento necesario. *(Carrera et al, 2016)*

Descripción: tubérculo que mide entre 5 y 15 centímetros de largo. Su forma es cónica alargada. Depende de la variedad para determinar el color, la más conocida es varía entre color blanco, amarillo tendiendo a anaranjado. Existen variedades con rayas y pintadas.

Varietades y estado de conservación: se reporta que existen alrededor de 20 variedades de mashwas. Su estado de conservación se encuentra en peligro. Hace algún tiempo se reportó una casi perdida debido a que se destinaba la tierra de cultivo a productos más comerciales. Actualmente se ha aumentado la producción gracias a que hace un par de años se ha empezado a recuperar debido a su gran valor nutricional. *(Carrera et al, 2016)*

Zonas de producción: tubérculo de climas fríos. Principalmente se produce en zonas altas de los Andes, rece hasta aproximadamente una altura de 3.600 msnm.

Actualmente, en el Ecuador se reporta zonas de producción de este cultivo en las provincias Chimborazo, Cañar, Bolívar, Cotopaxi y Tungurahua.

Calendario: se cultiva todo el año. Se cosecha 6 a 8 meses después de ser sembrado el cultivo.

Usos Gastronómicos: tradicionalmente, este producto se utiliza principalmente en elaboraciones de sal como, por ejemplo: purés, sopas y como acompañante o guarnición de

cualquier plato de sal. De todas maneras, también se lo utiliza como dulce como coladas y de manera especial se hace chicha (fermentación que lleva a producir un licor artesanal). Además, se lo uso como infusiones medicinales.

Actualmente, se ha revalorizado la mashwa y se lo utiliza en preparaciones de cocina de innovación como diferentes elaboraciones que aporten con más sabor, textura y más valor nutricional.

Propiedades: Contiene proteínas, carbohidratos, almidón, aminoácidos, vitamina C, vitamina B, fibra, calcio, fosforo y hiero.

Su uso popular se conoce como bueno para desinflamante de próstata y favorable para problemas renales. *(Romero, 2016 c, d, f).*

Nombre: Oca

Nombre científico: *oxalis tuberosa*,
oxalidaceae.

Nombre en quechua: quechua del Perú ó
qa u “okka.”

Ancestralidad: producto de origen
prehispánico. Cultivo de la región andina



que se ha utilizado como sustituto o complemento de la papa. (*Panel on the Lost Crops of the Incas, 1989*).

Después de la papa, es el segundo tubérculo más cultivado en Perú y Bolivia. En Ecuador no está claro el momento exacto de su llegada, puesto que su consumo estuvo ligado a los pueblos de los altos andes, y ha decrecido mucho en los últimos años a pesar de su enorme calidad y versatilidad como producto gastronómico.

Descripción: “Tubérculo perenne con hojas pequeñas verdes y tallo verdusco, su altura máxima es de 20 a 30 cm. Los tubérculos pueden ser ovoides, claviformes o cilíndricos, con yemas pronunciadas y diversidad de colores desde blanco pálido, pasando por naranja rosa hasta violeta”. (*Ministerio de cultura y patrimonio, 2016*)

Zonas de producciones: crece en climas fríos especialmente en la cordillera de los andes aproximadamente en los 2800 y 4000 msnm. Actualmente en el Ecuador las zonas de producción son en las Provincias de Chimborazo, Cotopaxi, Imbabura, Cañar, Azuay y Tungurahua. (*Ministerio de cultura y patrimonio, 2016*)

Calendario: su producción es por medio de tubérculos y tallos. Se puede encontrar con facilidad en los meses de abril y mayo. El ciclo de cultivo y producción de la oca depende de la variabilidad del clima y su variedad. Aproximadamente se tarda seis meses para la oca chaucha y de ocho a nueve meses para la oca blanca. (*Romero, 2016 c*).

Usos gastronómicos: El sabor de la oca es intenso y ligeramente ácido. Es utilizada frecuentemente en platos dulces como de sal. Se utilizó antiguamente para endulzar otros platos. Para los platos dulces, antes de su cocción se le deja expuesta en el sol para que se endulce. En estas preparaciones de dulce se usaba principalmente la Oca ratona, que es un dulce con panela.

El tubérculo se deshidrata y muele para obtener una fécula llamada khaya y según su cocción puede ser crocante o almidonada y harinosa. Para las cocciones de sal en coladas (cabishca de ocas) o tortillas cuando se prepara almidón fino. O de manera más simple se come la oca con queso, en puré, guisos o ensaladas. (*Ministerio de cultura y patrimonio, 2016*)

Propiedades: contiene una gran fuente de carbohidratos por lo que es una buena fuente de energía. Es un alimento bajo en proteínas y grasas.

Variedades: Según el INIAP existen más de 120 variedades de ocas, se dividen por sus colores: oca blanca, roja y amarillo. (*Tapia, Castillo y Mazón, 1996*).

Nombre: Camote

Nombre científico: *Ipomoea batatas*,
CONVOLVULACEAE

Otros nombres: Nombres Apichu
(kichwa), kumal (nombre ancestral)

Ancestralidad: Nativo, originario de



los valles calientes de la costa andina o la Amazonía, aunque algunos estudios muestran que hay mayor diversidad genética en la zona del Orinoco y la Amazonía norte (*Panel on the Lost Crops of the Incas, 1989; Estrella, 1997*).

Se encontraron pruebas de su uso en sitios de la Cultura Valdivia, de unos 5.500 años de antigüedad. En las zonas secas del Perú, donde se preservan con más facilidad los restos arqueológicos, hay muestras de uso del camote con unos 10.000 años de antigüedad, aunque se piensa que se trataba de una variedad silvestre.

El camote ha estado desde hace décadas en el centro de la controversia sobre si hubo o no contactos precolombinos entre la Polinesia y la zona andina, concretamente el Ecuador. El nombre ancestral Kumal, que se ha reportado por ejemplo entre los antiguos Cañaris, es sospechosamente similar al Kumara, nombre con el que se conoce a la planta en las islas del Pacífico. Cuando los europeos exploraron la Polinesia, el camote estaba ya establecido allí como alimento de gran importancia. Una corriente que va ganando aceptación sostiene que el camote llegó a las islas del Pacífico alrededor del año 700, de la mano de navegantes polinesios que lo trajeron de la zona andina. (Bassett et al, 2004).

El camote se consumía en abundancia tiempos coloniales y republicanos, siendo uno de los alimentos principales de la población.

Forma de obtención: es un cultivo que no requiere de muchos cuidados. Por este motivo se lo puede disfrutar en cualquier temporada del año.

Descripción: Planta herbácea rastrera. Produce una raíz tuberculosa parecida a la papa. Una vez maduro, se puede dejar en la tierra por largo tiempo e ir cosechando poco a poco. Tiene un sabor dulzón.

Usos gastronómicos: Con el camote morado se pueden hacer tortas, pasteles, puré de sal o de dulce. Cocido se servía con salsa de maní en Quito. El camote cocinado se sirve tradicionalmente en Guayllabamba con queso, ají, café y un caldo de gallina. (*Carrera, García y Unigarro, 2014b*).

Para elaborar sopas, el camote se corta en pedazos pequeños. Una sopa común era la de camote con carne de chancho.

Si se lo quiere cocinar aparte, se hace con pedazos grandes o entero. Para hacer camote frito se cortan tajadas delgadas, se le cocina un poco hasta que quede semiduro, se escurre el agua y se fríe en manteca de chancho, mapahuirá, mantequilla o aceite.

Con el camote amarillo se preparan tortillas; para ello se mezcla con huevo, manteca y harina y se tuesta en tiesto. También se lo consume en sopas, en caldos de carne. En Manabí acompaña ciertos platos de pescado y marisco y especialmente en Rocafuerte es tradicional el “dulce de camote” hecho solo a base de camote y azúcar. (*Carrera, 2016 a*).

Nos dice Eduardo Estrella (1997) que, de acuerdo a las crónicas, los camotes “asados servían de fruta o legumbres. Cocidas tienen sabor de castañas asadas, pueden ser consumidas como plato de sal o de dulce. Se hacen de ellas regalados potajes, fruta de sartén y conserva”.

Era también planta ritual, las raíces con particularidades en su forma se guardaban como objetos sagrados.

El camote se endulza si se lo deja al sol. (*Carrera et al, 1997*).

Propiedades: Según Eduardo Estrella (1997), el camote tiene entre 60 y 70 % de humedad.

Contenido proteico bajo, al igual que vitaminas y minerales. Alto contenido de carbohidratos

en almidón y en parte en azúcares. La proporción de azúcares aumenta con el asoleo. Proporciona una buena cantidad de calorías, por lo que se define como alimento energético.

Variedades: durante los años setentas el camote entro en desuso por lo que se puso en peligro la especie en general. Desde entonces, se ha intentado recuperar principalmente las variedades de camote morados y en menor medida el amarillo. Se encuentra en intento de recuperar otras variedades.

Nombre: Achogcha.

Nombre científico: *Cyclanthera pedata*,
CUCURBITACEAE

Otros nombres: Achogcha, achojcha,
achoccha

Ancestralidad: Es una planta nativa de la
región andina, desde Colombia hasta Perú.

Se han encontrado vestigios de
representaciones de achogcha en la



cerámica de la cultura Mochica, ubicada cerca de la costa peruana de hace aproximadamente 2.000 años, lo que indica la gran importancia que tenía el cultivo para los pobladores de la región. Actualmente, No se ha establecido la zona exacta de su origen, y a su vez, tampoco se han reportado parientes silvestres de la planta. En Ecuador se la encuentra bien establecida en la mayoría de pisos climáticos. (*Estrella, 1997; Panel on the Lost Crops of the Incas, 1989*).

Descripción: Enredadera trepadora perenne, con frutos de diverso tamaño dependiendo de la variedad. Los frutos son huecos y de cáscara suave, contienen en su interior semillas planas.

Zonas de producción: este producto crece en zonas por debajo de los 3.000 metros sobre el nivel del mar. Actualmente en el Ecuador se produce en las provincias de Imbabura, Pichincha, Loja, Esmeraldas, Manabí, Santo Domingo de los Tsáchilas, Los Ríos, Santa Elena, Guayas, El Oro. (*Carrera et al, 2016*).

Usos gastronómicos: Cuando se las cosecha tiernas se pueden comer crudas, por ejemplo, en ensaladas. También se preparan en escabeche o se encurten en vinagre. (*Carrera, 2016a*)

Cuando maduras se cocinan u hornean rellenas de diversos condumios; el más popular hoy en día es carne molida y zanahoria. (*Carrera, 2016a*)

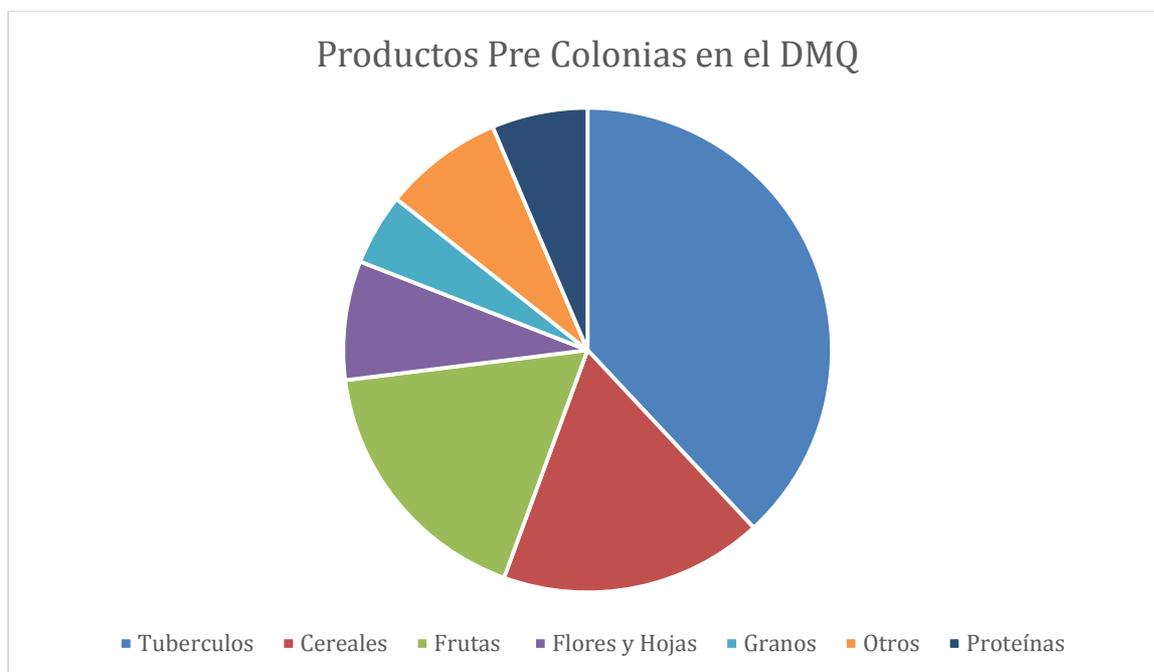
Se pueden añadir a sopas, enteras o picadas, por ejemplo, en el viche de pescado o camarón, el caldo de bolas de verde o el locro. Se pueden saltar si se lo hace rápidamente. (*Carrera, 2016a*)

Las hojas y brotes tiernos también son comestibles. (*Carrera et al, 2016*).

Propiedades: La achogcha es rica en fibra, lo que significa que ayuda a la digestión y protege la mucosa intestinal. Tiene contenido bajo de proteínas y carbohidratos, y pocas vitaminas y minerales. (*Carrera, García y Unigarro, 2014b*).

4. ANALISIS DE LOS RESULTADOS

¿Podría nombrar 10 productos pre coloniales del DMQ con los que más ha trabajado?



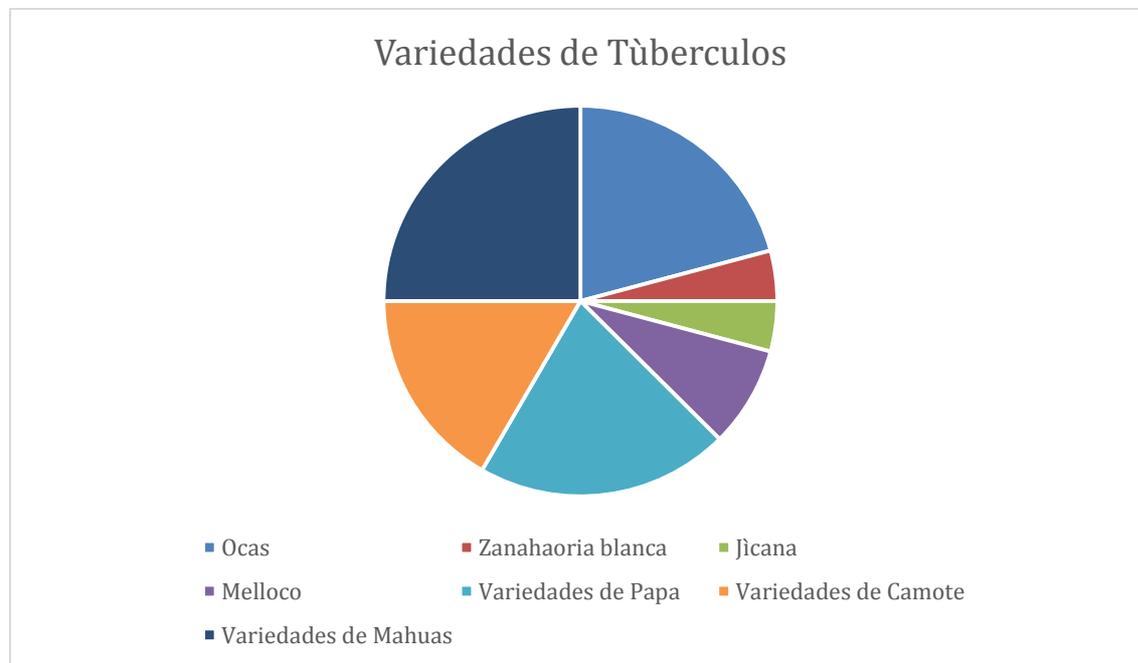
Se les pregunto a los chefs cuales eran los productos pre colombinos que utilizaban con mayor frecuencia. Lo que determino mediante la entrevista es que 6 de cada 7 chefs logra identificar cuáles son los productos precolombinos del Distrito Metropolitano de Quito.

De los productos que los chefs identificaron, 32 productos entran dentro de la Categoría de productos pre coloniales dentro del DMQ. Que se confirmó con la literatura de “El sabor de la Memoria” de Julio Pazos. Y demás productos se identificaron gracias a la pagina web del Ministerio de Cultura y Patrimonio.

Debido a que los 7 chefs identificaron y afirmaron usar productos similares la encuesta se tabuló esta investigación con 64 productos por las constante repeticiones de productos.

Estos 32 productos se pudieron clasificar en 7 diferentes grupos, lo cuales son: variedades de tubérculos, variedades de frutas, variedades de cereales, variedades de flores y hojas,

variedades de maíces, variedades de granos y variedades de otros productos que pertenecen a otras clasificaciones.



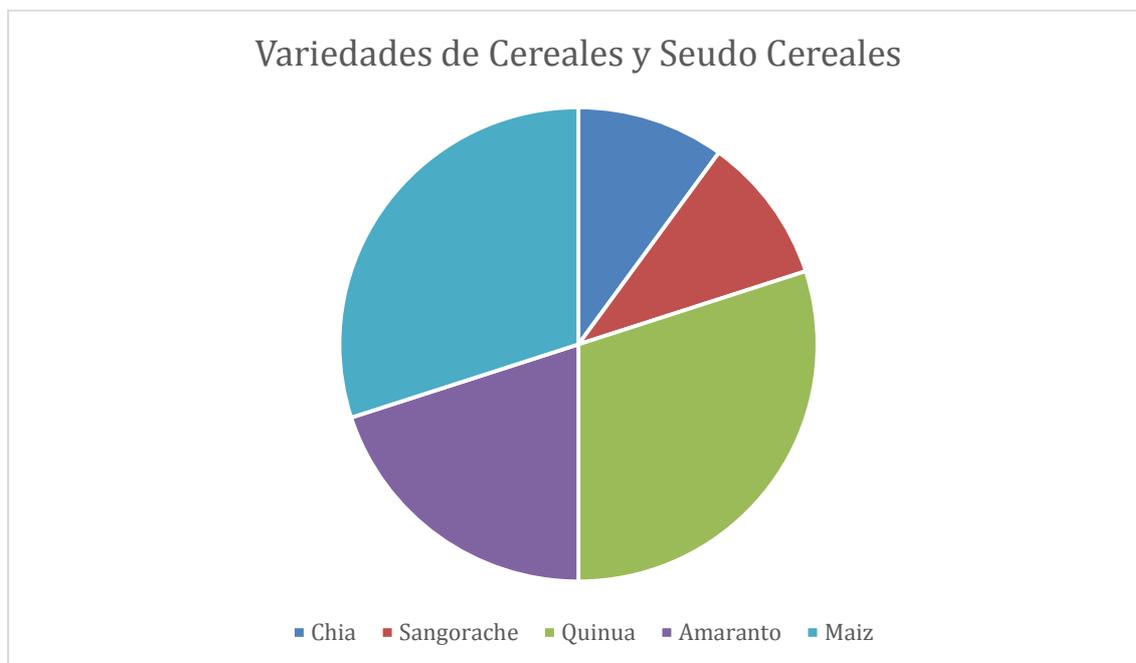
Dentro de estos grupos de clasificaciones, las variedades de tubérculos representan al 38,09% siendo identificados 7 productos los cuales.

Dentro de esta clasificación de tubérculos, los productos más utilizados fueron las mashuas y sus variedades. Todos los chefs entrevistados afirmaron que trabajan actualmente con variedades de mashuas como: amarilla (la más común), negra, atigrada y roja (Imbago, 2017).

Sebastián Imbago afirma que Debido al estudio reciente que se está realizando con este producto, las propiedades alimenticias que contiene son lo que hacen que este producto vuelva a ser de mucho interés gastronómico. Dentro de estas propiedades alimenticias, Imbago, 2017 afirma que este tubérculo contiene vitamina D la cual sirve para mejorar la absorción de calcio. Además, debido a que contiene vitamina E, complejo B (ayuda al metabolismo) es diurético y contiene isotiocinato (precursor de aceites esenciales) que ayuda a detener el crecimiento de tumores del cuerpo. (Villacrés, 2010).

La segunda variedad de tubérculos utilizados con mayor frecuencia fueron las Ocas. 5 de cada 7 chefs afirmo trabajar actualmente con Ocas y variedades de las mismas. El auge de la utilización de las ocas se encuentra en la versatilidad que tiene el producto, así como puede ser un plato de sal puede ser de dulce (Díaz, Imbago, 2017). De igual manera se debe a su alto valor nutricional rico en proteínas y buen balance de aminoácidos. (*International potatoe center, 2015*).

Otros productos dentro de la clasificación de tubérculos se encuentran: variedades de papa como: chola, leona y chaucha (Díaz, Pérez), variedades de camote: amarillo y morado (Díaz, Harrington, Pérez) , variedades de mellocos, zanahoria blanca y jícama.



La clasificación de los cereales se nombraron 5 productos. Por supuesto, dentro de esta clasificación también se encuentran los seudo cereales.

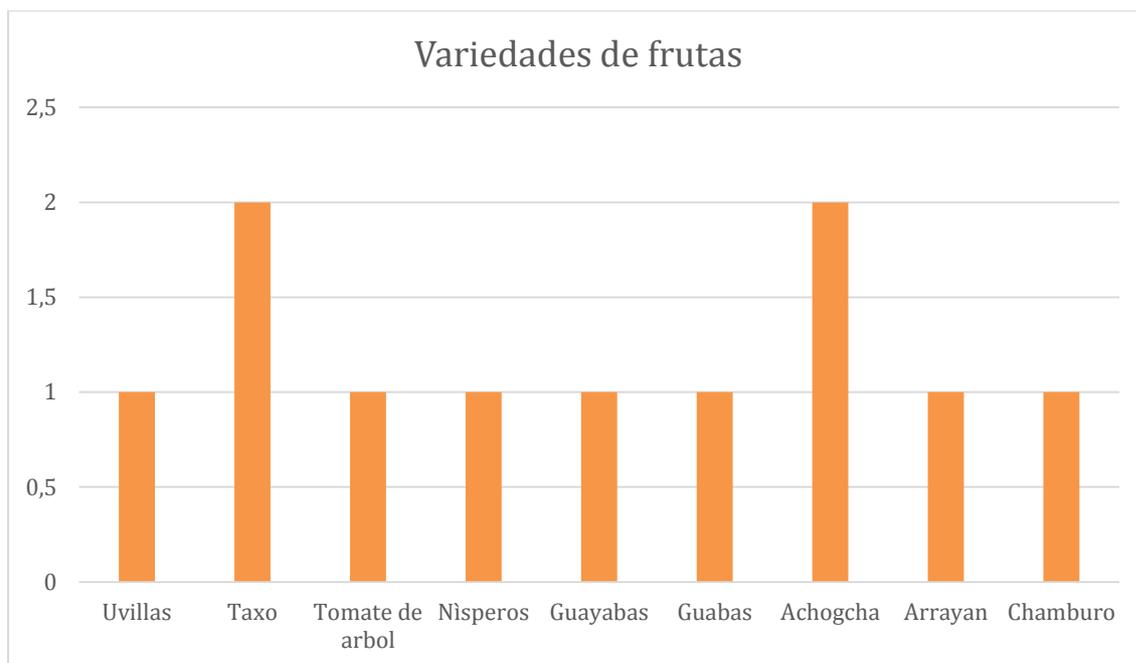
Los seudo cereales no pertenecen a la familia de las gramíneas, es decir, no son cereales. Aun así, presentan características comunes a los cereales. Una de estas características es que tienen una composición similar en macronutrientes (como los cereales). Son ricos en energía y con contenido de almidón que varía de un 50 a 80%. En este Grupo de seudo cereales se encuentran: la quinua, el amaranto y el trigo sarraceno. (*Barriga, Callejo, ND*)

Incluyendo estos 2 tipos de clasificaciones, equivale al 17,46% de los productos. Los productos con más reincidencia fueron las variedades de Quinoa y el Amaranto los cuales (como se explicó anteriormente) son pseudo cereales. No es sorprendente que la Quinoa sea un producto muy nombrado y utilizado debido a los recientes estudios de sus propiedades alimenticias y desde este punto de vista sale su auge como un “Super Alimento”. Sin embargo, es notable que únicamente 3 chefs utilicen este producto y sus variedades. Es decir, que los chefs ecuatorianos prefieren otros tipos de productos diferentes a la quinoa. En este caso, otro tipo de cereales o pseudo cereales que contengan igual propiedades alimenticias y más sabor.

Anteriormente mencionado, el amaranto es otro producto que actualmente se usa mucho en la cocina de vanguardia debido a sus propiedades nutricionales, precio, facilidad de adquisición, y versatilidad del mismo.

Otro tipo de cereales son la Chía y el Sangorache. Según Yépez, 2015 el Sangorache es otra forma de llamar al amaranto o ataco.

Únicamente 3 chefs afirmaron trabajar con variedades de maíces. A pesar de que dentro de la dieta diaria de un quiteño es muy consumido el choclo K.O. el maíz tostado o chulpi, maíz morocho, (que puede ser consumido como bebida o en masa para empanadas). Y dentro de los que se consume en menor cantidad el maíz de canguil y maíz morado dentro de coladas y bebidas.

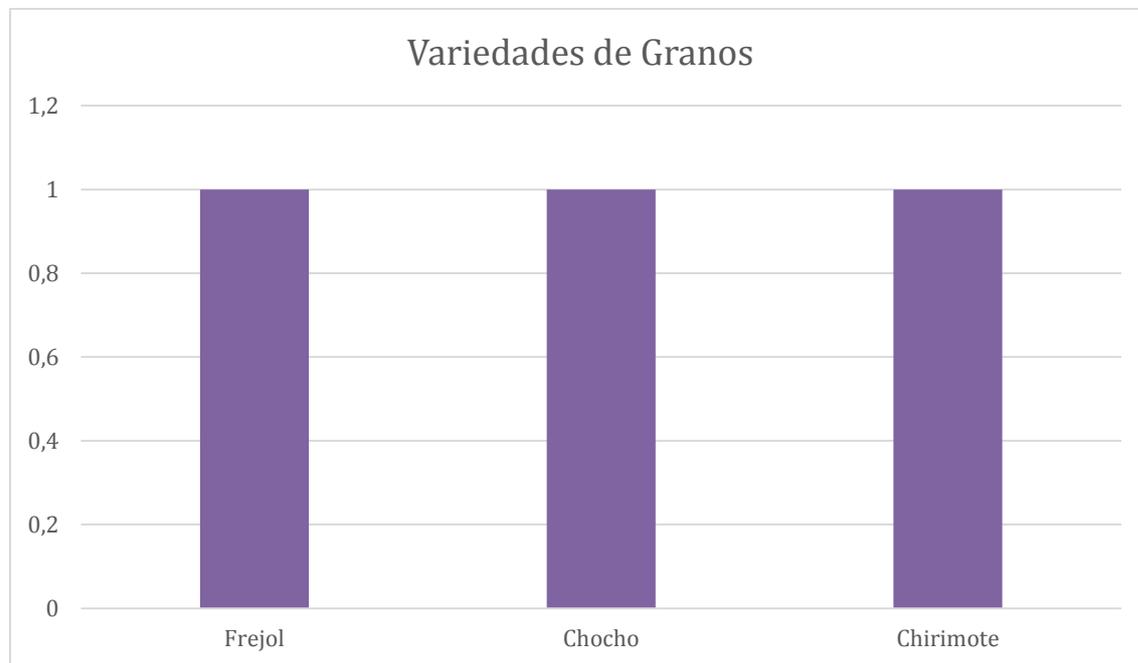


La segunda clasificación de productos fueron las frutas, mostrando ser el 17,46% de los productos, es decir, que 9 de 33 productos fueron frutas. Esta segunda clasificación es la segunda más grande debido a la variedad de frutas que existen dentro del territorio del Distrito Metropolitano de Quito.

La fruta más utilizada fue el taxo, ya que el chef Pérez asegura que es una fruta que todavía se sigue dando en los alrededores y disfruta mucho de su aroma, sabor muy exótico y característico (Harrington,2017). También, hubo reincidencia en la fruta achogcha. Harrington afirman que su sabor amargo resulta un buen producto para utilizarlo en encurtidos y dar un toque diferente y variar el típico encurtido. Además, de ser rica en calcio, fosforo hierro, contiene mucha agua y fibra. (LAO,2009)

Otra fruta muy interesante es el Chamburo. Imbago, 2017 afirma que la utilización de chamburo (fruta andina) está en auge. A su vez, asegura que este producto tiene un compuesto similar a la papaína, la cual es la responsable de irritar la zona bucal en caso de comerla cruda. De esta afirmación, viene la denominación de “la perla de los Jesuitas” que, según Pazos, 2017 era un dulce que se componía de Chamburo confitado y relleno con otras frutas troceadas.

Las otras frutas denominadas fueron: Uvillas, tomate de árbol, maracuyá, nísperos, guayabas, guabas y la fruta del arrayan (que es un árbol del valle de Cumbayá, Tumbaco y Puembo).



Las variedades de granos aportan con un 4,76%. Ya que únicamente se nombraron 3 productos que entraban dentro de esta categoría.

Los granos mencionados fue el frejol que es consumido diariamente. El chocho, otra variedad de grano muy común en Quito vuelve a tener popularidad por las variedades de preparaciones y presentaciones que tiene en el mercado de alimentos. Además de ser alto en calcio, propiedad alimenticia muy importante para el desarrollo de los dientes y huesos. (INAP, nd)

Se le considero grano al Chirimote. Pues este es el nombre quechua de lo que actualmente es el proceso de nixtamalización en frío del maíz, en este caso del mote. Este proceso consiste en cocinar el maíz en una solución salina para que este se suavice y se abra fácilmente. Gracias a esto, es más fácil de pelar o sacar la cáscara del mismo y a su vez esto facilita el proceso de moler el grano para hacer harina. (Tapia, 2017)

En la clasificación de Flores y hojas se encuentran 2 variedades de flores las cuales son: flores de mashua, estas sirven básicamente para decoración debido a que sus colores van

desde anaranjado hasta rojo oscuro (*Imbago,2017*). La otra flor es la flor de zapallo, la cual es utilizada de igual manera para para decoración y uno de los usos más frecuentes se la consume tempurizada. Esta categoría ocupa el 7,93% de los productos utilizados.

Además, dentro de esta categoría se unen las diferentes variedades de hojas que los Chefs utilizan. Se menciona la hoja de capulí y el ashna yuyo. Esta es una planta que tiene tallo y hojas verdes con flores como tubos erguidos de color amarillas que se siembra y cosecha mucho en Provincias de Carchi, Imbabura, Pichincha, Cotopaxi, Tungurahua, Bolívar, Chimborazo, Cañar, Azuay, Loja. (*Carrera et al, 2016*). Tapia, 2017 afirma que se utilizan las hojas de esta planta como sazónador de comidas, puesto que su sabor es muy fuerte. Se la utilizaba principalmente en cocciones de granos.

También, Uno de los Chefs nombro usar la Hoja de oca silvestre, la cual se ha producido y consumido con fines medicinales más que fines alimenticios. PRODECO et all, informa que “Las hojas frescas o secas, hervidas en agua, se aplican sobre los flemones, tumores y abscesos para su maduración. También se usa en baños o fomentos como desinfectantes y para aliviar las molestias que producen la picadura de insectos” Además, “La infusión de las hojas y los tallos como bebida, es de gran ayuda para combatir la cistitis y la uretritis o inflamación de la Uretra. También, “Para aliviar las molestias causadas por la Gastritis, se recomienda beber en ayunas una cucharada del zumo de los tallos y tubérculos de la planta”. “Contra el dolor de garganta, así como para acelerar la maduración de los abscesos, da buenos resultados el aplicar como emplastos los lugares afectados con la pasta que se prepara con harina de Quinoa y tubérculos de Oca molidos”. (*PRODECO et all*)

Las proteínas equivalen al 6,34% del total de los productos utilizados. Es decir que hay únicamente 3 productos que los chefs mencionaron. Por su puesto, esta categoría se refiere a proteínas de origen animal. Vale la pena aclarar puesto que en la pre colonia no se comía mucha carne animal puesto que obtenían la misma cantidad de proteínas, minerales y

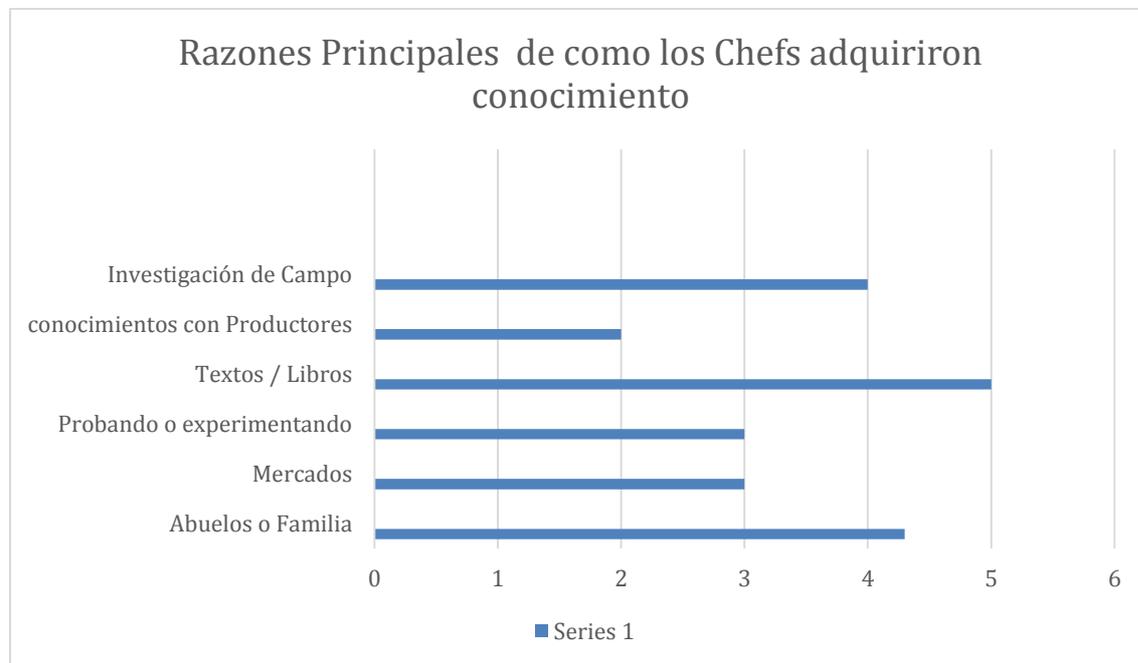
vitaminas de otro tipo de alimentos como: Quinoa, maní, semillas de zapallo, chía, amaranto, frejol, etc. (Stuardo, 2017). En esta clasificación hay una reincidencia de la carne de llama. Al ser un animal andino, Diaz 2017 afirma que antiguamente se utilizaba mucho la carne seca de llama denominada "Charqui". Y que actualmente ella la intenta destacar. Por otro lado, otro producto de esta categoría es el cuy, al cual Pérez y Diaz indican que les gusta presentar de una manera más vanguardista, pero con cocción tradicional. Y finalmente Harrington afirma que le gusta usar pato, pero con tendencias más de cocina de vanguardia y con técnicas de cocina tradicional francesa.

En la categoría de otros se encontraron 5 productos que no pertenecen a la categoría anterior y estos representan al 7,93%. Dentro de estos productos, hubo una reincidencia en el Ají. Puesto que es un alimento que se consume a diario en todos los hogares del DMQ y del Ecuador entero. La versatilidad que tiene este producto y sabor es lo que lo hace tan llamativo para los chefs. Otro producto de uso diario que se incluye dentro de esta categoría es el tomate. Y finalmente Imbago, 2017 asegura usar un producto llamado "Uchujacu". Este es una mezcla de harinas de 6 granos y tres especias, que se utiliza principalmente en una sopa de color café. Esta preparación se brinda en ocasiones especiales como matrimonios, bautizos o celebraciones ancestrales como la del sol. Es originaria del pueblo Kayambi (de los indígenas de Cayambe). (Rosales, 2015)

Imbago, 2017 afirma usar el "chaguarmishqui". Esto es el agua que se extrae de unos pencos o agaves y que mediante la cocción esto se hace una miel la cual es muy nutritiva sobre todo para la absorción de calcio en huesos y dientes. En los últimos años se ha explotado mucho este producto, por lo que Imbago afirma que está en contra de la explotación de este producto, puesto que los pencos demoran en crecer alrededor de 15 años y su valor comercial es muy bajo para su valor ancestral, medicinal y nutritivo. Además, que las personas que

extraen esta agua de estos pencos arriesgan sus vidas por lo generalmente este penco se encuentra en abismos o quebradas muy difíciles de acceder.

¿Cómo adquirió conocimiento de estos productos?



Los chefs entrevistados aseguran conocer estos productos a través de diferentes maneras. La mayoría (5 de 7) aseguraron haber aprendido acerca de estos productos en libros, textos. Es decir, de una manera académica. Lo cual fue muy factible ya que gracias a esto tuvieron la facilidad de identificar los tipos de productos pre coloniales del DMQ. Muchos de estos Chefs citaron al libro de “El Sabor de la Memoria de Julio Pazos” y “El Saber Alimentarse de Plutarco Naranjo”

4 de 7 chefs afirmaron aprender de este tipo de productos desde sus hogares. Es decir, que gracias a sus abuelos, padres y parientes pueden identificar productos autóctonos no solo del DMQ sino del Ecuador entero. Además, de tener memorias agradables de las cualidades organolépticas de cada producto al igual que recetas y técnicas tradicionales (Díaz, Tapia 2017).

Imbago y Pérez, 2017 afirman que para conocer mejor cada producto y recetas ancestrales los chefs necesitan hacer viajes a comunidades o investigación de campo. De igual manera,

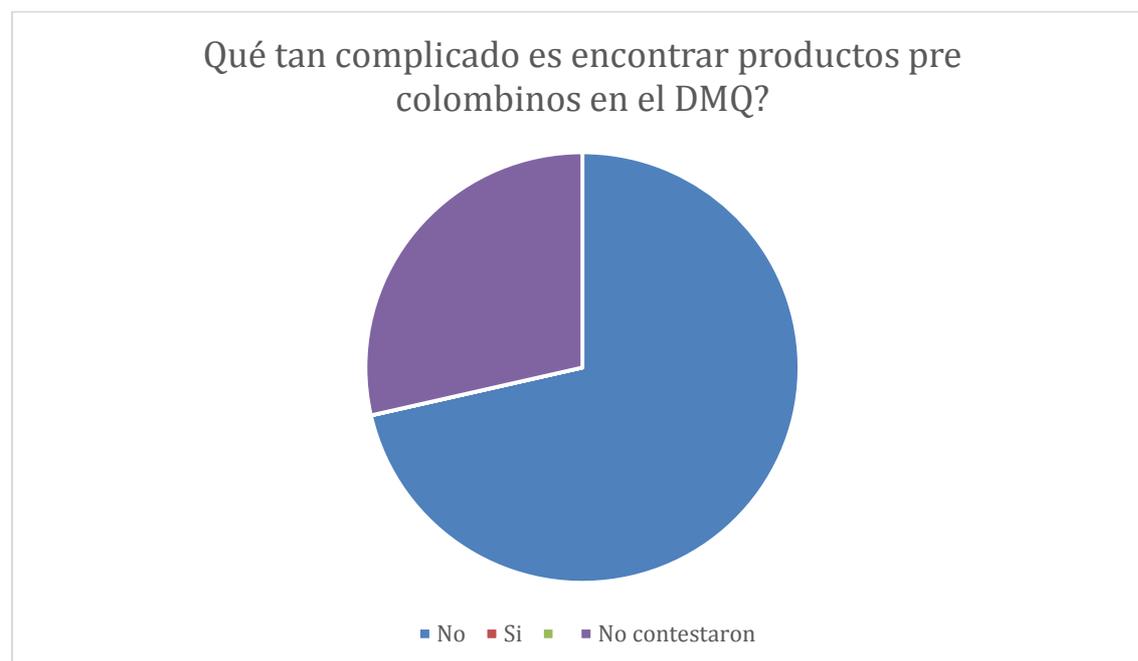
Dreyer y Rosero, 2017 concuerdan con este tipo de investigación, acercamiento y reconocimiento de producto.

3 de los 7 chefs, afirman que otra manera en la que obtuvieron conocimiento de los productos es acudiendo a ferias y a mercados. Puesto que en los mercados se puede encontrar y apreciar más variedad de productos. (Tapia, Pérez, Imbago 2017)

De igual manera, 2 chefs afirman conocer estos productos por haberse acercado a los productores, conversar con ellos, y determinar que productos tienen.

Según Harrington, 2017 lo más importante de conocer esta versatilidad de productos es importante, pero más importante aún es poder experimentar con ellos dando diferentes técnicas, texturas, presentaciones, etc. Y este es el medio en que varios chefs también aseguran haber conocido más de sus productos.

¿Es difícil conseguir los productos en el DMQ? ¿Cómo los consigue?



A esta pregunta únicamente contestaron 5 chefs. De los cuales los 5 afirmaron que no se les hace complicado conseguir estos productos o ninguno otro porque ya tienen sus proveedores que les abastezca de producto. Como es el caso de Harrington, 2017 el cual es abastecido de productos por los diferentes proveedores que tiene la universidad donde él trabaja. Al igual

que Diaz, 2017 la cual afirmo que ya tiene su “casera” o contacto que le provee de estos productos. De igual manera Tapia, 2017 afirma lo mismo, el que él tiene sus “caseras” en el mercado al igual que otro tipo de proveedores que son más agricultores.

Sin embargo, Pérez e Imbago afirman que al principio si se les hacía complicado conseguir estos productos hasta que consiguieron proveedores que se acoplaron a los productores de comunidades (Pérez, 2017) Por el contrario, Imbago, 2017 dijo que el consiguió a una “casera” que cosecha los miércoles y le hace una canasta de alrededor de 20 dólares con los productos más frescos que ella tenga.

A esta pregunta 2 chefs no contestaron lo que afecto al resultado de la pregunta. Sin embargo. Los chefs que contestaron presentaron puntos de vista muy importantes.

¿En qué tipos de preparaciones los utiliza?



El objetivo de esta pregunta era determinar que tanto los chefs podían dar versatilidad a los productos pre coloniales.

A pesar de que varios chefs confundieron esta pregunta con la siguiente pregunta (¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia?) se pudo determinar el verdadero

propósito de la pregunta la cual también incluye medir la creatividad e imaginación de los Chefs.

Tapia y Pérez, 2017 aseguran que ellos utilizan estos productos pre coloniales en preparaciones en entradas, fuertes, postres y bebidas.

Por otro lado, Diaz 2017 asegura que la prefiere utilizar los productos pre coloniales en preparaciones de sal, y especialmente postres al igual que Pérez, 2017.

Dreyer, 2017 confirmó que el usa en preparaciones de todo tipo. A su vez Harrington, 2017 aseguro lo mismo añadiendo que a lo que el encontraba mejor uso y haciendo experimento, que es muy similar al comentario de Rosero, 2017. Ya que el afirma que usa los productos más con fines de investigación y versatilidad de productos frente a diversas técnicas.

¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia?



Para esta pregunta los chefs afirmaron utilizar diferentes métodos de cocción para alcanzar diferentes técnicas con los productos mencionados anteriormente.

5 de cada 7 chefs afirma usar métodos de cocción tradicionales o clásicos. Este tipo de métodos se dividen en cocción de calor húmedo y cocción de calor seco. Dentro de los métodos de cocción húmedo. El método más usado es cocinar al vapor. Seguido por el

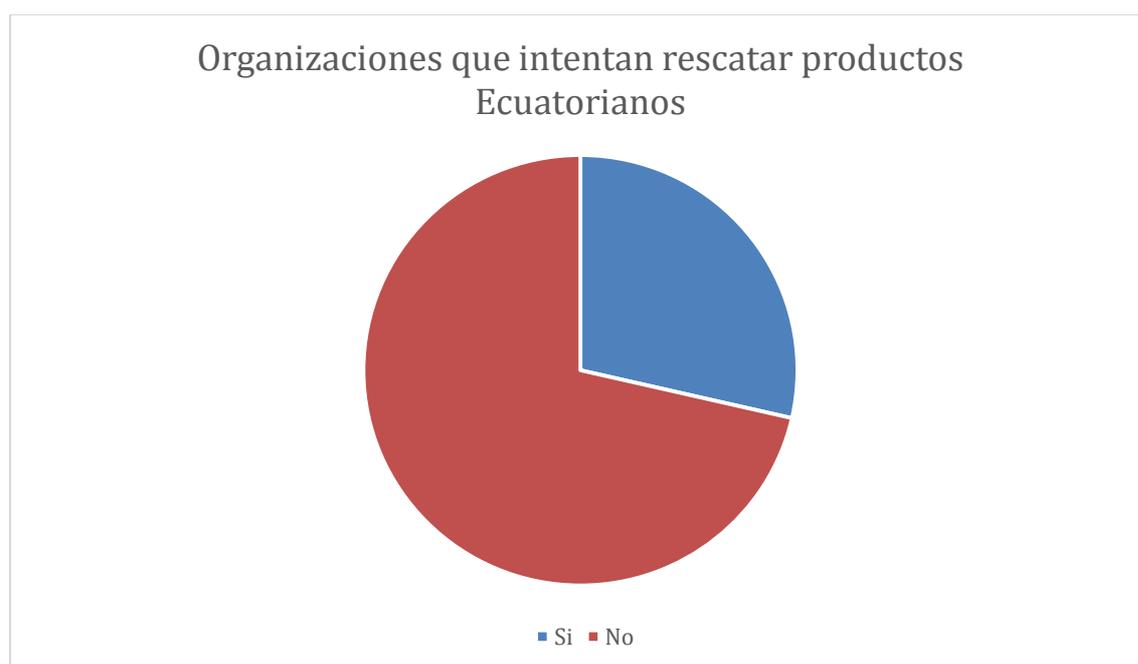
blanqueado. Milena Diaz asegura que ella complementa los blanqueados y cocciones al vapor con procesados (licuar y tamizar) los productos para obtener mejores texturas y sabores manteniendo el color original de los alimentos.

A los chefs también les interesa mucho hacer cocciones de calor seco principalmente al horno y como ejemplo Harrington añadió que le gusta hacer al horno pasteles de choclo. Otro método de cocción en seco es el asado, el cual Esteban Tapia afirma que le gusta asar al carbón o a la parrilla.

Dentro de las cocciones empíricas, Pérez e Imbago afirmaron que les gusta trabajar con cocción de horno de leña. De igual manera que Dreyer, el cual además de esto añadió que le “gusta mucho trabajar con ahumado y el secado tanto de pescado como carnes.”

Rosero, 2017 comentó que él prefiere usar técnicas de vanguardia como: vacío, zonificación, nixtamalización, liofilización, osmosis, aires, geles, confitado, gran fritura, deshidratado, cocción en caolín. A esto, Imbago, 2017 complementó que también le gusta usar cocción al vacío para dar más texturas a sus productos.

¿Trabaja o es parte de alguna organización que intente rescatar productos precolombinos de alguna región?



5 de los 7 Chefs entrevistados afirmaron no participar en organizaciones o movimientos que intentan rescatar productos precolombinos. Sin embargo, 2 de los 7 Chefs entrevistados afirman haber sido miembros activos de algunas organizaciones con objetivos similares a los de rescatar productos.

3 de cada 5 chefs que no trabajan en organizaciones de rescate de productos (u organizaciones con objetivos similares) comparten la ideología de organizaciones que intentan rescatar productos o tienen objetivos similares. Puesto que ellos apoyan a estas organizaciones siguen trabajando en sus negocios particulares con los objetivos e ideologías de estas organizaciones. Las cuales son relacionadas con el papel social que tiene un Chef con respecto a los productores, comunidad, medio ambiente, etc. (Imbago, Pérez, Díaz)

Los chefs que no comparten la ideología de rescate de alimentos o de ayudar a comunidades se debe a que su área de trabajo es de investigación o de enseñanza. Rosero 2017 afirma que él no trabaja o es parte de una organización porque trabaja en un centro de investigación. A su vez, Harrington afirma que su estudio de productos sirve más para su conocimiento personal y para brindar este conocimiento a sus estudiantes ya que para él primordialmente su ayuda es de manera catedrática.

Uno de los Chefs entrevistados que afirmó trabajar en alguna organización de rescate de producto o algo similar es Esteban Tapia, él trabaja activamente en varias organizaciones con propósitos de rescate de productos. Además de otras organizaciones que ayudan y apoyan a agricultores locales. El otro chef es Erick Dreyer, que afirma trabajar activamente en una organización con fines similares a los que Esteban Tapia.

En caso de ser afirmativo ¿Cómo se llama la organización?

Como se mencionó anteriormente, Esteban Tapia trabaja activamente en organizaciones con fines de rescatar o mantener productos Ecuatorianos (en general) además de organizaciones que apoyan a la agricultura de productos autóctonos del Ecuador. Él afirma que actualmente

las principales organizaciones en las que él trabaja son: Movimiento Slow Food, Colectivo Nacional Agroecológico, Red de Guardianes de Semillas y algunas otras más. Recalcando las anteriores como las más importantes y conocidas.

Erick Dreyer trabaja con Cannopy Bridge.

Sin embargo, Imbago afirmó haber formado parte de organizaciones con fines similares al de rescatar, ayudar o preservar productos ecuatorianos y mantiene un contacto cercano con: La Casa Pontequina y SIPAE.

¿Qué nos puede contar respecto a esta organización?

Cannopy Bridge: es una organización encargada de “rescatar productos amazónicos, andinos y de la costa, productos artesanales y de producción orgánica. Además de brindar asesoría para hacer un trato Justo con las comunidades que producen: ejemplos: Paiche, garabato yuyo, cachama, hormigas, ají, neapia, etc” (Dreyer, 2017)

Casa pontequina: No se ha encontrado información de esta organización

SIPAE: “Sistema de Investigación sobre la Problemática Agraria en el Ecuador”.

“El SIPAE apunta a fortalecer la producción conceptual y teórica sobre temas agrarios y rurales en el país, para lo cual es imprescindible fortalecer la base de investigación nacional. Ello requiere adicionalmente fortalecer la inserción de la investigación nacional en los debates y corrientes académicas internacionales. Promover estudios de investigación sobre la agricultura social y ambientalmente sostenible en defensa de la soberanía alimentaria y de los derechos colectivos, económicos, sociales, culturales y laborales”. (*International land coalition*).

Movimiento Slow Food: se contrapone a la estandarización del gusto en la gastronomía, y promueve la difusión de una nueva filosofía que combina placer y conocimiento. (*Tapia, 2017*)

Colectivo nacional Agroecológico: el Colectivo opera de manera descentralizada, con varios actores sociales referentes en diversas localidades. Se basa en 5 ejes temáticos, los cuales son: Circuitos económicos comerciales, Agrobiodiversidad, país libre de transgénicos, Consumo agroecológico, Formación-educomunicación e Reincidencia Política. (*Colectivo Agroecológico Ecuador*).

Red de Guardianes de Semillas: “es una plataforma social dedicada a promover la agrobiodiversidad y la ecología práctica en Ecuador y el sur de Colombia. Debido a nuestro interés en construir modelos integrales de vida, trabajamos en agroecología, bioconstrucción, soberanía alimentaria, economía solidaria, alternativas en educación y tecnologías apropiadas”. (*redsemillas.org*)

¿Qué le motiva a investigar, utilizar y promover el uso de alimentos precolombinos?

El objetivo de esta pregunta es determinar si hay algún factor social, económico o personal que marco a los Chefs entrevistados para ser motivados y promover estos productos pre coloniales autóctonos principalmente del DMQ. A su vez, descifrar desde el punto de vista antropológico porque el tema de productos pre coloniales autóctonos del Ecuador ha salido en auge en la última década.

Cada chef tiene su perspectiva personal de motivación y algunos de ellos concuerdan en los mismos objetivos similares como Pérez 2017 que dice: “El principal propósito es mantener y rescatar identidad”. Y Tapia, 2017 que afirmó:” Revitalizar y revalorar los productos de origen precolombino o ancestral. Crear una cocina con más identidad”.

No muy lejos de estos pensamientos, se encuentran Rosero, 2017 que dice: “El Ecuador es un país muy rico y diverso en productos gastronómicos, cultura y tradición. Nuestro deber como gastrónomos es valorizar, explotar, y potenciar de la forma más adecuada, y correcta dichos productos”. Como complementación se encuentra Diaz, la cual dice: “Lo que le motiva es hacer conocer al Ecuador internacionalmente con los sabores de estos productos utilizando

técnicas modernas. Emplatados e ideas de vanguardia originales de mi creación”. Lo cual básicamente se encuentra un paso adelante tratando de “explotar y potenciar” los productos ecuatorianos como menciona Rosero.

Dreyer, 2017 dio un comentario muy similar a Diaz y Rosero, complementando la idea de “valorizar, explotar y potenciar” (Rosero 2017) con su comentario: “Creo que la mejor manera de promover el uso es educando y valorizando nuestro producto y origen”. Además, Dreyer añade a su comentario: “Creo que como cocineros tenemos el deber de reintroducir y acostumbrar a la gente a utilizar nuestros productos en la dieta diaria. La manera de hacerlo es haciendo preparaciones novedosas utilizando producto y técnica ecuatoriana”.

En otro aspecto, Tapia, 2017 también afirmó que su motivación la encuentra en “el trabajo social, en el papel social del cocinero”. Es decir, que su motivación se encuentra “en ayudar a los productores.” Muy cerca de este pensamiento se encuentra Imabgo que dice: “mi trabajo se ha hecho divertido, me motiva que hay más gente involucrada, seguir creciendo mientras se siga ayudando a la gente.”

Por supuesto, Tapia también afirma que parte de su motivación es “lograr que la gente tome en consideración la “huella ecológica” que creamos”. Explicó que esto se refiere a que la gente prefiera usar productos locales más que importados. Para mejor entendimiento, dio como ejemplo la pregunta de: ¿Por qué es más fácil conseguir manzanas importadas que nacionales?

Por el contrario, Harrington, 2017 tiene una visión totalmente diferente la cual dice: “Mi motivación se basa en tres pilares muy importantes. Estos son: razones personales de conocimiento, técnica y productos lo que ayuda a su crecimiento personal. Además de desarrollar su creatividad mas no hace relación a una razón social o a rescatar a alguien o algo”. Parte de esta visión es complementada por Pérez el cual dice que otra de sus motivaciones es “Aportar al Ecuador, Latinoamérica con conocimiento y sobre todo a la

gastronomía.” Es decir, en cierto punto ambos concuerdan con aportar al conocimiento tanto personal como al resto del Ecuador.

¿Cuáles son sus objetivos profesionales?

El objetivo principal de esta pregunta es determinar si los productos pre coloniales tienen tendencia a desarrollarse y a ser potencialmente utilizados en un futuro cercano tanto como lejano o simplemente es un tema de auge actual que desaparecerá espontáneamente.

Por parte de Sebastián Pérez, él afirma que su objetivo es “no darle la vuelta los platos elaborados de Ecuador (locro, fritada, etc) sino investigar el porqué de las cosas y presentar estos productos de manera deliciosa, saludable y agradable a todos los sentidos”.

De manera muy similar David Harrington muestra sus objetivos profesionales como:

“Aplicar conocimientos con fines de educación (dar conocimiento y ayuda a los estudiantes) que son básicamente los mismos que Sebastián Imbago el cual afirma que su objetivo en un futuro es dar clases. A su vez, Esteban Tapia dice que su objetivo a mediano plazo es “hacer un centro de investigación de cocina ecuatoriana con la lógica de alimentos limpios, ayuda social a campesinos y cuidado al medio ambiente.” Al cual le complementa el comentario de Imbago, el cual afirma que desea continuar ayudando a pequeños productores.

Por otro lado, Esteban Tapia afirma que su objetivo a largo plazo es “motivar más a los jóvenes para darle paso.” Esta afirmación es el extracto de lo que Milena Diaz quiere dar a conocer como objetivo, el cual es “Motivar a su gente a ser embajadores (que a través de su pensar es ser representante del Ecuador.) y su país a convertirse en embajadores e impulsar el amor y pasión por la cocina y orgullo por su comida”.

Complementando con la idea de Milena Diaz, Erick Dreyer se comenta que “Como profesional ojalá ayudar al Ecuador primero a valorizar su comida y producto”. Lo cual sería básicamente el objetivo de motivar a estudiantes o gente.

Otro tipo de objetivos son los de Franklin Rosero el cual comenta que su objetivo es “Establecer una cultura gastronómica en el país que destaque el producto ecuatoriano sin importar en que parte del mundo se encuentre o qué tipo de cocina practiquen. Lo cual es totalmente compatible con el otro objetivo de Milena Diaz que dice “dar a conocer la comida del Ecuador a un alto nivel. A través de conceptos nuevos llegar a ser embajadora del Ecuador”. Comentario al cual Erick Dreyer resume bastante rápido con su otro objetivo “Y segundo internacionalizar la gastronomía ecuatoriana”.

¿Cómo planea conseguir estos objetivos?

De igual manera, el objetivo de esta pregunta es descifrar si los productos pre coloniales tienen un futuro analizando que es lo que los Chefs desean que se pase con estos productos y determinado la originalidad de su respuesta anterior.

Los 7 chef entrevistados llegan a sus objetivos de la misma manera. Por ejemplo, estaban Tapia dice “Corto plazo: seguir investigando, seguir vinculando con la Universidad y dar más oportunidades a los jóvenes. Mediano plazo: aprovechar los vínculos con organizaciones para seguir la investigación de productos.” Lo cual calza muy bien con lo que Franklin Rosero explica “En la parte académica investigando y enseñado el valor que tienen nuestros productos y en la parte comercial poniendo en práctica lo investigado y ofreciendo al comensal alternativas para consumirlas”.

De forma breve y concreta complementan David Harrington “continuar investigando y experimentando.” Al igual que Sebastián Pérez “Aportar, dar información y sobre todo ser auténticos.” Porque como dijo Sebastián Imabgo “es un aprendizaje constante”

Desde otro enfoque, aunque muy similar o complementario, Erick Dreyer dijo: “Trabajando el producto nacional y tratando de reinventarlo, educando al consumidor nacional, para que así haya la fuerza suficiente para salir al mundo”. Que básicamente

es el comienzo para lo que Milena Diaz desea “Hacer que todo mundo le conozca al Ecuador a través de la cocina sobre todo de sus sabores y del arte.”

5. CONCLUSIONES

En conclusión, esta tesis se basó en la pregunta ¿porqué los productos pre coloniales están en auge? ¿Cuál es la importancia de productos pre coloniales en DMQ? Para lograr contestar esta pregunta, se planteó 5 objetivos como parámetros que fueron guía para realizar una entrevista con un cuestionario de 11 preguntas a diferentes Chefs muy reconocidos en el Ecuador, no solo en el DMQ.

Para esta entrevista se identificó a los Chefs precursores de un movimiento actual que intenta revalorizar la importancia de los productos ecuatorianos gracias a sus publicaciones y trabajo en el medio gastronómico. Así, logrando identificar a 7 diferentes chefs que lograron colaborar, los cuales son: Milena Diaz, Esteban Tapia, Juan Sebastián Pérez, David Harrington, Sebastián Imbago, Erick Dreyer y Franklin Rosero. Cada uno de estos Chefs tiene su reconocimiento nacional e internacional dentro de sus áreas de especialidad culinaria. Sin embargo, todo tienen algo en común, es el hecho que todos trabajan con productos nacionales, además de realizar investigaciones tanto culinarias (características de sabor y organolepsia) como nutricionales. Dando también un enfoque al impacto social que el consumo de estos productos tiene en el Ecuador.

Siendo así, se comenzó por preguntar si podrían identificar por lo menos 10 productos pre coloniales y si podrían afirmar que ellos habían trabajado con alguno de estos. Todos los entrevistados lograron identificar fácilmente los productos pre coloniales del DMQ. Gracias a la tabulación de la entrevista se determinó que los productos mayormente usados por los chefs en el DMQ fueron los tubérculos y el que más en auge esta es la mashua y sus variedades. La mayoría de chefs mencionaron usar la mashua por sus cualidades organolépticas y principalmente porque tiene mucha versatilidad al momento de cocción y emplatado. Además, Imbago, 2017 afirmó que gracias a estudios recientes de este producto se ha determinado un gran valor nutricional el cual es rico en vitamina D la cual sirve para

mejorar la absorción de calcio. Además, debido a que contiene vitamina E, complejo B (ayuda al metabolismo) es diurético y contiene isotiocinato (precursor de aceites esenciales) que ayuda a detener el crecimiento de tumores del cuerpo. (*Villacrés, 2010*).

Muy similar a las mashuas se encuentran las ocas. Producto que 5 de 7 chefs mencionaron utilizar. Díaz e Imbago afirmaron que este producto es de mucho agrado para preparaciones debido a la versatilidad que tiene, ellos mencionaron que como puede ser un plato de sal puede convertirse fácilmente en postre”. Además de tener alto valor nutricional en proteínas y aminoácidos (*International potatoe center, 2015*).

Otros tubérculos muy aclamados fueron variedades de papas, variedades de camotes, variedades de mellocos, zanahorias blancas y jícamas.

Otros productos muy aclamados fueron las frutas. Las cuales Pérez, 2017 afirma que las frutas del valle como el taxo son muy agradables de trabajar debido a su delicioso sabor versatilidad de uso, así como el hecho de que son bastante exóticos. De igual amena, Harrington afirmó como fruta en auge la achogcha debido a su sabor y versatilidad de uso. Principalmente él le da uso a esta fruta como acompañamiento en encurtido en vez de cebolla. E Imbago en cambio, menciona usar el chamburo a manera de dulce o postre por lo que fresca contiene una enzima “la papaína” la cual irrita la zona bucal.

Los cereales fueron productos que fueron mencionados más por popularidad que por uso de los chefs. El auge actual de los “super alimentos” es inminente debido a que tendencias actuales de salud y alimentación sana. Siendo igual de popular el amaranto y la quinua por los chefs. Además de mencionar la chía y el sangorache que resulta ser otro nombre para el amaranto o ataco. (*Yépez, 2016*)

En Ecuador es muy popular el consumo de granos, principalmente variedades de maíces y aun así los chefs mencionaron muy poco trabajar con este tipo de productos. Sin embargo, mencionaron varias veces el uso de variedades de maíces como el choclo K.O, el maíz

tostado o chulpi, maíz morado, y maíz morocho. Lo más interesante de esta categoría fue las preparaciones con lo que los chefs utilizaban estos maíces. Como, por ejemplo: para bebidas como coladas o fermentos “licores”, masas de empanadas, harinas como el Uchujacu y diferentes tipos de tortillas y hasta ceviches como el muy popular ceviche de chochos.

Otros productos de uso diario mencionados fueron el frejol y el chocho. Que no están fuera de nuestro conocimiento y preparación. Sin embargo, otro producto fue el “chirimote” el cual Tapia, 2016 afirma que es el nombre en Quecha de la Nixtamalización del mote.

Los chefs mencionaron diferentes variedades de flores comestibles y hojas que son sazoadores. Además de mencionar proteínas animales como son la llama, el cuy y el pato.

Otro tipo de productos ancestrales fueron el ají, tomate, pepa de zambo y el “Chaguarmisquey” que resulta ser el agua que sale de los pencos.

La mayoría de chefs vinculo esta pregunta de los productos más utilizados con las preguntas de ¿En qué tipos de preparaciones los utiliza? Y ¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia? Incluso, con estas dos preguntas los entrevistados tuvieron mucha confusión. A pesar de esto se pudo determinar el objetivo de esta pregunta el cual era la versatilidad los chefs podían dar a los productos. Con este objetivo se trataba de determinar si la experimentación con diferentes técnicas era motivo de inspiración de estos personajes para utilizar estos productos. Y la respuesta era que dependiendo del producto intentaban experimentar diferentes tipos de preparaciones y a su vez técnicas. Por lo general los chefs mezclaban técnicas clásicas con técnicas de vanguardia (más experimentaría) o técnicas más empíricas como a ellos les gusto llamarles. Con estas preguntas se concluyó que la creatividad de los chefs es lo que ha destacado estos productos. Porque estos han logrado increíbles sabores colores y presentaciones. Curiosamente ninguno menciona técnicas de cocción como “freír” todos los chefs preferían técnicas de cocción más saludables debido a la tendencia actual y como también explicó Diaz, 2017.” No me agrada hacer técnicas como

frituras debido a lo peligroso que puede resultar para ella, sus colaboradores y espacio físico.”

Conociendo todos los productos que utilizan e identifican los chefs se puede acotar que la mayoría de productos no son de uso común y diario. Lo que nos lleva a la siguiente pregunta la cual es “¿Cómo adquirió conocimiento de estos productos?”. Ya que 5 de 7 chefs afirmo que, mediante documentos de información como libros y estudios, se determinó que en efecto, los chefs lograron identificar los productos del DMQ con facilidad y certeza. Sin embargo, ellos intentan re valorizar productos que no son de uso común. Y tratando de sobresaltar el valor exótico de cada producto en vez de desarrollar nuevas recetas con productos que la gente conoce más.

4 de 7 chefs afirma conocer productos a través de sus familiares, principalmente abuelos. Estas personas fueron los que dieron productos de uso diario debido a las experiencias agradables que recuerdan tener con su familia.

Por el contrario, el trabajo de los chefs es dar a conocer nuevos productos con mayor valor nutricional y a su vez tener un mayor impacto social con los consumidores y a su vez apoyando a pequeños productores. Pérez e Imbago afirman que ellos en sus negocios tratan de hacer un comercio justo y limpio con productores que ellos han conocido a través de viajes y que según su forma de pensar es la mejor manera en que la gente puede conocer productos.

Esto nos lleva al siguiente objetivo que se planteó para poder determinar cuál es la importancia de los productos precolombinos en la cocina de innovación en el DMQ. El objetivo fue conocer cuáles son los motivos que inspiraron a estos personajes y con esto

determinar si hay algún factor social, económico o personal que los chefs intentan promover.

Por supuesto todos tienen motivaciones diferentes. Sin embargo, muchos tuvieron motivaciones similares y se determinó que la mayoría de chefs estuvieron de acuerdo con que su motivación principal era revalorizar los productos y dentro de sus frases lo confinaron: “El principal propósito es mantener y rescatar identidad”. (*Juan Sebastián Pérez, 2017*). “Revitalizar y revalorar los productos de origen precolombino o ancestral. Crear una cocina con más identidad.” (*Esteban Tapia, 2017*). “Nuestro deber como gastrónomos es valorizar, explotar, y potenciar de la forma más adecuada, y correcta dichos productos.” (*Franklin Rosero, 2017*). Y por supuesto, también dieron una respuesta de cómo lograr estas motivaciones “Creo que la mejor manera de promover el uso es educando y valorizando nuestro producto y origen.” (*Erick Dreyer, 2017*). En este punto se diferenciaron varios chefs los cuales, así como Dreyer, se inclinan por esta rama más educativa como Rosero el cual trabaja en un Centro de investigación gastronómico, Harrington que “mi motivación personal es razones de conocimiento y educativas hacia los estudiantes” y Pérez que también dijo “Aportar al Ecuador, Latinoamérica con conocimiento y sobre todo a la gastronomía.”

También existen otros chefs como desean aportar tanto a la educación como a la comunidad, a una razón social. Como es el caso de Tapia 2017 “el trabajo social, en el papel social del cocinero.” Al igual que Imbago “mi trabajo se ha hecho divertido, me motiva que hay más gente involucrada, seguir creciendo mientras se siga ayudando a la gente.”

El siguiente objetivo fue Identificar cuáles son los objetivos de los personajes con el fin de determinar si los productos pre coloniales tienen tendencia a desarrollarse y al tener potencial

para ser utilizados en un futuro cercano tanto como lejano o simplemente es un tema de auge actual que desaparecerá espontáneamente.

Todos los chefs mostraron una postura muy comprometida acerca de seguir intentando revalorizar los productos pre coloniales debido a que todos insistieron que se debe hacer más investigación, motivar a las nuevas generaciones para poder imponer una cultura gastronómica. Que los ecuatorianos se sientan orgullosos de su comida y la sepan representar y llevar a un nivel de cocina reconocida internacionalmente.

Al conectar la anterior pregunta con ¿Cómo planea conseguir estos objetivos? Se determinó que los productos pre coloniales tienen un futuro y este que tan cerca y realista es. Para esto, se analizó que es lo que los Chefs desean que se pase con estos productos y determinado la originalidad de su respuesta anterior.

Se confirmó la originalidad de la pregunta anterior debido a que todos los chefs confirmaron que sus planes para el futuro era investigar, motivar a las nuevas generaciones, internacionalizar la comida ecuatoriana, pero a su vez cogiendo fuerza a nivel nacional.

Finalmente, el último objetivo es identificar y reconocer el valor cultural ancestral que cada producto tiene. Para identificar este punto se les pregunto a los chefs ¿Qué tan complicado es conseguir estos productos en Quito? ¿Cómo y donde los consiguen? A pesar de que varios chefs no contestaron la pregunta, la mayoría de los que si contestaron afirmo que no tiene problema alguno porque la tiene proveedores o “caseras” que les abastecen de productos. Sin embargo, es mucho más fácil adquirir productos importados que productos locales y varios entrevistados confirmaron que sí. Puesto que ellos a través de sus viajes conocieron productores y otros simplemente conversando con caseros en el mercado se acomodaron a conseguir productos ecuatorianos de pequeños productores. Gracias a esta investigación se determinó que todos los productos tienen un valor cultural muy importante y ha estado desapareciendo con los años. Sin embargo, el trabajo al que quieren llegar muchos de estos

chefs es a re valorizar estos productos, que la gente nacional tanto como internacional es un país con muchos productos saludables, llenos de valor tanto nutricional como ancestral.

Como se mencionó anteriormente, todos los chefs entrevistados tienen en común que intentan revalorizar los productos del Ecuador. Pero, no todos forman parte de ninguna organización que intenta rescatar o revalorizar productos. Únicamente 2 chefs afirmaron trabajar para organizaciones con este tipo de objetivos. Sin embargo, es interesante ver que 5 de los 7 chefs comparten una relación muy estrecha con estas organizaciones y comparten las ideologías y objetivos de las mismas. Lo cual significa que la mayoría de los chefs tienen el propósito noble de destacar al país en el ámbito gastronómico, de ayudar a los pequeños productores y sobre todo investigar y desarrollar nuevas técnicas, nuevos sabores y nuevas recetas.

6. RECOMENDACIONES

Instituciones que imparten clases de gastronomía en el Ecuador deberían promover más la investigación de productos locales. Al igual que el uso de productos locales ecuatorianos e impartir más clases de platos típicos.

Promover una educación gastronómica hacia el ámbito investigativo o científico como parte de la amplia gama que abarca la gastronomía.

Además, Incentivar y motivar a la juventud para enseñar el ámbito social de la gastronomía.

Ya que gran parte del trabajo de un chef es unir a las personas alrededor de la comida.

Motivar a la juventud a usar más producto ecuatoriano e impulsarlo para llegar a ser productos conocidos a nivel mundial.

Lograr que personas externas al área de gastronomía se unan a movimientos que intenten revalorizar los productos ancestrales del Ecuador. O por lo menos llegar a su conocimiento el objetivo de estas organizaciones y poder para crear una conciencia colectiva, para que así cada vez haya más personas interesadas y comprometidas con el tema de revalorizar los productos ancestrales y así no perderlos y a su vez, no perder nuestro valor cultural.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Barriga, Callejo. (nd). *Pseudocereales*. Pan y salud, de los granos ancestrales al pan de hoy.

Extraído el 25 de diciembre desde:

https://books.google.com.ec/books?id=BL5EDgAAQBAJ&pg=PT190&dq=pseudo+cereales&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjCvL_rvfrXAhXGI-AKHSRcB50Q6AEILTAC#v=onepage&q=pseudo%20cereales&f=false

Bassett et al. (2004). *Camote*. Ancestralidad. Extraído el 25 de diciembre:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Camote>

Carrera et all. (2016). *Achogcha*. Descripción. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Achogcha>

Carrera et all. (2016 a). *Achogcha*. Usos gastronómicos. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Achogcha>

Carrera, García, Unigarro. (2016 b). *Achogcha*. Propiedades. Extraído el 25 de diciembre

desde: <http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Achogcha>

Carrera. (2016). *Ashna yuyo*. Ministerio de Cultura y Patrimonio. Extraído el 9 de noviembre de 2017 desde:

http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Ashna_yuyo

Carrera. (2016 a). *Camote*. Usos gastronómicos. Extraído el 25 de diciembre:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Camote>

Carrera et all. (1997). *Camote*. Usos gastronómicos. Extraído el 25 de diciembre:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Camote>

Carrera et all. (2016). *Mashwa*. Forma de obtención. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Mashwa>

Carrera et all. (2016). *Mashwa*. Variedades y estado de conservación. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Mashwa>

Carrera, García y Unigarro, (2014). *Camote*. Uso gastronómico . Extraído el 25 de diciembre desde: <http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Camote>

Colectivo Agroecológico de Ecuador. (ND). *¿Cómo funciona el Colectivo Agroecológico?*

Extraído el 7 de noviembre de 2017 desde:

<https://colectivoagroecologicoec.wordpress.com/2016/06/06/como-funciona-el-colectivo-agroecologico/>

Estrella. (1997). *Achogcha*. Ancestralidad. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Achogcha>

Estrella. (1997). *Camote*. Ancestralidad. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Camote>

Estrella. (1997). *Camote*. Usos gastronómicos. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Camote>

INAP. (ND). INIAP INVESTIGÓ PROPIEDADES NUTRITIVAS DEL CHOCHO, ALTERNATIVA PARA UNA MEJOR ALIMENTACIÓN. MINISTERIO DE AGRICULTURA Y GANADERÍA. EXTRAÍDO EL 9 DE NOVIEMBRE DE 2017 DESDE: <HTTP://WWW.AGRICULTURA.GOB.EC/INIAP-INVESTIGO-PROPIEDADES-NUTRITIVAS-DEL-CHOCHO-ALTERNATIVA-PARA-UNA-MEJOR-ALIMENTACION/>

International potato center. (Dic, 2015). *Oca, Ulluco, Mashua. Oca (oxalis tuberosa)*.

Extraído el 5 de noviembre de 2017 desde: <https://cipotato.org/es/raices-y-tuberculos/oca-ulluco-y-mashua/>

LAO/ LATINFOODS. (2009). *Tabla de composición de alimentos de América latina*.

Extraído el 6 de noviembre de 2017 desde:

<https://consejonutricion.wordpress.com/2014/07/24/la-achojcha-o-caigua-un-curioso-fruto/>

Ministerio de cultura y patrimonio. (2016). *Oca*. Zona de producción. Extraído el 25 de diciembre desde: <http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/>

Ministerio de cultura y patrimonio. (2016). *Oca*. uso gastronómico. Extraído el 25 de diciembre desde: <http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/>

Panel on the Lost Crops of the Incas. (1989). *Achogcha*. Ancestralidad. Extraído el 25 de diciembre: <http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Achogcha>

Panel on the Lost Crops of the Incas. (1989). *Camote*. Ancestralidad. Extraído el 25 de diciembre: <http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Camote>

Panel on the Lost Crops of the Incas. (1989). *Mahwa*. Ancestralidad. . Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Mashwa>

Panel on the Lost Crops of the Incas. (1989). *Oca*. Ancestralidad. . Extraído el 25 de diciembre desde: <http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Oca>

Pazos, J. (2017). *Chamburo, jijacho y babaco. El comercio. Tendencias, sociedad*. Extraído el 6 de noviembre de 2017 desde: <http://www.elcomercio.com/tendencias/chamburo-jijacho-babaco-alimentos-sociedad.html>

[PORDECO, CIMES. \(ND\). Usos de la Oca medicinal y tradicional. Medicina Intercultural.](#)

Red semillas. Org. (ND). *Red de guardianes de semillas*. Extraído el 7 de noviembre de 2017 desde: <http://redsemillas.org/>

Romero. (2016). *Mashwa*. Propiedades. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Mashwa>

Romero. (2016). *Mashwa*. Variedades y estado de conservación. Extraído el 25 de diciembre desde: <http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Mashwa>

Romero. (2016). *Oca*. Calendario. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Oca>

Rosales, J. (Jul, 2015). *El uchujacu es el ícono culinario Kayambi*. El Comercio, Actualidad.

Extraído el 6 de noviembre de 2017 desde: <http://www.elcomercio.com/actualidad/uchujacu-culinario-kayambi-indigena-interculturalidad.html>

Stuardo, S. (Dic, 2017). *15 alimentos con tantas proteínas como la carne, la leche y los huevos*. Biobiochile, sociedad. Extraído el 6 de noviembre de 2016 desde:

<http://www.biobiochile.cl/noticias/sociedad/salud/2017/05/14/15-alimentos-con-tantas-proteinas-como-la-carne-la-leche-y-los-huevos.shtml>

Tapia, et all. (1996). *Oca*. Variedades. Extraído el 25 de diciembre desde:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/>

International Land Coalition. (ND). *SIPAE*. Extraído el 7 de noviembre de 2017 desde:

<http://www.landcoalition.org/es/sipae>

Villacrés, E. (Nov, 2010). *La Mashua Desinflama la Próstata*. El Comercio, Redacción Sociedad. Extraído el 5 de noviembre de 2017 desde:

<http://www.elcomercio.com/tendencias/mashua-desinflama-prostata.html>

Yépez, D. (2015). *El sangorache, una riqueza andina*. Últimas Noticias, Grupo el Comercio.

Extraído el 6 de noviembre de 2016 desde: <http://www.ultimasnoticias.ec/noticias/27575-el-sangorache-una-riqueza-andina.html>

8. ANEXO A: TRANSCRIP DE ENTREVISTAS

Nombres: Milena Diaz García

Nombre del establecimiento: varios (lugar de la entrevista: Café Democrático centro de arte contemporáneo)

Dirección: Montevideo y León Dávila, Quito

Teléfono: 0992974424

Edad:

¿Podría nombrar 10 productos pre coloniales del DMQ con los que más ha trabajado?

- Variedades de maíces: chulpi, maíz amarillo, maíz morado.
- Variedades de papa: papa chola, papa chaucha.
- Variedades de tubérculos: ocas, mashuas, camotes.

¿Cómo adquirió conocimiento de estos productos?

- Por su abuela
- Investigación en textos
- Intercambio de conocimientos con productores.

¿Es difícil conseguir los productos en el DMQ?

No le resulta complicado. Puesto que ella ya tiene su casera o contacto que le provee de estos productos.

¿En qué tipos de preparaciones los utiliza?

En preparaciones de sal y especialmente postres.

¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia?

Técnicas clásicas como horneado, blanqueado, hervido, procesado (liucado y tamisado). No le agrada hacer técnicas como frituras debido a lo peligroso que puede resultar para ella, sus colaboradores y espacio físico.

¿Trabaja o es parte de alguna organización que intente rescatar productos precolombinos de alguna región?

No trabaja con ninguna organización. Sin embargo, comparte la ideología de utilizar productos precolombinos con el objetivo de dar a conocer internacionalmente los sabores nativos del Ecuador. Además, de ayudar a pequeños productores y en sí a los a evitar la extinción de variedades de productos.

En caso de ser afirmativo ¿Cómo se llama la organización?

-

¿Qué nos puede contar respecto a esta organización?

-

¿Qué le motiva a investigar, utilizar y promover el uso de alimentos precolombinos?

Lo que le motiva es hacer conocer al Ecuador internacionalmente con los sabores de estos productos utilizando técnicas modernas. Emplatados e ideas de vanguardia originales de su creación.

¿Cuáles son sus objetivos profesionales?

Es a dar a conocer la comida del Ecuador a un alto nivel. A través de conceptos nuevos llegar a ser embajadora del Ecuador. (que a través de su pensar es ser representante del Ecuador.)

Motivar a su gente a ser embajadores y su país a convertirse en embajadores e impulsar el amor y pasión por la cocina y orgullo por su comida.

¿Cómo planea conseguir estos objetivos?

Hacer que todo mundo le conozca al Ecuador a través de la cocina sobre todo de sus sabores y del arte.

Nombres: Esteban Tapia Merino

Nombre del establecimiento: Universidad San Francisco de Quito (lugar de la entrevista). Catering Sal quiteña.

Dirección: Ambato, Valle de los Chillos, Universidad San Francisco de Quito

Teléfono: 098214541

Edad: 44

¿Podría nombrar 10 productos pre coloniales del DMQ con los que más ha trabajado?

Maíz, papa, tomate, variedades de frejoles, pepa de zambo, mashuas, flor de zapallos, jícama, ocas.

¿Cómo adquirió conocimiento de estos productos?

- Con su abuela
- Mercados (hablando con las caseras)
- Literatura como: pan de américa, saber alimentarse de Plutarco naranjo. El diccionario Folcloral Ecuatoriano.

¿En qué tipos de preparaciones los utiliza?

De todo, Bebidas, entrada, sopas, platos principales, postres.

¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia?

Las técnicas clásicas. La parrilla, asado al carbón, asado, al horno, cocción al vapor.

¿Trabaja o es parte de alguna organización que intente rescatar productos precolombinos de alguna región?

Si, para algunas.

En caso de ser afirmativo ¿Cómo se llama la organización?

- Movimiento Slow Food (2010)
- Colectivo nacional agroecológico: vínculos con la producción. Las organizaciones que más se destacan de este colectivo son:
- La ARSAK, la UNORCAC, la ABAL (Loja), PECAOL (Guayas), la UOSEC (Esmeraldas), movimiento utopia (Riobamba), red de campesinos de la Amazonia
- La red de guardianes de semillas.

¿Qué nos puede contar respecto a esta organización?

Principalmente temas agroecológico y buenas prácticas en la alimentación. Principalmente con SlowFood, trabajar con pequeñas comunidades de agricultores.

Colectivo nacional agroecológico: se tratan temas como: permacultura, bioconstrucción y cocina.

¿Qué le motiva a investigar, utilizar y promover el uso de alimentos precolombinos?

- La encuentra en el trabajo social, en el papel social del cocinero.
- Ayudar a los productores.
- Revitalizar y revalorar los productos de origen precolombino o ancestral. Crear una cocina con más identidad.
- Tomar en consideración la “huella ecológica” que creamos. Ejemplo: ¿Por qué es más fácil conseguir manzanas importadas que nacionales?.

¿Cuáles son sus objetivos profesionales?

- Corto Plazo: continuar dando clases. Y la cocina en si (trabajar en restaurantes hoteles)
- Mediano plazo: hacer un centro de investigación de cocina ecuatoriana con la lógica de alimentos limpios, ayuda social a campesinos y cuidado al medio ambiente.
- Largo plazo: motivar más a los jóvenes para darle paso, y descansar en un pequeño restaurante retirado del planeta.

¿Cómo planea conseguir estos objetivos?

- Corto plazo: seguir investigando, seguir vinculando con la Universidad y dar más oportunidades a los jóvenes.
- Mediano plazo: aprovechar los vínculos con organizaciones para seguir la investigación de productos.
- Largo plazo: retirarse y comenzar con su idea del restaurante alejado de la civilización.

Nombres: Juan Sebastián Pérez, Martin Varesa

Nombre del establecimiento: Quito

Dirección: Juan Rodríguez 159 (entre 6 de Diciembre y Diego de Almagro)

Teléfono: 0988014993

Edad:

¿Podría nombrar 10 productos pre coloniales del DMQ con los que más ha trabajado?

- Cereales: chia, amaranto, trigo.
- Tubérculos: ocas, mashuas, mellocos.
- Raíces: yuca, camote.
- Frutas: taxo, maracuyá, nísperos, guabas, cacao.
- Animales: Cuy, llama, paiche (pescado).

¿Cómo adquirió conocimiento de estos productos?

- Con su familia (sus abuelos), viajes y trabajando en pequeños restaurantes.
- Viajando, los estudios de antropología de Martín.

¿En qué tipos de preparaciones los utiliza?

De todo un poco, dulce, platos fuertes, entradas, etc.

¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia?

- Tradicionales: vapor, horno, braceado, etc
- Empíricas: cocción en leña,
- Vanguardia: sous vide.

¿Es difícil conseguir los productos en el DMQ?

Al principio si se le hacía complicado. Con el tiempo el encontró un proveedor en el mercado mayorista que acopla productores de comunidades.

¿Trabaja o es parte de alguna organización que intente rescatar productos precolombinos de alguna región?

No, pero mantiene una relación muy estrecha con organizaciones como SlowFood, Los guardianes de las semillas, Cannopy bridge,

Según su forma de pensar, si trabaja con movimientos, pero más en la parte de hacer comercio con las comunidades más que organizar charlas, conferencias, etc.

Su visión está enfocada en que toda empresa para tener sostenibilidad debe formarse por 3 pilares importantes que son: la paz y aporte al medio ambiente, fondo social con comercio justo y darle trazabilidad a los productos en una cadena de valor.

En caso de ser afirmativo ¿Cómo se llama la organización?

-

¿Qué nos puede contar respecto a esta organización?

-

¿Qué le motiva a investigar, utilizar y promover el uso de alimentos precolombinos?

El principal propósito es mantener y rescatar identidad.

Aportar al Ecuador, Latinoamérica y sobre todo a la gastronomía.

¿Cuáles son sus objetivos profesionales?

No darle la vuelta los platos elaborados de ecuador (locro, fritada, etc) sino investigar el porque de las cosas y presentar estos productos de manera deliciosa, saludable y agradable a todos los sentidos.

¿Cómo planea conseguir estos objetivos?

Aportar, dar información y sobre todo ser auténticos.

Nombres: David Harrington

Nombre del establecimiento: USFQ (Marcus restaurant, Epikus catering)

Dirección: Diego de Robles y Vía interoceánica

Teléfono: 2971848 / 2973717

Edad: 38

¿Podría nombrar 10 productos pre coloniales del DMQ con los que más ha trabajado?

Mashuas, ocas variedades de maices, camote y sus variedades, pato, achogcha, taxo, guaba, variedades de papas.

¿Cómo adquirió conocimiento de estos productos?

Osmosis, estudiando, leyendo y sobre todo en el día a día probando los productos que se encuentran localmente.

¿Es difícil conseguir los productos en el DMQ?

No, ya que los proveedores de la universidad le proveen de todo lo que necesita.

¿En qué tipos de preparaciones los utiliza?

En lo que le encontraba mejor uso, haciendo experimentos definió que tipo de preparación usar.

¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia?

Mashua: asado o al horno

Maices: pasteles de choclo, masas de morocho

Achogcha encurtido

Tubérculos, crocantes, papeles, sopas.

¿Trabaja o es parte de alguna organización que intente rescatar productos precolombinos de alguna región?

No.

En caso de ser afirmativo ¿Cómo se llama la organización?

-

¿Qué nos puede contar respecto a esta organización?

-

¿Qué le motiva a investigar, utilizar y promover el uso de alimentos precolombinos?

Le motivan (según su opinión personal) tres pilares muy importantes. Estos son: razón personal de conocimiento, técnica y productos lo que ayuda a su crecimiento personal.

Además de desarrollar su creatividad mas no hace relación a una razón social o a “rescatar a alguien o algo”.

¿Cuáles son sus objetivos profesionales?

Aplicar sus conocimientos con fines de educación (dar conocimiento y ayuda a los estudiantes), económicos y de crecimiento personal (si le hace feliz).

¿Cómo planea conseguir estos objetivos?

Continuar investigando y experimentando.

Nombres: Sebastian Imbago

Nombre del establecimiento: Balcón 2 hemisferios

Dirección: Cayambe

Teléfono:

Edad: 27

¿Podría nombrar 10 productos pre coloniales del DMQ con los que más ha trabajado?

Mishke, amaranto, quinua, zanahoria blanca, ocas, mashuas (variedades), anayuyo, arrayan, ají hojas de capulí, flores de mashua, uvillas, taxo, tomate de árbol, camote, Variedades de papa. Uchujacu harina de 7 granos chuchuca; concentración del choclo ko, chamburo.

¿Cómo adquirió conocimiento de estos productos?

Experimentando sobre todo aprendió con su propio restaurante.

Investigación de campo.

¿Es difícil conseguir los productos en el DMQ?

No, ya que el tiene su “casera” que cosecha los miércoles y le hace una canasta de alrededor de 20 dolares con los productos más frescos que ella tenga.

¿En qué tipos de preparaciones los utiliza?

Horno de leña, vapor, técnicas de vanguardia para dar textura.

¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia?

¿Trabaja o es parte de alguna organización que intente rescatar productos precolombinos de alguna región?

Actualmente no trabaja para ninguna organización. Pero mantiene contacto cercano con la casa Pontequina y SIPAE.

En caso de ser afirmativo ¿Cómo se llama la organización?

-

¿Qué nos puede contar respecto a esta organización?

¿Qué le motiva a investigar, utilizar y promover el uso de alimentos precolombinos?

Que su trabajo se ha hecho divertido, que hay más gente involucrada, seguir creciendo mientras se siga ayudando a la gente.

¿Cuáles son sus objetivos profesionales?

Dar clases, seguir creciendo su restaurante, poner otro restaurante, seguir ayudando a estos pequeños agricultores.

¿Cómo planea conseguir estos objetivos?

Continuar con lo que sigue haciendo porque es un aprendizaje constante.

Nombres: Erick Dreyer

Nombre del establecimiento: Cire

Dirección: García Moreno 425

Teléfono: 2892790

Edad: 35

¿Podría nombrar 10 productos pre coloniales del DMQ con los que más ha trabajado?

Maíz, ají, llama, pato, papa, mellocos, chochos.

¿Cómo adquirió conocimiento de estos productos?

A través de investigación y práctica, salir al campo es necesario y conocer los mercados tradicionales.

¿En qué tipos de preparaciones los utiliza?

Todo tipo de preparaciones.

¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia?

Me gusta mucho trabajar el ahumado y el secado tanto de pescado y carnes

¿Trabaja o es parte de alguna organización que intente rescatar productos precolombinos de alguna región?

Si.

En caso de ser afirmativo ¿Cómo se llama la organización?

Cannopy Bridge

¿Qué nos puede contar respecto a esta organización?

Son encargados de rescatar productos amazónicos, andinos y de la costa, productos artesanales y de producción orgánica. Además de brindar asesoría para hacer un trato justo con las comunidades que producen: ejemplos: Paiche, garabato yuyo, cachama, hormigas, ají, neapia, etc

¿Qué le motiva a investigar, utilizar y promover el uso de alimentos precolombinos?

Creo que como cocineros tenemos el deber de reintroducir y acostumbrar a la gente a utilizar nuestros productos en la dieta diaria. La manera de hacerlo es haciendo preparaciones novedosas utilizando producto y técnica ecuatoriana. Creo que la mejor manera de promover el uso es educando y valorizando nuestro producto y origen.

¿Cuáles son sus objetivos profesionales?

Como profesional ojalá ayudar al Ecuador primero a valorizar su comida y producto. Y segundo internacionalizar la gastronomía ecuatoriana.

¿Cómo planea conseguir estos objetivos?

Trabajando el producto nacional y tratando de reinventarlo, educando al consumidor nacional, para que así haya la fuerza suficiente para salir al mundo.

Nombres: Franklin Rosero

Nombre del establecimiento: Departamento de investigación y desarrollo gastronómico de la UTPL

Dirección: Marselino Shampang y Paris, Loja Ecuador.

Teléfono: 0979005449

Edad: 27 años

¿Podría nombrar 10 productos pre coloniales del DMQ con los que más ha trabajado?

Oca, Mashua, Melloco, Chuño, Chirimote, amaranto, Quinoa, Hoja de coca silvestre, cuso, Sangorache.

¿Cómo adquirió conocimiento de estos productos?

Acercamiento a productos y campesinos en la zona norte de Chimborazo y sur de Loja.

Con documentos de tipos de cocciones y tradiciones que enmarcan cultura y productos.

¿En qué tipos de preparaciones los utiliza?

Sobre todo, en investigación de versatilidad de productos ecuatorianos frente a diversas técnicas culinarias: vacío, zonificación, nixtamalización, liofilización, osmosis, aires, geles, confitado, gran fritura, deshidratado, cocción en caolín.

¿Qué técnicas culinarias ha utilizado con mayor frecuencia?

¿Es complicado conseguir estos productos en Quito? ¿Cómo y donde los consigue?

Nixtamización, vacío, confitado, cocción en caolín, liofilización, y técnicas tradicionales francesas.

¿Trabaja o es parte de alguna organización que intente rescatar productos precolombinos de alguna región?

No trabaja en ningún tipo de organización, puesto que trabaja para un centro de investigación.

En caso de ser afirmativo ¿Cómo se llama la organización?

-

¿Qué nos puede contar respecto a esta organización?

-

¿Qué le motiva a investigar, utilizar y promover el uso de alimentos precolombinos?

El Ecuador es un país muy rico y diverso en productos gastronómicos, cultura y tradición.

Nuestro deber como gastrónomos es valorizar, explotar, y potenciar de la forma más adecuada, y correcta dichos productos.

¿Cuáles son sus objetivos profesionales?

Establecer una cultura gastronómica en el país que destaque el producto ecuatoriano sin importar en qué parte del mundo se encuentre o qué tipo de cocina practiquen.

¿Cómo planea conseguir estos objetivos?

En la parte académica investigando y enseñando el valor que tienen nuestros productos y en la parte comercial poniendo en práctica lo investigado y ofreciendo al comensal alternativas para consumirlas.