

**UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo**

**Tributo a la Amazonía**

**Jonathan Abrahán Córdova Arcos**

**Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas**

Trabajo de fin de carrera presentado como requisito  
para la obtención del título de  
Lic. Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Quito, 15 de diciembre de 2020

# **UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo**

## **HOJA DE CALIFICACIÓN DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA**

**Tributo a la Amazonía**

**Jonathan Abrahán Córdova Arcos**

**Nombre del profesor, Título académico**

**Esteban Tapia, Chef**

Quito, 15 de diciembre de 2020

## © 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 la Ley Orgánica de Educación Superior del Ecuador.

Nombres y apellidos: Jonathan Abrahán Córdova Arcos

Código: 00115226

Cédula de identidad: 1400700942

Lugar y fecha: Quito, 15 de diciembre de 2020

## ACLARACIÓN PARA PUBLICACIÓN

**Nota:** El presente trabajo, en su totalidad o cualquiera de sus partes, no debe ser considerado como una publicación, incluso a pesar de estar disponible sin restricciones a través de un repositorio institucional. Esta declaración se alinea con las prácticas y recomendaciones presentadas por el Committee on Publication Ethics COPE descritas por Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing, disponible en <http://bit.ly/COPETHeses>.

## UNPUBLISHED DOCUMENT

**Note:** The following capstone project is available through Universidad San Francisco de Quito USFQ institutional repository. Nonetheless, this project – in whole or in part – should not be considered a publication. This statement follows the recommendations presented by the Committee on Publication Ethics COPE described by Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.

## RESUMEN

El enfoque de este proyecto se basa en la cultura a la cual pertenezco, la cual es la cultura shuar y también en las diferentes experiencias gastronómicas que tuve a lo largo de mi carrera, este menú expresa los ingredientes de la Provincia de Morona Santiago tanto en la parte mestiza como indígena de la zona, la idea es aplicar nuevas técnicas modernas en productos amazónicos, es decir que va a resaltar en el plato la preparación del producto. El desarrollo del menú tuvo una investigación de campo, recorridos por huertas amazónicas observando los productos que se utilizó para realizar las distintas preparaciones y sobretodo hacer pruebas del menú para ver si el resultado de los sabores era favorable. Un punto muy importante en el proceso fue que los productos amazónicos tenían que tener diferentes métodos de cocción para lograr la consistencia que requería el plato, un ejemplo fue reemplazar la yuca por la papa que tiene características similares, sin embargo, no en todas las preparaciones pueden funcionar, es por eso que la investigación de los productos fue importante para determinar si era favorable hacer el menú. El objetivo era demostrar el producto amazónico en un plato gourmet, con una presentación diferentes y con técnicas de cocción aprendidas en la universidad, por otro lado, fue tomar en cuenta platos representativos de otros países y reemplazarlo con producto amazónico. Por último, el tema cultura estuvo muy marcado ya que la mayoría de proteínas y carbohidratos son cosechados y consumidos por el pueblo shuar, el cual haber tenido la oportunidad de formar parte y de conocer la cultura, rituales, gastronomía fue un punto que impulso a tomar en cuenta a la amazonia para realizar el menú de degustación.

## ABSTRACT

The focus of this project is based on the culture to which I belong, which is the Shuar culture and on the different gastronomic experiences that I had throughout my career, this menu expresses the ingredients of the Province of Morona Santiago both in the mestizo part as indigenous to the area, the idea is to apply new modern techniques in Amazonian products, the preparation of the product will highlight on the plate. The development of the menu had a field investigation, tours of Amazonian orchards observing the products that were used to make the different preparations and, above all, testing the menu to see if the result of the flavors was favorable. A very important point in the process was that Amazonian products had to have different cooking methods to achieve the consistency that dish required, an example was replacing cassava with potatoes that have similar characteristics, however, not in all preparations can work, that's why product research was important in determining whether it was favorable to make the menu. The objective was to demonstrate the Amazonian product in a gourmet dish, with a different presentation and with cooking techniques learned at the university, on the other hand, it was to take into account representative dishes from other countries and replace it with Amazonian product. Finally, the culture issue was very marked since most proteins and carbohydrates are harvested and consumed by the Shuar people, who having had the opportunity to take part and learn about the culture, rituals, gastronomy was a point that impelled take into account the Amazon to make the tasting menu.

## TABLA DE CONTENIDO

<b>INTRODUCCION .....</b>	<b>8</b>
<b>MARCO TEORICO .....</b>	<b>8</b>
<b>PRODCUTOS MENU .....</b>	<b>10</b>
<b>DESCRIPCION DEL PLATO.....</b>	<b>17</b>
<b>EPOCAS DE CONSUMO-FESTIVIDADES .....</b>	<b>19</b>
<b>TECNICAS CULINARIAS.....</b>	<b>22</b>
<b>DESARROLLO/ ELABORACION DEL MENU .....</b>	<b>24</b>
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>29</b>
<b>BIBLIOGRAFIA.....</b>	<b>30</b>
<b>ANEXOS 1 (FOTOGRAFIAS PLATOS MENU DEGUSTACION) .....</b>	<b>31</b>
<b>ANEXO 2 (MIEMBROS DEL JURADO) .....</b>	<b>35</b>

## INTRODUCCION

El trabajo final tiene como objetivo representar los productos de una zona en específico del Ecuador, en este caso Morona Santiago y presentarlos con diferentes presentaciones y técnicas de cocción modernas, a las que las personas de la zona utilizan para cocinar los productos, por otro lado se trata de mostrar el enfoque cultural que está relacionado con la gastronomía de la provincia, al ser multiétnica se puede representar el origen de productos nuevos, poco conocidos y sobre todo el proyecto se basa en representar la cultura indígena a la cual pertenezco, y que es la esencia de la creación de este menú. Dentro del contexto cultural que representa nuestro país es importante tomar en cuenta que muchos de los procesos gastronómicos tienen un origen, una forma clásica de prepararla que viene acompañados con rituales y procesos que forman parte de la cultura shuar. Tener el conocimiento ancestral y a ver tenido la oportunidad de vivir en una comunidad shuar, estar rodeado de un entorno diferente, en donde la creación de las chacras o huertas es un principio y respeto por la tierra. (Valdez, 2018) El producto y la convivencia entre la selva y la gente que lo habita es un factor trascendental para poder enfocarse en un estudio gastronómico, además de conocer ingredientes que, con el conocimiento obtenido, los puedes transformar a una cocina de autor y con técnicas con las que puedes obtener todo el beneficio del producto en cuanto a sabores y texturas. (Roca, 2014) Representar mis raíces es lo más importante en este proyecto de una manera diferente, teniendo en cuenta lo que representa la cultura shuar, su historia y evolución gastronómica. (Ballesteros, 2007) Por último, los platos elaborados en este Menú recalcan el producto principal del plato, haciéndolo notar en el momento de la degustación por su sabor diferente, adaptando métodos de cocción nativos y mestizos.



## **MARCO TEORICO**

### **Descripción Región**

Morona Santiago es una de las zonas más diversas del Ecuador, forma parte de la Amazonia ecuatoriana, se caracteriza por ser un lugar rico en cultura ancestral, grupos étnicos, comida típica, además de poseer lugar lugares turísticos. Por su clima esta provincia obtiene productos que se adaptan al entorno, el tipo de suelo que tiene también es parte de la formación agrícola en donde resaltan productos de la región. (Piedad Peñaherrera de Costales, 2006)

### **Clima**

El clima de Morona Santiago corresponde a Selva Tropical y Subtropical, su temperatura varía entre los 18-23 grados centígrados, se encuentra ubicada entre los 400 a 2900 metros sobre el nivel del mar. (Artieda, 2002)

### **Ubicación Geográfica.**

Su ubicación se encuentra en el centro-sur del país, se debe tener en consideración que es la segunda población más grande por extensión. sus límites son los siguientes:

Norte: limita con las provincias de Pastaza-Tungurahua.

Oeste: Provincias de Azuay-Chimborazo

Este: Condorcanqui (territorio peruano) (Nacionales, 1975)

### **Productos**

Una de las fuentes de ingreso de la provincia, es su agricultura siendo, en ejemplo es la siembra de cacao fino nacional con aproximadamente 600 hectáreas, cada una de estas hectáreas da como resultado alrededor de siete quintales, otro de los productos de mayor énfasis es el denominado “Sacha inchi” que se refiere a un tipo de maní amazónico, este producto aporte otro ingreso económico-agrícola de la provincia.

### **Platillos emblemáticos de la región.**

El plato más conocido dentro de la provincia se denomina “Ayampaco”, este plato se elabora con pollo o pescado, palmito, y su envoltura en hoja de bijao, que es lo que lo hace una preparación de la zona, se prepara en una parrilla hasta que la hoja cambie de color en su interior, tenemos también los caldos de cara chama, chonta cuero asado que se preparan en los mercados shuar, Por otra parte, existen platos como el tamal de yuca, buñuelos que forman parte de su gastronomía. Dentro de las bebidas encontramos la guayusa, chicha de yuca, chicha de chonta, caña de azúcar que se comparten entre el grupo mestizo y étnico.

### **Historia**

Habitada en un principio solo por la etnia shuar hasta la llegada de los españoles, quienes en la historia disputaron guerras para la conquista de gobernaciones como Quijos y Yahuarzongo. En 1599 se inicia una expedición a la provincia con alrededor de 100 hombres españoles quienes hicieron fuerte a un resistente pueblo shuar. Se buscaría seguir colonizando cuando se funda “Sevilla de Oro” sin embargo era un territorio con bastantes habitantes shuar, los cuales van a presencia la guerra en los valles del río Upano en 1599. La población shuar va a establecerse en Macas, la cual representa su capital. (Allioni, 1984)

Este contexto histórico va a representar los primeros platos que se consumían en la etnia shuar, la pesca, caza y los métodos de preparaciones empiezan con técnicas culturales, la carne seca de animales silvestres, los envueltos en bijao con el pescado o gallina criolla y los caldos en leña ya formaban parte de la cultura shuar, con el mestizaje en el proceso de conquista se tuvo una migración a Morona Santiago, y el mestizaje en este proceso va a introducir especies y métodos de preparación diferentes, lo cual la gastronomía amazónica tiene una influencia principalmente de la parte de Azuay, Chimborazo. (Barrueco, 1985)

## **PRODUCTOS**

Característico pez de la amazonia ecuatoriana, su denominación se refiere a que es un pez sin costillas, referente a los gastronómico:

- Se prepara a través de caldos o asados
- Se lo consume con plátano, sachá.
- Tiene un aroma y sabor fuerte dependiendo del modo que se prepare
- Aporta un valor nutritivo, por su alta concentración de fosforo.
- En la mayor parte de estos peces se encuentran sus huevos en forma de caviar, algo que resulta interesante en la cocina. (conaie, 2019)

### **Yuca:**

Es originaria de Sudamérica, principalmente de las zonas amazónicas, por tener climas tropicales que necesita este producto para crecer correctamente, referente a los gastronómico:

- Tiene muchas posibilidades culinarias que puede proporcionar.
- Se cocina una vez que estén peladas, ya que tiene una textura fibrosa, dura.
- En la parte de la amazonia, la fermentación de la yuca produce la chicha.
- Suelen servir las fritas, acompañados con guayusa (planta del entorno)
- Se usa en la repostería por medio de los purés o masa de yuca, y pasando a ser buñuelos o ñoquis dentro de cocina caliente.

### **Plátano verde:**

Una de los carbohidratos más consumidos en la amazonia, se clasifican en tres tipos principalmente: Barraganete, maqueño, dominico. En la zona de Morona Santiago se obtiene más el barraganete. Referente a lo gastronómico:

- Se elabora los bolones con rellenos de palmito dentro de la región.
- El verde es un espesante utiliza en las distintas sopas.

- Su buena combinación con el maní crea un consistencia espesa y suave.
- Se suele acompañar el verde cocinado en los caldos típicos de la zona en los mercados culturales. (Arnalot, 2007)
- Empandas de verde en los sectores mestizos con rellenos de pollo criollo.

### **Cacao**

El cacao representa para el Ecuador la identidad, cultura y patrimonio, ya que es un legado histórico que, ante la conquista española, este legado ya se consumía en la amazonia ecuatoriana, en la amazonia se produce cacao fino de aroma. Referente a lo gastronómico:

- Es un producto muy versátil, y sus aplicaciones en la gastronomía varían en lo que se quiera realizar.
- Es un ingrediente importante dentro de repostería, el chocolate que se elabora para diferentes usos en postres.
- La elaboración de salsas a base de cacao, también es uno de los principales usos en la gastronomía.
- La transformación del cacao en la cocina puede ser: manteca de cacao, polvo de cacao, pulpa del cacao y estos se usan de diferentes maneras dentro de la gastronomía.
- En la amazonia este producto se usa para elaborar chocolates de cacao fino de aroma.

### **Caimito**

En realidad, existen dos tipos de caimito, uno de fruta morado y otro amarillento, en la provincia de Morona Santiago encontramos el caimo amarillo en su mayoría, conocido con ese nombre a nivel nacional, añadiendo que es una de las principales frutas que se dan en diciembre de cada año. Referente a lo gastronómico:

- Se usa para elaboración de bebidas por el azúcar que esta fruta posee.

- Se usa en postres usando la pulpa en diferentes texturas.
- Se acompañan con otras frutas para la elaboración de ensaladas.
- Con la cascara podemos tener infusiones que resulten súper agradables.
- Puede fusionarse con diferentes productos para obtener salsas.

### **Pitahaya**

La pitahaya es un producto que se adapta a este tipo de suelo de la provincia, se cultivan en zonas que se acercan a la provincia de Pastaza por el cambio de clima que se ve dando y la planta pueda tener mejor rendimiento, es un producto comercial y destaca por su sabor y textura (color amarillo, cascara con púas y una pulpa blanca con pepas negras). Referente a lo gastronómico:

- En una fruta que se la come fresca y permite apreciar sus cualidades organolépticas.
- Aporta sabor y textura a los platillos.
- Es ligeramente dulce y tiene tonos de acidez.
- Requiere una combinación de ingrediente o aromas para realzar el sabor de la preparación.
- Esta fruta se adapta a los cárnicos, funciona bien como guarnición y salsas.

### **Papa china**

Es un producto que por su adaptabilidad al ecosistema tropical y facilidad de manejo se da mucho en Morona Santiago, (gastronomía, 2008) dentro de la agricultura se da en amplios periodos de cosecha y se utiliza técnica muy sencilla para su procesamiento, es un carbohidrato que se consume mucho en la parte tradicional o étnica de Morona Santiago. Referente a lo gastronómico:

- En la amazonia la papa china es un acompañante tanto para cocina caliente como para fría.
- Se sirve cocinada en leña, sobre hojas de plátano y acompañado de la tradicional guayusa.
- Es un acompañante de comidas típicas, es un ingrediente que va bien con las sopas.
- Dentro de lo étnico, la mujer shuar sirve la papa china con el ají y su bebida es la chicha.
- En los restaurantes suele procesarse como puré y acompañar a diferentes proteínas.

### **Guayusa**

Es un producto que representativo para la Provincia, una de sus principales características es el aroma que nos brinda y sobre todo el sabor mediante la infusión de esta planta verde que se da prácticamente en toda la provincia, (Monroy, 2002) el modo de preparación de esta bebida permite agregarle miel o caramelo para realizar la bebida con la que acompaña a platos típicos en su mayoría mestizos. Existe fiestas en la provincia que conmemoran productos de la zona, llamada “fiesta de la Guayusa y la Canela”. Referente a los gastronómico:

- Este extracto, jugo y esencia que se obtiene de esta planta permite participar en preparaciones de helados en la repostería.
- Se acompañan de manera fría en jugos que acompañan al plato caliente, se suele añadir limón y azúcar.
- También preparan infusiones de guayusa con otros aromatizante como la canela.

### **Maní**

Es un producto que en la parte étnica shuar se la trabajo con grandes sembríos, esta semilla nativa de la zona y las condiciones climáticas permiten una transformación productiva dentro la provincia, (Koppmann, 2019) este es uno de los cultivos que las comunidades indígenas priorizan para su sustento económico y gastronómico también. Referente a los gastronómico:

- Un importante producto dentro de la gastronomía amazónica y sobre todo para la gastronomía ecuatoriana ya que aporta a muchas de sus preparaciones, color, sabor y aroma, en la elaboración de sopas, secos, postres etc.
- Mediante el procesamiento que recibe el maní, se puede obtener polvos, purés, crocantes.
- Muchos de los chocolates que se fabrican en la provincia contiene maní.

### **Zapote**

El zapote es una fruta tropical, sus características físicas corresponde a una forma esférica, de tamaño medio, lo que llama la atención también es su forma aplastada, según la variedad de la fruta. La piel del zapote en especial cuando está madura, es fibrosa y suave, por dentro el color de la pulpa es similar al de la papaya, lisa, jugosa y de sabor dulce. En las zonas que son más cercanas a la cordillera, entre las comunidades amazónicas se produce en gran cantidad, son arboles muy grandes que se adaptan a la zona. Referente a los gastronómico:

- Esta planta dentro de la cultura shuar se utilizaba por sus grandes beneficios curativos y gastronómicos, se utiliza la infusión de su corteza.
- Con las semillas del zapote se elabora aceites.
- El zapote es un fruto de sabor dulce, que permiten obtener texturas cremosas y con mucho aroma frutal. (ARMENDÁRIZ SANZ)

- Puede ser acompañante de ensaladas, como también puede funcionar para rellenos de bombonería.

### **Chonta**

Para la nacionalidad shuar, la chonta representa un agradecimiento al dios de la tierra. La cual provee la abundancia del fruto, este ritual se compone de alabanzas por la cosecha, mientras que el fruto obtenido se fermenta en una olla de barro para la elaboración de la chicha. Se caracteriza por su altura (60 metros) y por estar rodeado de espinas. Da como resultado un racimo amarillo, rojo o naranja. Tiene una forma de globo y es un fruto muy fibroso. Referente a lo gastronómico:

- Uno de sus principales elaboraciones como bebida es la chicha de chonta.
- Una vez que se cocina, se suele servir con guayusa, este plato se sirve como una entrada. (Artieda, 2002)
- Se elaboran mayonesas o se usan como purés en algunos platos.
- Por su textura se incorpora en las ensaladas, algunas de ellas suelen llevar maní.

### **Palmito**

El palmito es un producto muy apreciado tanto para la parte mestiza como indígena en la provincia, es uno de los principales ingredientes de platos típicos del lugar, además de ser un producto súper manipulable, (Nacionales, 1975) se adapta a cualquier preparación en especial de la comida local. Se extrae del cogollo tierno de la palma, de la cual se elimina la corteza y las capas fibrosas que posee, en su interior posee un color blanco, tiene una textura suave y flexible. Referente a lo gastronómico:



- El palmito se cocina para eliminar el sabor amargo o se cocinan en hojas de bijao, típicas en platos típicos de Morona Santiago.
- Tienen un intenso sabor, puede ser parte de preparaciones como ensaladas o puede servirse como aperitivo.
- Se puede encontrar en presentaciones diferentes, puede ser palmitos finos o presentarse en formas más gruesas, este último se utiliza mucho para decoración.
- En la amazonia se lo prepara muchas veces dentro de las hojas que lo cubre, cuando no se ha desarrollado por completo.
- Es utilizado para producir quesos de palma, se somete a un proceso de fermentación.

## **DESCRIPCION DEL PLATO.**

### **Entrada fría:**

**Taco de Cara chama:** Este plato representa una fusión de productos nativos incorporados en preparaciones de otros lugares del mundo, en este caso los tacos son representativos de México, en donde el relleno se sustituye con productos nativos y étnicos de la provincia de Morona Santiago, en este caso el pueblo shuar. Se da esta mezcla por la versatilidad de la carne de cara chama, añadiendo sabores de una cocina moderna, es decir salsas como chipotle o licores usados en la cocina como el jerez, se puede generar un plato fusión, donde el producto estrella va a ser el producto local. (ARMENDÁRIZ SANZ)

Dentro de la historia de la cultura shuar, este tipo de pez va a ser representativos en las preparaciones típicas ancestrales, el caldo de caracha en el pueblo shuar es muy consumido y llama la atención por su sabor a nivel gastronómico. Es una proteína de la cual se puede generar diferentes platos mediante el uso de técnicas modernas y sobretodo realzar el sabor de una proteína que usualmente y en casi todos los casos se lo consumen a partir del caldo. La idea es crear un plato que represente el cambio de presentación y preparación de la cara

chama, complementándolo con técnicas culinarias como aires (utilizando frutas nativas), vegetales confitados, texturas (purés, cremosos, crocantes) que añadan un sabor diferente a una misma elaboración.

**Entrada Caliente:**

**Ñoquis de yuca gratinados con salsa de queso:**

La yuca forma parte de la gastronomía local en diferentes formas de preparación, por eso es considerado un producto de la zona que forma parte de la gastronomía mestiza y shuar, lo cual permite ver diferentes formas de preparar la yuca. Dentro de las bebidas locales y culturales encontramos la chicha de yuca, y por el lado caliente se suele servir en caldos, preparaciones como buñuelos. Este plato representa la introducción de la yuca y la variedad de formas y texturas que se le puedan dar, aplicando una fusión entre una preparación italiana y un producto amazónico. La yuca dentro de la historia de los pueblos indígena es considerada un suplemento alimenticio con el que sobrevivían en épocas de conquista. La yuca cocinada en leña y el ají era parte de los inicios gastronómicos de esta cultura, por el lado mestizo la yuca fue preparada con distintos métodos, lo cual incorporo recetas que son representativas para la provincia. (Monroy, 2002)

Plato fuerte

**Confit de pato criollo con salsa de cacao y caimito.**

Teniendo en cuenta el tipo de suelo y de clima que tenemos, estos tres productos son la combinación para crear el plato representándolos con diferentes métodos de preparación, además se resalta cada uno de ellos en el plato y se puede distinguir los sabores. Hay que tomar en cuenta que la crianza del pato criollo es diferente y su carne puede ser más dura que un pato con diferentes suplementos alimenticios, lo que se quiere obtener como resultado es

el sabor que nos brinda el criarlo en el campo, para obtener este sabor y sobretodo hacer que la carne resulte súper suave y se combina con el conocimiento gastronómico moderno para para lograr un buen resultado de estos tres productos.

### **Bagre de agua dulce con salsa beurre blanc.**

El bagre de agua dulce es un tipo de pescado que se adapta a la cocina cultural, ya que estos suelen presentarse cocinadas en hojas de bijao, asadas, en caldos sobre todo tiene un sabor característico lo cual hace posible la combinación entre un producto amazónico con una salsa francesa. Lo que se busca es resaltar el sabor del paiche, presentándolo de manera diferente tomando en cuenta los antecedentes gastronómicos de la cultura shuar con la utilización de diferentes pescados para hacerlos en sopa o asado, es decir ya había una preferencia para la preparación de platos típicos, como los es el ayampaco de pescado utilizando esta proteína.

## **Postre**

### **Texturas amazónicas**

Está basado en reflejar en los platos, el ecosistema de frutas y plantas aromáticas que tenemos alrededor de la provincia, siendo un clima cálido se busca crear un postre que demuestre frescura, por ese motivo la miel y la guayusa se combina bien a la hora de crear un helado, la guayusa es una planta que se puede infundir y sustraer su sabor, se presenta como una bebida dulce muchas veces elaborado con una base de caramelo para su dulzura, se reemplaza el caramelo con miel que se elabora en la provincia. Utilizando el chocolate se elabora bombones con rellenos de frutas tropicales como el zapote, la jugosidad de esta fruta permite extraer de la pulpa la concentración de sus jugos dulces.

## **EPOCAS DE CONSUMO-FESTIVIDADES ENTRADAS.**

### **Cara chama**

- Este plato se caracteriza por ser parte de las festividades étnicas que se ha venido realizando durante todo el proceso histórico, conocido como el caldo de caracha en las comunidades. La particularidad de consumirlo en festividades, según el contexto histórico el pueblo shuar este producto era muy importante en su gastronomía ya que, con las técnicas de pesca, lo shuar los atrapaban debajo de las piedras en los lugares del río que el agua no es alta, las mujeres shuar se involucraban en esta actividad. se consume durante todo el año, sin embargo, la cara chama se desarrollan en los primeros meses del año, en los meses de Agosto a Diciembre se encuentran cara chamas de mayor tamaño.

### **Yuca**

- Mucho de los productos escogidos para la elaboración de este menú, representan a la cultura shuar, y una de sus principales bebidas ancestrales son las chichas. Este producto se caracteriza por las diversas texturas que se pueden tener, además de participar en el proceso de fermentación en la chicha de yuca, servidos en la vasija de madera conocido como pilche. En las festividades shuar en el contexto histórico lo preparaban las mujeres y ancianas de la comunidad masticando la yuca para la preparación de la chicha, el rol de la mujer era muy importante en la gastronomía étnica.

PLATO FUERTE

### **Pato criollo**

- No es un producto que este dentro de alguna festividad o de temporada, es un producto que se considera por el tipo de carne y el diferente tipo de crianza en las comunidades, que en muchos de los casos se lo come de manera asada, por otro lado, tomando en cuenta el contexto gastronómico con el que se desarrolla la crianza de este tipo de ave, sobre todo se servía pato en ocasiones especiales dentro de lo cultural, en este caso se esperaba que el pato de desarrolle para alcanzar un peso significativo, es decir un grupo destinados a comerse en ocasiones especiales futuras.

### **Papa china**

- Ocupa un rol importante en la parte de elaboraciones que se ofrecen como bienvenida a cierta comunidad de la provincia, la presentación de la mesa en la comunidad es muy importante para el anfitrión ya que, en el aspecto cultural, es muy importante un entorno de compartir, celebrar y dar a gracias a los frutos que la tierra les brinda. Las hojas de plátano están presentes en la mesa y sobre ellas está la papa china cocinado en leña, acompañado con ají shuar.

### **Bagre de Agua Dulce**

El bagre de agua dulce suele encontrarse en la parte de Morona, en los ríos de agua dulce por estar en la parte de la amazonia, es un pescado que se caracteriza por el sabor de su carne que normalmente se ve resaltado en el uso de los ayampacos de Bagre, es un producto en que en su mayoría también se lo consume asado y por sus características es muy apreciado en el mercado local.<sup>7</sup>

POSTRE

### **Guayusa**

La guayusa dentro del pueblo shuar y mestizo es muy representativa dentro de sus festividades, cada pueblo realiza ferias en febrero donde se expone productos de la zona y sobretodo se da a conocer la bebida típica que es la guayusa. Tiene como objetivo representar una planta que se da en la amazonia y que desde mucho tiempo antes era servida para acompañar los diferentes platos típicos que forman parte de la gastronomía de Morona Santiago.

## **TECNICAS CULINARIAS**

### **Taco de cara chama:**

- Lo que se quiere mostrar en este plato es que el producto estrella sea un producto amazónico en preparaciones conocidas como los tacos, la cara chama amazónica es un producto con un sabor no muy intenso, que necesita ingredientes que complementen el conjunto de sabores del plato, este proceso es muy importante ya que se utiliza emulsiones, finas yerbas y licor para se incorporen en el relleno del taco y poder tener el sabor deseado. (Barrueco, 1985)
- Se incorpora una técnica conocido como aires, siendo una especia de espuma o burbuja que se realiza con un agente emulsionante o químicos. En este parte se quiere resaltar la parte frutal amazónica con un técnico moderno.
- Se crea una emulsión como lo es el chipotle para elevar el sabor de la caracha en el taco y permite dar cremosidad a la preparación.

### **Segunda entrada**

#### **Ñoquis**

- Una preparación italiana muy conocida en la gastronomía, a esta técnica se cambia el carbohidrato que es la papa, por el producto amazónico como la yuca.
- La versatilidad de la yuca permite formar masas o purés con el cual se consigue la textura requerida.
- Se elabora una salsa de queso, aplicando técnicas de elaboración de fondo, caldos como base para la misma y por último utilizar queso como medio espesante y saborizante.

### **Plato fuerte**

#### **Confit de pato criollo**

- La técnica del Confit permite la cocción de un producto, en aceite a baja temperatura, la forma de esta puede variar, se puede controlar la temperatura del aceite o se puede
- realizar una cocción al vacío sin la presencia de oxígeno, estas bolsas selladas en las cuales en su interior contiene aceite, mantequilla, aromatizante, son cocinados mediante el control de la temperatura del agua, con termocirculadores para programar tiempos y temperaturas.

### **POSTRE**

#### Texturas amazónicas

- En cuanto a los postres, se piensa en una presentación de texturas con producto amazónico, se aprovecha el sabor y frescura que aportan los mismos. Preparaciones

como helados, biscochos, crocantes se toman en cuenta ya que el producto va bastante bien con los procesos y preparaciones pensadas. El maní, zapote, guayusa, miel son productos de la zona que son considerados dentro de la repostería local, sin embargo, se piensa en darle un giro a técnicas y preparaciones modernas que permiten expresar de mejor manera la gastronomía. (Roca, 2014)

## DESARROLLO/ ELABORACION DEL MENU

<b>Tostadas con cara chama.</b>	
<b>Realizado por:</b>	Jonathan Córdova
<b>Tipo:</b>	Entrada / Plato fuerte / Postre
<b>Porciones:</b>	4 pax
<b>Ingredientes:</b>	<b>Preparación:</b>
<u>Chipotle mayo:</u> 0,040 Chili powder. 0,150 mayonesa base 0,010 salsa inglesa 0,008 orégano seco 0,035 vinagre blanco  <u>Tortilla de verde:</u> 0,30 plátano verde 0,100 mantequilla 0,010 cilantro 0,030 sal	<u>Subreceta 1:</u> Se parte desde la mayonesa base elaborada con aceite, huevo, sal, ajo. Una vez que tenemos la emulsión lista, vamos integrando los demás componentes poco a poco, ponemos el polvo de chili, agregamos salsa inglesa y esperamos que se integre bien. El orégano seco lo ponemos al final y mezclamos todo, podemos usar turbo mix o licuadora para hacerlo y lograr que se integre de manera uniforme.  <u>Subreceta 2:</u> Cocinamos el plátano hasta tener una textura blanda, sacamos del agua y formamos una masa (es necesario amasar varias veces para conseguir una textura lisa), en este proceso vamos agregamos el cilantro, cebolla blanca y sal. Una vez lista lo colocamos en medio de dos fundas con un poco de acierte, y con



<p><u>Aire de pitahaya:</u> 0,150 pitahaya 0,150 agua 0,004 lecitina</p> <p><u>Cre moso de aguacate:</u> 0,200 aguacate 0,04 aceite de oliva 0,015 sal crisal</p>	<p>la ayuda de un bolillo estiramos la masa para después formar las tostadas.</p> <p><b><u>Subreceta 3:</u></b> Para generar un aire se necesita partes iguales del líquido o pulpa de algún producto con agua, una vez que se tienes esa mezcla agregamos el aire y con ayuda de un turbo generamos que se forme el aire mediante el movimiento de estos líquidos y el químico.</p> <p><b><u>Subreceta 4:</u></b> Con el aguacate hacemos un tipo puré, pero un poco más líquido y liso, donde podemos usar licuadora o turbo para incorporar el aceite, sal, limón mientras vamos dando textura.</p>
---	--

## ÑOQUIS DE YUCA

<b>Realizado por:</b>	Jonathan Córdova	
<b>Tipo:</b>	Entrada / Plato fuerte / Postre	
<b>Porciones:</b>	- 4 pax	
<b>Ingredientes:</b>	<b>Preparación:</b>	

<p><b><u>Fondo de pollo</u></b>  0,250 huesos de pollo  0,100 aceite de oliva  0,020 ajo pelado  0,150 zanahoria blanca  0,150 cebolla paitaña  0,150 apio fresco</p> <p><b><u>Salsa de queso chonta:</u></b>  0,250 queso chonta  0,100 crema de leche  0,008 cebolla perla  0,060 vino clos</p> <p><b><u>Ñoquis de yuca</u></b>  0,100 harina de trigo  0,300 puré de yuca  0,06 huevos  0,03 sal</p>	<p><b><u>Subreceta 1:</u></b>  Ponemos un poc0 de aceite en la olla en la que vamos a realizar el fondo, colocamos los huesos y vegetales y los doramos, cuando estén dorados agregamos el agua y lo dejamos hervir por 1 hora aprox.</p> <p><b><u>Subreceta 2:</u></b>  Colocamos en la sartén en el aceite y dejamos que se caliente, cortar la cebolla perla en brunoise y poder en el sartén hasta caramelizar las cebollas, una vez que estén listan agregamos vino blanco y dejamos hervir el alcohol, por ultimo agregamos la crema de leche, queso, sal y lo dejamos reducir.</p> <p><b><u>Subreceta 3:</u></b>  Empezamos por procesar la yuca hasta obtener un puré liso, una vez que tenemos la masa añadimos los huevos y la harina poco a poco hasta tener una masa más flexible para amasar y conseguir darle la forma de pequeños bastones circulares. Una vez que tengamos los ñoquis los guardamos en el refrigerados con harina sobre ellos para tener la textura deseada.</p>	
<p><b>Confit de pato criollo</b></p>		
<p><b>Realizado por:</b></p> <p><b>Tipo:</b></p> <p><b>Porciones:</b></p>	<p>Jonathan Cordova</p> <p>/ Plato fuerte /</p> <p>- 4 pax</p>	
<p><b>Ingredientes:</b></p>	<p><b>Preparación:</b></p>	

**Bizcocho de papa china:**

0,250 papa china  
 0,120 harina de trigo  
 0,300 huevos  
 0,003 polvo de hornear  
 0,100 mantequilla  
 0,100 crema de leche

**Confit de pato:**

0,25 pato nacional  
 0,0,08 naranja nacional  
 0,25 mantequilla s/s  
 0,003 sal

**Salsa de cacao y caimito**

0,300 cobertura 58%  
 0,100 mantequilla  
 0,12 fondo de pollo  
 0,02 sal crisal  
 0,020 manteca de cacao.

**Cre moso de aguacate:**

0,200 aguacate  
 0,04 aceite de oliva  
 0,015 sal crisal

**Subreceta 1:**

Lo primero que tenemos que hacer es batir la crema de leche hasta una textura de montaje, y lo dejamos reposar en el frío. En un bowl mezclamos el puré de papa china con la harina en forma de lluvia, se añade merengue a la mezcla para obtener una textura esponjosa. Poner en un recipiente enharinado y mandar al horno a 180 grados por 25 min.

**Subreceta 2:**

A partir de fundas ziploc incorporamos los muslos de pato con la naranja y la mantequilla. Por medio de un sorbete sacamos el aire de la funda y lo ponemos dentro de un calentador de agua por 7 horas. Hacemos una incisión por todo el hueso del muslo para obtener solo la carne y desprenderla del hueso, por último selle la piel en un sartén antes de servir.

**Subreceta 3:**

En una olla poner a reducir el fondo de pollo, el chocolate y la pulpa de cacao. Una vez que reduzca agregar azúcar y sal a la vez. Sacar del fuego y agregar la mantequilla mientras se procesa con el turbo para obtener una textura lisa.

**Subreceta 4:**

Con el aguacate hacemos un tipo puré, pero un poco más líquido y liso, donde podemos usar licuadora o turbo para incorporar el aceite, sal, limón mientras vamos dando textura.

## Scallops bagre de agua Dulce.

<b>Realizado por:</b>	Jonathan Córdova
<b>Tipo:</b>	/ Plato fuerte /
<b>Porciones:</b>	- 4 pax

Ingredientes:	Preparación:
<p><b>0,200 bagre agua dulce</b></p> <p><b>0,100 hilos de palmito</b></p> <p><b>0,08 salsa vino blanco</b></p>	<p><b><u>Subreceta 1:</u></b> Fileteamos el bagre y luego de eso con la ayuda de un cortapastas damos forma de Scallops, para luego sazoanrlos con aceite de ajo, sal y pimienta.</p> <p><b><u>Subreceta 2:</u></b> A partir del corazón del fruto de la chonta damos forma a los hilos de palmito y luego de ellos los dejamos reposar en agua para que no se oxiden. Sellamos al sartén con mantequilla.</p> <p><b><u>Subreceta 3:</u></b> En una olla poner a reducir el fondo de pollo, el vino blanco hasta obtener una textura para formar una salsa. Una vez que tienes el líquido reducido le agregas crema de leche, sal y pimienta.</p>

## TEXTURAS

<b>Realizado por:</b>	Jonathan Córdova
<b>Tipo:</b>	/ Plato fuerte /
<b>Porciones:</b>	- 4 pax
<b>Ingredientes:</b>	
<p>⋮</p> <p><b>Torta de camote</b>  <b>0,300 puré de camote</b>  <b>0,120 huevos</b>  <b>0,08 mantequilla</b>  <b>0,02 canela</b>  <b>0,200 harina de trigo</b></p> <p><b>Mousse de zapote</b>  <b>0,300 zapote</b>  <b>0,200 crema leche</b>  <b>0,150 merengue</b>  <b>0,100 leche condensada.</b></p> <p><b>Helado de huayusa</b>  <b>0,200 crema leche</b>  <b>0,400 salsa inglesa</b>  <b>0,100 infusión de guayusa</b>  <b>0,100 glucosa.</b></p>	<p><b>Preparación:</b></p> <p><b><u>Subreceta 1:</u></b>  Para la torta de camote dulce tenemos que preparar primero el merengue italiano, y luego mezclarlo con el puré de camote, una vez que tenemos todo en un bowl incorporamos la harina en forma de lluvia, añadimiento también todos los polvos como la canela.</p> <p><b><u>Subreceta 2:</u></b>  Partimos desde una crema inglesa, separamos las yemas y los mezclamos con el azúcar, en una olla pequeña hervimos la leche con la mitad del azúcar total, incorporamos la leche hervida a las yemas con el azúcar. Una vez que tienes la crema inglesa le añades crema de leche y leche condensada.</p> <p><b><u>Subreceta 3:</u></b>  A partir de una infusión de huayusa empieza el proceso de una salsa inglesa, mitad leche, mitad crema de leche para obtener el sabor y la textura, cuando la olla llegue a una temperatura de 65 grados agregar la glucosa para obtener la cremosidad, mientras se va congelado tiene que tener un movimiento permanente para que no se creen cristales.</p>

#### 4 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

- Todos los productos elegidos funcionaron en las preparaciones, dando como resultado una buena textura.
- El haber aprendido a trabajar con proteínas como el pato y el pescado con métodos de cocción al vacío ayudo a potencia el sabor de los platos.
- La parte histórica cultural no se recalcó en la exposición por lo cual las críticas se basaron en tener conocimiento y explicarlo.
- Se puedo poner en prácticas el orden, limpieza y ejecución de los platos tanto en entradas, fuertes y plato fuerte.
- Una de las recomendaciones fue no tener presentaciones en los empataados muy monocromáticas y en la parte de los sabores, no poner tanto sabor dentro de un plato ya que opaca al resto de sabores que quieras resaltar.
- Tomando en cuenta el presupuesto para hacer el menú, se tuvo como resultado que, si se puede crear menú con presupuesto limitados, esto hablando para un restaurante a futuro y que los procesos de las recetas estándar son muy importantes.
- Otra recomendación del jurado fue siempre sazonar los ingredientes en el momento en el que cocinas, en mi caso yo los tenía ya sazonados, integrarle más sabor a los productos con los que estoy trabajando.

## BIBLIOGRAFIA

- Allioni, M. (1984). *La Vida del pueblo shuar*. Mundo Shuar.
- ARMENDÁRIZ SANZ, J. L. (s.f.). *Gastronomía y nutrición*. Ediciones Paraninfo.
- Arnalot, J. (2007). *Lo que los Achuar me han enseñado*. Editorial Abya Yala.
- Artieda, P. (2002). *Ecuador*. Ministerio de Turismo del Ecuador.
- Ballesteros, E. R. (2007). *Turismo comunitario en Ecuador: desarrollo y sostenibilidad social*. Esteban Ruiz Ballesteros, Doris Solis Carrión.
- Barrueco, D. (1985). *Mitos y leyendas shuar*. Editorial Abya Yala.
- conaie. (2019). *SHUAR*. Obtenido de Nacionalidades amazonia:  
<https://conaie.org/2014/07/19/shuar/>
- gastronomía, A. m. (2008). *Gilles Fumey, Olivier Etcheverria*. Ediciones AKAL.
- Koppmann, M. (2019). *Nuevo manual de gastronomía molecular: El encuentro entre la ciencia y la cocina*. Siglo XXI Editores.
- Monroy, P. (2002). *Introduccion a la Gastronomía*. Editorial Limusa.
- Nacionales, E. O. (1975). *Compendio de informacion socio-economica de las provincias del Ecuador: Napo. Pastaza. Morona Santiago*. . Oficina de los Censos Nacionales.
- Piedad Peñaherrera de Costales, A. C. (2006). *Historia de la nación shuar, Volumen 1*. reimpresión.
- Roca, J. (2014). *Cocina con Joan Roca: Técnicas básicas para cocinar en casa*. Grupo Planeta Spain.
- Valdez, F. ( 2018). *Primeras sociedades de la alta Amazonia: La cultura Mayo Chinchipe-Marañón*. IRD Éditions.

**ANEXOS 1 (FOTOGRAFIAS PLATOS MENU DEGUSTACION)***PRIMERA ENTRADA 1**SEGUNDA ENTRADA 1*





*PLATO FUERTE 1*



*PLATO FUERTE 2 1*



*POSTRE 1*

**ANEXO 2 (MIEMBROS DEL JURADO)**

<b>CHEF ESTEBAN TAPIA</b>	<b>DOCENTE USFQ</b>
<b>CHEF MAIK OZIOL</b>	<b>DOCENTE USFQ</b>
<b>CHEF MARIO JIMENEZ</b>	<b>CHEF EJECUTIVO USFQ</b>
<b>SEBASTIAN NAVAS</b>	<b>DIRECTOR FACULTAD GASTRONOMIA USFQ</b>
<b>CHEF ERIK DREYER</b>	<b>CHEF CIRE CAPITAL</b>