



ESCUELA DE GASTRONOMÍA



Levantamiento del patrimonio gastronómico de la comunidad de Yunguilla



AUTOR

Daniel Sebastian Herrera Morales

AÑO

2019



ESCUELA DE GASTRONOMÍA

LEVANTAMIENTO DEL PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE LA  
COMUNIDAD DE YUNGUILLA.

Trabajo de Titulación presentado en conformidad con los requisitos  
establecidos para optar por el título de Licenciado en Gastronomía.

Profesor Guía  
Carolina Pérez Novoa

Autor  
Danie Sebastian Herrera Morales

Año  
2019

## DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA

"Declaro haber dirigido el trabajo, "Levantamiento del patrimonio gastronómico de la comunidad de Yunguilla", a través de reuniones periódicas con el estudiante Daniel Sebastián Herrera Morales, en el semestre 2019- 2, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación".

---

Carolina Pilar Pérez

CC. 1718653585

## DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR

"Declaro haber revisado este trabajo, "Levantamiento del patrimonio gastronómico de la comunidad de Yunguilla", del Daniel Sebastián Herrera Morales, en el semestre 2019- 2, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación".

---

Gabriel David Mena

C.C. 1716376940

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDAINTE

“Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.”

---

Daniel Sebastián Herrera Morales

CC. 1725333528

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi familia que me apoyo en transcurso de mi carrera universitaria para llegar hacer un profesional. Así como también a mi profesora guía por la paciencia y la ayuda brindada en la realización de este proyecto.

## **DEDICATORIA**

Dedico este documento a los habitantes de la comunidad de Yunguilla que me permitieron explorar su territorio y cultura.

## Resumen

Este trabajo de titulación realiza una recopilación de técnicas, productos y preparaciones ancestrales pertenecientes a la comunidad de Yunguilla, intentando así, rescatar y difundir la cultura gastronómica que posee la comunidad; de esta manera, se pretende incentivar a los habitantes a valorar más la variada gastronomía que existe en la comunidad. Gracias a la corporación Yunguilla se han podido implementar varios proyectos de rescate y preservación de plantas endémicas de la zona, sin embargo, con la ayuda de este trabajo de titulación se busca contribuir a la implementación de proyectos de rescate de sabores, técnicas y cultura de la comunidad de Yunguilla.

Otro de los objetivos es contribuir con una base que permita desarrollar el turismo comunitario gastronómico en la comunidad y así, generar ingresos sustentables que impulsen aún más el turismo tanto de turistas extranjeros como de turistas nacionales.

Para desarrollar este trabajo se utilizó una metodología de investigación cualitativa que tiene como objetivo profundizar en ciertos casos específicos y mas no objetivos más generales, todo esto basado en los rasgos o fenómenos que se puedan apreciar dentro de la zona estudiada. A su vez se utilizaron tres distintos métodos que son analítico científico, método inductivo y método deductivo todos ellos con el fin de facilitar la recopilación de información para luego ser analizada y determinar las causas, las consecuencias y las soluciones que se pueden aplicar para este caso en particular.

Los principales resultados demostraron que dentro de Yunguilla la gastronomía local no cumple un rol muy importante, por la misma razón esta se ha ido perdiendo ya que con el pasar de las generaciones y la introducción de nuevos productos se ha reemplazado la comida ancestral por preparaciones más contemporáneas.

## **Abstract**

This work of qualification is carried out a collection of techniques, products and ancestral preparations belonging to the community of Yunguilla, trying to rescue and spread the gastronomic culture that the community possesses and thus encourage the inhabitants to appreciate more the varied gastronomy that exists in Yunguilla. Thanks to the Yunguilla Corporation, several projects have been implemented to rescue and preserve endemic plants in the area, On the other hand, with the help of this work of qualification is sought to help the implementation of projects of rescue of flavors, techniques and culture of the community of Yunguilla.

In order to generate sustainable income within the community, since community tourism is practiced in Yunguilla, the implementation of a plan to rescue flavors, It will encourage further the tourism of both foreign tourists and national tourists.

In order to develop this work, a qualitative research methodology was used that aims to deepen certain specific cases and not more general objectives, all this based on the features or phenomena that can be seen within the area studied. In turn, three different methods were used, which are scientific analytical, inductive and deductive methods, all of which are intended to facilitate the collection of information and then to be analyzed and to determine the causes, the consequences and solutions that can be applied in this particular case.

The main results showed that within Yunguilla local gastronomy does not play a very important role, For the same reason this has been lost since with the passage of generations and the introduction of new products the ancestral food has been replaced by more contemporary preparations.

## Índice

1. Introducción.....	1
2. Capítulo 1 .....	2
2.1 Patrimonio Gastronómico .....	2
2.1.1 Concepto de patrimonio gastronómico.....	2
2.1.2 Patrimonio gastronómico mundial .....	2
2.1.3 Patrimonio gastronómico del Ecuador .....	2
2.1.4 Patrimonio gastronómico de Quito .....	3
2.2 Cocina Prehispánica .....	3
2.3 Cocina Criolla .....	4
2.4 Cocina Contemporánea .....	5
2.5 Comunidad de Yunguilla .....	5
3. Capítulo 2.....	6
3.1 Ubicación geográfica de la zona de estudio .....	6
3.2 Grupos de estudio .....	7
3.2.1 Metodología de Investigación .....	9
3.3 Diseño de Instrumentos de Investigación.....	10
3.3.1 Cuestionario de Preguntas .....	10
3.3.2 Modelo de ficha .....	10
3.4 Presentación de Resultados.....	11
3.4.1 Resultados de Entrevistas .....	11
3.5 Resultados de Observación.....	34
4. Capítulo 3.....	40
4.1 Fichas de inventario gastronómico.....	40
5. Conclusiones.....	61
6. Recomendaciones .....	62
Referencias .....	63
ANEXOS .....	64

## **1. Introducción**

En este documento se expone información recopilada acerca del patrimonio alimentario de la comunidad de Yunguilla, tomando muy en cuenta los productos, técnicas y preparaciones típicas y ancestrales se posee la comunidad.

Se busca contribuir en la conservación del patrimonio gastronómico de Yunguilla y de esta manera aprovechar y explotar la gastronomía junto con el turismo comunitario, el mismo que ya está muy bien cimentado como parte de la comunidad. Se debe mencionar que, dentro de la comunidad la gastronomía no cumple un rol significativo, es por esto que en el presente documento se encuentran expuestas recetas que con el pasar del tiempo se han ido perdiendo, con el fin que las personas de la comunidad de Yunguilla logren utilizarlas nuevamente. De esta manera, se podrían generar ingresos de una manera sustentable no solo del turismo sino también de la variada gastronomía que poseen.

El objetivo general es realizar un levantamiento del patrimonio gastronómico de la comunidad de Yunguilla para que se cuente con una línea base que un futuro, permita fortalecer la gastronomía e impulsarla para su correcto uso dentro de las actividades productivas de la comunidad. Todo esto se logrará mediante la recopilación de información por medio de entrevistas personales para luego ser plasmadas en fichas de inventario patrimonial.

El primer capítulo presenta un marco teórico que recopila información clave sobre el patrimonio gastronómico local, que permite contextualizar el tema principal. El segundo capítulo presenta la investigación de campo, en donde se evidencian los resultados de las entrevistas. Finalmente, el tercer capítulo presenta la información obtenida en las entrevistas, sintetizada en fichas de patrimonio cultural.

## **2. Capítulo 1**

### **2.1 Patrimonio Gastronómico**

#### **2.1.1 Concepto de patrimonio gastronómico**

Para empezar a definir patrimonio gastronómico hay que basarse primero en el concepto de la UNESCO de patrimonio inmaterial, es decir “el patrimonio cultural inmaterial o “patrimonio vivo” se refiere a las prácticas, expresiones, saberes o técnicas transmitidos por las comunidades de generación en generación” (UNESCO, 2018). Una vez comprendido esto, se deduce que el patrimonio gastronómico se encuentra dentro de esta definición ya que dentro de la gastronomía se ven involucrados varios factores, ya sean estos, productos, técnicas, recetas y varios más que están ligados a al mundo culinario.

#### **2.1.2 Patrimonio gastronómico mundial**

“Arte de preparar buena comida” así define la Real Academia de la Lengua (2018) a la palabra gastronomía, pero, como se expresó anteriormente, la gastronomía no solo tiene que ver con comida, sino más bien está totalmente ligada a la cultura de cada país o región del mundo. Por este motivo, es necesario el estudio de una amplia gama de materias que involucran temas de arte hasta temas ambientales, sociales, económicos y científicos de cada país. Es decir que, cada país y zona en específico posee su único patrimonio gastronómico. Es por esto que, con el pasar de los años cada una de estas culturas ha logrado popularizar y mantener su gastronomía dando a conocer alrededor de mundo todo lo que implica su patrimonio gastronómico (UNESCO, 2018).

#### **2.1.3 Patrimonio gastronómico del Ecuador**

“Al hablar de Patrimonio Alimentario no solo se hace relación con la elaboración de platos o bebidas tradicionales, sino también, con los productos que se utilizan como ingredientes” (Ecuador, 2013). En el Ecuador existe una variedad inmensa de productos que son utilizados en todo su territorio para la elaboración de

distintas preparaciones; un solo producto puede tener varios usos, o puede cambiar su método de preparación de una provincia a otra. Es por esto que el patrimonio gastronómico del Ecuador es tan valioso que vale mucho la pena le presérvalo y darlo a conocer.

Ecuador al ser un país pluricultural tiene la dicha de poseer un patrimonio ancestral lleno de tradiciones que viene desde la época de la colonización, debido a que en esos tiempos no solo se produjo una mezcla de etnias sino también de culturas, alimentos y religiones; esto dio paso a un amplio conocimiento, el cual con el pasar del tiempo y las generaciones se ha ido perdiendo. Es por esto que hoy en día lo que se busca es preservar y mantener vivo todo el patrimonio gastronómico y cultural resultado del mestizaje.

#### **2.1.4 Patrimonio gastronómico de Quito**

En la actualidad la cocina quiteña ha tomado diversas formas de ser expresada y preparada, debido que al ser la capital y por ende, un centro de acopio de una inmensa cantidad de productos provenientes de otras provincias o incluso países, la cocina quiteña ha sufrido cambios notables a como se los preparaba hace un 20 o 30 años atrás, ya sea esta en su forma, precio o preparación; todo esto gracias a que hoy en día la comida que se expende en conformidad a ciertos estándares de cantidad, promoción y calidad (Pazos, 2008).

#### **2.2 Cocina Prehispánica**

Al llegar los españoles a territorio ecuatoriano, sus tierras ya estaban ocupadas por poblaciones que había ya logrado un gran desarrollo cultural y económico, gracias a los incas que tenían un dominio sobre la Sierra. En esta época de la historia las actividades tales como la pesca, caza y recolección eran actividades importantes, pero por otro lado existe un aspecto importante que se debe tomar en cuenta son las tierras y la agricultura, todo esto influía de gran manera en el aspecto económico de la sociedad.

Con el pasar del tiempo la agricultura se volvió intensiva, es decir se empezó a trabajar la tierra tomando en cuenta la fertilidad de la tierra, la rotación de cultivos y sistemas de riego, lo que impulsa la agricultura causando una sobre producción de alimentos, y es por este motivo que la división de la sociedad cambiar de manera importante, colocando por encima a los caciques y por debajo a toda la población trabajadora que cultivaba la tierra (Estrella, 1988).

En lo que respecta a métodos de preparación de alimentos en esta época se puede mencionar algunos como, por ejemplo: guisado, horneado, asado y calentado. Además de la fermentación que se utilizaba en la preparación de bebidas fermentadas tales como la chicha.

Por otro lado, tenemos los productos con los cuales se alimentaban en esa época, los que eran muy marcados de población a población ya que cada una tenía su manera única de preparar cierto alimento, pero en general la dieta de los aborígenes, incluía tubérculos (papa, yuca, oca, melloco), cereales (maíz, quinua), y leguminosas varias. Todo esto acompañado de una de carne que dependería de la zona en que se encuentre ya sea en la Costa o la Sierra (Estrella, 1988).

### **2.3 Cocina Criolla**

Isaac Pazmiño (2016), colaborador en la elaboración del libro “Ancestral, antología de sabores” en una entrevista menciona lo siguiente con respecto a la llegada del pueblo español:

Nos adaptaron a sus costumbres cuando ingresaron res, ovejas y otros animales. Gran mayoría de los platos típicos que tenemos como el yahuarlocro o el caldo de pata, eran preparaciones que se hacían con las sobras de lo que ellos se servían. Del ganado vacuno ellos comían carne y daban las vísceras a los esclavos. Nos adaptamos con nuestras necesidades a las preparaciones que tenemos hoy (Pazmiño, 2016).

Tras este comentario se puede constatar que el mestizaje dio paso a un adaptación y evolución de la gastronomía ancestral. Por otro lado, se debe tomar

en cuenta que los españoles llegaron a tierras ecuatorianas acompañados de esclavos africanos, los cuales también poseían su propia cultura y su propio modo de alimentación, lo que también tuvo repercusión por supuesto, en la alimentación ancestral. He aquí el causante de que la gastronomía ecuatoriana sea tan diversa y rica como se la conoce ahora.

Hay que mencionar que la llegada de los españoles a tierras ecuatorianas tuvo gran repercusión en la gastronomía local, es decir, se introdujeron técnicas nuevas como moler y adobar las carnes; escabechar carnes, mariscos y pescados. Estas eran técnicas que se utilizaban con frecuencia al igual que freír en sartén y cocinar al vapor los alimentos. Otra técnica que resalta es el horno de bóveda que ayudo a la cocción del pan y de las distintas carnes (Pazos, 2008).

## **2.4 Cocina Contemporánea**

El Ecuador ha dado grandes pasos en lo que respecta al desarrollo de nuevos talentos culinarios, todo esto debido a la implementación de nuevas técnicas de vanguardia que los chefs ecuatorianos han adoptado con fuerza, además de la revalorización de los productos endémicos del país.

Otro aspecto que tiene gran influencia en el avance de la cocina contemporánea es la apertura que ha dado el país con la realización de ferias y eventos que permiten que la creatividad pueda ser apreciada no solo dentro del país, sino también fuera del mismo (Vistazo, 2016).

## **2.5 Comunidad de Yunguilla**

Ubicada a 2650 metros sobre el nivel del mar, Yunguilla es una zona de bosque nublado. Esta comunidad tiene sus inicios en los años 60 en donde todo el territorio que comprendía la comunidad se dividía en grandes haciendas dedicadas a la agricultura y ganadería. Tras el expidió de la reforma agraria el 12 de julio de 1964, la misma que buscaba “cerrar el paso al comunismo, impulsar la producción, mejorar las condiciones de vida del trabajador agrícola y

por justicia completar el proceso de liberación del hombre” (El Universo, 2016). Las tierras fueron repartidas entre las personas que habitaban la zona, entre los años 1965 y 1995 los habitantes se dedican a la tala de árboles y producción de carbón, otra actividad que se realizaba para poder sustentar los hogares era la venta clandestina de alcohol artesanal. La Fundación Maquipucuna llega en el año de 1995 para iniciar un proyecto ambiental con unas pocas personas de la comunidad, pero no es hasta dentro de 3 años que llegan los primeros turistas a la comunidad. En el año 2000 por acuerdo ministerial se da paso a la organización comunitaria Corporación Micro empresarial Yunguilla. Con el paso del tiempo 13 años después es declarada oficialmente con el título de reserva (Yunguilla, 2016).

### **3. Capítulo 2**

#### **3.1 Ubicación geográfica de la zona de estudio**

La comunidad de Yunguilla se encuentra ubicada en zona sierra del Ecuador, se localiza al noroccidente de la provincia de Pichincha. Pertenece al Distrito metropolitano de Quito, Administración zonal La Delicia, parroquia rural Calacalí.

La comunidad Yunguilla limita con varias zonas protegidas que son la Reserva Geobotánica Pululahua, Bosque y Vegetación Protectora de la Cuenca Alta del

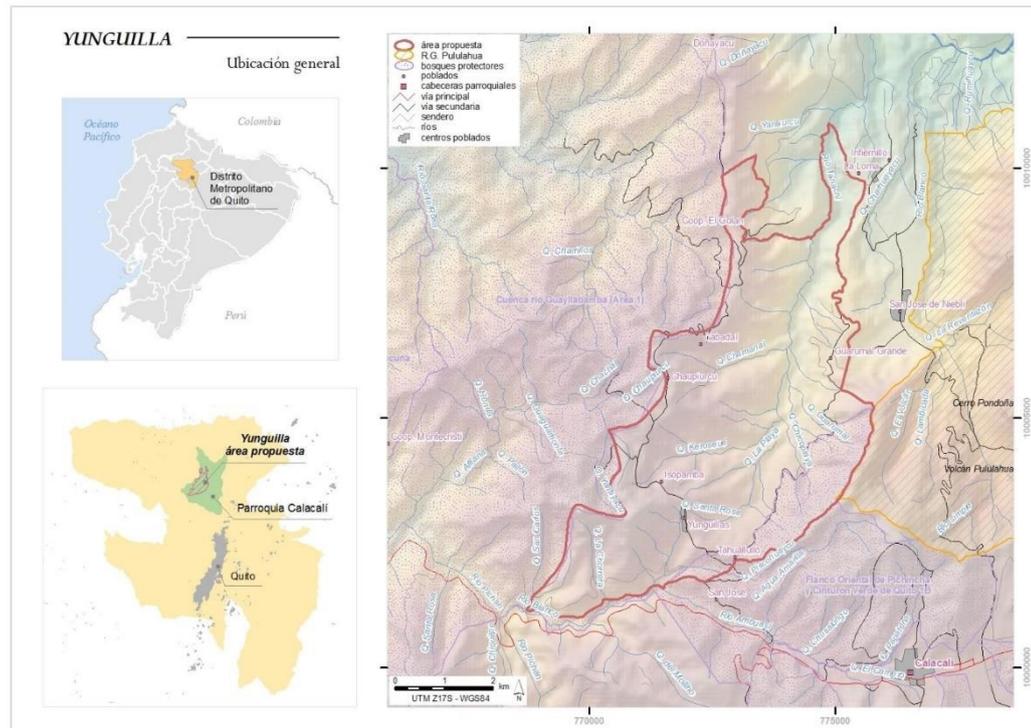


Figura 1. Mapa de Yunguilla. Adaptada de conservation.org, 2018

Río Guayllabamba, el Bosque y Vegetación Protectores Flanco Oriental del Volcán Pichincha. Su clima se caracteriza por ser húmedo y por ende su vegetación se caracteriza y denomina como bosque húmedo. Consta con una comunidad principal y otras aledañas, siendo Yunguilla la principal, Cruz Loma, Nieblí, El Motilón entre otras.

### 3.2 Grupos de estudio

Expertos

- Deysi Collaguazo

Presidenta de la Corporación Yunguilla hace 6 meses, anteriormente cumplía la función de Coordinadora de Turismo, ha vivido ya por 30 años en la comunidad. Se graduó en administración turística en la Universidad de Especialidades Turísticas.

- Bayron Estuardo Morales

Presidente de la comunidad ya por 5 años consecutivos, es socio activo de la corporación ya por 10 años, está encargado de la organización de las festividades y la seguridad. Por otro lado, también coordina el tema de agua ya que la comunidad no posee agua potable.

#### Gestores

- José Julio Collaguazo Vaca

Brinda alojamiento a los turistas desde que empezó el programa, guía comunitario y encargado de los trabajos de albañilería. Fue de los primeros socios de la corporación y lleva alrededor de 20 años como socio.

- María Inés Parra Vaca

Residente de la comunidad desde ya hace 80 años, brinda hospedaje en su hogar, socia activa de la corporación, posee ciertas semillas que ha tratado de rescatar.

- Cesar Octavio Morales Oña

Residente de la comunidad desde ya hace 80 años, agricultor experimentado; él y su familia son socios activos de la corporación, posee grandes extensiones de terreno donde se ha realizado programas de reforestación.

- Jocelyn Gabriela Proaño Bacuilima

Integrante de una de las familias de la comunidad, con la corta edad de 18 años ya forma parte de la corporación que está encargada de toda la parte logística y la elaboración de quesos que se producen en la fábrica.

- Raúl Torres

Es guía turístico de la comunidad, lleva cerca de 4 años trabajando en conjunto con la corporación. Otra de las funciones que cumple en la corporación es la de investigación de flora y fauna dentro del bosque nublado.

### 3.2.1 Metodología de Investigación

Tabla 1

*Metodología de investigación*

Objetivo	Variable	Indicador	Técnica	Fuente de información
Determinar el patrimonio o gastronómico de Yunguilla.	Gastronomía	<ul style="list-style-type: none"> <li>Recetas (platos y/o bebidas).</li> <li>Técnicas (culinarias).</li> <li>Ingredientes (definir originarios vs. Introducidos).</li> </ul>	Entrevista y observación	Deisy Collaguazo Byron Morales Cesar Morales Inés Parra Julio Collaguazo Gabriela Proaño
Determinar el patrimonio o gastronómico de Yunguilla.	Socio cultural	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alimentos festivos.</li> <li>Creencias – simbolismos (historia de los platos, cosmovisión, leyendas, rituales, etc.).</li> <li>Patrones de alimentación</li> <li>Roles de la familia y género en la preparación de platos.</li> </ul>	Entrevista.	Byron Morales Deisy Collaguazo Cesar Morales Inés Parra Julio Collaguazo Gabriela Proaño

### 3.3 Diseño de Instrumentos de Investigación

#### 3.3.1 Cuestionario de Preguntas

- 1) ¿Qué productos agrícolas se producen de mejor manera en la comunidad?
- 2) ¿Cuál es la mejor época del año para sembrar los productos que se menciona anteriormente?
- 3) ¿Qué productos fueron introducidos a la zona?
- 4) ¿Qué preparaciones son tradicionales en la comunidad? ¿Qué técnicas se ocupan? ¿Cuáles son los ingredientes principales? ¿Cuáles son las historias y origen detrás de estos platos? ¿Existe alguna leyenda con respecto a estos platos?
- 5) ¿Cuáles festividades tienen? ¿Qué alimentos consumen en estas festividades?
- 6) ¿Cómo surgió la idea de preparar quesos? ¿De dónde procede los ingredientes? ¿En dónde se comercializan?
- 7) ¿Cómo surgió la idea de preparar mermeladas? ¿De dónde procede los ingredientes? ¿En dónde se comercializan?
- 8) ¿Qué alimentos se consume diariamente en su hogar?
- 9) En el ámbito familiar ¿Qué función cumple cada uno de los miembros a la hora de preparar los alimentos?
- 10) ¿Existe algún programa para rescatar productos endémicos de la zona?
- 11) ¿Cuál ha sido la parte más difícil de apoyar el turismo comunitario?

#### 3.3.2 Modelo de ficha

Tabla 2: *Modelo de ficha*

Ficha de Observación			
Preparación:			
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento

### 3.4 Presentación de Resultados

#### 3.4.1 Resultados de Entrevistas

Pregunta 1: ¿Qué productos agrícolas se producen de mejor manera en la comunidad?

##### **Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, comenta que los productos que se cultivan en la zona son principalmente una gran variedad de hortalizas como: col, lechuga, habas, arveja, etc. También se cultivan varios tipos de maíz, morocho blanco, morochillo y algunas clases de maíz que han ido desapareciendo, se pueden encontrar extensos cultivos de papas.

##### **Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, a pesar de ser una mujer joven de la comunidad ha podido constatar un cambio generacional importante en el sentido de actividades que ahora se realizan en la comunidad es decir la agricultura ya sea en pequeñas parcelas o a gran escala, el producto que más se cultiva actualmente es papas y maíz, así como también hortalizas.

##### **Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, existe una gran cantidad de productos que se pueden cultivar en la zona, por ejemplo: mashuas (amarilla y morada), mellocos, oca, cebada, camote, naranjilla, varios tipos de maíz, morochillo amarillo, morocho chile (mazorca grande) y una clase de maíz que desapareció por motivo de plagas, llamado *morocho agoyan*. También varios tipos de frejol inteño, torta, cargabello, canario. Una clase de haba típica del lugar llamada haba *mishca*.

##### **Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, debido a su larga estancia en la comunidad de Yunguilla Inés Parra comenta que los productos que mejor se han cosechado durante varias décadas en esta zona van desde papas, zanahoria blanca, ocas, cebada, maíz,

frejol, arveja y una variedad muy grande de hortalizas como coles, lechugas, acelga, berro, también se ha cultivado zapallo y zambo.

#### **Respuesta de persona entrevistada #5**

**Deysi Collaguazo**, debido a su poca experiencia en temas de campo nos supo comunicar a breves rasgos que los productos que tienen mayor acogida en la zona de Yunguilla, son los ya mencionados papas, frejol, maíz y una gran variedad de hortalizas.

#### **Respuesta de persona entrevistada #6**

**Bayron Morales**, uno de los productos que más se sembró en la antigüedad fue la oca Bayron comenta que varias décadas atrás se sembraba grandes extensiones de terreno. Otro producto que se sembraba en grandes cantidades fue la zanahoria blanca, papa y mellocos.

#### **Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, un gran producto que por motivo de plagas y cambios ambientales se dejó de sembrar ya hace unos 7 años fue la cebada. Tanto fue el cultivo que se nombró a cierto sitio entre las montañas “El Cebadal”. Por otro lado, comenta que el cultivo de zapallo era abundante, hoy en día no se ha perdido, pero se siembre en pequeñas cantidades solo para consumo familiar, al igual que otros productos como arveja, oca y col.

Análisis: tras ver todas las respuestas de las personas entrevistadas se puede determinar que la producción de hortalizas, granos, así como también de tubérculos es muy variada. “Somos privilegiados al tener a nuestra disposición tan amplia variedad de alimentos” (Comunicación personal, Bayron Morales, 11 de diciembre de 2018). Esas fueron las palabras de una persona quien ha vivido su vida entera consumiendo productos sanos y de calidad, cultivados por manos responsables que han optado como medio de sustento a la agricultura y el turismo comunitario. Así lo refleja el Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial de la parroquia Calacalí en su estudio del 2015, que indica que en esta parroquia se produce alrededor de 340 quintales de productos agrícolas, entre maíz, papa, frejol, habas, entre otros (Información, 2015).

Pregunta 2: ¿Cuál es la mejor época del año para sembrar los productos que se menciona anteriormente?

**Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo** explica que, gracias al fértil terreno y en la zona en que se encuentran, existe una gran variedad de productos que se puede sembrar en cualquier época del año, exceptuando un par como serían el maíz y las papas.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, esta persona no respondió a la pregunta.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, por su parte Cesar explica que el tiempo perfecto para sembrar papas es entre los meses de abril y mayo, por otro lado, los meses ideales para sembrar maíz van entre octubre, noviembre y diciembre. En lo que respecta a los demás productos que se mencionó anteriormente, comenta que no hay ningún inconveniente si se siembre en cualquier mes del año.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, con el pasar del tiempo Inés adquirido conocimiento empírico acerca del tema de siembra, como por ejemplo que es muy malo sembrar el día en que hay luna nueva ya que se pudre la semilla o el producto que se sembró. Además, el día ideal para sembrar vendría a ser el quinto día después de la luna nueva.

**Respuesta de persona entrevistada #5**

**Deysi Collaguazo**, no supo comunicar acerca del tiempo de cosecha de los productos que menciono anteriormente.

**Respuesta de persona entrevistada #6**

**Bayron Morales**, por su parte nos supo explicar detalladamente la época, el tiempo de cosecha de algunos productos, por ejemplo:

- Papas: se siembra en los meses de junio y julio, tiempo de cosecha 5 meses.
- Arveja: en el mes de mayo, tiempo de cosecha 5 meses.
- Zanahoria blanca: preferiblemente en noviembre, tiempo de cosecha 1 año.
- Hortalizas: cualquier época del año, se necesita riego obligatorio.
- Ocas, mellocos, frejol: en el mes de noviembre, tiempo de cosecha 5 meses.

### **Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, con respecto a los conocimientos de agricultura comenta que los mejores meses para sembrar maíz, zapallo y arveja son los meses de octubre y noviembre, cada uno de estos productos tiene un tiempo de cosecha de alrededor de 5 meses.

Análisis: como se pudo observar luego de analizar la respuesta de los entrevistados se puede cosechar y sembrar al menos dos veces por año la mayoría de los productos. “Jamás nos ha faltado ni alimentos mucho menos trabajo, gracias al territorio en que vivimos y sobre todo a la excelente tierra que nos rodea” (Comunicación personal, Daysi Collaguazo, 12 de diciembre de 2018).

Pregunta 3: ¿Qué productos fueron introducidos a la zona?

### **Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, en la comunidad de Yunguilla gracias a su excelente terreno y su favorable clima desde tiempos antiguos ha existido una gran variedad de productos, por lo que difícil determinar o saber con exactitud qué productos fueron o no introducidos, en general se puede observar una gran cantidad de hortalizas como lechuga, col, brócoli, cebolla, entre otros además de tubérculos como la papa, oca, mashuas, camote, zanahoria.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, comentó que desde su infancia hasta el día hoy la variedad de productos que han existido en la zona ha sido muy grande en su mesa siempre ha tenido el privilegio de contar con productos completamente orgánicos, algunos de ellos por ejemplo papa, zanahoria amarilla, zanahoria blanca, ocas, mellocos, brócoli, col, maíz, cebolla, frejol, etc., por este motivo sería muy difícil determinar que productos fueron introducidos.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, como se mencionó anteriormente es bastante difícil definir con exactitud los productos introducidos debido a que desde décadas atrás ha existido una gran variedad. Por este motivo el comentario que Cesar Morales aportó fue que, a lo largo de su vida ha visto pasar una gran variedad de productos entre ellos maíz, ocas, papas, cebolla, zanahoria, col, zapallo, cebada entre otros.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, comenta que desde su adolescencia trabajó y ayudó a su familia en los trabajos del campo, ya sea en la siembra o cosecha de los distintos productos que a través del tiempo se cosecharon en la zona, como papas, zanahoria, col, maíz, frejol, habas, zambo, zapallo entre otros. Es por ello la dificultad en determinar si algunos de estos fueron introducidos a la zona, para su cosecha.

**Respuesta de persona entrevistada #5:**

**Deysi Collaguazo**, la fertilidad que posee el terreno en la zona de yunguilla y sus alrededores ha sido un factor favorable para las personas que habitan esta comunidad ya que la variedad de productos que se han cosechado fue muy extensa, es por ello que se dificulta clasificar con exactitud cuál de esos productos fueron introducidos, entre ellos hay col, maíz, frejol, habas, zambo, zapallo, melloco, papa.

**Respuesta de persona entrevistada #6:**

**Bayron Morales**, supo comunicar acerca de un producto no de uso de humano sino más bien de uso ganadero, se introdujo un tipo de pasto llamado pasto miel. Este se lo introdujo por motivo de adaptabilidad ya que este es más resistente y crece de mucho más rápido, todo esto debido al cambio de mentalidad que sufrieron las personas de la comunidad cuando el proyecto comunitario Yunguilla empezó, ya que anteriormente no se dedicaban a la ganadería sino más bien a la tala de árboles para la realización de carbón, eliminando así grandes extensiones de terreno sin ningún control.

**Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, como se comentó en entrevistas anteriores nombrar exactamente los productos introducidos es difícil, por lo cual el señor Raúl comunico que desde muchas décadas atrás a existido una gran variedad de productos agrícolas entre ellos maíz, papa, col, cebada, mashuas, zanahorias entre otros.

Análisis: tras analizar las respuestas proporcionadas se concluye que la variedad de productos que ha existido en la zona se remonta mucho tiempo atrás ya se para fines de autoconsumo o comercialización. Esto se ve reflejado en los datos registrados en el Plan de desarrollo y ordenamiento territorial de la parroquia Calacalí en su estudio del 2015 que explica la gran variedad de productos agrícolas que se producen hasta el día hoy en la zona tales como maíz, papa, haba, frejol y apio (Información, 2015). Ahora bien, conforme a los resultados de la encuesta se puede concluir que algunos de los productos que eran cultivados y hasta hoy en día se lo hace, más específicamente la cebada, la col, el haba y la zanahoria por mencionar algunos, son productos que fueron introducidos junto con la llegada de los españoles (Pazos, 2008). Por otro lado, hay una gran variedad de productos nativos que aún se pueden encontrar en la zona tales como papa, melloco, torta, frejol, oca, mashuas, berros, zapallo, zambo, uvilla shanshi (Estrella, 1988). Estos son los productos que se cultivan y se encuentran con mucha facilidad dentro de la comunidad ya sean que estén cultivados en grandes cantidades o pequeñas chagras familiares.

Pregunta 4: ¿Qué preparaciones son tradicionales en la comunidad? ¿Qué técnicas se ocupan? ¿Cuáles son los ingredientes principales? ¿Cuáles son las historias y origen detrás de estos platos? ¿Existe alguna leyenda con respecto a estos platos?

**Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, con lo que respecta a preparaciones tradicionales de la zona, mencionó que un alimento muy tradicional especialmente al momento de realizar actividades ente la comunidad son:

- Machica de morochillo: consta de morocho blanco molido junto con hierbas ya sean estas; cedrón, hierba luisa o menta, y mezcladas con panela. En ocasiones se le añadía mapahuirá.
- Habas calpas: una vez que el haba sea secado, se la tuesta para luego ser cocinada junto con panela y queda listo.

Con el agua de cocción de las habas calpas se puede realizar un “ponche” que usualmente se lo daba a las madres que estaban recién dadas a luz.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, comentó que no tiene mucho conocimiento con respecto a preparaciones típicas de la comunidad, ya que, al pertenecer a una generación más joven, no tuvo la oportunidad de consumir varios de los platos que personas de mayor edad nos supieron comunicar, ya sea runaicho, habas calpas, entre otros.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, debido a su poca experiencia en lo que respecta a la preparación de alimentos, no supo comentar muchas cosas más allá de las ya mencionadas anteriormente, que las preparaciones con las que él se alimentaba anteriormente poco a poco se han ido perdiendo, a su vez ya no forma parte de su alimentación diaria como lo hacía anteriormente, por ejemplo, el runaicho, cauca de sal, machica de morochillo.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, explica que los alimentos que se consumía tradicionalmente en la comunidad eran los productos que en ese momento se cosechaban, es decir que día de cosecha sea el producto que sea, a las mingas se solía llevar ollas y demás utensilios de cocina para preparar en el sitio de la cosecha mismo, por ejemplo:

- Yuyo de col: lleva col, papas, maní o pepa de zambo, (chicharon).
- Runaicho: sopa de cuy, refrito, papa, oca, pepa de zambo.
- Cauca de sal: una sopa que lleva el maíz caucado (podría decirse que se blanquea) para después ser molido y cocinar junto con la proteína que podía ser cerdo, pollo o res, junto con ocas o papas.
- Cauca de leche: al igual que la cauca de sal se blanquea el maíz, para luego añadir leche y una pisca de sal, se lo sirve junto con panela.
- Colada de oca dulce: se deja a las ocas expuestas al sol durante 5 días para que su sabor se torne dulce, para luego ser licuadas con agua añadir especias y leche.

**Respuesta de persona entrevistada #5:**

**Deysi Collaguazo**, al ser de generaciones más tempranas a las demás personas entrevistadas, supo responder de manera distinta, ya que los productos que se consumían eran distintos, todo esto debido a que ya se empezó a observar productos que se los comercializaba en la ciudad, por ejemplo, enlatados, pescados y conservas, así mismo combinaban estos productos con sus cosechas, para poder complementar y sobre todo variar su alimentación.

Comenta que una preparación que generalmente se consumía los productos que en ese momento se cosechaba en cada una de las mingas que realizaba la comunidad, estos podían ser papas, habas, frejol, zanahoria, dependiendo de la época en que se encuentren, pero en específico, recuerda un plato en especial que se servía en una sola olla, con varias cucharas para que cada persona se acerque y pueda comer, este plato es:

- Mote mapioso: se consumía en las mingas ya que el mote era fácil de transportar debido a que se lo podía cocinar la noche anterior y el día de

la minga se cosechaba frejol o puede ser frejol seco y se lo cocinaba en el lugar para después ser mesclado con el mote y un refrito.

#### **Respuesta de persona entrevistada #6:**

**Bayron Morales**, comentó que en su infancia lo que más se consumía en la comunidad eran una gran variedad de sopas y coladas a partir de granos y harinas como maíz, cebada todo esto acompañado de tubérculos como papas, ocas y mashuas y muy rara vez con una proteína, esta podía ser tanto de cerdo como de res, pero solo se la consumía cuando alguna persona de la comunidad mataba algún animal de estos para la venta.

#### **Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, con lo que respecta a las preparaciones típicas y los productos principales, comunicó que por lo general las preparaciones que usualmente se consumen en las festividades de la comunidad son mote mapioso, cauca de leche y cauca de sal que como uno de los ingredientes principales tiene el maíz, pero en distintos tiempos de maduración. Otra preparación que a pesar de que ya no se consume mucho, es habas mote que consiste básicamente en habas secas y después cocidas en agua por un largo tiempo, toda la noche, es por eso que se lo llama así a estas habas, porque al igual que el mote se lo cocina toda la noche en leña, esta preparación usualmente se lo sirve con cariucho, que es ají picado junto con cebolla blanca, cilantro, agua y sal.

Análisis: se puede observar en la alimentación de las personas de comunidad es un mestizaje completo de productos nativos andinos y por otro lado productos que fueron introducidos por los españoles, por ejemplo, del lado de los productos nativos obtenemos la papa, mashuas, maní, maíz, (Estrella, 1988) y por el lado de productos introducidos tenemos las habas, la col, la cebolla y el ajo (Pazos, 2008). Dando, así como resultado una gastronomía muy variada en sabores, que hasta el día de hoy se puede saborear, aunque con menor frecuencia en los hogares de la comunidad.

Pregunta 5: ¿Cuáles festividades tienen? ¿Qué alimentos consumen en estas festividades?

**Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, compartió que la comunidad no posee fiestas propias, pero debido a su unión como comunidad, pero en las festividades de semana santa y día de los difuntos las personas de la comunidad preparan la fanesca y la colada morada para luego repartir entre las demás personas de la comunidad, además podría decirse que se reúnen con frecuencia al momento de realizar actividades solidarias en donde se consumen platos típicos como mote mapioso, dulce de zambo, runaicho.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, comenta que la festividad que se celebra en la comunidad es una fiesta católica que es la de Jesús del Gran poder, que tiene lugar la última semana de agosto.

Donde se consumen platos tradicionales como mote mapioso, caldos de gallina y cauca de sal.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, al ser una persona católica también celebra la fiesta de Jesús del Gran poder como ya se mencionó anteriormente, en esta celebración se consumen platos y productos que la comunidad mismo cosecha y se los prepara para su consumo, en ocasiones se puede consumir runaicho, mote mapioso, dulce de zambo dependiendo de la disponibilidad de productos que exista en esas fechas.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, al ser una persona con vasta experiencia en el tema de cocina, la señora Inés por lo general forma parte del grupo de persona que prepara los alimentos en dicha festividad, para luego ser vendidos a las personas que asisten a la celebración de Jesús del Gran poder.

**Respuesta de persona entrevistada #5:**

**Deysi Collaguazo**, comenta que, al formar parte de una familia católica, la celebración de la fiesta Jesús del gran poder es algo que no se puede pasar por alto debido al gran valor cultural y sentimental. Los alimentos que se consumen en esta festividad son mote mapioso, runaicho, dulce de zambo.

**Respuesta de persona entrevistada #6:**

**Bayron Morales**, comenta que la festividad de Jesús del gran poder, atraer a gran cantidad de personas tanto de comunidades aledañas como personas de la ciudad de Quito, que tiempo atrás vivía en la comunidad todos ellos acuden a la comunidad con el afán de consumir los platos tipos que se sirven en la fiesta, tales como yuyo de col, mote mapioso, cuaca de sal.

**Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, por su parte nos explica que la festividad en donde gran parte de las personas tanto de la comunidad como la de las comunidades aledañas es la fiesta de Jesús del gran poder, que se celebra la última semana del mes de agosto. Aparte otra por así llamarlas fiestas en donde ya sea por ayuda social o por el bien de comunidad se realizan fiestas para poder reunir fondos. Para esto se realiza a la venta de platos típicos de la zona.

Análisis: una festividad muy arraigada entre las personas de la comunidad es la celebración de la fiesta católica de Jesús del gran poder. Así como también las festividades de Semana Santa y Día de los Difuntos son muy tomadas en cuenta entre las personas de la comunidad, esto se ve reflejado al momento de la preparación de la colada mora y la fanesca que posteriormente es repartida entre las personas de la comunidad (Tamayo, Martínez, & Ulloa, 2011). Es importante mencionar en este caso en específico, que las festividades católicas que alguna vez fueron impuestas sobre las personas que antiguamente habitaban estas tierras, poco a poco fueron reemplazado y dejando casi en el olvido festividades propias de nuestra región tales como en Inti-Raymi, que simboliza el agradecimiento al sol por las cosechas recibas.

Pregunta 6: ¿Cómo surgió la idea de preparar quesos? ¿De dónde procede los ingredientes? ¿En dónde se comercializan?

**Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, tras el pasar de los años y con ellos la mentalidad de los habitantes de Yunguilla, con esto la comunidad empezó a producir leche y con ellos quesos artesanales, pero estos se los realizaba en cada uno de los hogares y no de una manera organizada, ni de producción mucho menos de venta. Fue gracias a la fundación ESQUEL que apoya al proyecto, capacitando a personas para la correcta fabricación de quesos y la comunidad se organiza para su distribución que la fábrica de quesos Yunguilla es posible hoy en día.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, con su experiencia en la elaboración de los quesos de la comunidad nos cuenta, que el proceso de elaboración empieza a partir de las 7 am, cuando se recibe toda la leche proveniente de las personas de la comunidad que es alrededor de 250 litros de leche diarios, con que se producen alrededor de 72 quesos. Todos estos se distribuyen en negocios en la ciudad de Quito, cabe recalcar que los negocios en donde se recibe estos quesos los propietarios son personas que tiempo atrás vivieron en la comunidad.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, nos cuenta que al ser un agricultor poca era la relación que tenía con el tema de producción de quesos, pero nos comenta que tiempo atrás su esposa realizaba quesos de forma artesanal en casa, con la leche que su ganado producía, los quesos producidos los vendía a los turistas o personas de la comunidad.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, elaboraba quesos de manera artesanal en su hogar, con leche proveniente de su granja, cuenta que los distribuía en el poblado de Calacalí y en la Mitad del Mundo en pequeños negocios. Tiempo después cuando el proyecto de la fábrica de quesos empezó a abastecer de leche a la fábrica.

**Respuesta de persona entrevistada #5:**

**Deysi Collaguazo**, en el año 2002 la comunidad empieza el proyecto de recolección de leche para la elaboración de quesos, anteriormente las personas realizaban quesos de forma artesanal en cada hogar, pero con la ayuda de la fundación ESQUEL se logra consolidar este proyecto que hoy en día produce cerca de 80 quesos diarios.

**Respuesta de persona entrevistada #6:**

**Bayron Morales**, recuerda que en su hogar su madre solía realizar quesos, aunque no en grandes cantidades, pero estos servían como un ingreso más para el hogar ya que se los vendía a los turistas que se hospedaban en su hogar, todos los quesos que se elaboraba eran artesanales, utilizando leche que procedía de su granja. Hoy en día pude adquirir los mismos quesos en la tienda comunitaria donde se distribuye parte de los quesos que la comunidad produce.

**Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, lamentablemente el señor Raúl no supo compartirnos información acerca de este tema ya que no recuerda haber estado involucrado mucho en el tema de la elaboración de quesos.

Análisis: el tema de la elaboración de quesos surgió principalmente por la sobre producción de leche que se generó por la ganadería, llegando a producir alrededor de 300 litros diarios de leche, con lo que se logra elaborar 100 quesos. Aportando así a la productividad pecuaria de la parroquia de Calacalí junto con otras haciendas que ocupan la zona como La Merced, Nieblí y Ambuasí. Así lo demuestra el Plan de desarrollo y ordenamiento territorial de la parroquia Calacalí (Información, 2015). Para de esta manera apoyar a un mercado aún más grande a nivel provincial, ya que, según datos proporcionados por el INEC, la provincia de Pichincha es la mayor productora de leche con un 16,27% del total nacional (INEC, Encuesta de Superficie y Producción Agropecuaria Continua, 2017). A su vez los productos elaborados como los quesos y las mermeladas, son utilizados por las personas en sus hogares para su alimentación diaria, estos productos suelen ser comprados en la tienda comunitaria o en ocasiones tanto los quesos como las mermeladas son

preparados en los hogares de manera más artesanal, con los productos de pequeñas parcelas pertenecientes a cada una de las familias, siendo así el queso un producto importante en su alimentación diaria, formando parte de varias de las recetas caseras que se preparan en cada uno de los hogares. Otro uso que se comúnmente se da al queso es como cucayo, un pequeño refrigerio para las personas que cumplían sus actividades en el campo, este cucayo consistía en repartir a cada obrero un pedazo de queso junto con un pedazo de panela en bloque, para así poder recobrar energías y seguir con la jornada laboral.

Pregunta 7: ¿Cómo surgió la idea de preparar mermeladas? ¿De dónde procede los ingredientes? ¿En dónde se comercializan?

**Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, cuenta que todo inicio con un grupo de mujeres que empezaron con la elaboración de mermelada de dos sabores muy comunes como lo es la guayaba y la mora, tiempo después del inicio del proyecto se empezó a realizar con productos como el chilguacán y la uvilla.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, las mermeladas que se elaboran ahora en la fábrica se las realizan en su mayoría con productos que se cultivan en la comunidad, como son la uvilla, el chilguacán, mora y aun se sigue realizando con guayaba a pesar de que se compra la materia prima.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, él por su parte no pudo compartirnos mucha información con respecto a la elaboración o distribución de las mermeladas, ya que no ha tomado parte de este proyecto dentro de la comunidad.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, nos comunicó que las mermeladas son distribuidas de igual que los quesos, en la tienda comunitaria se las vende a los turistas y también se distribuye las mermeladas en la ciudad de Quito.

**Respuesta de persona entrevistada #5:**

**Deysi Collaguazo**, nos cuenta que fue entre el año 1997 – 1998 donde un grupo de mujeres se organizan para recibir capacitación acerca de la elaboración de mermeladas, empezando por dos tipos la de guayaba y de mora, no fue hasta el año 2000 que se empezó a utilizar productos locales. Los lugares en donde se consumen las mermeladas son los hogares de la comunidad, ya que se las vende en la tienda comunitaria.

**Respuesta de persona entrevistada #6:**

**Bayron Morales**, comenta acerca de la fábrica de mermeladas, que gran parte de los productos que se utiliza para la elaboración de las misma previenen de la comunidad, hoy en día se está cultivando bajo invernadero frutilla, para así poder sustentar la fábrica y evitando la compra a personas ajenas a la comunidad.

**Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, cuenta que la que distribución de las mermeladas a su parecer es algo limitada, ya que se las distribuye en la comunidad y en ciertos locales comerciales de la ciudad de Quito, un proceso muy similar a la distribución de quesos. Nos comenta que en la comunidad se ha empezado a cultivar bajo invernadero frutilla exclusivamente para abastecer a la fábrica de mermeladas y evitar la compra a personas externas a la comunidad.

Análisis: como parte de El Proyecto Ecoturismo Comunitario, la actividad de producción de mermeladas, es una actividad que forma parte fundamental de la economía de algunas familias de la localidad. Cabe recalcar que todas las mermeladas y otros productos que son elaborados en la comunidad tienen como característica, que para su fabricación se ocupa productos nativos de la zona, en caso de mermeladas se ocupa frutas como el chigualcan, mora, frutilla y uvilla todas estas frutas son sembradas y cosechadas dentro de la comunidad en pequeños invernaderos libres de químicos y fertilizantes, los mismos que serán procesados para su venta en la ciudad de Quito, esta actividad en especial beneficia a un grupo de mujeres de la comunidad de Yunguilla ya que ellas están a cargo de todo el proceso de elaboración de las mermeladas, generando así

una fuente de ingreso segura y sustentable para sus familias (Tamayo, Martínez, & Ulloa, 2011)

Pregunta 8: ¿Qué alimentos se consume diariamente en su hogar?

**Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, cuenta acerca de la alimentación diaria era algo muy importante, debido al gran esfuerzo que realizaba en las actividades de campo. En casa de Julio se acostumbró a comer sopa de desayuno, este podría ser cuaca, caldo de gallina, locro de acelga o papa, cada una de estas preparaciones debía abastecer de suficiente energía para poder cumplir con las largas jornadas laborales que se cumple.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, comenta que su alimentación diaria consta preparaciones muy típicas tales como yuyo de col, cauca de sal, mote mapioso. Preparaciones que por lo general se consume en la comunidad cualquier día en cualquier lugar. Todo esto gracias a que en su hogar se acostumbró a una alimentación san ay de calidad, teniendo siempre a su disposición productos fresco.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, comenta que tiempo atrás en un día normal de trabajo agrícola, cada una de las personas que trabajaban llevaban su cucayo, que usualmente era frejol cocinado junto con tostados, acompañado de arroz. Hoy en día la alimentación ha variado gracias a los productos procesados, pero a pesar de esto cuenta que para el señor Cesar un buen plato de sopa en el almuerzo no puede faltar.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, al tener a su disposición una gran cantidad de productos agrícolas, la alimentación diaria en el hogar de la señora Inés siempre fue variada ya que dependía de la época para decidir lo que prepararía ya sea ocas, papas o zanahorias y en mejor de los casos esto iba acompañado de una proteína. Una

preparación muy importante son las sopas, las mismas que se consumen a diario en su hogar.

**Respuesta de persona entrevistada #5:**

**Deysi Collaguazo**, la gran mayoría de las familias tienen a su disposición su propio huerto junto a sus hogares, lo que permite a las amas de casa tener una gran variedad de productos para cocinar comúnmente se prepara una extensa variedad de sopas y caldos, por otra parte, gracias a los productos que ahora se pueden conseguir con mayor facilidad ha aumentado la variedad de preparaciones ya sea en sopas o platos que lleven arroz y otros ingredientes.

**Respuesta de persona entrevistada #6:**

**Bayron Morales**, comenta que hoy en día su alimentación tiene más variedad, todo esto gracias a los productos procesados y el fácil acceso que tiene a una variedad de hortalizas que permiten una sana alimentación. Pero tiempo atrás la alimentación consistía en coladas, caucas, locro de zambo, sopa de ocas y poco más, tan solo el hecho de comer arroz era un privilegio, ya que antes no había un fácil acceso a estos productos.

**Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, cuenta que la alimentación ha sufrido un cambio positivo gracias a los productos procesados, ya que anteriormente la alimentación no era tan variada a pesar de los productos agrícolas que se tenía a disposición, las preparaciones que se consumía usualmente eran cucas, sopas y locros de cualquier tubérculo que se tenía a disposición.

Análisis: en la antigüedad muchas personas de la comunidad sembraban productos tanto para su consumo y así como para su comercialización, es decir tenían una alimentación saludable a pesar de que no a ver sido tan variada, ya que los productos que se cosechaban eran principalmente hortalizas y tubérculos, hoy en día eso ha cambiado y dependiendo del punto de vista en que se vea este cambio podría ser bueno como malo. El uso de herbicidas y fertilizantes ha causado un deterioro en el suelo y de esta manera reduciendo su efectividad para ser cultivado (Información, 2015). Por otro lado, la introducción

de más productos procesados a la comunidad ha afectado de manera positiva a la variación en la alimentación de la comunidad. Se podría decir que esto también depende mucho del rango de edad, para determinar si la introducción de productos procesados es buena o mala ya que, según el ENSANUT existe un consumo de entre 60% a un 84% de consumo de snacks, productos procesados y bebidas en jóvenes que comprenden edades de 10 – 19 años a nivel nacional (INEC, Encuesta Nacional de Salud y Nutrición , 2013). Siendo así algo negativo, porque no se aprovecha los alimentos naturales que se cultivan en la comunidad.

Pregunta 9: En el ámbito familiar ¿Qué función cumple cada uno de los miembros a la hora de preparar los alimentos?

**Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, explica que en su hogar las funciones son repartidas y varían dependiendo de la situación, en caso no encontrarse su esposa en casa él también puede cocinar al igual que cualquiera de sus hijos, que tenga la posibilidad de llevar productos a casa lo hace, para prepararlos y comerlos todos en casa.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, en su hogar de igual manera las funciones son repartidas dependiendo de la situación, cualquiera de los integrantes de la familia puede cocinar, así como también ayudan y aportan con vivieres para el hogar.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, al ser de un par de décadas atrás, el señor Cesar nos comenta que la función que él cumplía en su hogar era la de abastecer a su familia de alimentos diariamente, no obstante, en años recientes comenta que debido al cambio de mentalidad que ha sufrido la comunidad en general ahora el señor Cesar también puede cocinar.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, en décadas pasadas la función que cumplía Inés era la de preparar los productos que su esposo llevaba a casa, además de llevar el cucayo

a su esposo o hijos que se encontraban realizando trabajos de campo. Al día de hoy la situación ha cambiado, ya que ella también ayuda con el abastecimiento de productos al hogar para el consumo suyo y de su esposo.

**Respuesta de persona entrevistada #5:**

**Deysi Collaguazo**, al ser de las generaciones más jóvenes de la comunidad, las funciones en el hogar son repartidas entre su esposo y ella, ya sea al momento de abastecer de suministros, así como también al momento de cocinar. En ocasiones comenta que pide ayuda a personas con más experiencia ya sea a su madre o a su suegra.

**Respuesta de persona entrevistada #6:**

**Bayron Morales**, en su caso Bayron ayudaba de distinta forma en la adolescencia sus padres practicaban el trueque, pero en ocasiones el trueque no solo se daba ente productos si no también había casos en que cambiaba carne, tubérculos, maíz o leche, por días de trabajo y es ahí donde Bayron o sus hermanos ayudaban en casa a la obtención de alimentos, ya que de esta manera pagaban el producto que se cambió con anterioridad.

**Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, es su caso comenta que es el quien abastece a su hogar de alimentos, por medio de trabajos de campo, también practica trueque con otros moradores de comunidad.

Análisis: con la información recopilada previamente se puede concluir que las labores son repartidas entre todos los miembros de la familia y la comunidad, en otros casos el abastecimiento de alimentos es distinto ya que gracias a la práctica del trueque que antiguamente era la principal fuente de comercio entre comuneros se comercializaba con alimentos, días de trabajo o producto de uso diario así lo afirma Bayron Morales. A pesar de que las festividades andinas o ciertos productos se han perdido, es valorable conocer que las prácticas de trueque dentro de la comunidad han prevalecido al pasar del tiempo, logrando así rescatar una práctica ancestral andina, el trueque según el Instituto Nacional de Patrimonio Cultural es una transacción entre comerciantes, agricultores o

familias en la que no interviene ningún tipo de moneda, sino más bien da validez al poder de la palabra, para de esta manera poder fortalecer la solidaridad, el diálogo y el intercambio de culturas y saberes entre las personas que participan de esta actividad (Cultural, 2018).

Pregunta 10: ¿Existe algún programa para rescatar productos endémicos de la zona?

**Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, comenta que desde hace mucho tiempo atrás se inició un programa de reforestación de ciertos tipos de árboles como canelo, pino de monte y cedro que casi desaparecen por obra de tala indiscriminada.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, por su parte la señorita Jocelyn no supo comentar nada acerca de este tema en específico.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, indica que hace algunos años la oca casi desaparece de la zona debido a la falta de mercado que existía, 4 años atrás se empieza el proceso de rescate de este tubérculo empezando a sembrar en pequeñas parcelas de uso doméstico para evitar su total pérdida. Hoy en día se puede encontrar en varios hogares de la comunidad.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, comunica que ella no ha participado de manera directa en alguno de los proyectos de la comunidad para rescatar productos, pero lo ha hecho por su cuenta con ciertas semillas que posee, como semillas de haba mishca, morocho agoyan y frejol torta que con el pasar del tiempo se ha dejado de cultivar por motivos de plagas, pero se está tratando de rescatar.

**Respuesta de persona entrevistada #5:**

**Deysi Collaguazo**, comenta que en el año 2000 empezó el proyecto de reforestación tanto de árboles madereros, así como de árboles frutales, aliso

yaloman, puin y motilón por mencionar algunos. En cuanto a frutas se trata se ha empezado a sembrar frutilla bajo invernadero para abastecer la producción de mermeladas de la fábrica.

#### **Respuesta de persona entrevistada #6:**

**Bayron Morales**, comenta específicamente acerca de la dificultad que se ha tenido con la obtención de chigualcan, es por esto que se ha iniciado un proyecto para poder producir este fruto, la dificultad se encuentra en que este tipo de árbol puede nacer tanto macho como hembra, siendo únicamente útil las plantas que nacen hembras ya que son las únicas que producen el fruto deseado, y la probabilidad de que la planta que se está germinando salga hembra es de 1 o 2 de cada 10.

#### **Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, participo en algunos programas de reforestación de comunidad y cuenta que arboles como el cedro, canelo y colorado han reducido su número, por otro lado, se ha empezado a reproducir arboles como alisos y nogales que casi han desaparecido de la zona de Yunguilla.

Análisis: en lo que respecta a productos de consumo diario, no existe un programa determinado para el rescate o conservación, a su vez en el tema de árboles endémicos de la zona y materia prima para la realización de las distintas actividades de la comunidad existen varios programas, alrededor de 5 programas de reforestación y capacitación para un uso sustentable del suelo fértil y el deterioro que causan los productos químicos en los suelos cultivables, se ha logrado reforestar alrededor de 4000 hectáreas de árboles nativos en toda la zona de Yunguilla y su alrededores (Información, 2015). Todo esto gracias a que las personas han concientizado en que respecta al tema de un uso sustentable, en donde todos incluido su medio ambiente salgan beneficiados. Dentro de la comunidad se ha iniciado un programa de reproducción del árbol de chigualcan, actividad que según testimonio de los encargados tiene un alto grado de dificultad debido a que, de cada 10 árboles que se siembran tan solo 1 o 2 son aptos para generar sus frutos, los mismo que son necesarios para la elaboración de las mermeladas. Por otro lado en las cercanías del pueblo de

Calacalí se encuentra ubicado el restaurante El Patio, cuya propuesta gastronómica es básicamente, el rescate y preservación de los productos que se cosechan en la zona, así comenta Alfredo Guamaní, chef a cargo del restaurante, “ preservar y rescatar productos que talvez ya se han dado por olvidados, y darles nuevas aplicaciones he incluirlos en un menú orgánico, apoyando a la comunidad cercana, es la misión que tiene planteada el restaurante El Patio” (A. Guamaní, comunicado personal, 24 de abril del 2019). Este es un claro ejemplo de que es posible y está al alcance rescatar los productos, sabores y técnicas que con el pasar del tiempo han sido reemplazadas o simplemente olvidadas por las nuevas generaciones.

Pregunta 11: ¿Cuál ha sido la parte más difícil de apoyar el turismo comunitario?

**Respuesta de persona entrevistada #1:**

**José Julio Collaguazo**, explica que, tras haber recibido capacitación en atención al cliente, ecología, supervivencia e incluso gastronomía, la parte que más trabajo a tomando es la de cambiar la mentalidad de generaciones anteriores al a suya, así como también la de las generaciones venideras. Hacerles saber que el entorno que viven es privilegiado y debemos conservarlo.

**Respuesta de persona entrevistada #2:**

**Jocelyn Gabriela Proaño**, piensa que lo más difícil de fomentar un turismo comunitario es la constancia, ya que no se lo debería hacer por moda sino más bien se lo que debería hacer por amor a su hogar y a su comunidad.

**Respuesta de persona entrevistada #3:**

**Cesar Octavio Morales**, para el señor Cesar según nos cuenta todo el cambio que ha tenido que realizar no solo de actividades también de pensamiento y actitud ha sido un reto muy grande, ya que las costumbres y sobre todo las ideas que se tenía en décadas atrás no tenía nada que ver con preservar los recursos naturales, sino más bien iban enfocadas a la explotación de los recursos sin un debido control o cuidado.

**Respuesta de persona entrevistada #4:**

**María Inés Parra**, comenta que la parte más difícil de apoyar al turismo comunitario en su caso ha sido superar la vergüenza y el temor de permitir que una persona totalmente ajena entre y se hospede en su hogar, el tratar de comunicarse con ellos en cosa de ser extranjeros es muy difícil tanto que hasta el día de hoy siente un poco de vergüenza con cada nuevo turista.

**Respuesta de persona entrevistada #5:**

**Deysi Collaguazo**, explica que una parte muy complicada del turismo comunitario es la repartición de las ganancias, ya que al ser comunitario todos los socios de la organización deberán la misma cantidad, para tratar de solucionar este malestar entre socios se realiza un programa de incentivos mensuales para cada socio.

**Respuesta de persona entrevistada #6:**

**Bayron Morales**, comenta que cambiar la mentalidad de las personas ha sido muy complicado tratar de enseñarles cosas fuera de lo acostumbrado ha tomado gran trabajo, anteriormente las personas pensaban que al vivir en el campo era signo de pobreza y que sus vidas enteras vivirían de esa manera, pero con la creación de la corporación Yunguilla las personas han ido cambiando la forma de ver la situación ya que la manera actual en la que viven es muy favorable y privilegiada.

**Respuesta de persona entrevistada #7**

**Raúl Torres**, cuenta que su mayor temor cuando inicio en el tema de turismo comunitario fue el hablar en público y compartir con personas extrañas sus costumbres y su estilo de vida, pero gracias a las diversas capacitaciones impartidas por distintas instituciones ha logrado superar ese temor por lo que ahora forma parte activa de la corporación Yunguilla.

Análisis: al iniciar el proyecto corporación Yunguilla tanto los fundadores como el resto de habitantes de la comunidad se mostraban reacios a compartir sus costumbres ante personas extrañas a la comunidad, esto de cierta forma produjo temor y vergüenza en los habitantes de mayor edad lo que impedía una

comunicación favorable en principio, con el pasar del tiempo y la integración de gente joven al proyecto, la comunicación y el compartir de sus costumbres se hizo más accesible. Ahora bien, en el año 2012 la afluencia turística en la parroquia rural de Calacalí era de alrededor 800 así lo expresan las cifras del Sistema Institucional de Indicadores Turísticos del DMQ (SIIT-DMQ, 2012). Podemos observar un gran cambio en la población de la comunidad, gracias al sistema de capacitación y a la predisposición de las personas a impulsar y apoyar los proyectos planteados para favorecer el turismo comunitario, dando como resultado un incremento en la llegada de turistas, tan solo en año 2018 el número de visitante a la comunidad fue de alrededor de 4000 turistas entre nacional y extranjeros. (D. Collaguazo, comunicado personal, 26 de abril de 2019).

### 3.5 Resultados de Observación

Tabla 3

*Receta de Mote Mapioso*

Ficha de Observación			
Preparación:	Mote mapioso		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Mote	1	Kg	1.- Remojar el frejol (inteño) seco, por una noche entera. 2.- Hervir el maíz con ceniza o cal, hasta que la corteza se desprenda sola, pelar con la ayuda de agua. 3.- Cocinar el mote, por 2 a 3 horas, en la misma olla poner el frejol ya remojado, hervir durante 3 horas más. Todo este proceso se lo realiza en leña. 4.- Hacer un refrito de ajo y abundante cebolla blanca, aceite de achiote y sal al gusto, añadir el chicharrón o la mapahuirá. 5.- Una vez cocidos el mote y le frejol añadir al refrito anterior y está listo.
Frejol (inteño) seco	0.8	Kg	
Cebolla blanca	0.05	Kg	
Chicharon o mapahuirá.	0.3	Kg	
Ajo	0.02	Kg	
Cilantro	0.05	Kg	
Aceite de achiote	0.02	Kg	

Nota: el frejol *inteño* es una variedad de la localidad. Su apariencia es de color amarillo pálido y su forma es ovalada.

Tabla 4

*Receta de yuyo de col*

Ficha de Observación			
Preparación:	Yuyo de col		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Col	0.8	Kg	1.- Picar las coles en juliana, para cocinarla durante 30 minutos. 2.- Hacer un refrito con aceite de achiote, ajo, cebolla blanca y una cucharada de manteca de cerdo. 3.- Tostar maní o pepa de zambo, para licuar con leche. 4.- En el refrito anterior añadir la col y el maní licuado, hervir por 6 minutos. 5.- Servir el plato con papa cocinada entera.
Papas	0.6	Kg	
Maní, pepa de zambo	0.3	Kg	
Chicharrón	0.4	Kg	
Sal	0.02	Kg	
Cebolla blanca	0.1	Kg	
Ajo	0.04	Kg	
Aceite de achiote	0.03	Kg	

Tabla 5

*Receta de máchica de morochillo*

Ficha de Observación			
Preparación:	Máchica de morochillo		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Morochillo	0.5	Kg	1.- Tostar el morochillo en tiesto, junto con unas hojas de cedrón, hasta secarlo completamente. 2.- Moler el morochillo dos veces, junto con las hojas de cedrón, la primera vez se muele para que el grano quede grueso y la segunda se lo hace más fino.
Cedrón	0.025	kg	
Panela	0.25	kg	
Mapahuirá	0.15	kg	

			<p>3.- Por ultimo añadir la panela molida.</p> <p>4.- Si lo desea añadir mapahuirá</p>
--	--	--	--

Nota: *morochillo* es una clase de maíz que se cultiva en la zona.

Tabla 10

*Receta de habas calpas*

Ficha de Observación			
Preparación:	Habas calpas		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Habas	1	Kg	<p>1.- Tostar las habas (secas) en tiesto.</p> <p>2.- Al mismo tiempo que se coloca las habas al tiesto colocar una olla con agua para hervirla.</p> <p>3.- Cuando las habas estén bien tostadas colocar de inmediato en el agua hirviendo, de otro modo si se deja enfriar las habas estas nunca se van a cocinar, sin importar el tiempo que se las cocine.</p> <p>4.- 15 minutos antes de sacar las habas de la olla, colocar panela, está listo.</p>
Panela	0.8	kg	

Tabla 6

*Receta de habas mote*

Ficha de Observación			
Preparación:	Habas mote		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Habas secas	1	Kg	<p>1.- Para su cocción, remojar las habas, puede ser toda la noche o muy temprano en la mañana.</p> <p>2.- Cocinar en leña toda la noche, es por eso que se llama habas mote, porque el tiempo de cocción es igual al del mote.</p> <p>3.- Servir con cariucho.</p>

Nota: a diferencia de las habas calpas, las habas para esta preparación no son tostadas, sino secas.

Tabla 7

*Receta de Runaicho*

Ficha de Observación			
Preparación:	Runaicho		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Cuy	2	Kg	<p>1.- Realizar un refrito de cebolla, ajo y achiote.</p> <p>2.- Colocar agua en la olla del refrito y añadir el cuy porcionado previamente.</p> <p>3.- Después de 20 minutos de cocción del cuy añadir las ocas y las papas en la olla para darle textura a la sopa.</p> <p>4.- Cocinar juntos hasta que el cuy este completamente cocido.</p>
Oca	0.5	Kg	
Pepa de zambo	0.3	Kg	
Cebolla blanca	0.1	Kg	
Ajo	0.05	Kg	
Papa	0.5	Kg	
Sal	0.08	Kg	
Aceite de achiote	0.04	Kg	

			5.- La textura de esta sopa deberá ser un poco más ligera que la de un locro de papas.
--	--	--	--

Tabla 8

*Receta de colada de ocas dulces*

Ficha de Observación			
Preparación:	Colada de ocas dulces		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Ocas	1	Kg	1.- Para realizar esta preparación, de antemano poner al sol las ocas durante un par de días para que su sabor y color cambien volviéndose dulce. 2.- Una vez que ya están las ocas, se puede pelar las ocas antes de cocinarlas o cocinar con cascara. 3.- En caso de haber cocinado sin cáscara se licua para después añadir la leche junto con la canela, hervir por 15 minutos y está listo.
Leche	0.8	Kg	
Canela	0.02	Kg	

Tabla 9

*Receta de cauca de sal*

Ficha de Observación			
Preparación:	Cauca de sal		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Maíz	1.5	kg	1.- Cocinar las arvejas y zanahorias en un refrito de cebolla blanca, apio y ajo.
Ocas	0.6	Kg	
Papas	0.3	Kg	

Cebolla	0.1	Kg	<p>2.- Caucar al maíz (hervir por 10 minuto el maíz), moler después de ser cocinado.</p> <p>3.- Cernir el maíz, y separamos el almidón del afrecho.</p> <p>4.- En el caldo cocinar papas o las mashuas, en este caldo de cocción añadir el almidón del maíz (no colocar todo el almidón reservar un poco), con mucho cuidado hasta obtener el espesor de una crema.</p> <p>5.- Servir con tostado y un poco de cilantro.</p>
Ajo	0.04	Kg	
Sal	0.06	Kg	
Arveja	0.1	Kg	
Zanahoria	0.1	Kg	
Apio	0.1	Kg	
Maíz seco	0.2	Kg	

Nota: esta receta puede realizarse con proteína animal como res, cerdo o gallina, en caso de que la comunidad tenga disponible en su producción familiar. Si es así, las carnes se cocinan junto con el refrito inicial.

Tabla 10

*Receta de cauca de leche*

Ficha de Observación			
Preparación:	Cauca de leche		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Maíz o el almidón que resulta de la elaboración de la cauca de sal.	1	Kg	<p>2.- Colocar el maíz o el almidón en una olla junto con leche.</p> <p>3.- Hervir por alrededor de 30 minutos.</p> <p>4.- Añadir panela o anís. Se le añade una cucharadita de sal, una vez que haya hervido está listo para servir.</p>
Leche	0.8	Kg	
Anís	0.05	Kg	
Panela	0.35	Kg	

Nota: Por lo general, esta preparación se lo realiza el mismo día en que se hace la cauca de sal para poder utilizar el almidón restante.

Tabla 11

*Receta de ponche*

Ficha de Observación			
Preparación:	Ponche		
Ingredientes	Cantidades	Unidades	Procedimiento
Agua de cocción de habas calpas o habas	0.5	Kg	1.- Una vez obtenido el agua de cocción de las habas calpas, colocar anís y hervir por 5 minutos. 2.- Licuar el agua junto con los 2 huevos y aumentar la panela.
Anís	0.05	Kg	
Panela	0.02	Kg	
Huevos	2	Unidades	

Nota: esta preparación generalmente se la daba a las madres que recién daban a luz.

#### 4. Capítulo 3

##### 4.1 Fichas de inventario gastronómico

## Ficha 12

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA		
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>		
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito
Parroquia: Calacalí	Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>		
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>		
Nombre del Plato: Mote mapioso		Nombres populares: Mote mapioso
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español
Subámbito (preparación, producto, festividad)		
Historia del plato	Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados
N/A	N/A	Cualquier persona lo puede preparar
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>		
Ingredientes:	Nativo	Introducido
Mote	x	
Frejol (inteño)	x	
Cebolla blanca		x
Ajo		x
Cilantro		x
Aceite de achiote	x	
Chicharon		x
Herramientas:	Ancestral	Moderno
Leña	x	
Olla		x
Cuchara de palo	x	
Procedimiento:		
<p>1.- Remojar el frejol (inteño) seco, por una noche entera.</p> <p>2.- Hervir el maíz con ceniza o cal, hasta que la corteza se desprenda sola, para luego pelar con la ayuda de agua.</p> <p>3.- Cocinar el mote, por 2 a 3 horas, luego en la misma olla poner el frejol ya remojado, dejar el hervir durante 3 horas más. Todo este proceso se lo realiza en leña.</p> <p>4.- Hacer un refrito de ajo y abundante cebolla blanca, aceite de achiote y sal al gusto, añadimos el chicharon o la mapahuira.</p>		

Fecha o periodo		Detalle de periodicidad			
	Anual	Este es un plato que se lo suele preparar a diario en los hogares, dependiendo de la disponibilidad de los productos, por otro lado también se lo sirve en festivales o programas de la comunidad.			
x	Continua				
	Ocasional				
x	Festivo				
	Otro				
Alcance		Detalle de alcance			
x	Local				
	Provincial				
	Regional				
	Nacional				
	Internacional				
<b>5. PORTADORES /SOPORTES</b>					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6. VALORACIÓN</b>					
Importancia para la comunidad		Cambios relevantes en la preparación:			
	Alta				
x	Media				
	Baja				
<b>7. INTERLOCUTORES</b>					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Bayron Morales		Yunguilla	997219120	Masculino	35
Deysi Collaguazo		Yunguilla		Femenino	33
<b>8. ANEXO</b>					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
<b>9. OBSERVACIONES</b>					
Existen varios tipos de frejol en la zona, podemos encontrar el frejol inteño; frejol torta; cargabello y canario, cada uno varia en su forma y color, todos se los puede encontrar en la comunidad.					
<b>10. DATOS DE CONTROL</b>					
Entidad investigadora: Universidad de las Américas					
Inventariado por: Daniel Herrera			Fecha de inventario: 18/05/2019		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## Ficha 13

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA			
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>			
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito	
Parroquia: Calacalí		Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>			
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
Nombre del Plato: Yuyo de col		Nombres populares: Yuyo de col	
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español	
Subámbito (preparación, producto, festividad)			
Historia del plato	Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados	
N/A	N/A	N/A	
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>			
Ingredientes:		Nativo	Introducido
Col			x
Maní		x	
Papa Chola		x	
Pepa de zambo		x	
Cebolla blanca			x
Ajo			x
Aceite de achiote		x	
Chicharrón			x
Herramientas:		Ancestral	Moderno
Leña		x	
Tiesto		x	
Olla			x
Licuadora			x
Procedimiento:			
1.- Picar las coles en juliana, para cocinarla durante 30 minutos.			
2.- Hacer un refrito con aceite de achiote, ajo, cebolla blanca y una cucharada de manteca de cerdo.			
3.- Tostar maní o pepa de zambo, para licuar con leche.			
4.- En el refrito anterior añadir la col y el maní licuado, hervir por 6 minutos.			
5.- Servir el plato se lo hace con papas cocinada enteras.			
Fecha o periodo		Detalle de periodicidad	
	Anual	Ésta preparación se la elabora en el diario vivir de las familias de la comunidad.	
x	Continua		
	Ocasional		
	Festivo		
	Otro		

Alcance		Detalle de alcance			
x	Local				
	Provincial				
	Regional				
	Nacional				
	Internacional				
<b>5. PORTADORES /SOPORTES</b>					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6. VALORACIÓN</b>					
Importancia para la		Cambios relevantes en la preparación:			
	Alta				
x	Media				
	Baja				
<b>7. INTERLOCUTORES</b>					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Cesar Octavio Morales		Yunguilla		Masculino	82
María Inés Parra		Yunguilla	990493155	Femenino	77
<b>8. ANEXO</b>					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
<b>9. OBSERVACIONES</b>					
Si en el hogar donde se prepara este plato, se posee algún tipo de carne ya sea de cerdo o de res, se la sirve junto con el mismo.					
<b>10. DATOS DE CONTROL</b>					
Entidad investigadora: Universidad de las Américas					
Inventariado por: Daniel Herrera			Fecha de inventario: 18/05/2019		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## Ficha 14

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA			
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>			
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito	
Parroquia: Calacalí		Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>			
			
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
Nombre del Plato: Machica de morochillo		Nombres populares: N/A	
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español	
Subámbito (preparación, producto, festividad)			
Historia del plato	Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados	
N/A	N/A	N/A	
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>			
Ingredientes:		Nativo	Introducido
Morochillo		x	
Panela			x
Cedrón			x
Mapahuira			x
Herramientas:		Ancestral	Moderno
Tiesto		x	
Molino			x
Procedimiento:			
1.- Tostar el morochillo en tiesto, junto con unas hojas de cedrón, hasta secarlo completamente. 2.- Moler el morochillo dos veces, junto con las hojas de cedrón, la primera vez se muele para que el grano quede grueso y la segunda se lo hace más fino. 3.- Por ultimo añadir la panela molida. 4.- Si lo desea añadir mapahuira			
Fecha o periodo		Detalle de periodicidad	
	Anual	Por lo general esta preparación se la realiza en los hogares y se conserva para su consumo periódico, se la lleva en bolsitas y en las jornadas laborales se la consume.	
x	Continua		
x	Ocasional		
	Festivo		
	Otro		

Alcance		Detalle de alcance			
x	Local				
	Provincial				
	Regional				
	Nacional				
	Internacional				
<b>5. PORTADORES /SOPORTES</b>					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6. VALORACIÓN</b>					
Importancia para la		Cambios relevantes en la preparación:			
	Alta				
x	Media				
	Baja				
<b>7. INTERLOCUTORES</b>					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Cesar Octavio Morales		Yunguilla		Masculino	82
José Julio Collaguazo		Yunguilla		Masculino	
<b>8. ANEXO</b>					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
<b>9. OBSERVACIONES</b>					
A pesar de ser una preparación sencilla, se lo considera algo muy útil para soportar las jornadas laborales.					
<b>10. DATOS DE CONTROL</b>					
Entidad investigadora: Universidad de las Américas					
Inventariado por: Daniel Herrera			Fecha de inventario: 18/05/2019		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## Ficha 15

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA			
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>			
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito	
Parroquia: Calacalí		Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>			
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
Nombre del Plato: Habas calpas		Nombres populares: Calpas	
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español	
Subámbito (preparación, producto, festividad)			
Historia del plato	Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados	
N/A	N/A	N/A	
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>			
Ingredientes:		Nativo	Introducido
Habas			x
Panela			x
Herramientas:		Ancestral	Moderno
Tiesto		x	
Olla			x
Procedimiento:			
1.- Tostar las habas (secas) en tiesto. 2.- Al mismo tiempo que se coloca las habas al tiesto colocar una olla con agua para hervirla. 3.- Cuando las habas estén bien tostadas colocar de inmediato en el agua hirviendo, de otro modo si se deja enfriar las habas estas nunca se van a cocinar, sin importar el tiempo que se las cocine. 4.- 15 minutos antes de sacar las habas de la olla, colocar panela, está listo.			
Fecha o periodo		Detalle de periodicidad	
	Anual	En caso que se coseche las habas se las coloca a secar para luego ser ocupadas.	
x	Continua		
x	Ocasional		
	Festivo		
	Otro		

Alcance		Detalle de alcance			
x	Local				
	Provincial				
	Regional				
	Nacional				
	Internacional				
<b>5. PORTADORES /SOPORTES</b>					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6. VALORACIÓN</b>					
Importancia para la		Cambios relevantes en la preparación:			
	Alta				
x	Media				
	Baja				
<b>7. INTERLOCUTORES</b>					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Bayron Morales		Yunguilla	997219120	Masculino	35
María Inés Parra		Yunguilla	990493155	Femenino	77
<b>8. ANEXO</b>					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
<b>9. OBSERVACIONES</b>					
<b>10. DATOS DE CONTROL</b>					
Entidad investigadora: Universidad de las Américas					
Inventariado por: Daniel Herrera			Fecha de inventario: 18/05/2019		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## Ficha 16

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA			
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>			
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito	
Parroquia: Calacalí		Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>			
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
Nombre del Plato: Habas mote		Nombres populares:	
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español	
Subámbito (preparación, producto, festividad)			
Historia del plato	Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados	
N/A	N/A	N/A	
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>			
Ingredientes:		Nativo	Introducido
Habas			x
Herramientas:		Ancestral	Moderno
Olla			x
Procedimiento:			
1.- Para su cocción remojar las habas, puede ser toda la noche o muy temprano en la mañana.			
2.- Cocinar en leña toda la noche, es por eso que se llama habas mote, porque el tiempo de cocción es igual al del mote.			
3.- Usualmente se lo sirve con cariucho.			
Fecha o periodo		Detalle de periodicidad	
	Anual	Esta preparación se la puede realizar únicamente cuando se tiene las habas secas previamente.	
x	Continua		
x	Ocasional		
	Festivo		
	Otro		
Alcance		Detalle de alcance	
x	Local		
	Provincial		
	Regional		
	Nacional		
	Internacional		

<b>5. PORTADORES /SOPORTES</b>					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6. VALORACIÓN</b>					
Importancia para la		Cambios relevantes en la preparación:			
	Alta				
x	Media				
	Baja				
<b>7. INTERLOCUTORES</b>					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Deysi Collaguazo		Yunguilla		Femenino	33
María Inés Parra		Yunguilla	990493155	Femenino	77
<b>8. ANEXO</b>					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
<b>9. OBSERVACIONES</b>					
A diferencia de las habas calpas están habas no son tostadas, mas bien son secas por acción natural.					
<b>10. DATOS DE CONTROL</b>					
Entidad investigadora: Universidad de las Américas					
Inventariado por: Daniel Herrera			Fecha de inventario: 18/05/19		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## Ficha 17

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA			
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>			
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito	
Parroquia: Calacalí		Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>			
			
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
Nombre del Plato: Runauchu		Nombres populares:	
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español	
Subámbito (preparación, producto, festividad)			
Historia del plato	Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados	
N/A	N/A	N/A	
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>			
Ingredientes:		Nativo	Introducido
Cuy		x	
Oca		x	
Pepa de zambo		x	
Cebolla blanca			x
Ajo			x
Papa		x	
Aceite de achiote		x	
Herramientas:		Ancestral	Moderno
Leña			
Olla			
Procedimiento:			
1.- Realizar un refrito de cebolla, ajo y achiote. 2.- Colocar agua en la olla del refrito y añadir el cuy porcionado previamente. 3.- Después de 20 minutos de cocción del cuy añadir las ocas y las papas en la olla para darle textura a la sopa. 4.- Cocinar juntos hasta que el cuy este completamente cocido.			
Fecha o periodo		Detalle de periodicidad	
	Anual	Usualmente se lo prepara cuando se tiene a disponibilidad la proteína, en este caso el cuy que por lo general se lo criaba en casa.	
x	Continua		
	Ocasional		
	Festivo		
	Otro		

Alcance		Detalle de alcance			
x	Local				
	Provincial				
	Regional				
	Nacional				
	Internacional				
<b>5. PORTADORES /SOPORTES</b>					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6. VALORACIÓN</b>					
Importancia para la		Cambios relevantes en la preparación:			
	Alta				
x	Media				
	Baja				
<b>7. INTERLOCUTORES</b>					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Bayron Morales		Yunguilla	997219120	Masculino	35
Cesar Octavio Morales		Yunguilla		Masculino	82
<b>8. ANEXO</b>					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
<b>9. OBSERVACIONES</b>					
La textura de esta sopa deberá ser un poco más ligera que la de un locro de papas.					
<b>10. DATOS DE CONTROL</b>					
Entidad investigadora:					
Inventariado por:			Fecha de inventario:		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## Ficha 18

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA			
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>			
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito	
Parroquia: Calacalí		Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>			
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
Nombre del Plato: Colada de ocas dulces		Nombres populares:	
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español	
Subámbito (preparación, producto, festividad)			
Historia del plato	Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados	
N/A	N/A	N/A	
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>			
Ingredientes:		Nativo	Introducido
Ocas		x	
Leche			x
Canela			x
Herramientas:		Ancestral	Moderno
Olla			x
Licuadora			x
Procedimiento:			
1.- Para realizar esta preparación, de antemano se debe poner al sol las ocas durante un par de días para que su sabor y color cambien volviéndose dulce.			
2.- Una vez que ya están las ocas, si desea pelar las ocas antes de cocinarlas o cocinar con cascara.			
3.- En caso de haber cocinado sin cáscara licuar para después añadir a la leche junto con la canela, hervir por 15 minutos y está listo.			
Fecha o periodo		Detalle de periodicidad	
	Anual	Para realizar esta preparación es necesario tener con anticipación las ocas endulzadas al sol, en ocasiones las ocas eran de cosechas propias o eran obtenidas mediante trueque.	
x	Continua		
x	Ocasional		
	Festivo		
	Otro		
Alcance		Detalle de alcance	
x	Local		
	Provincial		
	Regional		
	Nacional		
	Internacional		

5. PORTADORES /SOPORTES					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
6. VALORACIÓN					
Importancia para la		Cambios relevantes en la preparación:			
	Alta				
x	Media				
	Baja				
7. INTERLOCUTORES					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Bayron Morales		Yunguilla	997219120	Masculino	35
José Julio Collaguazo		Yunguilla		Masculino	48
8. ANEXO					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
9. OBSERVACIONES					
10. DATOS DE CONTROL					
Entidad investigadora: Universidad de las Américas					
Inventariado por: Daniel Herrera			Fecha de inventario: 18/05/19		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## Ficha 19

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA			
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>			
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito	
Parroquia: Calacalí		Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>			
			
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
Nombre del Plato: Cauca de sal		Nombres populares:	
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español	
Subámbito (preparación, producto, festividad)			
Historia del plato		Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados
N/A		N/A	N/A
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>			
Ingredientes:		Nativo	Introducido
Maíz		x	
Ocas		x	
Papas		x	
Cebolla			x
Ajo			x
Arveja			x
Zanahoria			x
Apio			x
Maíz seco		x	
Sal		x	
Herramientas:		Ancestral	Moderno
Olla			x
Molino			x
Cernidor			x
Procedimiento:			
1.- Cocinar las arvejas y zanahorias en un refrito de cebolla blanca, apio y ajo. 2.- Caucar al maíz (hervir por 10 minuto el maíz), moler después de ser cocinado. 3.- Cernir el maíz, y separar el almidón del afrecho. 4.- En el caldo cocinar papas o las mashuas, en este caldo de cocción añadir el almidón del maíz (no colocar todo el almidón reservar un poco), con mucho cuidado hasta obtener el espesor de una crema. 5.- Servir con tostado y un poco de cilantro.			
Fecha o periodo		Detalle de periodicidad	
	Anual	Se la puede preparar con mucha facilidad ya que los ingredientes son de disponibilidad continua.	
x	Continua		
	Ocasional		
	Festivo		
	Otro		

Alcance		Detalle de alcance			
x	Local				
	Provincial				
	Regional				
	Nacional				
	Internacional				
<b>5. PORTADORES /SOPORTES</b>					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6. VALORACIÓN</b>					
Importancia para la		Cambios relevantes en la preparación:			
	Alta				
x	Media				
	Baja				
<b>7. INTERLOCUTORES</b>					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
María Inés Parra		Yunguilla	990493155	Femenino	77
José Julio Collaguazo		Yunguilla		Masculino	48
<b>8. ANEXO</b>					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
<b>9. OBSERVACIONES</b>					
Esta receta puede realizarse con proteína animal como res, cerdo o gallina, en caso que la comunidad tenga disponible en su producción familiar. Si es así, las carnes se cocinan junto con el refrito inicial.					
<b>10. DATOS DE CONTROL</b>					
Entidad investigadora: Universidad de Américas					
Inventariado por: Daniel Herrera			Fecha de inventario: 18/05/19		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## Ficha 20

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA			
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>			
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito	
Parroquia: Calacalí		Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>			
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
Nombre del Plato: Cauca de leche		Nombres populares:	
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español	
Subámbito (preparación, producto, festividad)			
Historia del plato	Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados	
N/A	N/A	N/A	
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>			
Ingredientes:		Nativo	Introducido
Maíz o el almidón que resulta de la elaboración de la cauca de sal.		x	
Leche			x
Anís			x
Panela			x
Herramientas:		Ancestral	Moderno
Olla			x
Molino			x
Procedimiento:			
1.- Colocar el maíz o el almidón en una olla junto con leche. 2.- Hervir por alrededor de 30 minutos. 3.- Añadir, panela o anís. Usualmente se le añade una cucharadita de sal, una vez que haya hervido está listo para servir.			
Fecha o periodo		Detalle de periodicidad	
	Anual		
x	Continua		
	Ocasional		
	Festivo		
	Otro		
Alcance		Detalle de alcance	
x	Local		
	Provincial		
	Regional		
	Nacional		
	Internacional		

5. PORTADORES /SOPORTES					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
6. VALORACIÓN					
Importancia para la		Cambios relevantes en la preparación:			
	Alta				
x	Media				
	Baja				
7. INTERLOCUTORES					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
Bayron Morales		Yunguilla	997219120	Masculino	35
María Inés Parra		Yunguilla	990493155	Femenino	77
8. ANEXO					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
9. OBSERVACIONES					
Por lo general, esta preparación se la realiza el mismo día en que se hace la cauca de sal para poder utilizar el almidón restante.					
10. DATOS DE CONTROL					
Entidad investigadora: Universidad de las Américas					
Inventariado por: Daniel Herrera			Fecha de inventario: 18/05/19		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## Ficha 21

## Ficha de registro para el levantamiento de patrimonio gastronómico de Yunguilla

FICHAS DE REGISTRO PARA LEVANTAMIENTO DE PATRIMONIO GASTRONÓMICO DE YUNGUILLA			
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>			
Provincia: Pichincha		Cantón: Quito	
Parroquia: Calacalí		Urbana <input type="checkbox"/>	Rural <input checked="" type="checkbox"/>
<b>2. FOTOGRAFÍA DE PLATO</b>			
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
Nombre del Plato: Ponche		Nombres populares:	
Grupo Social: Mestizo		Lengua: Español	
Subámbito (preparación, producto, festividad)			
Historia del plato	Leyendas o creencias relacionadas al plato	Distinción de roles de género o familia involucrados	
N/A	Esta preparación generalmente se la daba a las madres que recién daban a luz como una fuente de nutrientes muy alta.	N/A	
<b>4. PROCEDIMIENTO DE LA PREPARACIÓN</b>			
Ingredientes:		Nativo	Introducido
Agua de cocción de habas calpas o habas			x
Panela			x
Anís			x
Huevos		x	
Herramientas:		Ancestral	Moderno
Olla			x
Licuadora			x
Procedimiento:			
1.- Una vez obtenido el agua de cocción de las habas calpas, colocar anís y dejar hervir por 5 minutos.			
2.- Licuar el agua junto con los 2 huevos y aumentar la panela.			
Fecha o periodo		Detalle de periodicidad	
	Anual	La preparación del ponche es algo común dentro de la comunidad en caso de que haya mujeres embarazadas.	
	Continua		
x	Ocasional		
	Festivo		
	Otro		
Alcance		Detalle de alcance	
x	Local		
	Provincial		
	Regional		
	Nacional		
	Internacional		

<b>5. PORTADORES /SOPORTES</b>					
Procedencia del saber		Detalle de procedencia			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
Transmisión del saber		Detalle de transmisión			
x	Padres-hijos				
	Maestro-aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6. VALORACIÓN</b>					
Importancia para la		Cambios relevantes en la preparación:			
x	Alta				
	Media				
	Baja				
<b>7. INTERLOCUTORES</b>					
Apellidos y nombres		Dirección	Teléfono	Sexo	Edad
María Inés Parra		Yunguilla	990493155	Femenino	77
José Julio Collaguazo		Yunguilla		Masculino	48
<b>8. ANEXO</b>					
Textos		Fotografías	Videos	Audio	
x					
<b>9. OBSERVACIONES</b>					
Esta preparación era de los primeros alimentos que se daba a la mujer después de dar a luz para ayudar a su pronta recuperación					
<b>10. DATOS DE CONTROL</b>					
Entidad investigadora: Universidad de las Américas					
Inventariado por: Daniel Herrera			Fecha de inventario: 18/05/19		
Nota: Esta ficha es adaptada del "Instructivo para Fichas de Registro e Inventario Patrimonio Cultural Inmaterial" del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural (INPC, 2011)					

## 5. Conclusiones

- Acerca de la gastronomía de la comunidad de Yunguilla que posee una gran variedad de platos que han perdurado a través del tiempo como por ejemplo la machica de morochillo, el ponche, yuyo de col, cauca de sal, runaicho, habas calpas, entre otros.
- En conclusión, Yunguilla a pesar de que en ámbito festivo ha sufrido por el mestizaje, se puede rescatar que ha logrado preservar costumbres prehispánicas hasta hoy en día, un gran ejemplo es el trueque que cumple un gran papel dentro de las familias que habitan la comunidad de Yunguilla, ya que mediante este se logra fortalecer los lazos y ayuda a preservar la diversidad de productos.
- Dentro la comunidad de Yunguilla existe una gran cantidad de suelo bastante fértil, lo que permite a los habitantes de Yunguilla labrar el terreno con el fin de hacer de la agricultura un modo de sustento para las cada una de las familias.
- Yunguilla disfruta de una variedad de productos agrícolas muy extensa, todo esto gracias a su suelo fértil, además de que generación tras generación los conocimientos agrícolas se han mantenido, a pesar de ello existe ciertos productos que ya no se cultivan por ejemplo cebada, trigo y ciertas variedades de granos a causa del cambio climático y el impacto ambiental.
- La comunidad de Yunguilla mediante la implementación del turismo comunitario y los diversos proyectos para la preservación tanto de flora como fauna dentro de la zona de yunguilla y sus alrededores, ayuda en gran manera a crear conciencia y permite conocer a sus habitantes el gran privilegio de tener su disposición tal diversidad agrícola para poder explotarla de manera responsable y amigable con el ambiente.
- Tras analizar las fichas de inventario gastronómico se puede inferir que la comunidad de Yunguilla goza de una muy variada gastronomía, además de una gran variedad de productos y costumbres que hacen de su patrimonio algo muy importante que rescatar, lo que debería a sus

habitantes incentivar a mantener vivo todo el pasado ancestral que poseen sus tierras.

## **6. Recomendaciones**

- Mediante este documento se busca ayudar a difundir el patrimonio gastronómico de la comunidad de Yunguilla, ya que la información recopilada es de gran importancia y puede ser transmitida a generaciones venideras para así preservar toda la cultura de Yunguilla.
- Ya que ciertas preparaciones y productos que se incluyen en este documento han perdido relevancia con el pasar el tiempo, es recomendable tomar en cuenta esa información para así ayudar a las personas de la comunidad de Yunguilla a mantener vivas esas costumbres hasta hoy en día.
- La información recopilada en el presente documento pretende ayudar a las personas de la comunidad de Yunguilla con la creación de un recetario gastronómico tanto de productos como preparaciones que se puede encontrar en Yunguilla y si alrededores, lo que permitirá que más personas tengan acceso a la información y así dar a conocer todo el potencial gastronómico que posee Yunguilla a los turistas tanto nacionales como internacionales.
- Dentro la comunidad existe un proyecto que tiene como objetivo la creación de un restaurante comunitario, debido a eso la información que se encuentra en este documento puede ser utilizada como guía para la realización de un menú, en donde contenga productos, preparaciones y técnicas de cocción que son típicas de la comunidad de Yunguilla.

## Referencias

- Buen Vivir Plan Nacional* . (s.f.). Obtenido de <http://www.buenvivir.gob.ec/Cultural>, I. N. (2018). *El trueque o cambeo*. Obtenido de <http://patrimoniocultural.gob.ec/el-trueque-o-cambeo/>
- Ecuador, M. d. (2013). *Patrimonio alimentario*. Obtenido de <https://www.culturaypatrimonio.gob.ec/>
- Estrella, E. (1988). El pan de América. En E. Estrella, *El pan de América* (págs. 25-33). Quito: ABYA-YALA.
- INEC. (2013). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición* . Obtenido de [http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas\\_agropecuarias/espac/espac\\_2017/Presentacion\\_Principales\\_Resultados\\_ESPAC\\_2017.pdf](http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_agropecuarias/espac/espac_2017/Presentacion_Principales_Resultados_ESPAC_2017.pdf)
- INEC. (2017). *Encuesta de Superficie y Producción Agropecuaria Continua* . Obtenido de [http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas\\_agropecuarias/espac/espac\\_2017/Presentacion\\_Principales\\_Resultados\\_ESPAC\\_2017.pdf](http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_agropecuarias/espac/espac_2017/Presentacion_Principales_Resultados_ESPAC_2017.pdf)
- Información, S. N. (2015). *Diagnostico Calacalí*. Obtenido de [http://app.sni.gob.ec/sni-link/sni/PORTAL\\_SNI/data\\_sigad\\_plus/sigadplusdiagnostico/1768117730001\\_DIAGNOSTICO%20PDOT%20CALACALI%202015-2019\\_30-10-2015\\_23-39-24.pdf](http://app.sni.gob.ec/sni-link/sni/PORTAL_SNI/data_sigad_plus/sigadplusdiagnostico/1768117730001_DIAGNOSTICO%20PDOT%20CALACALI%202015-2019_30-10-2015_23-39-24.pdf)
- ISIS. (s.f.). *Conservación Internacional Ecuador*. Obtenido de <http://conservation.org.ec/wp-content/uploads/2013/09/Plan-Yunguilla-definitivo-2.pdf>
- Lara, E. M. (2013). *Fundamentos de investigación*. México: Alfaomega.
- Ministerio de Turismo* . (s.f.). Obtenido de <https://www.turismo.gob.ec/arribo-de-turistas-a-ecuador-crecio-en-14-en-2017/>
- Neudel. (2015). *Letras verdes*. Obtenido de <http://revistas.flacsoandes.edu.ec/letrasverdes/issue/view/126/55>
- Pazos, J. (2008). *El sabor de la memoria* . Quito: FONSAL.
- SIIT-DMQ. (2012). *El turismo en las parroquias rurales del DMQ\_final*. Obtenido de <https://www.quito-turismo.gob.ec/estadisticas/datos-turisticos-adicionales/category/54-parroquias-2012>
- Tamayo, D., Martínez, C., & Ulloa, R. (2011). *Plan de Manejo Yunguilla*. Obtenido de <http://conservation.org.ec/wp-content/uploads/2013/09/Plan-Yunguilla-definitivo-2.pdf>
- UNESCO. (2018). *UNESCO*. Obtenido de <https://es.unesco.org/>
- Vistazo. (2016). *ESPECIAL DE GASTRONOMÍA ECUATORIANA: RECETA DE LA IDENTIDAD*. Obtenido de <https://www.vistazo.com/seccion/cultura/especial-de-gastronomia-ecuatoriana-receta-de-la-identidad>
- Yunguilla. (2016). *Yunguilla Bosque Nublado*. Obtenido de <http://www.yunguilla.org.ec/es/mermeladas/>

## **ANEXOS**

## Anexo 1



*Figura 2.* Frejol inteño en distintos tiempos de maduración. 2018

## Anexo 2



*Figura 3.* Distintas variedades de frejol. 2018

Anexo 3



*Figura 4. Habas mishcas. 2018*

Anexo 4



*Figura 5. Frejol inteño seco. 2018*

Anexo 5



*Figura 6. Cosecha de papa chola en Yunguilla. 2018*

Anexo 6



*Figura 7. Investigador junto a Cesar Morales en una minga. 2018*

Anexo 7



Figura 8. *Habitante de la comunidad junto a su horno de leña. 2018*

Anexo 8



Figura 9. *Habitantes de la comunidad de Yunguilla realizando una minga. 2018*

Anexo 9



Figura 10. *Siembra de frejol en la comunidad de Yunguilla. 2018*

