

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

**Importancia de la gastronomía tradicional en el Carnaval y
su valor en la identidad cultural de Guaranda**

Proyecto de Investigación

ROMINA ALEJANDRA JARAMILLO PÉREZ

Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

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

Quito, 9 de mayo de 2018

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

HOJA DE CALIFICACIÓN DE TRABAJO DE TITULACIÓN

**Importancia de la gastronomía tradicional en el Carnaval y su valor en la
identidad cultural de Guaranda**

Romina Alejandra Jaramillo Pérez

Calificación: _____

Nombre del profesor, Título académico

Firma del profesor: _____

Quito, 9 de mayo de 2018

Derechos de Autor

Declaro que el presente trabajo constituye de mi propia autoría, asevero que el mismo ha sido elaborado según los principios establecidos por la Universidad San Francisco de Quito, en el mismo se han incluido todas las normas referentes a Propiedad Intelectual USFQ. Por lo tanto, el proyecto aquí mostrado está sometido a las políticas antes citadas.

Además, autorizo a que el trabajo presentado sea publicado y digitalizado en el repositorio virtual, en concordancia con lo establecido en la Ley Orgánica de Educación Superior, artículo 144.

Firma del estudiante:

Nombres y apellidos:

Romina Alejandra Jaramillo Pérez

Código:

00116792

Cédula de identidad:

0202111837

Lugar y fecha:

Quito, 9 de mayo de 2018

RESUMEN

El presente texto se encuentra encaminado a brindar una clara expectativa de lo que constituye el Carnaval de Guaranda y la importancia que en el mismo radica, siendo esta una de las mayores fiestas tradicionales que ha representado durante siglos a la provincia de Bolívar y sobre todo por aquellas acciones culturales que la identifican, la calidez de su gente y la gastronomía tan variada y dinámica que la simboliza. Además, pretende establecer una clara evidencia de cómo el Carnaval ha influenciado en sus preparaciones a través del tiempo y también sus descendencias, las cuales han sido claves para la conservación de dichos sabores.

La tradición guarandea enfoca sus costumbres en ciertos hábitos basados en sus formas de preparación, cuyas familias mantiene sus métodos de cocción cimentados en costumbres adquiridas durante años por sus ascendientes. Esto se encontrará determinado en este documento, en el cual se ha pretendido recoger información tanto por medio de métodos cualitativos como: encuestas; como también mediante un análisis documental mediante la investigación de textos, revistas, periódicos e informes que contenían información relevante sobre el Carnaval.

Finalmente, cómo la gastronomía puede llegar a influenciar en la construcción de la identidad cultural; aquellos aspectos que encaminan a establecer una base idónea en la transformación diaria de la sociedad, cuyos cimientos se han venido adquiriendo desde un pasado histórico, pero que a la vez se ha logrado mantener estático en el pasar del tiempo.

Palabras claves:

- Carnaval
- Gastronomía
- Guaranda
- Identidad Cultural
- Tradiciones y costumbres
- Platos tradicionales

ABSTRACT

This text is aimed at providing a clear expectation of what constitutes the Carnival of Guaranda and the importance that lies in it, this being one of the largest traditional festivals that has represented for centuries the province of Bolivar and especially for those cultural actions that identify it, the warmth of its people and the gastronomy so varied and dynamic that it represents it. In addition, it aims to establish clear evidence of how the Carnival has influenced their preparations over time and also their descendants, which have been key to the conservation of these flavors.

The tradition of Guarandeña focuses its customs on certain habits based on its forms of preparation, whose families maintain their cooking methods based on customs acquired for years by their ancestors. This will be determined in this document, which has sought to collect information both through qualitative methods such as: surveys; as well as through a documentary analysis through the investigation of texts, magazines, newspapers and reports that contained relevant information about the Carnival.

Finally, how gastronomy can influence the construction of cultural identity; those aspects that lead to establish a suitable base in the daily transformation of society, whose foundations have been acquired from a historical past, but that at the same time has been maintained static over time.

Keywords:

- Carnival
- Gastronomy
- Guaranda
- Cultural identity
- Traditions and customs
- Traditional dishes

TABLA DE CONTENIDOS

Derechos de Autor	3
RESUMEN	4
ABSTRACT	5
TABLA DE CONTENIDOS	6
INTRODUCCIÓN	7
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	9
1. Tema	9
2. Problema	9
3. Objetivos	9
3.1 Objetivo general.....	9
3.2 Objetivos específicos	9
4. Marco teórico	9
4.1 Antecedentes.....	9
4.2 Revisión bibliográfica.....	12
4.2.1 Historia de Guaranda.....	12
4.2.2 Antropología.....	14
4.2.3 El Carnaval	15
4.2.4 Influencia gastronomía.....	18
4.2.5 Identidad cultural	19
4.3 Trabajo de campo	23
<u>Reseña de Irene Gutiérrez</u>	24
<u>Reseña de Liliana Silva</u>	26
<u>Reseña de Carlos Murillo</u>	28
<u>Reseña de Olga Pérez</u>	30
<u>Reseña de Flor Jarrín</u>	32
<u>Reseña de Dagoberto Escudero</u>	34
5. Productos elaborados	36
5.1 Dulce de Zambo.....	36
5.2 Chigüil	38
5.3 Alcaparras.....	42
5.4 Pájaro azul	45
5.5 Fritada	47
5.6 Cuy en salsa de maní.....	49
6. Conclusiones	52
7. Recomendaciones	53
Bibliografía	54

INTRODUCCIÓN

Guaranda es la ciudad de las “Siete Colinas” caracterizada de dicha forma porque se encuentra rodeada por colinas cuyos nombres son: San Bartolo, San Jacinto, Loma de Guaranda, Cruz Loma, el Mirador, Tililag y Talalag. Es además, identificada como la ciudad de los eternos carnavales, por sus bellos paisajes y sobre todo por la calidez de sus habitantes. Ubicada en pleno centro del Ecuador posee una ubicación estratégica que beneficia para su comercio y turismo.

La infraestructura de la misma está adecuada con adoquines y calles angostas, cuyo ambiente solo irradia paz, apacibilidad, sosiego y tranquilidad. Este entorno acogedor ha permitido establecer a dicha ciudad como uno de los mayores atractivos turísticos con los que cuenta el país; ideal para descansar, con proximidad a las principales ciudades de Ecuador; y, sobre todo por su encanto tan particular.

Uno de los principales atractivos de su ciudad instauro el Centro Histórico debido a su colonialidad, legado que han dejado los indígenas plasmados en las estructuras de sus casas, en los balcones de madera talladas, en sus jardines, en sus calles de adoquines y por supuesto, no dejando de lado, aquellos adornos que decoran los balcones con rosas de extensa diversidad.

El Carnaval de Guaranda constituye una fiesta tradicional de la Sierra ecuatoriana, es una de las mayores fiestas populares del mundo, sobre todo por la aglomeración de turistas que año tras año recibe; cuya cosmovisión solamente deja entrever la verdadera diversidad cultural que esta ciudad mantiene. Los indígenas dieron origen al Taita Carnaval, un personaje simbólico por las virtudes cívicas que este representa, en la entrada que cada año realiza en el desfile muestra la apertura oficial del Carnaval.

Esta festividad se remonta históricamente a la época colonial, cuya celebración fue introducida por los conquistadores, pero al llegar a formar parte de la convivencia indígena dio origen a nuevas costumbres y tradiciones. No hay que olvidar que los desfiles de máscaras, comparsas, juegos con agua y bailes si se encontraban dentro de las actividades que los españoles traían consigo en su fiesta original; sin embargo, los nativos incluyeron formas más populares y llamativas como la repartición de comida a sus invitados para hacer de ella, una propia de su culturalidad.

La importancia gastronómica de Guaranda radica sobre todo en que la elaboración de dichos platos han sido por siglo preparaciones ancestrales de sus antepasados, pese a que las mismas se encontraban elaboradas con ingredientes

prehispánicos, también se hallaban fusionados con productos cuyo origen era del continente europeo. Los platos típicos como los tamales y chigüiles, elaborados a base de harina de maíz; las alcaparras, cuyo encurtido se encuentra preparado con la chicha; la fritada, que utiliza a la carne del cerdo para ser elaborada, el pájaro azul, con la caña de azúcar como su principal ingrediente; son algunos de los platos y bebidas más representativas de la ciudad.

Es así como todos los seres humanos deben formar parte de una colectividad que vaya construyendo una propia identidad basada en su culturalidad. Aquellos aspectos sociales, culturales, económicos y políticos han de matizar fuertemente el presente basado en el pasado de la sociedad, cuya historia se ha de convertir en una fuerte identidad cultural. Como pueblo y ciudadanos activos de la misma sociedad han permitido influenciar en el camino cuyas formas tradicionales y costumbristas han logrado que dicha importancia gastronómica influya en la construcción de su propia identidad cultural.

Todas estas maneras tradicionales adyacentes a las preparaciones como la utilización de utensilios de palo, hornos o cocinas de leña, piedras para picar, entre otras; instauran una manera muy prolija de ir cimentando y construyendo bases para la formación propia de su identidad. .

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

1. Tema

Importancia de la gastronomía tradicional en el Carnaval y su valor en la identidad cultural de Guaranda

2. Problema

Deficiente información vinculada a los platos tradicionales gastronómicos de Guaranda elaborados durante el carnaval, sobre todo desde el enfoque de la relación entre la producción, la transformación y el consumo de alimentos locales y las manifestaciones culturales alrededor de ellos.

3. Objetivos

3.1 Objetivo general

Identificar la relevancia de la gastronomía tradicional en el Carnaval y su valor en la identidad cultural de Guaranda.

3.2 Objetivos específicos

- Investigar mediante métodos cualitativos información sobre la importancia de la gastronomía tradicional en el Carnaval y su valor en la identidad cultural.
- Analizar el desarrollo de la gastronomía tradicional desde la producción, la transformación y el consumo de alimentos locales y sus manifestaciones culturales.
- Reconocer las principales recetas gastronómicas tradicionales elaboradas en el Carnaval de Guaranda.

4. Marco teórico

4.1 Antecedentes

Ecuador es una de las naciones más pluriculturales, diversas y multiétnicas del mundo; cuyos habitantes en las regiones principales: Costa, Sierra, Oriente e Insular se han auto definido como mestizos, afroecuatorianos, indígenas y blancos, que han formado su propia identidad cultural y cuya mezcla se cimienta con su nacimiento, su lugar de origen y su entorno, de tal manera que se va construyendo esta identidad. Todas estas culturas se ven marcadas por festividades, estilos de vida, recursos y tradiciones gastronómicas que acompañan todas las actividades y costumbres.

Su pequeña extensión territorial y sus diversidades culturales han permitido que Ecuador se conozca como un país mega diverso. El tema cultural más que una variable social, es una construcción de la identidad propia del ser humano, del que se desprenden

un sinnúmero de factores como: cultura, tradiciones, recursos, entre otros; que son los que los hacen significativos.

El Carnaval de Guaranda se establece como una gran herencia cultural, cuyo legado recoge costumbres, tradiciones y simbolismos que han sido adoptados por nuestros indígenas desde la conquista española. La historia que devela sus calles y plazas principales, las fiestas, la comida, las coplas, la gente, son sin duda todas las manifestaciones que aportan una verdadera significancia cultural. Aquel derroche de júbilo, exaltación y entusiasmo es lo que caracteriza a la comunidad guarandeña.

La denominación otorgada a esta ciudad se cree que es originaria de la planta Guarango, cuyo nombre científico es "*Prosopis Pallida*" (Wikipedia , 2017), especie botánica de leguminosa es la mezquite (género de árbol), debido a que su abundancia era extensa en este territorio. Además, se considera que los primeros pobladores de la zona fueron llamados "Indios Guarangos"; es así como los españoles designan el nombre de Purísima Concepción María de Guaranda, años más tarde adoptan el nombre de un Santo, San Pedro de Guaranda.

Guaranda es muy conocida como la ciudad de las siete colinas debido a que se encuentra rodeada por las mismas siendo estas: "San Jacinto, Loma de Guaranda, San Bartolo, Cruzloma, Tililag, Talalag y el Calvario" (Gobierno Autónomo Descentralizado del Cantón Guaranda , 2015). Su estructura permite entrever una ciudad llamativa, llena de encantos y grandes atractivos turísticos, la cual la identifica como una ciudad sosegada y aplacible. Así también, es considerada como la segunda ciudad más pequeña del país, con una ubicación estratégica en la Hoya de Chimbo.

Según Pereira Valarezo (2009) Las fiestas son consideradas como todas las manifestaciones culturales expresadas mediante acciones por una comunidad que pretende dar a conocer sus ritos y costumbres a partir de aquella actividad constante. Estas permiten establecer una inmensa riqueza simbólica, en donde la afectividad compartida entre ellos logra forjar fuertes lazos de integración social. Las fiestas se asemejan a un juego debido a lo que estas generan: interacción, entretenimiento y distracción; sin embargo, la fiesta ritual se diferencia del juego porque esta se instaura como un culto.

Las fiestas religiosas no son las únicas que se encuentran encaminadas dentro de este ideal, sino también las civiles cuyo sentido "apela a una memoria colectiva, un sentido compartido o un ideal que trasciende el juego de las formas y convoca la figura del culto o la ceremonia. La festividad se desarrolla en torno a un núcleo de contenidos

(ideas, creencias y valores) que sirven de horizonte de sentido y producen una mística colectiva entre los participantes” (Pereira Valarezo , 2009).

Además, las fiestas establecen un montaje de un acto social: cuyos roles, sitios y significados son cubiertos con recursos teatrales como luces, máscaras, disfraces, entre otras; con esto pretenden destacar mediante actividades representativas su identidad y expresión cultural. Según Pereira Valarezo (2009) determina que muchas de las manifestaciones se evidencian por sus costumbres, tradiciones, música, juegos, gastronomía, ceremonias. Sin duda, también expresa un sentido lleno de arte, “(...) de la belleza de las formas que integran la ceremonia y las sugerencias de sus contenidos rebosantes de significación” (Pereira Valarezo , 2009, p. 15). Todo esto busca transmitir contenidos significativos culturales que expresa creencias, saberes y ritos enfocados en una evocación colectiva.

Este constituye un acto social cuyas diversidades dependen de su etnia, lingüística y tradiciones culturales que son manifestadas por nacionalidades y pueblos que la festejan; todo esto basado en un sinnúmero de factores que permiten su realización como: instituciones públicas, economía, entre otros. La fiesta es un suceso cuyo significado a de cargar, simbolismos sociales en sus hechos y personajes, esto permite que cada pueblo se logre visualizar a sí mismo de forma actualizada y por ende del mundo que les rodea. “En ella reordena y orienta cíclicamente las relaciones al interior del grupo, redistribuye instancias de poder y prestigio y, sobre todo, se reproduce a sí mismo comunicándoles a sus miembros los símbolos portadores de su identidad y voluntad de ser distintos” (Pereira Valarezo , 2009, p. 25).

El Carnaval de Guaranda es una exteriorización de toda la riqueza socio-cultural que la provincia posee. Este enfoca al Carnaval desde el ámbito simbólico y el poder, cuya existencia y manifestación es apropiada por la cultura oficial y la cultura popular como el más grande factor representativo e identificativo de la ciudad. Las prácticas culturales habituales que hacen del tradicional Carnaval Guarandeño una fiesta mayor permite que cobre vida y otorga significado y sentido a la misma mediante sus: comidas, coplas, tragos, agua, comparsas, elección de su reina, desfiles, entre otras; que hacen del Carnaval, productivo y cultural.

Finalmente, no existen estudios en donde se determine la relevancia gastronómica tradicional del Carnaval y como estos platos tradicionales influyen en la identidad cultural de Guaranda. Se destacan investigaciones sobre los pueblos indígenas, en donde establecen como estos han aportado en la construcción de la identidad; sin embargo,

realizar un análisis cultural en el cual se exteriorice las verdaderas costumbres y tradiciones que dan vida a lo que realmente constituye el Carnaval de Guaranda es muy necesario, puesto que solo de este modo la fiesta tradicional será entendida como tal y la importancia de visitar esta provincia en su fiesta tradicional mayor.



Figura 1. Elaboración propia

4.2 Revisión bibliográfica

4.2.1 Historia de Guaranda

En el siglo XV existieron dos colonizaciones muy asentadas dentro del territorio, los Camayo y los Chimbo. Años más tarde, un nuevo asentamiento coloniza, siendo estos los Incas, cuya ruta de unión entre la Sierra y la Costa, fue lo que los encaminó a estos a elegir dicha ciudad como su lugar de permanencia; sin embargo, duró poco tiempo debido a que los españoles en el año 1571 conquistaron Guaranda, específicamente Chimbo, porque en 1581 fue la ciudad capital. En el año 1702 se convierte en el Corregimiento de Guaranda y años más tarde en 1776 se vuelve Guaranda su capital oficial. “(...) Su nombre original es GUAUHRANGA, que significa lugar de árbol” (Hidalgo, 1994, p. 19).

Las principales tipologías del cantón Guaranda se encuentran determinadas por la Cordillera de los Andes y su ramal la Cordillera de Chimbo o también conocida por Chuquinac, esta se halla atravesando prolongadamente de norte a sur la meseta del Chimborazo, la cual instaura una línea divisora de aguas. Además, esto ha dado lugar a que la superficie terrestre y espacios naturales sean fracciones muy diferenciadas, zonas que se encuentran muy establecidas como: subtrópico, páramo y la hoya de Chimbo.

Esto origina aquel clima que la identifica, desde un frío muy intenso hasta una temperatura cálida del trópico y subtrópico.

De ahí se desprende la diversidad de productos que ofrece, de aquella tierra fértil. Pocos son los individuos que hayan pasado y no les haya marcado encontrarse dentro de este territorio, las personas ven en ella una tierra llena de posibilidades, especialmente una riqueza agrícola en donde los cultivos más importantes constituyen las papas, leguminosas, cereales, caña de azúcar, hortalizas, frutas tropicales, café, banano, cítricos, yuca, arroz, entre otros. A este gran patrimonio se suma la pecuaria donde los porcinos, bovinos y ovinos instauran los principales animales en crecimiento dentro de esta población.

“La estructura socio-económica de la provincia se sustenta en la agricultura. A ello se dedica el 90% de la población” (Hidalgo, 1994, p. 17) .Bolívar es considerada una de las provincias con mayores atractivos turísticos en especial por la celebración de su fiesta mayor el Carnaval. Es una pequeña ciudad muy acogedora, pero sobre todo con rincones bellos que difunden mucho color. A reducidos kilómetros de la ciudad se encuentra la parroquia Guanujo, y muy cerca de esta Patococha y Puricocha, que se han convertido en atractivos turísticos. Además, al pie de estos farallones, se ubica Salinas, una muy interesante y reconocida parroquia, debido a que su principal forma de subsistencia se halla en la producción y comercialización de quesos y chocolates. Guaranda constituye una riqueza cultural tanto por sus atractivos turísticos como por su gente, su gastronomía, sus costumbres, sus tradiciones.



Figura 2. Elaboración propia

4.2.2 Antropología

Guaranda, ciudad de “Las Siete Colinas”, posee una gran ubicación estratégica, misma que la convierte en un sector fundamental por su conexión entre la Sierra y la Costa. Todas aquellas manifestaciones y expresiones culturales que conforman la fiesta tradicional la hacen divertido, lúdico y sagrado. Aquel sincretismo cultural relacionado a la diversidad cultural, vinculando lo sagrado y lo profano, ha dado como resultado manifestaciones y expresiones paganas relacionadas al festejo del carnaval y religiosas enfocadas al tema de la cuaresma. Aquellas actividades que la hacen un suceso que sobrepasa la cotidianidad de una fiesta habitual, una festividad que cobra vida propia y cuyas tradiciones se han visto envueltas con los aspectos pre-hispánicos y coloniales.

El patrimonio que esta posee se define por su entorno social y cultural, cuya construcción de la identidad se ha visto reflejada en todas las prácticas tradicionales y culturales que autodefinen a las personas que forman parte de la misma. Esto determina la influencia de todas las prácticas coloniales que fueron insertadas y que han sido adquiridas como propias para enriquecer la cultura prehispánica.

Esta fiesta constituye una euforia por la participación activa de toda la comunidad guarandeña, especialmente por los actos como son: comparsas, conciertos, bailes, elección de la reina, entre otros; cuyos principales actores conforman las instituciones públicas y privadas, unidades educativas, clubes y organizaciones barriales. Toda esta riqueza cultural, cuyas manifestaciones simbólicas y prácticas tradicionales tan marcadas han dado lugar a que se fortalezca, culturice e institucionalice la fiesta mayor.



Figura 3. (Dávila, 2017)

4.2.3 El Carnaval

Son variadas las versiones existentes sobre el Carnaval de Guaranda. “La primera se considera que los Guarangas, tribu ancestral perteneciente a la nación de los Chimbus, realizaba una fiesta en honor de su Cacique (El Cacique Guaranga) y para dar gracias a Pachacamac y a la naturaleza” (GoRaymi, 2017). Todas las tribus que se encontraban aledañas al lugar eran invitadas, los originarios de la zona preparaban comida y bebidas, mismas que eran ofrecidas durante los tres días que duraba la celebración. En las festividades existían danzantes, disfrazados, cantantes, rostros pintados, su atuendo era a base de piel de animales, la mayoría de sus alimentos se elaboraban con la harina de maíz siendo alguno de estos: la chica y los tamales. La mayoría de ellos bailaban al son de la música arrojando agua y flores perfumadas, invitando a unirse a la celebración. La llegada de los españoles impuso la tan conocida fiesta que es el Carnaval, acoplando la tradición ancestral de los Guarangas a las costumbres de los conquistadores, siendo la misma festividad con el disfraz de un nombre.

Una fábula constituye la siguiente versión, misma que radica en la historia de que “el dios o "Gran Taita" tenía por simpatía hacia Carna y Valerio, dos jóvenes enamorados que debían casarse por decisión del Cacique Guaranga, al verlos dormidos en el campo, ordenó a la naturaleza que compusieran una música para ellos” (GoRaymi, 2017). Posterior a ello y de manera inmediata las aves cantaron alegres, el viento arrojó su aliento lúgubre y los árboles en un gran retumbar se torcieron dolientes, mientras el río susurraba inquieta y danzante. Aquel resultado de la conjunción de sonidos dio origen a una música ambivalente con virtudes enternecedoras y hermosas, donde el Cacique dispuso que se la tocara únicamente en la Gran Fiesta, hoy en día conocida como el Carnaval.

El Carnaval comprende en todas las regiones el calendario cristiano, es decir, inicia tres días anteriores a la Cuaresma. Generalmente, el mundo festeja dicha celebración con desfiles, comparsas, personas disfrazadas con máscaras. Además, otras de las opciones a las que se les atribuye el origen de la palabra carnaval se la encauza al italianismo “carne-vale que quiere decir ¡carne-a-diós! Y hace referencia a las licencias sensuales permitidas en esos días. El significado de carne-vale da lugar a la carnestolendas” (Hidalgo, 1994, p. 31). Otro de los orígenes se le imputa a la palabra romana car-navale cuyo equivalente es *carrus navalis* que significa “carro naval”. Esta

es considerada una de las teorías más cercanas a su origen debido a que es una forma de establecer los comienzos históricos del Carnaval.

El Carnaval desarrolla prácticas populares tradicionales cuyos juegos se encuentran relacionados a la comida, juegos con agua, recitar de coplas y bebidas que se cimientan en la imaginación, creatividad, reciprocidad y abundancia; sin embargo, muchos de los grupos oficiales han optado por querer cambiar dichas prácticas por otras más serias y cultas. No cabe duda que esto es imposible, pero si ha ido adoptando la cultura popular acciones y prácticas de una cultura más oficial.

La diversidad de culturas existentes en una nación, ciudad e inclusive en un pueblo, no puede ser simétrica o equilibrada, sino más bien resulta dificultoso debido a las desavenencias y discordancias raciales, sociales, económicas y culturales que de manera evidente coexisten y seguirán existiendo en Guaranda. Este conflicto es algo que no se puede solucionar de manera inmediata, es un proceso transitorio complicado e incesante de intercambios y compromisos culturales.

Es así como la tradición del Carnaval de Guaranda sigue existiendo, pero con variaciones por las diversas prácticas tradicionales indígenas y de los diversos grupos sociales con diversa ascendencia étnica que han sostenido por siglos conflictos complejos con las interacciones dominantes culturales, sobre todo de aquellos poderes hegemónicos que han intentado cambiarlas o eliminarlas; tanto en la época colonial, como la republicana.

La influencia hegemónica a la que se hace referencia es a la conquista española. En América Latina convergieron dos contextos: el religioso, introducido por la conquista, y el cultural, innato de los pueblos autóctonos de América. Antiguamente, los españoles por medio de celebraciones rendían honor a sus Dioses, tradición que fue introducida y cuya convergencia de culturas ha permitido la multiculturalidad y su celebración hasta la actualidad.

Estas tradiciones adquiridas como: desfiles de enormes carruajes, caravanas de personas mascaradas, comparsas, cantos, repartición de comidas y bebidas, juego con agua, entre otras prácticas, han sido una influencia muy representativa especialmente porque ello ha dado paso a que conjuntamente indígenas y españoles logran adquirir las mismas. Además, la temporalidad con la que se desarrollaban estas fiestas, permitió la implantación de esta festividad sin ninguna dificultad mezclando las prácticas que cada uno poseía. Esto permitió no solo que los españoles introdujeran nuevas prácticas,

sino también dieran paso a que los pueblos indígenas incluyeran matices simbólicas de su cultura, especialmente para dar un sentido diferente y con diferente contexto.

El Carnaval se ha ido constituyendo como la más grande fiesta tradicional, esta ha ido adquiriendo no solo lo introducido por conquistadores, sino que ha desarrollado nuevas prácticas como la música, danza, gastronomía, entre otras. Todo ello con el objetivo de ir forjando vínculos sociales entre los visitantes que año tras año concurren a esta ciudad.

El Carnaval de Guaranda se desarrolla en el territorio de su provincia conocida como “Las Siete Colinas”. Además, mantiene una fuerte conexión con las culturas rurales relacionadas a sus tradiciones y prácticas indígenas, por ejemplo, es posible evidenciar elementos simbólicos de la cultura indígena relacionada al período prehispánico como es el uso de la harina de maíz en las preparaciones típicas gastronómicas, así también el uso del agua que es muy representativo de la cultura colonial. “De allí que la estrecha relación de la ciudad de Guaranda y del carnaval con ese “otro” mundo cultural, le da un cierto aire de comunidad que es necesario señalar para comprender las diferentes expresiones culturales que enriquecen los contenidos de esta fiesta” (Llerene, 2000, p. 51).



Figura 4. (Dávila, 2017)



Figura 5. (Dávila, 2017)

Estadísticas de visitantes en Bolívar

Guaranda recibe un promedio de 30.000 personas anuales durante la época de Carnaval y alrededor de 50.000 visitantes en toda la provincia Bolívar durante cada año, según lo establece el Diario El Telégrafo (2018). Además, según Ecuador Potencia Turística la provincia de Bolívar en el año 2018, registró un 1.74% de viajes, siendo esto 26.345 la totalidad de viajes registrados.

4.2.4 Influencia gastronomía

Esa singular mezcla de productos de la región subtropical y sus procedimientos de cocción hacen que la cocina típica de la zona sea tan diversa. Guaranda posee una significativa e interesante mezcla de sabores, cuyos tradicionales platos incluyen ingredientes como la harina de maíz, la carne de cerdo, el zambo, las alcaparras, el queso. Aquella combinación origina estos platos.

Los platos gastronómicos tradicionales de la región constituyen principalmente la fritada, alcaparras, dulce de zambo, tamales de pollo y queso, cuy asado, chigüiles, caldo de gallina criolla, mote, buñuelos, empanadas, tortillas de maíz y de trigo. La diversidad cultural ha impulsado al desarrollo de nuevos sabores, inclusive la forma tan particular de su elaboración, como es el caso del tamal, un conocido plato típico, cuyo sabor depende de dos condiciones: la hoja y el queso tierno.

El Municipio de Guaranda (2011) establece que la sabiduría del pueblo radica principalmente en la pasión que los habitantes ponen al experimentar nuevas mezclas y sabores gastronómicos, con el objetivo de revelar cómo potenciar y perfeccionar los sabores ancestrales, las cuales se convierten en recetas propias e inéditas de las personas guarandeñas y sobre todo de su cultura, otorgándoles a las mismas identidad, es así como la historia de la gastronomía se ha forjado en su propia historia y de la misma forma en la historia de la tradición ecuatoriana.



Figura 6. (Dávila, 2017)

4.2.5 Identidad cultural

La humanidad a través del tiempo ha ido construyendo su propia historia colectiva, esto por medio de historias pasadas que permitirán comprender el presente. Una revisión y entendimiento del pasado admitirá no solamente conocer factores sociales, económicos, culturales y políticos que han matizado y han moldeado al presente de una comunidad, “(...) sino también porque, a su vez, la historia se convierte en una fuente identitaria, es decir, en un punto de encuentro y reconocimiento colectivo” (Guerrón & Terán, 2014, p. 9).

Según este mismo autor, todos los humanos, en un mínimo porcentaje son los forjadores de parte de la historia de su propio pueblo. Sin embargo, acciones propias de los humanos han logrado influir y trascender el trayecto de la comunidad. Es increíble considerar que varios de las leyendas o cuentos son formas de socializar con la cultura – entendiendo principios, historia, normas-. “es a partir de estas obras y memorias -ya

sean materiales o inmateriales- desde donde se recrean encuentros, se construyen relaciones sociales y se inter- cambian saberes” (Guerrón & Terán , 2014, p. 9).

La identidad hace referencia a un sinnúmero de factores culturales en oscilación que intervienen en la manera como los humanos van influyendo, observando, percibiendo y autodefiniendo al otro. La identidad ha sido tomada desde varios aspectos arraigados en el pasado; sin embargo, en la actualidad los aspectos sociales y materiales han logrado repercutir sobre la existencia y vida de las personas, cuyo impacto ha llegado a marcar la identidad y vínculos humanos.

Se plantea que la identidad es un proceso de construcción propia del yo interior, en donde el individuo va decidiendo la forma de comportarse y de actuar; este método constituye una forma de adaptarse, transformarse y aceptarse. “En la construcción de la identidad intervienen la imagen que tenemos de nosotros mismos, a partir de una reflexión personal que abarca lo que hacemos, los lugares donde vivimos, las personas con las que nos relacionamos, nuestra historia personal o las historias que compartimos con nuestros antepasados” (Guerrón & Terán , 2014). Todos aquellos factores cimientan todo lo que somos, tanto individual como colectivamente, de la misma forma que la cultura genera en todos, cambio y constante evolución y transformación social.

Es así como las identidades colectivas, al igual que las individuales, se construyen segundo a segundo. La cultura es un factor decisivo a la hora de crear identidad debido a que también el espacio territorial que nos rodea forma parte de esta construcción identitaria; sin embargo, pese haber determinado su territorio con el cual se identifica, también necesita limitar su territorialidad, misma que es comprendido como la institución de límites, ya sean simbólicas (tradiciones) o físicas (puentes).

Es así como la identidad se estructura tras una memoria colectiva cargada de saberes conjuntos habituales: tradiciones, costumbres, historia; siendo estos adquiridos desde el momento de su nacimiento y que van aumentando con la correlación e interacción con individuos.

El patrimonio cultural inmaterial es el único legado que perdurará en la humanidad, mismo que será transmitido y conservado por generaciones futuras. El patrimonio contextualiza elementos tradicionales, también factores originarios de otras culturas que colaboran con la unión social y que al mismo tiempo forman parte de la construcción de la identidad social colectiva.

Además, la oralidad constituye parte importante para conocer e interpretar la cultura de los pueblos; está se compone de mitos, tradiciones, coplas, elaboraciones de platos,

entre otras, debido a que no siempre se utilizó la escritura como medio para preservar la historia. Ejemplificando lo dicho, la oralidad posee un valor que se vincula con la identidad guarandena, estas son las coplas de carnaval. Es relevante establecer que la cultura guarandena ha sido forjadora de grandes historias que han construido el destino de sus habitantes.



Figura 7. (Guerrón & Terán , 2014)

La importancia de los pueblos radica en la preservación de la gastronomía por medio de la recopilación, concienciación y propagación de la gastronomía ancestral. A ello responde también el patrimonio cultural que construye la identidad social. “La historia de cada uno de los pueblos se cimienta en su cultura y en sus formas de alimentarse, ya que son partes esenciales de ella, porque consigo lleva costumbres, producción de sus suelos, interrelaciones de culturas y por las migraciones, que nos permite conocer claramente cómo vivieron sus pueblos, y hacia dónde nos proyectamos, por el cambio de costumbres y sus consecuencias” (Aguilar Herrera & Guevara Aroca , 2017).

La tradición gastronomía influye en gran manera en la construcción de la identidad, sobre todo porque lo que se pretende es mantener viva las tradiciones, riquezas y costumbres gastronómicas culinarias; de esta manera se logrará motivar a que se preserve el consumo, producción y transmisión de la herencia cultural que debe ser transmitida a las futuras generaciones. Se enfoca en promover la importancia de la gastronomía en la cultura de un pueblo, cuyo legado ha sido transmitido de generación

en generación desde sus antepasados como herencia cultural para la formación de su identidad.

La historia culinaria permitirá otorgar conocimiento del tipo de alimentación que los pueblos mantienen en su consumo diario, además de percibir el tipo de sociedades que se desarrollan en torno a ello.

En la provincia Bolívar es ancestral el uso de cereales y harinas, ya que hasta los años 60 era productora de trigo en más del 80% de su territorio que se cultivaba para el auto consumo y es desde entonces que nace el festejo de las fiestas de mayo que se celebra por la inauguración de la provincia, y que antes se las conocía como las fiestas del “trigo el maíz y la caña de azúcar”, sus habitantes fruto de esto se alimentaban de” tortillas de tiesto”, tamales de harina de maíz, pasteles y tortas de harina de trigo, como también de pan elaborado en casa, en hornos de leña y que se hacía para consumo netamente de la familia y que en años posteriores se lo comercializa sustituyendo casi en forma definitiva a las tortillas. (Municipio de Guaranda , 2011) en (Aguilar Herrera & Guevara Aroca , 2017)

La identidad gastronómica posee gran relevancia, sobre todo porque logra rescatar conocimientos tradicionales del pasado, mismos que colaboran en la identificación de productos procedentes de la región, recetas que se han ido perdiendo, utilización de utensilios como es el caso de la vasija de barro para la fermentación de la chicha o la piedra de moler, que actualmente muchas de las familias ya no lo usan; sin embargo, son tradiciones que forman parte de la identidad cultural de la zona.

Asimismo, se desarrolla una fuerte identidad entre los ciudadanos del sector debido a que cada uno de ellos conoce los platos tradicionales que dan vida al lugar, pero a su vez poseen una visión general por sentirse identificados como es el Pájaro Azul, dicho de otro modo no conocen el procedimiento de su preparación; sin embargo, saben lo que es. Es por ello que es impensable lo que ocurriría con la pérdida de la gastronomía en la identidad cultural de Bolívar. Aquí reside la necesidad de apreciar, normalizar e identificar las recetas criollas, las que con la recuperación, incrementan la identificación de las tradiciones, valores y costumbres.

Según Aguilar Herrera & Guevara Aroca (2017) establece que la gastronomía adquiere un papel fundamental en la cultura, puesto que se pretende lograr representar los gustos, sabores, tradiciones, principios, entre otros valores; los cuales se han visto introducidos en la preparación de un plato tradicional guarandeano. La utilización de los utensilios como: vasijas de barro, cocinas a base de leña, cucharas de palo han sido usos tradicionales de sus antepasados para cada función de acuerdo a las necesidades,

mismas que poseen una significación relevante para cada una de las familias guarandeñas.



Figura 8. (Dávila, 2017)

4.3 Trabajo de campo

Dentro de este proyecto se ha determinado que las principales herramientas que deben ser usadas corresponden a instrumentos cualitativos siendo estos: la investigación documentada y la entrevista semiestructurada, las cuales serán de gran relevancia para la obtención de información acorde al tema al cual la investigación se rige. Es necesario destacar que todos los datos que se recojan dentro de estos métodos serán analizados.

“La investigación documental consiste en un análisis de la información escrita sobre un determinado tema, con el propósito de establecer relaciones, diferencias, etapas, posturas o estado actual del conocimiento respecto del tema objeto de estudio” (Bernal Torres , 2006, p. 18). Esta insta el estudio, análisis y comprensión de la información que sea encontrada en libros, revistas, periódicos, informes, entre otros; con la finalidad de alcanzar una explicación análoga, coherente y oportuna en relación a todos los datos e información sobre la temática que va hacer investigada. Se enfoca en la recopilación y clasificación de todos los fundamentos y argumentos notables que puedan proveer una respuesta oportuna, eficiente y adecuada sobre los temas planteados en dicho estudio.

Así también, la entrevista semiestructurada es empleada “(...) para realizar estudios de carácter exploratorio, ya que permite captar información abundante y básica sobre el problema” (Rojas Soriano , 2006, p. 216). Su función es captar información de

las personas entrevistadas mediante preguntas elaboradas preliminarmente, se debe establecer que si en el instante en que se encuentre aplicando la entrevista se presenta preguntas esporádicas, no existirá problema alguno, puesto que este tipo de entrevista da lugar a ello, siempre y cuando sea dirigida y controlada por el entrevistador.

ENTREVISTAS

Reseña de Irene Gutiérrez

Plato típico: Dulce de Zambo

Datos de la entrevistada

- Nombre completo: Irene Argentina Gutiérrez Jarrín
- Fecha de nacimiento: 08 de mayo de 1948
- Ocupación/Oficio: Profesora Jubilada
- País: Ecuador
- Provincia: Bolívar
- Cantón: Guaranda
- Número telefónico: 032980673
- Trayectoria laboral o profesional: En referencia a cocina únicamente se destaca por la elaboración del dulce desde hace 18 años.

Preguntas:

¿Hace cuánto tiempo se elabora esta comida típica?

Establece que la preparación del dulce de zambo rodea los 200 años de antigüedad, debido a que la elaboración constituye una receta tradicional hispana.

¿La frecuencia con la que se la prepara esta comida/dulce se la atribuye únicamente al Carnaval de Guaranda o se la elabora en otras fechas?

Efectivamente, constituye una elaboración que únicamente se prepara en época de Carnaval. Si bien es cierto se puede elaborar en cualquier período del año, la preparación solo se la realiza en la fiesta mayor.

¿Por qué no se prepara en otras fechas? ¿Tal vez es por alguna costumbre o tradición?

No tiene conocimiento; sin embargo, asegura que es una costumbre del Carnaval de Guaranda. El dulce de zambo es tradicional de esta ciudad.

¿Esta preparación se relaciona con el Carnaval?

Sí, debido a que es una tradición cultural de las familias en Carnaval de Guaranda.

¿En la elaboración de esta receta tradicional, cuáles son los ingredientes? ¿Cuáles son indispensables?

Los ingredientes principales son: el zambo, panela, guineo, naranjilla, clavo de olor, canela, pimienta dulce, esencia de vainilla.

¿Cuál es su método de cocción y preparación?

Cocinar en leña el dulce es la forma más efectiva para que la mezcla tenga un sabor diferente. Además, la forma de escurrir el zambo que se basa en colocarlo todo en un saquillo y guindarlo con una soga para que se escurra el agua de manera más rápida.

¿Conoce usted si la preparación siempre se la ha realizado de esta forma o si existen algunos cambios referentes a sus ingredientes o preparación?

Cada familia lo elabora de forma diferente, tales son algunos casos en las que ciertas personas no ciernen el zambo, no utilizan naranjilla, conservan las semillas del mismo zambo.

¿Se ha difundido entre los más jóvenes esta preparación?

No, debido a su falta de interés por la cocina.

¿Cuán importante es esta preparación para forjar la identidad cultural?

Es relevante debido a que el dulce constituye una preparación propia del Carnaval, una tradición cultural que las familias han ido forjando año tras año. Si bien su preparación ha ido variando, este no desaparecerá, puesto que cada año nunca falta en los hogares y restaurantes que lo realizan.

¿Este producto lo prepara únicamente para su propio consumo o también para la comercialización en esta fecha?

Únicamente es para consumo familiar.

¿Conoce si alguna persona además de usted lo prepara y en dónde?

Sí, principalmente los restaurantes.

¿Cuál es el restaurante o mercado en dónde se lo puede encontrar? (nombre, ubicación).

Restaurante La Bohemia, se encuentra ubicado en el Parque Central de Guaranda.

¿Conoce usted adicionalmente cuáles son las comidas más representativas del Carnaval de Guaranda?

Fritada, Hornado, Chicha, Alcaparras, Tamales, Pájaro Azul.

Con relación al producto:

¿El producto es de fácil acceso? ¿Su cultivo es frecuente?

El zambo es un producto que se lo siembra todo el año.

¿Cómo es el producto (forma, tamaño, color, sabor)?

Es ovalado, de entre 30 a 50 cm, con un color verde pintado con blanco.

¿Conoce si hay variedades del producto?

El zambo no tiene variedades.

¿Qué partes de este alimento son comestibles?

La pulpa y las semillas.

¿Conoce usted si se puede comer crudo o solo en preparaciones? ¿Cuáles?

Las preparaciones principales dulce de zambo, locro de zambo, pastel de zambo.

¿Conoce usted si este producto tiene algún uso medicinal?

No, pero posee propiedades nutricionales ideales para el buen crecimiento, como cantidades idóneas de carbohidratos, las semillas mantienen un valor proteico y es regularmente energético.

Reseña de Liliana Silva

Plato típico: Chigüiles

Datos de la entrevistada

- Nombre completo: Liliana López
- Fecha de nacimiento: 1 de septiembre de 1972
- Ocupación/Oficio: Ama de casa
- País: Ecuador
- Provincia: Bolívar
- Cantón: Guaranda

Preguntas:

¿Hace cuánto tiempo se elabora esta comida típica?

Según lo establece, cuando era niña su bisabuela preparaba los chigüiles y en sus anécdotas mencionaba que su abuela también los elaboraba. No tiene conocimiento

exacto de qué tiempo rodea este plato; sin embargo, determina que por la tradición cultural que el maíz mantiene en la cocina hispana se elabora desde hace varios años.

¿La frecuencia con la que se la prepara esta comida/dulce se la atribuye únicamente al Carnaval de Guaranda o se la elabora en otras fechas?

Este plato sí bien es cierto es originario de México, la forma tan tradicional de prepararlo se le atribuye a la Provincia de Bolívar, mas no constituye una preparación única que se la realiza en Carnaval. Se la puede preparar todo el año debido a que la harina y hojas no son escasas.

¿Esta preparación se relaciona con el Carnaval?

Sí, debido a que es una tradición cultural que se la prepare en esta fecha.

¿En la elaboración de esta receta tradicional, cuáles son los ingredientes? ¿Cuáles son indispensables?

La harina de maíz, la hoja de maíz, sal, agua, cebolla blanca, manteca de chanco, achiote en aceite y queso.

¿Cuál es su método de cocción y preparación?

Principalmente, la utilización de una paila grande, que permita que la mezcla se cocine uniformemente. Asimismo, la masa debe alcanzar un punto de consistencia ideal para llegar al sabor preciso, posterior e inmediatamente de que la masa esta lista se procede a amasarla. □

¿Conoce usted si la preparación siempre se la ha realizado de esta forma o si existen algunos cambios referentes a sus ingredientes o preparación?

Únicamente, establece que en algunas recetas agregan caldo de pollo.

¿Cuán importante es esta preparación para forjar la identidad cultural?

Es una preparación importante en Guaranda desde hace años debido al tiempo que se ha venido realizando. Cada año se forja como algo propio dentro de la tradición e identidad cultural que los identifican.

¿Este producto lo prepara únicamente para su propio consumo o también para la comercialización en esta fecha?

La elaboración es únicamente para el consumo de la familia.

¿Conoce si alguna persona además de usted lo prepara y en dónde?

Sí, los restaurantes y cafeterías.

¿Cuál es el restaurante o mercado en dónde se lo puede encontrar? (nombre, ubicación).

Restaurante La Pila, que es de mi propiedad, ubicado en la calle 10 de Agosto y Sucre, junto al Parque Central.

¿Qué días y en qué horario funciona el restaurante o mercado?

El horario es de lunes a sábado, de 10h00 a 20h00 pm.

¿Conoce usted adicionalmente cuáles son las comidas más representativas del Carnaval de Guaranda?

El chigüil, cuya preparación radica en el mismo procedimiento que los tamales; sin embargo, la hoja y envoltura cambian.

Reseña de Carlos Murillo

Plato típico: Cuy en salsa de maní

Datos de la entrevistada

- Nombre completo: Carlos Murillo
- Fecha de nacimiento: 2 de enero de 1954
- Ocupación/Oficio:
- País: Ecuador
- Provincia: Bolívar
- Cantón: Guaranda
- Trayectoria laboral o profesional: 20 años.

Preguntas:

¿Hace cuánto tiempo se elabora esta comida típica?

Desde la cultura de los Incas, que consumían este animal debido a sus propiedades nutricionales.

¿La frecuencia con la que se la prepara esta comida/dulce se la atribuye únicamente al Carnaval de Guaranda o se la elabora en otras fechas?

Por su gran demanda, el cuy es elaborado durante todo el año. El crecimiento de este animal es muy frecuente.

¿Esta preparación se relaciona con el Carnaval?

Sí, es un plato que es muy apetecido por los turistas que llegan en la fiesta mayor. Inclusive durante todo el año, se lo prepara en otras ciudades.

¿En la elaboración de esta receta tradicional, cuáles son los ingredientes? ¿Cuáles son indispensables?

Los ingredientes son: cuy, ajo, cebolla, sal. Para la salsa de maní: Cebolla blanca y paiteña, achiote en aceite, leche, pasta de maní, ajo, sal, papas.

¿Cuál es su método de cocción y preparación?

El cuy se lo adoba con las especias antes mencionadas y se lo asa u hornea. La salsa conjuntamente todos los ingredientes son hervidos hasta que quede una preparación consistente.

¿Esta preparación se la debe consumir en un momento específico del día o época?

Este plato se puede consumir durante todo el año y a cualquier momento del día.

¿Conoce usted si la preparación siempre se la ha realizado de esta forma o si existen algunos cambios referentes a sus ingredientes o preparación?

No específicamente; sin embargo, algunas personas pueden agregar ingredientes extras a la salsa.

¿Cuán importante es esta preparación para forjar la identidad cultural?

Al ser un plato típico constituye una elaboración relevante para construir la identidad cultural con la que se identifica esta provincia.

¿Este producto lo prepara únicamente para su propio consumo o también para la comercialización en esta fecha?

Consumo propio y para la comercialización.

¿Conoce si alguna persona además de usted lo prepara y en dónde?

Sí, restaurantes de Guaranda.

¿Cuál es el restaurante o mercado en dónde se lo pueda encontrar? (nombre, ubicación).

No conoce el nombre del Restaurante; sin embargo, se encuentra ubicado en la vía hacia Chimbo.

¿Qué días y en qué horario funciona el restaurante o mercado?

Toda la semana.

¿Conoce usted adicionalmente cuáles son las comidas más representativas del Carnaval de Guaranda?

Buñuelos, Tamales, Fritada, Tripas.

Con relación al animal:**¿El animal es de fácil acceso? ¿Su crianza es frecuente?**

La crianza es muy fácil, este animal no requiere de cuidados específicos. Además, de ser un animal que no se encuentra en peligro de extinción.

¿Cómo es el animal (forma, tamaño, color, sabor)?

Pequeño de entre 20 y 40 cm. Con una forma alargada, con colores diversos y mezclados.

¿Conoce si hay variedades del animal?

Desconoce si existe alguna variedad.

¿Qué partes de este alimento son comestibles?

Todo el animal.

¿Conoce usted si se puede comer crudo o solo en preparaciones? ¿Cuáles?

Se lo puede ingerir únicamente en platos elaborados como el ají de cuy.

¿Conoce usted si este animal tiene algún uso medicinal?

No, pero se le atribuye un alto valor proteico a su carne.

Reseña de Olga Pérez

Plato típico: Alcaparras

Datos de la entrevistada

- Nombre completo: Olga Pérez
- Fecha de nacimiento: 23 de agosto de 1968
- Ocupación/Oficio: Ama de casa
- País: Ecuador
- Provincia: Bolívar
- Cantón: Guaranda

Preguntas:**¿Hace cuánto tiempo se elabora esta comida típica?**

Desde que el Carnaval se celebra, un aproximado de 150 años.

¿La frecuencia con la que se la prepara esta comida/dulce se la atribuye únicamente al Carnaval de Guaranda o se la elabora en otras fechas?

Es un plato que se puede elaborar en cualquier época del año; sin embargo, es una comida típica del Carnaval. Es un acompañamiento de la fritada.

¿Por qué no se prepara en otras fechas? ¿Tal vez es por alguna costumbre o tradición?

Las alcaparras son escasas de conseguir durante todo el año, con mayor facilidad se encuentra en los meses de Carnaval.

¿Esta preparación se relaciona con el Carnaval?

Sí, al ser un plato típico de esta festividad.

¿En la elaboración de esta receta tradicional, cuáles son los ingredientes? ¿Cuáles son indispensables?

Ingredientes principales: alcaparras, cebolla perla, zanahoria, chicha, sal, limón, ají, chochos.

¿Cuál es su método de cocción y preparación?

El principal método para obtener un sabor ideal es mantener las alcaparras en agua durante cuatro días y la cocción por cuatro veces seguidas en diferente agua.

¿Conoce usted si la preparación siempre se la ha realizado de esta forma o si existen algunos cambios referentes a sus ingredientes o preparación?

Las alcaparras son utilizadas en diversas recetas como guarniciones de platos principales; sin embargo, en Guaranda la preparación radica únicamente en un encurtido.

¿Se ha difundido entre los más jóvenes esta preparación?

No mantiene conocimiento si en otros hogares lo hagan, pero sus hijas conocen el procedimiento.

¿Cuán importante es esta preparación para forjar la identidad cultural?

Esta tradición se ha llevado siempre, la preparación de las alcaparras como una tradición cultural. La identidad propia de Guaranda se ha cimentado en función de todas las costumbres que identifican a los ciudadanos como es la comida típica, las fiestas, los desfiles.

¿Usted, este producto lo prepara únicamente para su propio consumo o también para la comercialización en esta fecha?

Esta receta es propia para el consumo familiar; sin embargo, ha optado por implementar en el Catering que normalmente posee, especialmente en estas fechas acompaña con la Fritada, la cual es muy solicitada.

¿Conoce si alguna persona además de usted lo prepara y en dónde?

Un porcentaje de familias bolivarenses.

¿Conoce usted adicionalmente cuáles son las comidas más representativas del Carnaval de Guaranda?

La Fritada, Tamales, Chigüiles, Chicha, Mote, Hornado, Buñuelos.

Con relación al producto:

¿El producto es de fácil acceso? ¿Su cultivo es frecuente?

Como lo estableció anteriormente es un cultivo que no se encuentra durante todo el año, con mayor factibilidad durante la época del Carnaval.

¿Cómo es el producto (forma, tamaño, color, sabor)?

El tamaño es de 2 a 4 cm, con una forma ovalada y un color verdoso.

¿Conoce si hay variedades del producto?

No conoce si existen variedades de las alcaparras.

¿Qué partes de este alimento son comestibles?

Únicamente, el capullo es comestible.

¿Conoce usted si se puede comer crudo o solo en preparaciones? ¿Cuáles?

Las alcaparras deben estar cocinadas para el consumo humano.

¿Conoce usted si este producto tiene algún uso medicinal?

Sí, esta es diurética y sirve para la digestión.

Reseña de Flor Jarrín

Plato típico: Fritada

Datos de la entrevistada

- Nombre completo: Flor Jarrín
- Fecha de nacimiento: 25 de marzo de 1955
- Ocupación/Oficio: Profesora
- País: Ecuador
- Provincia: Bolívar
- Cantón: Guaranda
- Trayectoria laboral o profesional: 35 años.

Preguntas:

¿Hace cuánto tiempo se elabora esta comida típica?

La entrevistada señala que la historia determina que a partir del colonialismo debido a que el cerdo fue introducido por los españoles a los países hispanos. Desde ahí su elaboración.

¿La frecuencia con la que se la prepara esta comida/dulce se la atribuye únicamente al Carnaval de Guaranda o se la elabora en otras fechas?

El cerdo es un animal que se encuentra todo el año, no es escaso. Es por esta razón, que se elabora la fritada todo el año. Sin embargo, la fritada es un plato que no falta en Carnaval, puesto que constituye un plato tradicional.

¿Esta preparación se relaciona con el Carnaval?

Es una comida típica en esta época del año.

¿En la elaboración de esta receta tradicional, cuáles son los ingredientes? ¿Cuáles son indispensables?

Fritada, agua, cebolla blanca, cebolla paiteña, sal, ajo, manteca. Son los más indispensables.

¿Cuál es su método de cocción y preparación?

La preparación es sencilla, todos los ingredientes excepto la manteca, se unen y se cocinan hasta que el agua se seque y posterior se agrega la manteca hasta que dore.

¿Conoce usted si la preparación siempre se la ha realizado de esta forma o si existen algunos cambios referentes a sus ingredientes o preparación?

La fritada se prepara de la misma manera; sin embargo, las especias pueden variar según la persona que la realiza.

¿Cuán importante es esta preparación para forjar la identidad cultural?

Es una comida típica que se ha preparado durante años. Los indígenas elaboraban esta preparación y se convirtió en una costumbre, misma que se ofrecía a los invitados de las fiestas.

¿Este producto lo prepara únicamente para su propio consumo o también para la comercialización en esta fecha?

Solamente para el consumo familiar.

¿Conoce si alguna persona además de usted lo prepara y en dónde?

Los restaurantes.

¿Cuál es el restaurante o mercado en dónde se lo pueda encontrar? (nombre, ubicación).

La Bohemia, ubicado en el Parque Central.

¿Qué días y en qué horario funciona el restaurante o mercado?

Lunes a sábado

Con relación al producto:

¿El animal es de fácil acceso? ¿Su crianza es frecuente?

Su crianza se da todo el año.

¿Cómo es el animal (forma, tamaño, color, sabor)?

Su peso es de 90 a 110 kg

¿Conoce si hay variedades del producto?

No.

¿Qué partes de este alimento son comestibles?

Todo el animal, inclusive las tripas se utilizan para el caldo.

¿Conoce usted si se puede comer crudo o solo en preparaciones? ¿Cuáles?

Solamente en preparaciones y cocido.

¿Conoce usted si este producto tiene algún uso medicinal?

No.

Reseña de Dagoberto Escudero

Plato típico: Pájaro Azul

Datos de la entrevistada

- Nombre completo: Dagoberto Escudero
- Fecha de nacimiento: 20 septiembre de 1947.
- Ocupación/Oficio: Profesor
- País: Ecuador
- Provincia: Bolívar
- Cantón: Guaranda

Preguntas:

¿Hace cuánto tiempo se elabora esta comida típica?

Alrededor de 80 años.

¿La frecuencia con la que se la prepara esta comida/dulce se la atribuye únicamente al Carnaval de Guaranda o se la elabora en otras fechas?

Es un producto que por su alta demanda es realizado todo el año.

¿Esta preparación se relaciona con el Carnaval?

Es una bebida tradicional de la provincia que es consumida en esta fecha, pero también se la elabora durante todo el año.

¿En la elaboración de esta receta tradicional, cuáles son los ingredientes? ¿Cuáles son indispensables?

La preparación conlleva tiempo por la fermentación, los principales ingredientes son: caña de azúcar, hojas de mandarina, caldo de gallina, mandarina, guineo, piña, canela.

¿Cuál es su método de cocción y preparación?

La fermentación como el principal método, puesto que de ello depende adquirir un grado de alcohol más profundo.

¿Conoce usted si la preparación siempre se la ha realizado de esta forma o si existen algunos cambios referentes a sus ingredientes o preparación?

Establece que alguno de los métodos puede cambiar; sin embargo, la preparación es la misma.

¿Cuán importante es esta preparación para forjar la identidad cultural?

El Pájaro Azul constituye una bebida tradicional única que representa la identidad de la provincia. Es algo propio elaborado dentro de la misma.

¿Este producto lo prepara únicamente para su propio consumo o también para la comercialización en esta fecha?

Esta bebida se elabora para comercializar.

¿Conoce si alguna persona además de usted lo prepara y en dónde?

Es un producto que se encuentra en diversas tiendas de la ciudad.

¿Cuál es el restaurante o mercado en dónde se lo pueda encontrar? (nombre, ubicación).

La parroquia Guanujo es en donde más se encuentra el producto.

¿Qué días y en qué horario funciona el restaurante o mercado?

Toda la semana, son tiendas que generalmente los dueños viven en el mismo sitio.

Con relación al producto:

¿El producto es de fácil acceso? ¿Su cultivo es frecuente?

La caña de azúcar se da todo el año.

¿Cómo es el producto (forma, tamaño, color, sabor)?

Tiene forma de un palo y logra alcanzar los 2 metros de altura.

¿Conoce si hay variedades del producto?

No.

¿Qué partes de este alimento son comestibles?

La caña y las hojas también se utilizan.

¿Conoce usted si se puede comer crudo o solo en preparaciones? ¿Cuáles?

Crudo.

¿Conoce usted si este producto tiene algún uso medicinal?

Se utiliza para curar la tos y la gripe.

5. Productos elaborados

5.1 Dulce de Zambo

5.1.1 Nombre: Dulce de zambo, Dulce de Chilacayote.

5.1.2 Ancestralidad: Este constituye de origen prehispánico debido a que su elaboración se le atribuye a los indígenas. La utilización del zambo como producto relevante en las preparaciones se les imputa específicamente a los campesinos, cuyas propiedades eran consideradas benéficas en sabor y nutrientes. El zambo tiene sus inicios en Perú según varios estudios arqueológicos; sin embargo, la elaboración del dulce es tradicional de la provincia de Bolívar, su forma tan común utilizada para su elaboración lo hace aún más característico.

5.1.3 Descripción: Esta preparación es considerada un postre. Su textura constituye una mezcla espesa y concentrada, todos sus ingredientes permiten desarrollar un sabor inigualable. Aquella consistencia que destaca, con un tono acaramelado exhibe a simple vista una combinación del zambo y la panela.

5.1.4 Época de consumo: este dulce se lo consume principalmente en la época de Carnaval. Según lo establece Padilla Palacios (2012) esto se origina debido a que la siembra y cosecha de dicho fruto se produce en dos fases, cuando es tierno y ha alcanzado su madurez.

5.1.5 Espacios de consumo: Como se estableció anteriormente, la disponibilidad del producto no es del todo escaso. Evidentemente, se lo puede adquirir en la época de Carnaval, siendo este algo difícil de conseguir, puesto que su elaboración se lo atribuye más a las familias por su tradición cultural; sin embargo, muchos de los negocios guarandeños, debido a su singular sabor han optado por hacer de ello una forma de comercialización especialmente los restaurantes y cafeterías, principalmente por la atracción turística que el mismo genera.

5.1.6 Zona tradicional de consumo: Guaranda, Chimbo, San Miguel; y parroquias como: Salinas de Guaranda y Vinchoa, son principalmente los lugares que más elaboran el dulce de zambo. Esto debido a que la siembra y cosecha del zambo se da en zonas aledañas a este sector y por sus características requiere de una superficie templada.

5.1.7 Ingredientes:

- Zambo maduro
- Guineo
- Agua
- Naranja
- Panela
- Especias: Canela, clavo de olor, pimienta dulce y esencia de vainilla.

5.1.8 Forma de preparación:

- Pelar, picar el zambo en trozos pequeños y sacar las semillas.
- Cocinar el zambo picado en agua y cernir. Conservar el agua.
- En la misma agua del zambo que previamente se ha cernido, se agrega la panela en pedazos, clavo de olor, canela, pimienta de dulce y esencia de vainilla; hasta que se diluya. Posterior a ello, esta mezcla se cierne.
- Se agrega a la mezcla anterior, el zambo, el guineo y la naranja.
- Una vez mezclado todo lo anterior se deja que la preparación seque, sin dejar de mecer. La duración del tiempo de cocción aproximadamente tarda entre 6 horas a fuego medio.

5.1.9 Propiedades: este producto ha sido reconocido por sus dos principales nutrientes como son: agua y carbohidratos. Sin embargo, se establece la siguiente lista de minerales y vitaminas que el zambo mantiene como sus beneficios principales:

Constituyente	Tierno	Maduro
Calcio (mg)	24	21
Fósforo (mg)	13	6
Hierro (mg)	0,3	0,5
Caroteno (mg)	0,04	----
Tiamina (mg)	0,02	0,01
Riboflavina (mg)	0,01	0,02
Niacina (mg)	0,26	0,22
Ácido ascórbico (mg)	18	4

Figura 9. (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura , 2015)

5.1.10 Estado de conservación: Este dulce tradicional se lo ha categorizado como raro debido a que su elaboración no es muy realizada puesto que su preparación resulta demasiado compleja para obtener el resultado deseado, según lo establece la persona entrevistada, las técnicas de cocción adquieren gran importancia. Este dulce en los últimos años ha conseguido mayor reconocimiento; sin embargo, no todos lo elaboran. Además, al ser un dulce que se lo realiza en una determinada temporada, no se lo clasifica como común porque no es un plato que lo realicen todas las personas de la provincia.

5.1.11 Imagen



Figura 10. Elaboración propia

5.2 Chigüil

5.2.1 Nombre: Chigüil

5.2.2 Ancestralidad: esta preparación no tiene un país de América al que se le pueda atribuir su origen debido a que no se han obtenido pruebas suficientes sobre alguna cultura que haya sido la primera en desarrollar dicho plato. De los Ríos, (2002) establece que el vocablo proviene del quechua *náhuatl tamalli* cuyo significado es envuelto. A ciencia cierta no se conoce cuál es el lugar que dio vida a esta elaboración; sin embargo, Guaranda ha sido la ciudad que ha mantenido una elaboración tradicional de esta. Por lo tanto, se considera una

elaboración prehispánica puesto que el chigüil se le imputa a la diversidad cultural indígena que la caracteriza como tal.

- 5.2.3 Descripción: este plato constituye una entrada, su degustación se la hace en cualquier momento del día. Las familias guarandeñas tienen la costumbre de realizarla frecuentemente para su consumo, ya que normalmente reemplaza al pan; sin embargo, es más elaborado en época del carnaval.
- 5.2.4 Época de consumo: esta preparación se la consume principalmente en época festiva del Carnaval, pero al ser un producto de fácil preparación, lo elaboran con más frecuencia, considerándolo un producto más cotidiano. Con el transcurso del tiempo el chigüil se ha vuelto consumible durante todo el año.
- 5.2.5 Espacios de consumo: la producción de este alimento es de tradición familiar; sin embargo, los restaurantes y cafeterías de la ciudad lo elaboran con mucha periodicidad. Esta elaboración instauro por su gran sabor una fuente nutritiva y es así como es un plato muy acogido para su comercialización, sobre todo por las ventajas que esto representa.
- 5.2.6 Zona tradicional de consumo: Guaranda en su gran mayoría se constituye como la principal zona en donde se consume este plato. Los indígenas utilizaban esta preparación para ofrecer a los invitados que compartían con ellos las festividades, en especial en Carnaval. Vinchoa, Salinas, Guanujo; parroquias como estas hasta la actualidad preparan este plato por su sabor sin igual.



Figura 11. (Mapas Ecuador , 2017)

5.2.7 Ingredientes:

- Harina de maíz
- Agua
- Cebolla blanca
- Manteca de Chancho
- Sal
- Hojas de Maíz
- Queso
- Achiote

5.2.8 Forma de preparación:

- Poner a hervir el agua, la misma debe alcanzar un punto de ebullición, se agrega la sal, la cebolla blanca en trozos grandes y la manteca de chanco.
- Se procede a incorporar la harina de maíz, poco a poco, y se sigue mezclando hasta que la masa alcance una forma muy suave.
- Inmediatamente, se saca la masa y se comienza amasar.
- El queso debe estar troceado y mezclado con achiote.
- Limpiar y aplastar con un bolillo las hojas de maíz.

- Poner la masa sobre la hoja y en el centro, el queso.
- Envolver y cocer al vapor por 30 minutos.

5.2.9 Propiedades:

Harina de maíz	
Vitaminas	A, B1, B5, C, E, K
Minerales	Calcio, fósforo, zinc, magnesio, potasio, hierro, sodio
Grasas	Grasas monoinsaturadas
Carbohidratos	Fibra, azúcar

Figura 12. (Bruno, 2005)

5.2.10 Estado de conservación: este está categorizado como un producto común debido a que es una preparación tradicional en la cocina bolivarenses. Es un producto que se elabora y consume frecuentemente durante todo el año. La receta tradicional de los chigüiles se considera como una de las más significativas en la época de Carnaval, sobre todo por su alto contenido nutricional y por ser una de las recetas más tradicionales de la provincia y por ende una de las más apetecidas. Además, su relevancia gastronómica, no se ha perdido debido a que la harina de maíz, es un producto que se encuentra aún en abundancia.

5.2.11 Imagen



Figura 13. Elaboración propia



Figura 14. Elaboración propia

5.3 Alcaparras

5.3.1 Nombre: Alcaparras, “Agave americana, Asparagacea, Penco azul, Echawarquero (kichwa)” (Ministerio de Cultura y Patrimonio , 2016).

5.3.2 Ancestralidad: “las alcaparras son los pequeños capullos de flores sin abrir, que se conservan como encurtido o salmuera, de una planta espinosa (Capparis Spinosa) que crece de forma silvestre por toda la cuenca del mediterráneo (Green, 2007, p. 139). Las alcaparras son de origen prehispánico, del Norte de México, además se cultivan principalmente en España, Italia, Francia, Argelia, Grecia, Irán y Chipre, en esta última con gran abundancia de crecimiento. Las diversidades en Ecuador, no han sido detalladas apropiadamente; sin embargo, el producto carece de similitud con sus propiedades mexicanas, esto debido a la adaptación local del fruto; según lo establece el Ministerio de Cultura y Patrimonio, (2016). Una vez preparadas emanan un sabor intenso.

Según Green (2007), la alcaparra es un fruto que ha sido implantado en Latinoamérica por los españoles, en el que se utiliza como un acompañamiento especialmente de la fritada y otros platos típicos.

Sus quirillas son de color verde, esta planta crece alrededor de unos 15 metros, su cultivo es abundante en Cotopaxi, Azuay, Cañar, Imbabura, Pichincha, Bolívar.

5.3.3 Descripción: esta está considerada como un acompañamiento debido a que su tradicional forma de preparación es ideal para decorarla con carne de cerdo,

como principalmente se lo hace con la fritada. Además, según el Ministerio de Cultura y Patrimonio (2016) existen diversas preparaciones como: dulces, las alcaparras bañadas en miel, vinagre de penco.

5.3.4 Época de consumo: las alcaparras conocidas en Guaranda por su tradicional preparación son muy apetecidas. El reposo que las alcaparras deben mantener en chicha le otorga un sabor inconfundible.

5.3.5 Espacios de consumo: normalmente esta preparación se le atribuye a las familias de la provincia; sin embargo, los restaurantes también la elaboran para su comercialización, pero específicamente en Carnaval. Algunas cafeterías y tiendas también la preparan debido a que la elaboración es muy tradicional y cultural.

5.3.6 Zona tradicional de consumo: igualmente, este plato tradicional es preparado en todos los cantones de Bolívar.

5.3.7 Ingredientes:

- Alcaparras
- Agua
- Chicha
- Sal
- Cebolla perla
- Zanahoria
- Chochos

5.3.8 Forma de preparación

- Dejar en reposo por cuatro días las alcaparras, cada día se cambiará de agua.
- Al quinto día se hervirá cuatro veces, cada uno con un cambio de agua, hasta que las misma estén blandas y suaves.
- Se las coloca en chicha con sal y un toque de limón.
- Se agrega la cebolla perla y la zanahoria cocinada picada finamente.

5.3.9 Propiedades: las alcaparras contienen un sinnúmero de minerales, proteínas y vitaminas. Las mismas que son benéficas para mejorar la digestión, evitar las cataratas, reducir la hipertensión, mejorar la circulación, evitar la artrosis y combatir la retención de líquidos, fortificar el sistema reproductor de la mujer, ayuda a combatir la anemia, reduce los riesgos de cáncer y resfríos.

Calorías	28,60 kcal.		
Grasa	0,86 g.		
Colesterol	0 mg.		
Sodio	2964 mg.		
Carbohidratos	2,10 g.		
Fibra	1,50 g.		
Azúcares	2,10 g.		
Proteínas	2,36 g.		
Vitamina A	13,80 ug.	Vitamina C	4,30 mg.
Vitamina B12	0 ug.	Calcio	40 mg.
Hierro	1,67 mg.	Vitamina B3	0,65 mg.

Figura 15. Los Alimentos , s.a.)

5.3.10 Estado de conservación: es un producto común debido que las alcaparras se dan durante todo el año; sin embargo, la preparación de este plato es escaso. La mejor época para su cosecha es durante los meses de verano. Tal como lo señala el Ministerio de Cultura y Patrimonio (2016) la diversidad genética del penco tiene escasos datos. Su estado de conservación ha llegado a tener una transformación, puesto que su cultivo por varios años fue en gran abundancia; sin embargo, hace diez años su cosecha disminuyó en gran medida; cuyo abandono del consumo no generó gran impacto.

5.3.11 Imagen



Figura 16. Elaboración propia

5.4 Pájaro azul

5.4.1 Nombre: Pájaro Azul, Puntas, Anisado.

5.4.2 Ancestralidad: es de origen prehispánico, cuya producción rodea los 80 años, pese a que su comercialización era prohibida. En la década de los sesenta se dio la venta libre, cuya distribución del licor se dio con mayor difusión conocido como anisado y los nombres antes mencionados. Su grado de alcohol rodea los 30°. La denominación que se le ha otorgado se debe principalmente a que al momento de ser ingerido se pierde las facultades mentales, las personas empiezan a volar, soñar y a tener alucinaciones; y, azul debido al color que adopta el licor al ser preparado (Vargas, 2009).

5.4.3 Descripción: esta preparación está dentro de la clasificación de bebidas, es un licor con un alto índice de alcohol. Su preparación a base de caña de azúcar le otorga un sabor sin igual.

5.4.4 Época de consumo: Este licor por su demanda se la elabora todo el año.

5.4.5 Espacios de consumo: A diferencia de otras preparaciones no se la realiza para el consumo familiar, sino es preparada para su comercialización. Esta se la puede adquirir en las principales tiendas de los cantones de la provincia.

5.4.6 Zona tradicional de consumo: Todos los cantones de la provincia lo elaboran.

5.4.7 Ingredientes:

- Hojas de mandarina
- Naranja
- Caldo de gallina
- Caña de azúcar
- Guineo
- Piña
- Canela

5.4.8 Forma de preparación

- Extraer el jugo de la caña de azúcar, que primeramente pasa por una primera fermentación, mismo que origina el alcohol etílico.
- Pasado los ocho días de la fermentación, la cual llega a alcanzar los 20 a 25 grados de temperatura ideal para alcanzar la fermentación, gracias a que se ha perdido el azúcar de la caña; mediante la utilización del caldero y transportado al mismo se destila.
- Esta preparación se hierve y se destila con las hojas de mandarina, caldo de gallina, guineo, piña, canela y carbón, el cual sirve para eliminar las toxinas y sustancias impuras que se desarrollan al momento de la ebullición.
- Se deja hervir por segunda ocasión y de este segundo estado se obtiene el pájaro azul.
- El color azul que adquiere es un secreto de la receta, sin embargo, se debe establecer que no se le adiciona preservantes.

5.4.9 Propiedades: a este licor se le atribuye propiedades medicinales como: curar la gripe y problemas digestivos.

5.4.10 Estado de conservación: el producto adquiere una clasificación común debido a que se lo adquiere en cualquier tienda de Bolívar y todo el año.

5.4.11 Imagen



Figura 17. Elaboración propia

5.5 Fritada

5.5.1 Nombre: Fritada

5.5.2 Ancestralidad: este plato constituye una elaboración criolla debido a que el cerdo fue introducido durante la conquista española. Aquella mezcla entre la carne de dicho animal, que se elabora en su propia grasa más el acompañamiento del mote, maíz tostado, choclos, maduros fritos han hecho de este plato típico y tradicional. Es así como este plato se origina a inicios del año 1800 como una muestra clara del sincretismo cultural (Soler, 2005).

5.5.3 Descripción: se instaura como un plato fuerte el mismo que se encuentra compuesto de carne frita de cerdo, mote, plátano frito, choclo, habas, queso, papas y encurtido.

5.5.4 Época de consumo: es una preparación tradicional de la fiesta mayor. Se encuentra ligado a los tributos que los indígenas ofrecían a los caciques como ofrenda a los mismos.

5.5.5 Espacios de consumo: los restaurantes son los lugares principales en donde estos son preparados. Además, todas las familias bolivarenses que no dejan faltar esta tradicional comida en su hogar.

5.5.6 Zona tradicional de consumo: todos los cantones de Bolívar conocen y preparan este plato tradicional debido a que es el mayor consumido en dichas festividades.

5.5.7 Ingredientes:

- Carne de cerdo
- Cebolla blanca y paiteña.
- Ajo y sal
- Choclos
- Papas
- Habas
- Maduro
- Agua
- Maíz para tostado

5.5.8 Forma de preparación

- Cortar en pedazos medianos la carne. Hervir con el agua, ajo, cebolla y sal.
- Una vez secada el agua, agregar manteca.
- Acompañar con maduro frito, tostado, habas, choclos, queso y encurtido.

5.5.9 Propiedades: la carne de cerdo es una fuente de proteína, contiene niacina que es benéfica para el buen desarrollo del aparato digestivo. Minerales como el fósforo, potasio, selenio, mismos que contribuyen al buen crecimiento de los huesos y es un antioxidante. Además, los acompañamientos son ricos en carbohidratos.

5.5.10 Estado de conservación: esta constituye una preparación común, al ser un plato muy apetecido su demanda es alta y no es escasa, lo cual lo hace muy apetecido no solamente en Bolívar, sino en todo el territorio de Ecuador.

5.5.11 Imagen



Figura 18. (Ruata, 2011)

5.6 Cuy en salsa de maní

- 5.6.1 Nombre: Cuy en salsa de maní, Ají del Cuy
- 5.6.2 Ancestralidad: Según lo establece Ramos Zurita (2015), el cuy tiene su origen en el Sur de América, específicamente se le atribuye su apareamiento después de la formación de la Cordillera montañosa, mismo que tiene un tiempo aproximado de 20 millones de años. Anteriormente, existían 11 variedades; sin embargo, con el desarrollo de la evolución de la tierra, las diversidades de esta especie se redujeron a cinco. El consumo del cuy se cree que rodea los 2.500 años, cuando el patriarca inca exigía a las matronas la preparación de este roedor así lo señala Scribd (2015).
- 5.6.3 Descripción: esta constituye una elaboración principal. El asado le otorga un sabor único, mismo que cuando se le fusiona con la salsa de maní adquiere una explosión de sabor. Esta se le acompaña con papas y una ensalada.
- 5.6.4 Época de consumo: esta preparación se la consume durante todo el año, pero en Carnaval ha sido más consumida debido a la tradición que la misma representa. Este plato representaba para los caciques incas, una fuente que otorgaba mayor vigorosidad y fertilidad, es por esta razón que instauraba un plato muy deseado no solo en épocas de fiestas, sino también como un consumo diario.
- 5.6.5 Espacios de consumo: este plato es muy realizado en toda la provincia de Bolívar. Restaurantes lo comercializan, además de ser una preparación muy común en los hogares bolivarenses.
- 5.6.6 Zona tradicional de consumo: Guaranda, Chimbo, San Miguel, Las Naves, Caluma, Echeandía, son los principales cantones que elaboran este plato tradicional.



Figura 19. (Mapas Ecuador , 2017)

5.6.7 Ingredientes:

- Cuy
- Sal
- Ajo
- Achiote en aceite
- Papas
- Maní
- Leche
- Cebolla blanca
- Comino

5.6.8 Forma de preparación:

- Limpiar los cuyes.
- Realizar una pasta con ajo, sal y cebolla. Licuar todas las especies y adobar el cuy, dejar reposar por algunas horas.
- Hornear el cuy hasta brosterizarlo.
- Para la salsa: realizar un refrito con el achiote y la cebolla blanca y paitaña. Incorporar la leche y posterior la pasta de maní y comino al gusto, cocinar hasta obtener una mezcla consistente.

5.6.9 Propiedades:

CUY	
Agua %	0
Proteína %	20.3
Grasas %	7.8
Ácidos grasos saturados %	0.9
Ácidos grasos monoinsaturados %	1.9
Ácidos grasos poliinsaturados %	1.7
Relación proteína: grasa	4.82
Relación AG insaturados: saturados	2.00
Relación AG poliinsaturados: monoinsaturados	1.00
Kcal/100 g de carne	125
Proteína (g)/100 Kcal.	17.1

Figura 20. (Hernández & Fernández Páramo, 2012)

5.6.10 Estado de conservación: el cuy se lo ha categorizado como común, puesto que la crianza de los mismos es abundante. La proteína que este animal posee hace de este un animal muy deseado, sobre todo porque previene malestares cardiovasculares y otras enfermedades. Su demanda lo hace muy apetecible en la mesa de los hogares ecuatorianos.

5.6.11 Imagen



Figura 21. (Oña, 2011)



Figura 22. (Carvajal, 2017)

6. Conclusiones

- Bolívar posee una riqueza gastronómica cultural muy variada; sin embargo, la mayoría de sus habitantes no mantienen un conocimiento suficiente sobre las preparaciones locales. La investigación ha determinado que la población bolivarense carece de falta de identidad debido al desconocimiento de las tradiciones culturales; es decir, sus formas únicas de preparación, la utilización de métodos ancestrales y el uso de utensilios que otorgan un sabor diverso a las mismas.
- Según la investigación no existen documentaciones en donde se establezca la importancia de los platos tradicionales y cómo estos han logrado influenciar en la construcción de la identidad cultural. Todos los escritos están destinados a la profundización de las fiestas tradicionales.
- Se ha determinado que la gastronomía ha sido influenciada por el desarrollo masivo de la tecnología, con respecto a productos y servicios que la misma utiliza, sobre todo en cuestión referente a que las tradiciones y manifestaciones culturales se han perdido.
- La difusión de los platos típicos tradicionales de la provincia ha sufrido un deterioro constante al no ser popularizados, es imperante que en dichas fiestas se promueva su consumo, comercialización y sobre todo propagación a nivel provincial y nacional. Esta es una marca personal adquirida por cada zona y cuyo reconocimiento es necesario para la identificación de la misma.

- Los métodos de investigación han permitido obtener información relevante para identificar, rescatar y difundir las recetas y preparaciones tradicionales de la gastronomía de Guaranda. La influencia gastronómica es importante debido a que los habitantes de la ciudad buscan potenciar mediante la preparación de recetas, nuevos sabores y tradiciones que se logren rescatar del pasado y difundir en el presente.

7. Recomendaciones

- Establecer alianzas estratégicas que permitan potenciar la gastronomía cultural en las principales ciudades como Quito, Guayaquil y Cuenca, en donde se permita promocionar platos típicos de la cultura bolivarenses mediante ferias gastronómicas. Esto, además permitirá fortalecer el turismo mediante la importancia de la gastronomía cultural.
- Motivar al Municipio de Guaranda, a que desarrolle un proyecto dirigido a las universidades, con el objetivo de promover sabores representativos de las regiones, recetas y formas tradicionales de preparación para recuperar la identidad cultural de las mismas.
- Elaborar documentos en donde se incluya información relevante de la gastronomía bolivarenses, sus ingredientes y sobre todo sus formas tradicionales de preparación.
- Desarrollar ferias gastronómicas, como la impulsada en la parroquia Salinas, con el objetivo de potenciar el turismo por medio de la producción y elaboración de su comida. Estas ferias se establecerán en zonas estratégicas de las principales ciudades Quito y Guayaquil, con el objetivo de fomentar el turismo por medio de los platos típicos de Bolívar.

Bibliografía

Aguilar Herrera , J. V., & Guevara Aroca , F. X. (Abril de 2017). El rescate de una historia culinaria - Gastronomía típica Bolívar Ecuador . (<http://www.eumed.net/rev/caribe/2017/04/bolivar.html>, Ed.) *Revista Caribeña de Ciencias Sociales* .

Bernal Torres , C. A. (2006). *Metodología de la investigación para la administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Naucalpan, Estado , México: Editorial Pearson Educación de México S.A. de C.V.

Bruno, M. (2005). *El Harina de Maíz, un alimento con muchos beneficios*. Obtenido de VIX: <https://www.vix.com/es/imj/salud/4371/el-harina-de-maiz-un-alimento-con-muchos-beneficios>

Carvajal, A. (2017). *Turismo tradicional en Bolivar - Guaranda WACV*. Obtenido de <https://sites.google.com/site/turismotradicionalenguarandaac/4---desarrollo/b---gastronomia/2---papas-con-cuy>

Chávez Servia , J., & Sevilla Panizo , R. (2003). *Fundamentos genéticos y socioeconómicos para analizar la agrobiodiversidad en la región de Ucayalí*. Pucallpa, Perú: INIA .

Chávez Servia , J. L., & Sevilla Panizo , R. (2006). *Fundamentos genéticos y socioeconómicos para analizar la agrobiodiversidad en la región de Ucayalí*. Perú: Bioiversity International .

Dávila, G. *Albúm fotográfico Guaranda* . Guaranda , Ecuador .

De los Ríos, E. (2002). *La cocinanza comedida: gastronomía santanderana*. Bucaramanga , Colombia : Editorial UNAB.

Ecuador Potencia Turística. Feriados Nacionales (2018) Google. Obtenido de <http://servicios.turismo.gob.ec/index.php/portfolio/turismo-cifras/20-oferta-turistica/feriados-nacionales/282>

Gobierno Autónomo Descentralizado del Cantón Guaranda . (2015). *Google* . Obtenido de <http://www.guaranda.gob.ec/newsiteCMT/#1465942031972-df0ec292-1ddb>.

GoRaymi. (2017). *Carnaval de Guaranda* . Obtenido de <https://www.goraymi.com/site/carnaval-de-guaranda-44837e74>

Hidalgo, L. (1994). *Coplas del Carnaval de Guaranda* . Quito , Ecuador : Editorial El Conejo .

Green, A. (2007). *El libro de las especias*. Barcelona, España: Ediciones Robinbooks, s.l.

Guerrón, A. M., & Terán, S. (2014). *Guaranda: lugares y memorias*. Quito, Ecuador: Instituto Nacional del Patrimonio Cultural.

Hernández, G., & Fernández Páramo, L. (2012). *Manual de crianza de cuy con fines comestibles*. La Habana, Cuba: ACPA.

Mapas Ecuador. (2017). *Mapas Ecuador*. Obtenido de Loja, Mapa división política: <http://www.mapasecuador.net/mapa/mapa-loja-mapa-division-politica.html>

Ministerio de Cultura y Patrimonio (2016) Penco Negro. Obtenido de Google: http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Penco_negro

Municipio de Guaranda. (2011). *Gad Municipal*. Obtenido de Google: <http://www.guaranda.gob.ec/newsiteCMT/>

Los Alimentos. (s.a.). Obtenido de Información general acerca de las alcaparras: <https://alimentos.org.es/alcaparras>

Llerene, P. (2000). *Interacciones culturales y prácticas discursivas en el carnaval de Guaranda*. Universidad Andina Simón Bolívar, Área de Letras. Quito: UASB.

Patiño, V. M. (2002). *Historia y dispersión de los frutales nativos del neotrópico*. Colombia: Publicaciones CIAT.

Padilla Palacios, L. (2012). *ESTUDIO INVESTIGATIVO DEL ZAMBO Y SU APLICACIÓN EN LA GASTRONOMÍA*. Tesis, Universidad Tecnológica Equinoccial, Facultad de Turismo, Preservación Ambiental, Hotelería y Gastronomía, Quito.

Pereira Valarezo, J. (2009). *La fiesta popular tradicional del Ecuador*. Instituto Iberoamericano del Patrimonio Natural y Cultural del Convenio Andrés Bello, IPANC. Quito: Fondo Editorial Ministerio de Cultura.

Ramírez, M., & Williams, D. E. (2003). *Guía agro-culinaria de Cotacachi, Ecuador y alrededores*. Cali, Colombia: Feriva.

Recetario Alta Cocina I. (2016). *Recetario Alta Cocina I*. Universidad San Francisco de Quito, Colegio de Hospitalidad y Arte Culinario. Quito: Martín Argudo.

Ramos Zurita, V. (18 de Julio de 2015). *SlideShare*. Recuperado el Febrero de 2018, de Origen del cuy: <https://es.slideshare.net/VictorinoRamosZurita/origen-del-cuy>

Rojas Soriano, R. (2006). *Guía para realizar investigaciones sociales*. México: Plaza y Valdés, S.A. de C.V.

Ruata, B. (16 de abril de 2011). *Ruta de la fritada* . Obtenido de Blogger : <http://rutadelafritada.blogspot.com/2011/04/historia-de-la-fritada.html>

Soler, C. (2005). *Vix*. Obtenido de Fritada de cerdo de Ecuador: <https://www.vix.com/es/imj/gourmet/6395/fritada-de-cerdo-de-ecuador>

Scribd. (16 de Noviembre de 2015). Obtenido de Reseña Historica Del Picante de Cuy: <https://es.scribd.com/document/289934921/Resena-Historica-Del-Picante-de-Cuy>

Tamales Emporio . (s.a.). Obtenido de Google : <https://www.tamales.com.mx/pages/el-tamal-y-sus-origenes>

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura . (2015). *Asociación Nacional de Productores Ecológicos*. Naciones Unidas .

Oña, S. (2011). *Youtube*. Obtenido de Cuyes Asados.. San Juan 2011 Otavalo: <https://www.youtube.com/watch?v=MCoiuFkvX70>

Vargas, G. (06 de Julio de 2009). *Blogger.com*. Obtenido de Elaboración del Pájaro Azul : <http://geovanaturismoenecheandia.blogspot.com/2009/07/elaboracion-del-pajaro-azul.html>

Yungán, Martha. (08 de Mayo 2018). Diario El Telégrafo. Obtenido de: <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/economia/4/el-carnaval-de-guaranda-una-explosion-de-alegria-durante-8-dias>