



ESCUELA DE GASTRONOMÍA

LIBRO DE CUENTOS ECUATORIANOS

Trabajo de titulación presentado en conformidad a los requisitos establecidos

para optar por el título de:

LICENCIADO EN GASTRONOMÍA.

Profesor Guía

HERNAN DÁVILA DILLON

Autor

SEBASTIÁN PAZMIÑO PONCE

Año

2012

DECLARACIÓN PROFESOR GUÍA

“Declaro haber dirigido este trabajo a través de reuniones periódicas con el estudiante, orientando sus conocimientos y potencias para un eficiente desarrollo del tema y tomando en cuenta la Guía de Trabajos de Titulación correspondiente.”

Hernán Dávila Dillon

Licenciado

C.I.: 1706865316

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

“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 autores vigentes.”

Sebastián Pazmiño Ponce

C.I.:1714722343

AGRADECIMIENTO

Agradezco a todas las personas que hicieron posible la realización de este proyecto, a aquellas que me ayudaron a encontrar ideas para crear los nueve cuentos, especialmente a Hernán Dávila que supo encaminar muchas de mis ideas.

DEDICATORIA

Este proyecto está dedicado para todas las personas que deseen conocer acerca de nuestro pasado, y especialmente a aquellas que ayudaron para dar vida a las historias de los cuentos. La información será un incentivo para que los lectores continúen investigando sobre temas que son ignorados.

RESUMEN

El proyecto es un libro de cuentos del Ecuador, y cada historia fue creada usando eventos reales o leyendas, y productos naturales de nuestro país. Por esta razón cada cuento incluye información relacionada con historia y un producto natural.

El objetivo es compartir el conocimiento con personas que no saben acerca de pequeñas partes que son importantes para entender la cultura ecuatoriana, y así ellos pueden ver el pasado y las leyendas que son un enigma. Otro objetivo es brindar más información sobre productos naturales, porque nosotros no sabemos acerca de cosas elementales que cada fruta o vegetal tiene.

La información fue esencial para desarrollar el libro, ya que ésta fue la estructura de cada cuento. Pero también fue necesaria una gran cantidad de imaginación, porque existieron elementos irreales. Los resultados fueron buenos, obtuve lo que quise, pero algunas historias se construyeron solas, y tomaron forma sólo con mis ideas.

En conclusión la investigación me ayudó para tener un mejor entendimiento de la cultura de nuestro país, aprendí acerca del pasado, acerca de antiguas construcciones, y acerca de temas políticos. Pienso que la información obtenida será un incentivo para el lector, porque la persona que lea el libro querrá saber más sobre el tema.

ABSTRACT

The project is a book of tales from Ecuador, and each story was created using real events, legends, and natural products from our country. For this reason each tale included information related with history and natural products.

The principal objective is to share knowledge with people that don't know about little parts that are important to understand the Ecuadorian culture, so they can see the past and the legends that are an enigma. Another objective is to give more information about natural products, because we don't know about elementary things that each fruit or vegetable has.

The information was essential to develop the book, because it was the structure of each tale. But also was necessary a big amount of imagination, because there were unreal elements. The results were good, I obtained what I wanted, but some of the stories were built by themselves, and they took shape only with my ideas.

In conclusion the investigation helped me to have a better comprehension of the culture of our country. I learned about the past, about ancient constructions, and about politics themes. I think that the information that I gather will be an incentive for the reader, because the person who read the book would like to know more about the subject.

ÍNDICE

Introducción	1
1 Capítulo I: Aspectos generales	2
1.1 Concepto de la tesis	2
1.2 Justificación del tema	2
1.3 Hipótesis	2
1.4 Objetivos	3
1.4.1 Objetivo General	3
1.4.2 Objetivos específicos	3
2 Capítulo II: Análisis del entorno	4
2.1 Gastronómico	4
2.1.1 Antecedentes del sector	4
2.2. Actualidad en el sector	5
2.2.2 Proyecciones del sector	5
2.3 Turismo y gastronomía en Quito	5
2.2.3.1 Datos generales de la ciudad	6
2.2.3.2 La industria	8
2.2.3.3 Antecedentes de la industria	8
2.4 Factores macroentorno	9
2.4.1 Factores económicos generales	9
2.4.2 Factores políticos	10
2.4.3 Factores tecnológicos	10
2.4.4 Factores legales	11
2.4.4.1 Registro de propiedad intelectual	11
2.5 Estrategias competitivas	15
2.5.1 Amenaza productos sustitutos	15
3. Capítulo III: Investigación y análisis de mercado	16
3.1 Oportunidad en el mercado	16
4. Capítulo IV El producto	17
4.1 Nombre del producto	17

4.2 Visión	17
4.3 Misión	17
4.4 Políticas	17
4.4.1 Política de redacción	18
4.4.2 Políticas del contenido del cuento	18
5. Capítulo V Plan de Marketing	19
5.1 Objetivos	19
5.1.1 Objetivo general	19
5.1.2 Objetivos específicos	19
5.2 Consumidor	20
5.2.1 Perfil consumidor	20
5.2.2 Deseos y necesidades	20
5.2.3 Estrategias de publicidad y marketing	20
5.3 DISEÑO DE CUBIERTA	22
5.3.1 Portada	22
6. Capítulo VI Análisis del precio	24
6.1 Precio	24
7. Capítulo VII Conclusiones y recomendaciones	25
7.1 Conclusiones	25
7.2 Recomendaciones	25
BIBLIOGRAFÍA	82

INTRODUCCIÓN

La idea del proyecto nació a partir de la unión de dos pasiones. Desde muy pequeño estuve analizando el por qué de las cosas, y a determinada edad descubrí que el conocimiento se encontraba oculto en los libros, y cada uno tenía que sustraerlo. Me gustaba averiguarlo todo, y gran parte de ese conocimiento lo saqué de las novelas que había leído, pero cada vez que hallaba algo, encontraba una idea y, a su vez, un nuevo mundo. La literatura me agradó a tal punto que no me bastó con leer docenas de ejemplares, mi gusto fue tal que decidí tener mis propias representaciones. Lo que escribo no es un reflejo de lo que pienso, sino del mundo en el que vivimos, intento no incluir mi criterio en mis creaciones, y en este proyecto fue un gran reto, pues los cuentos debían partir de una base histórica, por lo que tuve que ingeniármelas para poner parte de mi narrativa.

Mi segunda pasión es la cocina. Crear y fusionar sabores siempre me ha gustado, entré a estudiar para descubrir nuevos platos, pero aprendí que en el Ecuador falta una apreciación de lo nacional, y quizá eso fue lo que más me impactó en la carrera, por lo que viendo que la escuela de gastronomía deseaba sacar a flote los sabores nacionales, yo también quise aportar en algo. Y por ello desarrollé este proyecto que se basa en la creación de un libro donde se puede encontrar información acerca de productos naturales cultivados en Ecuador, hechos históricos, y cuentos que nacen a partir de dichos datos.

CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. CONCEPTO DE LA TESIS

El proyecto básicamente se trata de un libro en el que se encontrará una gran cantidad de productos alimenticios cultivados en Ecuador, se podrá obtener información referente a la descripción general del producto, una fotografía para poder identificarlo, además se explicara detalladamente qué usos se los puede dar. Para aumentar el interés del lector se creará un cuento para cada producto, el que estará basado en un acontecimiento real, o un personaje representativo de la historia de Ecuador.

1.2. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

Realicé este proyecto porque sentí que muchos ecuatorianos no conocen acerca de su propia nación. Yo me incluyo en ese grupo, y fue justamente eso lo que me impulsó a emprender esta investigación. Deseaba aprender y permitir que otros ingieran la información mostrada en el libro. Siempre me he relacionado con la literatura y con la gastronomía, por lo que en el proyecto se juntan varios intereses.

1.3. HIPÓTESIS

Para poder desarrollar a futuro la visión tendré que viajar por cada provincia del Ecuador, visitando las ciudades principales de cada una, para realizar una breve exposición del libro en centros educativos. Mientras que para lograr llegar a la industria de la restauración se hará presentaciones en los centros de formación gastronómica del país, para que los alumnos actuales, sean profesionales que conozcan mejor los productos alimenticios cultivados en el Ecuador

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. OBJETIVO GENERAL

Deseo que la gente adquiriera un gusto por conocer los alimentos producidos en el Ecuador, por su puesto de una manera interesante y divertida. Además quiero que nazca una curiosidad por probar los distintos productos mostrados en el libro.

1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

El libro debe ser de primera calidad, pues aparte de tener buenos materiales e impresiones perfectas, la redacción y la calidad de las fotografías también deben ser de primera.

Cuando se acabe de vender el tiraje completo se hará inmediatamente una segunda edición.

En lo que se refiere a lo social, se buscara regalar una pequeña cantidad de libros a centros de educación y formación académica, para que la gente que no pueda pagar por un ejemplar pueda tener acceso a la información.

CAPÍTULO II

ANÁLISIS DEL ENTORNO

En este capítulo se hablará acerca de los antecedentes del sector respecto a mi producto, actualidad en el sector, turismo en la ciudad de Quito y la proyección del sector.

2.1. GASTRONÓMICO:

Se han creado diversos libros en lo que se refiere a gastronomía, podemos encontrar una gran oferta de libros asignados a transmitir recetas o conocimientos culinarios para la preparación de platos. Además, con un entorno donde se tiene una gran variedad de productos que no se aprovechan en su totalidad, lo que se desea hacer es motivar e infundir una cultura que muestre nuestras raíces históricas y la importancia de alimentos que se han dejado de consumir con la intensidad correspondiente.

2.1.1 ANTECEDENTES DEL SECTOR

Mi producto está dentro del sector de los libros relativos a la gastronomía, donde estamos hablando de un amplio mercado, que ha venido creciendo con el paso de los años y el ingreso de nuevas tecnologías que permiten lograr trabajos increíblemente buenos. La información que ha estado históricamente en nuestra sociedad se ha plasmado en los libros de recetas, técnicas y todo lo que se refiere a la gastronomía ecuatoriana, y a su vez los conocimientos cada vez se transmiten con la aparición de nuevas publicaciones. Por lo que se puede determinar que los antecedentes del sector son muy amplios, tenemos una amplia gama de ofertas de libros de gastronomía ecuatoriana.

2.2. ACTUALIDAD EN EL SECTOR

Cada vez se publican más libros relacionados con la gastronomía ecuatoriana, y actualmente el sector está expandiéndose, pues está creciendo el interés por conocer la gastronomía ecuatoriana. Además las investigaciones están profundizándose más, dando como resultado libros con información sumamente útil y veraz. Actualmente estamos viendo que las impresiones a color son muy buenas y los distintos equipos empleados para editar libros nos permiten tener pastas más elaboradas.

2.2.2. PROYECCIONES DEL SECTOR

El sector está creciendo y cada vez se va a expandir más, sin embargo cuando hablamos de la venta de libros es difícil saber si es que se va a vender todo el tiraje o no, pues a diferencia de otros productos que se pueden probar, al referirnos a los libros no sabemos si son buenos hasta leerlos, no dependen exclusivamente de la propaganda, sino más bien del criterio personal.

Un aspecto que cabe destacar es que los libros de gastronomía ecuatoriana se escriben en su mayoría dentro de nuestro país, por eso se puede establecer una proyección más exacta, pues no estamos expuestos a la competencia o cambios que se pueden generara al tener un producto importado.

2.3. TURISMO y GASTRONOMÍA EN QUITO

La ciudad y el distrito metropolitano se encuentran entre los estilos Contemporáneo y Colonial, que se están reconstruyendo constantemente día a día. La estructura moderna se mezcla con la colonial donde los residentes nacionales y los visitantes extranjeros encuentran siempre un lugar para trabajar, gozar y recordar. Además, la ciudad está rodeada por los volcanes Pichincha, Antizana, Cotopaxi, y Cayambe que conforman el contorno andino

majestuoso. Quito esta colmada de significados que la identifican y definen, ocupa laderas o baja a los valles, serpentea a través de callejones y se abre en amplias avenidas; zigzaguea, sorteando colinas y quebradas. Estas fueron las características principales para que, en noviembre de 1978, Quito fuera declarada por la UNESCO "Patrimonio Cultural de la Humanidad".

Entre de los atractivos turísticos de la ciudad, está la loma de El Panecillo, en la que se encuentra la estatua de la Virgen de Quito, inaugurada el 28 de marzo de 1976. Fuera de la ciudad, al norte, en la parroquia San Antonio del cantón Quito, se encuentra el monumento de la línea ecuatorial, en medio de una verdadera zona comercial conocida como la Ciudad Mitad del Mundo y administrada por el Consejo Provincial de Pichincha.

En la zona de Guayllabamba, se encuentra el Zoológico de Quito, que alberga pumas, jaguares, osos, monos, leones, venados, cóndores, guacamayos, caimanes y canguros, entre otros. Los valles de Los Chillos y Tumbaco tienen también atractivos, tanto para los habitantes de Quito como para los visitantes. En los mencionados valles, se puede encontrar un clima cálido muy bondadoso para la salud, además de platos de comida típica como hornado, yaguarlocro, fritada, etc.

La ciudad de Quito cuenta con más de 450 establecimientos gastronómicos (entre restaurantes, bares y cafeterías), los que ofrecen una gran diversidad de estilos culinarios. Desde los establecimientos reconocidos por su comida típica ecuatoriana hasta los sabores de las altas cocinas francesa, italiana o argentina.

2.2.3.1. DATOS GENERALES DE LA CIUDAD:

Después de su fundación, el 29 de agosto de 1563 la ciudad se convirtió en la capital del actual Ecuador, al ser designada como sede de la Real Audiencia de Quito. En 1717 es suprimida debido a una guerra que enfrentó España con la Cuádruple Alianza y se restableció el 5 de noviembre de 1723. Durante esta

época colonial, el Presidente de la Audiencia de Quito residió en el Palacio de Carondelet. Así como también desde aquél período, el cabildo ha utilizado el mismo edificio como su sede principal.

Luego de la independencia del país en 1822, la ciudad perdió su capitalidad al integrarse en la Gran Colombia hasta el año de 1830, cuando esta se separa junto con Cuenca y Guayaquil con los cuales formó el Ecuador. Ese año, se establecieron las instituciones políticas. Los organismos que representan a los tres poderes del Estado fueron circunscritos en Quito desde esa época hasta la actualidad.

CLIMA:

El clima de la ciudad de Quito corresponde al clima templado de montaña, con un período de lluvias prolongado y una estación seca de cuatro meses, la temperatura anual promedio es de 16,2°C.

Una de las principales características del clima es la corta duración de la estación seca, correspondiente al período de invierno austral y al verano en el hemisferio norte (durante los meses de junio a septiembre).

A pesar de sus 2850 msnm, Quito cuenta con un clima primaveral la mayor parte del año, por estar ubicada cerca de la mitad del mundo. De junio a septiembre el clima suele ser más cálido, sobre todo durante el día, mientras que el resto del año el clima suele ser más frío. En esta época del año las montañas y cerros que rodean la ciudad se cubren de nieve y son más frecuentes las granizadas.

2.2.3.2. LA INDUSTRIA

La industria de los libros es muy amplia, consta de muchas ramas y es muy diversa. Nuevas publicaciones aparecen constantemente, lo cual hay que tomar muy en cuenta, de una u otra manera puede ser un problema a enfrentar, ya que si bien es cierto no existen libros como el que se desea elaborar, se debe pensar que la extensa cantidad de libros de este estilo pueden opacar al proyecto que se pretende emprender.

Un inconveniente que se puede presentar es al hablar de libros es difícil que el consumidor sepa lo que está comprando pues de cierto modo cuando vamos a adquirir un libro tenemos pocas referencias, por lo que estaré obligado a desarrollar una buena estrategia publicitaria.

La gente admira las cosas que son fabricadas en el extranjero, o que son creadas por autores de otros países. La falta de apego hacia lo nacional puede ser una barrera para la difusión de la información encontrada en el libro.

Otro problema que estará presente de antemano es el hecho de que mucha gente hoy en día prefiere leer artículos o libros en el internet, pues es más cómodo, fácil y barato, una buena alternativa sería promocionar el libro en este medio.

2.2.3.3. ANTECEDENTES DE LA INDUSTRIA

La industria de los libros es demasiado extensa, la variedad que se puede encontrar es increíble. A lo largo de los años la industria ha ido creciendo poco a poco, pues aparte de que cada vez aparecen nuevos libros, por lo visto también aparecen nuevos lectores y personas interesadas en adquirir conocimiento.

La industria ya está establecida desde hace mucho tiempo, es algo positivo pues la gente conoce de antemano el producto. Sencillamente hay que incentivar a la gente a que desee investigar y conocer sobre las raíces de sus antepasados y acerca de los productos que se siembran en Ecuador.

2.4. FACTORES MACROENTORNO

A continuación se realizará un análisis respecto a todos los aspectos que van a afectar a nuestra industria que están fuera de nuestro alcance, es decir no está en nuestras manos. Estos factores son los políticos, los legales, los económicos y los tecnológicos.

2.4.1. FACTORES ECONÓMICOS GENERALES

El uso del dólar es un factor que ayuda a tener una estabilidad económica que no está sujeto a la inflación. En parte es algo bueno porque no habrán variaciones muy importantes en lo que se refiere a importaciones de materiales para la elaboración de libros, y lo que respecta a las importaciones es algo que puede afectar bastante a nuestra industria, debemos tener muy en cuenta que las editoriales necesitan equipos y repuestos que traen de otros países, y un cambio de precios en este aspecto obligaría a elevar o disminuir el costo de un libro.

El incremento de cualquier material utilizado en la elaboración de libros puede afectar el costo de dicho, pero muchas veces estos precios no sólo varían por las importaciones sino también por el simple deseo de los productores de papel, tinta o cualquier otro material, en subir el precio de sus productos.

Las librerías nacionales se llevan un gran porcentaje del dinero recaudado en las ventas de los libros. Es una pena que no se dé una preferencia a los autores ecuatorianos para promover la difusión de la cultura. Es una traba intentar distribuir un libro si no se tiene ninguna ganancia.

2.4.2. FACTORES POLÍTICOS

Las actuales decisiones del presidente que obligan a poner impuestos a lo extranjero es un problema que puede tornarse cada vez peor, pues aparte de que los precios de los materiales para elaborar un libro siempre suben, hay que sumarle el impuesto que se determine para cada elemento que se emplee en la edición del libro.

Faltan leyes y políticas que promuevan el desarrollo de la cultura, mientras no se creen nuevas bibliotecas y mientras no se establezca un buen pensum en los colegios no habrá un avance positivo. El gobierno debería destinar más fondos para que entidades como la Casa de la Cultura Ecuatoriana puedan desenvolver más proyectos, y, de esta manera exista una variedad más grande de propuestas literarias y culturales.

2.4.3. FACTORES TECNOLÓGICOS

Hablando de tecnología, estamos conscientes de que el internet nos afectará directamente, pues mucha gente prefiere investigar o divertirse en las páginas web antes que ir a comprar un libro, ya que puede ser más cómodo. Además encontramos diversas opciones, tantas, que debemos considerar que se trata de una verdadera amenaza.

La tecnología permite que hoy en día se pueda copiar cualquier obra literaria, por lo que se debe tener en cuenta que al duplicar un libro sin los debidos permisos se perjudicaría al autor. En muchas ocasiones se descargan archivos sin una autorización.

2.4.4. FACTORES LEGALES

En lo que se refiere a lo legal, estaremos vulnerables a la piratería, ya que en nuestro país no existe mayor control, se lo toma muy a la ligera, en las calles podemos encontrar muchas ofertas de piratería, tanto en películas como en libros o incluso replicas de marcas de relojes etc. Por lo que este aspecto estamos vulnerables y no podemos hacer mayor cosa para cambiar esa realidad.

2.4.4.1. REGISTRO DE PROPIEDAD INTELECTUAL

FORMULARIOS



IEPI

INSTITUTO ECUATORIANO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL

Numero de solicitud:

DIRECCIÓN NACIONAL DE DERECHO

DE AUTOR Y DERECHOS CONEXOS

Fecha de presentación:

DATOS DEL AUTOR O AUTORES

Nombre:

Nacionalidad:

Domicilio:

Ciudad:

País:

Fecha de nacimiento:

Fecha de defunción:

País:

TITULAR DE LA OBRA

Nombre:

Domicilio:

Ciudad:

País:

DATOS DE LA OBRA

Título:

Inédita Anónima En colaboración

Fecha publicación:

Publicada Seudónima Traducción Por publicarse Póstuma Compilación Por encargo Otras:

Observaciones generales:

Edición:

Páginas:

Ejemplares:

DATOS DEL EDITOR

Nombre:

Domicilio:

Ciudad:

País:

DATOS DEL IMPRESOR

Nombre:

Domicilio:

Ciudad:

País:

DATOS DEL SOLICITANTE

Nombre:

Domicilio:

Ciudad:

Teléfono:

INSTRUCCIONES PARA LLENAR LOS FORMULARIOS

Llenar la solicitud a máquina o en letra de imprenta clara.

DATOS DEL AUTOR O AUTORES

1. Indicar los nombres y más datos del autor o autores.
2. Si la obra a registrar es póstuma, deberá mencionárselo y en este caso el registro podrá hacerse a nombre del autor o autores o de los herederos reconocidos por la ley.

DATOS DEL TITULAR DE LA OBRA

Indicar el nombre de la persona natural o jurídica que aparezca indicado en la obra. En la obra colectiva, salvo pacto en contrario, es la persona natural o jurídica que haya organizado, coordinado y dirigido la obra.

DATOS DE LA OBRA

1. Indicar de manera exacta y completa el título identificativo de la obra a registrar.
2. Mencionar la fecha en que por primera vez la obra ha sido accesible al público en forma masiva (fecha de publicación).
3. Indicar si la obra es inédita o si ya a ha sido puesta al alcance del público en forma masiva (publicada).

4. Observaciones generales: Indicar las principales características de la obra que contribuyan a identificarla. En caso de obras impresas mencionar el número de edición, las páginas de la obra y el número de ejemplares.

DATOS DEL EDITOR

Indicar el nombre de la persona natural o jurídica responsable de la edición de la obra.

DATOS DEL IMPRESOR

Indicar el nombre de la persona natural o jurídica responsable de la impresión de la obra.

DATOS DEL SOLICITANTE

1. Indicar el nombre y más datos de la persona que hace la solicitud, conjuntamente con la firma del Abogado Patrocinador.
2. Los datos correspondientes del representado si es el caso. De ser persona jurídica, deberá acompañarse además el documento que legitime su

REQUISITOS ADICIONALES

1. Para obras inéditas adjuntar un ejemplar de la obra; para obras editadas adjuntar dos ejemplares de la obra y en caso de los editores tres ejemplares para depósito legal.
2. Adjuntar el recibo de pago de la tasa correspondiente.
3. Anexar la fotocopia de la cédula de ciudadanía del autor y/o autores.
4. El patrocinio del abogado es recomendado pero no obligatorio.
5. Cuando la obra se va a publicar, adjuntar la certificación de la imprenta y las 10 primeras páginas de la obra.

6. De contar la obra con más datos de los contenidos en el formulario, hágalos constar en una hoja adicional.

Fuente: iepi.com.ec.

2.5. ESTRATEGIAS COMPETITIVAS

Para poder establecer una competencia con libros de similares características la estrategia es en lo que respecta a ventas, pues mi estrategia no será simplemente vender en librerías mi producto, sino que se debe promocionar y venderlo en centros educativos como colegios o centros de formación culinaria.

Otra estrategia competitiva va a ser el hecho de que se ha creado el libro con tantos parámetros que no existe en el mercado un producto similar, por lo que se tendrá en un principio ventaja sobre los otros libros que compiten entre sí por la razón de que poseen características similares.

2.5.1. AMENAZA PRODUCTOS SUSTITUTOS

Quizá en el mercado no se encuentren libros con las mismas características del libro que se pretende desarrollar, pues en éste se conjuga la creación literaria con datos reales, sin embargo existirán textos que pueden formar parte de una amenaza, todos aquellos que estén relacionados con productos ecuatorianos, o por otra parte, los que sean de cuentos o leyendas de este país.

Lo mejor será promocionar bastante el libro para que la gente sepa diferenciarlo de cualquier otro texto que sólo contenga cuentos, y que las personas entiendan que este proyecto va más allá de un conjunto de palabras creativas puesto que rescata los valores culturales e históricos.

CAPITULO III

INVESTIGACIÓN Y ANÁLISIS DE MERCADO

3.1. OPORTUNIDAD EN EL MERCADO

En lo referente a este tipo de libros, la gente siempre prefiere historias cortas e interesantes, además en lo que es información, sólo desean algo concreto, preciso y nuevo, pues las personas son curiosas. La gente prefiere ahorrar espacio y tener comodidad, por lo que se pretende elaborar un libro que no sea de gran tamaño (20 cm. X 15 cm.).

El tamaño del mercado potencial puede variar mucho, sin embargo de entrada pienso que no es muy grande, pues no a todos les gusta leer y no todos desean gastar su dinero en libros, pues algunos piensan que todo lo pueden encontrar en internet. Puede variar mucho porque no sabemos a cuanta gente le guste este tipo de libro, a diferencia de abrir un restaurante que sea de comida japonesa, pues aunque no sea buena nuestra comida la gente sabe más o menos qué es lo que está consumiendo, pero al tratarse de un libro es un poco más difícil determinar un parámetro en el momento de elegir cuál comprar.

La gente necesita conocer de nuestros productos, pues teniendo tantos, muchos cocineros prefieren usar alimentos que sean de otros países o que sean fáciles de conseguir, pero la mayoría de veces no eligen lo nuestro por el simple hecho de que desconocen la existencia y el sabor de nuestros productos. Es cierto que deberían existir programas en el gobierno que promuevan el uso de estos productos, sin embargo, el libro es el primer paso para que la gente empiece a conocer lo nuestro.

CAPÍTULO IV

EL PRODUCTO

El producto a desarrollar es el libro de cuentos de alimentos ecuatorianos, a continuación se detallará la misión y la visión de dicho.

4.1. NOMBRE DEL PRODUCTO

Título del libro: El Renacimiento

Subtítulo: Rescate de los alimentos Ecuatorianos

4.2. VISIÓN

En cinco años tener vendidos más de diez mil libros y que las personas empiecen a hablar con mayor facilidad sobre el tema, es decir que los productos ecuatorianos se hagan más conocidos dentro de nuestro propio país.

4.3. MISIÓN

Llegar a todas las provincias del Ecuador, distribuir el libro en las librerías más conocidas, y que el libro llegue a ser leído en la industria de la restauración para que algunos cocineros que no conocen todos nuestros alimentos los empiecen a utilizar en sus preparaciones.

4.4. POLÍTICAS

Aquí se detallaran dos políticas muy importantes para la creación del libro.

4.4.1. Política de redacción:

- Se redactará en tercera persona y en primera persona.
- No se utilizará diálogos en los cuentos.
- No existirá un estándar para la extensión del cuento, es decir, el número de páginas puede variar de acuerdo a la trama de cada historia.
- Al comenzar el párrafo inicial se utilizará letra capital.
- En el comienzo de cada párrafo se pondrá sangría (cuatro espacios).
- Previo a la elaboración de cada cuento se debe investigar acerca de la cultura de nuestro país (si es que no se puede relacionar la trama del cuento con un hecho real se hará simplemente en base al producto). De igual manera, se realizará una investigación de cada producto ecuatoriano.

4.4.2. Política del contenido del cuento:

- Cada cuento debe ser elaborado en base a un producto ecuatoriano.
- Debe ser un cuento que se pueda interpretar, por lo que el contenido no va a ser tan explícito.
- Los cuentos deben tener un mensaje.
- El cuento debe tener implícito un valor cultural, es decir que se va a poner un dato real o un personaje de la historia del Ecuador, con el objetivo de promover nuestra cultura.

CAPÍTULO V

PLAN DE MARKETING

A continuación se hablará acerca de la manera en que se va a vender el libro, las estrategias que se deben emplear para hacerlo.

5.1. OBJETIVOS

Los objetivos que se deben tener en cuenta para realizar un buen plan de marketing tienen que relacionarse con la forma en que deseamos vender el libro.

5.1.1 OBJETIVO GENERAL

Mi objetivo en lo que se refiere al plan de marketing es lograr la mayor cantidad de ventas sin necesidad de panfletos o publicidad impresa, sino simplemente con presentaciones del libro.

5.1.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Se desea a promocionar el libro con conferencias donde se hable acerca de este.
- No gastar dinero en impresiones o publicidad.
- Ir a la mayoría de instituciones educativas para ser ganar un nicho en el mercado.
- Distribuir el libro en importantes librerías e intentar que lo muestren como un libro especial.

5.2. CONSUMIDOR

El consumidor debe apreciar la literatura y es indispensable que sea una persona que desee conocer más sobre los productos ecuatorianos.

5.2.1. PERFIL DEL CONSUMIDOR

El consumidor debe ser alguien que le guste leer, que disfrute de la literatura en general y dispuesto a conocer de los productos alimenticios que se cultivan en nuestro país. La idea es llegar justamente a aquellos que no saben mucho de nuestra gastronomía, pues el objetivo es incentivar el uso de nuestros productos en la cocina en general, es decir, tanto en restaurantes como en las propias casas.

5.2.2. DESEOS Y NECESIDADES

Los deseos del lector serán de poder obtener un libro de cuentos que sean relatados con fluidez y que se traten temas de interés. Las necesidades del consumidor serán llenadas con la investigación que se ha realizado, pues el cliente necesita la información de los productos que deba buscar.

5.2.3. ESTRATEGIAS PUBLICIDAD Y MARKETING

- Principalmente el libro se distribuirá en las librerías más importantes y conocidas de la ciudad de Quito, tales como La Rayuela, Mr. Books, Libri Mundi y La Española. Se dejará el producto a consignación y el porcentaje que retenga cada librería se recargará al precio oficial del libro. En el caso de que no se pueda llegar a un acuerdo con las librerías mencionadas anteriormente, se buscará otras opciones.

- La idea no es vender el libro en la mayor cantidad posible de librerías, sino más bien en pocas pero conocidas y donde se sabe que va a tener una buena acogida del público.
- Se venderá el libro en la Universidad de las Américas, principalmente a los alumnos de gastronomía que estén interesados en conocer más sobre los productos y la cultura de nuestro país.
- Se promocionará el libro en colegios de la ciudad de Quito, pero se debe intentar llegar a los jóvenes mayores de doce años, debido al contenido de los cuentos. Si es posible, en cada establecimiento se hará una pequeña presentación del libro, donde se explique de una manera interesante el contenido de dicho, de forma general se hablará de los cuentos y el objetivo de la creación de este que es promocionar nuestra cultura. De igual manera se hablará acerca del trabajo que ha realizado el escritor y de los proyectos que tiene tengo con mis otros libros. El costo que significa viajar a promocionar el libro en cada colegio, ya está incluido en el precio oficial de este.
- Se debe intentar llamar la atención de los distintos medios de comunicación, tales como la radio, la televisión, revistas y periódicos. No va a ser un mayor problema, pues se trata de un producto novedoso, y principalmente los medios les interesará porque el libro está escrito por un joven.
- Se intentara hacer alianzas con las Mr. Books, pues se trata de una librería que siempre está impulsando eventos relacionados con los libros juveniles y formar parte de estos puede ser una buena forma de publicidad.

5.3. DISEÑO DE CUBIERTA

En este punto se mostrará el diseño de la portada del libro.

5.3.1. PORTADA

Título: Bookman Old Style

Subtítulo: Calibri cursiva

Autor: Harrington azul oscuro

PORTADA

Renacimiento

Rescate de los alimentos ecuatorianos

Sebastián Pazmiño

CAPÍTULO VI

ANÁLISIS DEL PRECIO

En este capítulo se analizará el presupuesto, el precio y las ganancias que va a generar mi libro.

6.1 PRECIO

Características:

Libros impresos a full color

Tamaño 21x15

Papel couché 115 gr (140 páginas), hojas encoladas
70 hojas,

Portada en cartulina, full color, barniz UV en tiro. Encoladas

Costo por unidad: \$ 5.8

Precio de venta: \$ 10.80

Porcentaje del P.V.P. para la librería o distribuidor: 40 %

CAPÍTULO VII

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1. CONCLUSIONES

He llegado a la conclusión de que el libro tiene un buen mercado en que se va a desenvolver, pues existen muchos tipos de lectores que pueden llegar a estar interesados en la temática de éste. También me he dado cuenta de que el libro va a ser muy útil para la gente que desee investigar sobre los productos ecuatorianos.

De igual manera cabe destacar el hecho de que el libro servirá para enseñar nuestra cultura, las raíces de nuestro pueblo, y en general el pasado que se ha olvidado con el transcurso de los años.

7.2. RECOMENDACIONES

Las investigaciones deben ser planificadas con antelación, pues para obtener mejores resultados es bueno tener varias fuentes de investigación y no creer en lo que primero leemos. Inclusive no es recomendable sugerir que lo leído en los libros de historia es real, siempre existen varios puntos de vista, por lo que la información vertida en el libro puede tener muchas interpretaciones, simplemente se desea trazar una guía.

LIBRO

Sebastián Pazmiño

Renacimiento

Rescate de los Sabores Nacionales

INDICE

Contenido	Pag.
1. Melloco	1
2. Amaranto	10
3. Quinoa	18
4. Café	26
5. Cacao	37
6. Canela	41
7. Achogcha	48
8. Morocho	58
9. Caimito	68
10. Mashua	78

MELLOCO

Gráfico 1



Fuente: taringa.net/ El encebollado, platillo que se come con todo.

Nombre científico: Melloco *Ullucus tuberosus*.

Planta nativa del Altiplano, donde se cosecha por su tubérculo y hojas comestibles. Se cultiva a más de 2.800 msnm en Bolivia, Colombia, Perú y Ecuador, pudiéndose también encontrar en Argentina y Chile. El sol abundante es imprescindible para las variedades más difundidas, con entre 10 y 14 horas de período diurno.

Es una planta herbácea y compacta; las variedades silvestres son rastreras, pero para el cultivo se han seleccionado otras trepadoras o semierectas, que pueden alcanzar los 50 cm de altura. Los tallos y hojas son suculentos, con un tallo angular del que brotan largos pecíolos alternos al cabo de los cuales se presentan hojas cordiformes, de color variable según el cultivar. Presenta inflorescencias axilares, de flores hermafroditas. Raramente produce fruto.

En los estolones subterráneos o superficiales se producen tubérculos de forma alargada o esférica, y de colores que van desde al blanco al naranja y púrpura. La piel es claramente distinta del interior, firme y claro, de color blanco a amarillo limón y sin fibras perceptibles.

El medio de difusión más frecuente es el replante de tubérculos; del mismo modo pueden utilizarse los esquejes de tallo o incluso el tubérculo fraccionado. Mientras la temperatura esté por encima de los 18°, los brotes aparecen rápidamente.

Información nutricional:

La composición nutricional del tubérculo fresco es de un 85% de humedad, un 14% de almidón y azúcar, y un 1% de proteínas. Seco, el 72-75% es de carbohidratos, 10-16% proteínas, 4-6% fibra y alrededor de un 1% lípidos; aportan así unas 360 calorías por 100 g. Contiene además 23 mg de vitamina C. Las variaciones en el aporte nutricional son marcadas entre cultivares.

Consumo:

Del melloco se emplean tanto los tubérculos como las hojas frescas, consumidas como verdura en ensalada, hervidas o en otras preparaciones; su sabor recuerda a la espinaca.

La piel es delgada y se quita con facilidad, pero puede consumirse junto con la pulpa, de color pálido, firme, lisa y suave, sin rastro de fibra, la textura ligeramente gomosa del tubérculo crudo desaparece con la cocción. Se utiliza el olluco entero como guarnición, rallados, en puré, o molidos para espesar sopas y estofados. El melloco tiene un amplio rango de uso culinario, mayormente para se hacen sancochados, desmenuzados, rallados, molidos u horneados. Se los prepara también en conserva, no se modifican así su textura ni su sabor, aunque el color se empalidece.

Datos curiosos:

- El melloco tiene propiedades cicatrizantes.
- Su uso constante puede mejorar las lesiones en la piel ocasionadas por el acné.
- Los tubérculos más pequeños son los más cotizados; pueden almacenarse en la oscuridad, en lugar fresco y seco, hasta un año.

El punto más alejado del centro de la Tierra

Un hombre se acercó a Simón Bolívar y le ofreció alimento, le suplicó que cogiera al menos un puñado de los mellocos que había preparado, sin embargo, Simón se rehusó a tocarlos, simplemente dejó que su mente hablara, sin agua, sin pan, dijo. El hombre no entendía por qué Simón no deseaba llevar consigo esos mellocos, tampoco pudo comprender las cuatro palabras que habían salido de la boca del Libertador, sin agua, sin pan.

Simón se detuvo a mirar el esplendor de la montaña, se dio cuenta de que el tamaño del Chimborazo era elefantiásico, era impredecible, inmedible, glorioso, y dentro de su cerebro de genio notó una peculiaridad, descubrió que el sol perdía su omnipotencia, que ni siquiera sus poderosos rayos podían ofrecer resistencia, el Chimborazo elegía cuándo era de noche y cuándo era de día, pues la sombra que proyectaba era tan extensa que transformaba el día en noche.

Simón había rechazado aquellos mellocos porque sabía que en su asenso al Chimborazo no necesitaría ni pan, ni agua, sin embargo, frente a la increíble persistencia de ese hombre que insistía en que para subir a semejante montaña debía llevar alimento consigo, Simón agarró uno de los mellocos, y acto seguido se esbozo una enorme sonrisa en su rostro, una sonrisa cargada de seguridad, orgullo y soberbia.

El melloco que estaba en su mano derecha fue mostrado al hombre que le había dado, lo elevó hacia el cielo con tanta energía que parecía estar cargando una bandera, pero el sujeto no entendió el movimiento de Simón, o al menos no en ese preciso momento.

Lentamente empezó el asenso al volcán más glorioso de la Nueva Granada, la mítica montaña que había sido adorada por los incas en el pasado. Los pasos se tornaban torpes a medida que Simón alcanzaba más altura, el viento en lugar de amainar adquiría una fuerza increíble, era como si el Chimborazo mostraba que estaba vivo, no dejaba que nadie pise su cuerpo, ni siquiera

Humboldt ni La Condamine pudieron llegar a la cima. Sin embargo el Libertador tenía algo más poderoso que la fuerza física, algo que iba más allá del mundo de lo tangible, y por falta de palabras creadas por los humanos, se comprimirá esta inmensa definición en una sola palabra, la determinación.

El deseo de alcanzar lo imposible, de tener lo que anhelaba, de volver realidad las ideas, todo eso conformaba el motor que le impulsaba hacia arriba. Aunque iba montado sobre su fiel corcel, el cansancio no se podía evitar, la fatiga era ineludible, las condiciones climatológicas estaban en contra del Libertador, apenas y empezaba el duelo de gigantes, entre el hombre y el volcán.

El caballo que llevaba a Simón se rindió, un sonido que salió de su hocico lo dijo todo, no podía meterse en la lucha, debía abandonar a su dueño. El libertador lo entendió, no cabía un animal en esta pugna, debía continuar él solo. Pero cuando sus pies tocaron la tierra del coloso, éste pareció sentir al Libertador, inmediatamente el suelo se sacudió, lo tumbó boca abajo y el melloco que tenía en su mano derecha cayó unos cuantos metros abajo. Sin perder tiempo, se incorporó de un solo salto, miró a sus espaldas y bajó hacia el sitio donde había caído ese producto alimenticio, lo recogió del suelo y continuó su travesía.

Su mente no podía evitar que el cuerpo se cansara, la garganta se seco por completo, tratando de decirle que debía poner agua en su boca, los ojos se cerraban involuntariamente tras haber sido flagelados por varias horas por esas ráfagas violentas de viento, las piernas le temblaban, y cientos de escalofríos surcaban sus nervios. Parecía ser un buen momento para detener el paso, la lucha estaba por concluir, el Chimborazo iba a vencer una vez más.

Simón intentaba eliminar las molestias de su cuerpo, su mente era mil veces más fuerte que los músculos humanos que rodeaban su ser, sin embargo no era capaz de controlar el cansancio, no podía hacer que los latidos de su corazón fueran más eficaces. Se detuvo. Las nubes del norte se colocaron justo encima de él, el Chimborazo tenía que usar artimañas para deshacerse

del Libertador, rápidamente una horda de gotas de agua cayó sobre la cabeza del humano, la hipotermia alcanzó todo su torrente sanguíneo, los rayos que caían del suelo intentaban alcanzarlo, pero no fue necesario, pues a pesar de que el Libertador no se había dado por vencido, sus características corporales le obligaban a detenerse, ante la necesidad de Simón el cuerpo se tuvo que desconectar de la mente. Por fin se desmayó.

Ante la situación, las nubes se desprendieron del volcán, los rayos se desvanecieron en el aire y la calma retornó al Chimborazo. El hombre que yacía en el suelo, no se movía, era un simple fardo de carne que había terminado en medio camino hacia la gloria. La naturaleza parecía ser más poderosa que la mente, pero aun no sabemos si ésta es una energía producida y generada en el cerebro, si es analógicamente dependiente, o si es algo que realmente existe.

El viento que estaba cruzando por encima de Simón, se detuvo, se apartó, sintió miedo. La capa de hielo que sostenía el cuerpo apenas se había dado cuenta de lo que cargaba, inmediatamente se retiró, se convirtió en agua para poder apartarse. Finalmente las manos del libertador tocaron la roca del Chimborazo, permitiéndole sentir al verdadero hombre que había estado pisándolo todo este tiempo. La montaña rugió tan fuerte que el sonido viajó hasta Guayaquil, pero este no era un grito de ira sino de un intenso terror.

La mente se conectó de nuevo con el cuerpo, Simón agarró con fuerza el melloco que tenía en su mano derecha, luego se incorporó y miró a su alrededor. La increíble majestuosidad del volcán le hizo sentir como algo diminuto, como un niño, ese envanecimiento absurdo desapareció, la gloria de la batalla no se comparaba con la de la creación. Somos un simple punto en relación al infinito, pensó.

La altura alcanzada era tal que Simón creyó alcanzar el cielo, faltaba sólo estirar el brazo para acariciarlo, pero se guardó esa experiencia para otra oportunidad, pues había vencido a un coloso y por el respeto que se merecía este, decidió no festejar frente a dicho.

Finalmente regresó a la altura donde estaba el resto de seres humanos, a las faldas del Chimborazo, y lo primero que hizo fue acercarse al mismo sujeto que le había sugerido llevar alimento. Abrió su mano derecha y le devolvió su melloco, luego pronunció las mismas palabras que antes, sin agua, sin pan.

Información histórica

El Chimborazo:

El Chimborazo está situado en la provincia del mismo nombre, en Ecuador, y a sus pies duerme la ciudad de Riobamba, capital de dicha provincia. Chimborazo es el nombre del dios de la antigua nación Puruhá, que más tarde fuera adorado por los Incas. Su nombre tiene varios significados en los dialectos vernáculos. Viene del jíbaro chimbu, asiento, dueño de casa; del aymará rassu, montaña; del colorado shimbu, mujer y rassu, nieve. También se cree que chimbo es de origen chimú y significa sombra protectora. En idioma quichua, chimbo o chimbu significa la del otro bando, y rassu quiere decir nieve. Es decir "Nieve del Otro Bando", lo cual concuerda con la mitología indígena que considera al Chimborazo como esposo de la Tungurahua. Los indígenas de la provincia del Chimborazo creen que las dos montañas se unen cuando el cielo resplandece por los relámpagos en las noches de tormenta. Alexander Von Humboldt intentó llegar a la cima del Chimborazo, pero sólo alcanzó los 5900 m. sobre el nivel del mar. En la visión de la montaña ecuatoriana se inspiró Simón Bolívar al momento de darle vida a "Mi delirio sobre el Chimborazo".

Pequeña Biografía:

Destacado militar y estadista, Simón Bolívar es sin duda una de las más grandes figuras de la historia americana. Sus dotes de estrategia contribuyeron de manera decisiva para conseguir la libertad de Venezuela, Colombia, Ecuador, Panamá, Bolivia y Perú del dominio español. Nacido el 24 de julio de 1783 en Caracas, perdió a sus padres a temprana edad. A los 16 años, su tutor, Simón Rodríguez, lo envió a Europa, donde completó su instrucción. A su regreso se unió al movimiento patriota que tomó Caracas, en 1810, y asumió un activo papel en la vida política como miembro de la Sociedad Patriótica que impulsó la independencia de Venezuela. Esta sería consolidada en 1813.

Bolívar recibió el título de Libertador, abocándose entonces a la suprema tarea de la emancipación americana.

Tras un periodo en el exilio, en 1817 volvió al continente y se unió a la lucha por la independencia de Nueva Granada, que aseguró tras la batalla de Boyacá, el 6 de agosto de 1819. Luego de esta victoria proclamó la República de Colombia. En septiembre de 1823 llegó al Callao, y días después, por decisión del Congreso, asumió la conducción de la etapa final de lucha libertaria del Perú, que concluyó con los triunfos de Junín y Ayacucho en 1824. Meses después, dictó un decreto a favor de la creación de un nuevo Estado que, en su homenaje, es llamado Bolivia, separando el Alto Perú del antiguo virreinato. El Libertador murió el 17 de diciembre de 1830 en Santa Marta, Colombia.

AMARANTO

Gráfico 2



Fuente: saludintegral.org/ El mito de las proteínas

Nombre científico: *Amaranthus hypochondriacus*

Los amarantos vienen del griego, significa que no se marchita. Son un género de hierbas ampliamente distribuido por la mayor parte de las regiones templadas y tropicales. Aunque persiste algo de confusión sobre su exacta taxonomía, existen alrededor de 60 especies. Varias de ellas se cultivan como verduras, cereales o plantas ornamentales. El amaranto es muy resistente a los climas fríos y secos, y crece incluso en suelos pobres.

Información Nutricional:

El amaranto trae grandes beneficios incluyendo niveles relativamente altos de proteína (15-18%) y fécula (48-62%). Tiene un de alto valor calórico, carbohidratos, fibras y sales minerales, también estos pequeños granos son ricos en lisina 16,6%, aminoácido esencial que se encuentra en la leche en proporción de 16,5%. Junto a otros aminoácidos este grano es comparable en valor nutricional con la leche, lo que lo hace ideal para niños y mujeres en etapa de gestación y amamantamiento.

En dietas con alto contenido en fibra, el amaranto tiene un efecto benéfico en enfermedades como la diabetes, colesterol y enfermedades cardiovasculares. Además, las hojas de amaranto utilizadas como fusión son eficaces contra la diarrea.

Consumo:

Es una verdura cultivada desde hace siglos. Existen muchas variedades pero las que se cultivan para el consumo el amaranto verde y el rojo. Las hojas del amaranto rojo tienen un sabor acre y se usa de la misma manera que la espinaca, bien crudas en ensaladas o guisos o como ingredientes en sopas. Si se consume las hojas es mejor hacerlo el mismo día de su compra porque las hojas se ponen mustias muy de prisa.

Las semillas son muy ricas en proteína se usan en sopas y cereales, o se muelen en harina libre de gluten usada en pastelería.

Datos curiosos:

- Conocido también como espinaca africana, espinaca china, espinaca china, oreja de elefante.
- En México se usa el amaranto para fabricar atole (Es una bebida de origen prehispánico, a base de harina y agua) y alegrías, que son semillas de amaranto reventadas mezcladas con miel o piloncillo para formar una barra.
- El amaranto fue seleccionado por la NASA para alimentar a los astronautas por su alto valor nutritivo, por su aprovechamiento integral, por la brevedad de su ciclo de cultivo y por su capacidad de crecer en condiciones adversas.
- Deshidratado, el follaje se utiliza en la fabricación de fideos (como colorante natural), y como relleno de pastas, tartas y otras presentación.

La montaña de fuego

Los rayos de sol atravesaban una colosal montaña de nubes que flotaba en el cielo, todo a su alrededor adquiría ese color anaranjado característico de las tardes de verano, y cada rayo que salía con una potencia impredecible, viajaba hasta el suelo como una enorme lanza que penetraba en los pastizales incas. El sol nunca había dejado de ser increíblemente asombroso, todos los días mostraba algo diferente y espectacular, sin embargo lo de hoy era único, era distinto a todo lo que habíamos visto a lo largo de los años. Al mirar al cielo, hasta el monarca más poderoso de la tierra se sentiría intimidado, una extraña sensación recorrería cada nervio del cuerpo, inspirando un sentimiento de una gloria absorbente.

Una inexplicable fuerza atraía todas las miradas hacia los rayos de sol, cada hombre y cada mujer de este planeta entró en un aletargamiento absurdo, y toda su concentración era para admirar la incomparable belleza del sol. Hasta los animales dejaron de lado sus actividades y necesidades naturales, todos los seres vivos detuvieron sus vidas para presenciar un hecho que probablemente no se repetiría jamás.

Al día siguiente no salió el sol. Las nubes, el viento, los animales, todo seguía igual, simplemente que la luz no apareció. Los hombres del imperio Inca no sabían qué estaba ocurriendo, pensaban que quizá la noche se había alargado, pero al ver que las horas transcurrían y el sol no aparecía, el emperador Inca empezó a desesperarse. Nadie sabía qué hacer, la luz de las estrellas aún permanecía en el cielo y era la única fuente que alumbraba los campos de cultivos, puesto que la luna no había desaparecido, sino que simplemente no tenía la fuente de luz para reflejarla hacia la tierra.

El emperador debía convencer a sus súbditos de que el sol regresaría, pues la desaparición del Dios más importante de su cultura traería consecuencias inauditas al imperio, sin embargo, todos pensaban que los problemas más grandes serían los que surgirían por los valores religiosos, ya no habría una

razón por la que vivir, que la idolatría alimentada a lo largo de los años se iría a la basura. Mientras los días transcurrían, las personas del imperio Inca observaron que el problema era más grande, no sólo sus creencias estaban en juego, sino que ahora la situación era de vida o muerte, los campos de cultivos se marchitaban paulatinamente, y nada podía evitar que las plantas murieran. Los Incas intentaban detener lo imposible, echaban agua, cantaban a las plantas, dormían con ellas, mas todo esfuerzo fue en vano, la luz era indispensable.

Las lluvias cada vez eran menos frecuentes, los árboles caían como si fuesen enormes e inertes mazos, la hierba desaparecía de las laderas, y poco a poco todo en la tierra empezó a transformarse en desierto. Los recursos excedentarios sirvieron para cubrir las exigencias que tenían los cuerpos de los Incas, el futuro de la vida en la tierra pareció culminar, las esperanzas eran nulas, todo estaba cerca de su final. No obstante, un día un guerrero tuvo un sueño, una visión, una petición que provenía de quién sabe dónde, pero que sin duda era poco creíble y hasta cierto punto ilógica, según las imágenes que aparecieron en su mente los Incas debían construir un templo para el sol, un templo que fuera incomparable, un templo que rebasara todo límite establecido en las construcciones humanas, debía estar en lo más alto del imperio y ser una proeza inalcanzable.

Ya se habían construido templos anteriormente, pero las características del que vendría serían exageradas. Todos habían decidido que el lugar donde se erguiría el templo debía ser en un sitio muy importante, debía estar ubicado estratégicamente, en el fin del mundo. Todos querían aportar con la creación de dicha edificación, pero las fuerzas se habían agotado, los Incas creían que no habría forma de recuperarse, casi todos los alimentos excedentarios se habían acabado, sin embargo, uno todavía no se había consumido, se trataba del amaranto, ese alimento que, luciendo sencillo, contenía tanta energía dentro, tanta que cada Inca que lo ingería sentía que volvía a nacer.

Con el amaranto en su posesión los incas decidieron construir el templo más importante del sol, en el Cusco, en la montaña más extraña de la tierra, donde

era casi imposible poner en pie una edificación similar. Además había que admitir que sin luz era imposible trabajar, por lo tanto, luego de limpiar el terreno de la maleza, los Incas tuvieron que encender cientos de hogueras ubicadas estratégicamente a lo largo de la montaña, llegaron a ser tan numerosas que cuando alguien observaba la montaña desde los valles parecía una enorme antorcha erguida para los dioses.

No existía nada que uniese una roca con otra, los Incas tuvieron un ingenioso sistema de construcción de sillería, en el que labraban cada piedra de tal forma que encajaba una a lado de otra, sin necesidad de cemento, ni nada por el estilo, tuvieron que tallar las rocas durante varios meses, hasta que finalmente el templo estuvo listo. La construcción había concluido, los incas estaban exhaustos y llenos de incertidumbre, esperando a que sol vuelva a sobrevolar los cielos.

Aunque el sol no marcaba la diferencia, los Incas sabían cuando era de noche y cuando era de día, luego de tanto tiempo supieron acostumbrarse a vivir en la oscuridad, y esa noche cuando el templo del sol se terminó de construir, los incas se inclinaron y posaron sus miradas en el cielo, aguardaron despiertos toda la noche, hasta que finalmente el sol apareció en el horizonte. Se elevó como nunca antes, tan imponente y hermoso, la luz que lo acompañó ese día pareció ser más tenue que antes, era como un presente del sol hacia las personas que lo adoraban, fue la única vez que los seres humanos pudieron verlo sin quedarse ciegos, pasaron diez segundos y luego los rayos de luz volvieron a su normalidad, los campos, los ríos, las montañas, todo se iluminó de la misma forma que ocurre hoy en nuestros tiempos.

Al estar tan agradecidos con el regreso de su Dios, los incas construyeron casas en el lugar donde estaba erguido el templo del sol, y pasó a ser la ciudad más importante de los cuatro Suyos, y la más increíble del mundo entero, Machu Picchu.

Información histórica

Tipo de construcción:

En sillería:

Son bloques de granito, sin enlucido y perfectamente tallados en forma de prismas rectangulares (paralelepípedos, como los ladrillos) o poligonales. Sus caras exteriores podían ser almohadilladas, es decir protuberantes, o bien perfectamente lisas. En estos casos la unión de los bloques parece perfecta y ha hecho suponer que no tiene ningún tipo de mortero, pero de hecho sí lo tiene, es una fina capa de material aglutinante que se encuentra entre piedra y piedra aunque es invisible por fuera.

Los ejemplos más típicos de la arquitectura incaica se encuentran en la ciudad que fue su capital, Cuzco, que estaba protegida por una fortaleza rodeada de tres murallas en zig zag, formadas por bloques ciclópeos, que se conserva todavía en muy buen estado. Otras fortalezas importantes fueron las de Písac y Machu Picchu, que son, junto con Cuzco, los principales centros arqueológicos de la cultura inca. Machu Picchu, el más imponente asentamiento urbano del Imperio inca, está en los Andes a 2.045 metros sobre el nivel del mar extendiéndose por sus cuatro cerros; fue descubierto en 1911.

Templo del Sol:

Se accede a él por una portada de doble jamba, que permanecía cerrada (hay restos de un mecanismo de seguridad). La edificación principal es conocida como "Torreón", de bloques finamente labrados. Fue usado para ceremonias relacionadas con el solsticio de junio. Una de sus ventanas muestra huellas de haber tenido ornamentos incrustados que fueron arrancados en algún momento de la historia de Machu Picchu, destruyendo parte de su estructura. Además hay huellas de un gran incendio en el lugar. El Torreón está construido sobre una gran roca debajo de la cual hay una pequeña cueva que ha sido forrada

completamente con mampostería fina. Se cree que fue un mausoleo y que en sus grandes hornacinas reposaban momias.

Quinoa

Gráfico 3



Fuente: exportafacil.org/ Exportaciones crecen en el período de enero.

Nombre científico: *Chenopodium*

La quinoa es una planta alimenticia de desarrollo anual, que usualmente alcanza una altura de 1 a 3m. Las hojas son anchas y de diferentes formas. El tallo central comprende hojas lobuladas y quebradizas. El tallo puede tener o no ramas, dependiendo de la variedad o densidad del sembrado. Las flores son pequeñas, carecen de pétalos. Son hermafroditas. El fruto es seco y mide aproximadamente 2 mm de diámetro.

La quinoa fue cultivada en los Andes bolivianos, peruanos y ecuatorianos desde hace unos 5.000 años. Al igual que la papa, fue uno de los principales alimentos de los pueblos andinos preincaicos e incaicos. Perú y Bolivia tienen la mayor diversidad en variedades, siendo Bolivia el principal foco de diversidad con más de 3.000 muestras.

Información nutricional:

La quinua posee un excepcional balance de proteínas, grasa, aceite y almidón, un alto grado de aminoácidos, es asimismo rica en hierro, calcio, fósforo y vitaminas mientras que es pobre en grasas. El promedio de proteínas en el grano es de 16%, pero puede contener hasta 23%. Esto es más del doble que cualquier otro cereal.

Consumo:

Tradicionalmente los granos de quinua se tuestan y con ellos se produce harina. También pueden ser cocidos, añadidos a las sopas, usados como cereales, pastas e incluso se le fermenta para obtener cerveza o chicha, bebida tradicional de los Andes. Cuando se cuece toma un sabor similar a la nuez.

La harina de quinua sustituye muchas veces a la harina de trigo, enriquecido así sus derivados de panes, tortas y galletas.

Datos curiosos:

- La quinua es considerada como una planta medicinal por la mayor parte de los pueblos tradicionales andinos. Entre sus usos se pueden mencionar el tratamiento de abscesos, hemorragias, luxaciones y cosmética.
- Un problema para la masificación de la producción de quinua es que posee una toxina denominada saponina y que le otorga un sabor amargo característico, esta toxina suele sacarse a través de métodos mecánicos (pelado) y por lavado en abundante agua.
- Desde hace milenios fue utilizada también para usos cosméticos en la zona del altiplano peruano boliviano.

El sabor de la arena

Esa noche el emperador perdió su quicio, pues siempre prevalecían las excentricidades en su personalidad, sin embargo, esta vez había cruzado su propio límite. Era un amplio conocedor de sabores, apreciaba todo lo que probaba, su paladar se había desarrollado de una manera muy peculiar, sabía cuándo una fruta estaba en su punto exacto de maduración, inclusive era capaz de detectar productos venenosos antes de ingerirlos, pues alegaba que podía saborear el veneno.

La percepción del mundo era distinta para el emperador, él traducía cada elemento que lo rodeaba en un sabor, acostumbraba a probar el suelo que pisaba, las rocas que había en un río, los árboles, pero sobre todo adoraba la textura de la arena, siempre que podía ponía en su boca un poco de ella, intentando preservar la sensación por horas y horas, pero no le bastaba con saborearla, deseaba comerla, fue entonces que el emperador mandó a sus hombres en busca de lo imposible.

El rumor parecía convertirse en realidad, el emperador finalmente había perdido la razón. Y aunque muchos encontraban absurda esta idea, debían obedecer al hombre que los gobernaba. Las opciones se acababan conforme pasaban los días, no había donde buscar, todos regresaban con las manos vacías, e inclusive había aquellos que al saber que nunca encontrarían algo semejante, se negaban a empezar a investigar.

Los hombres le llevaban al emperador alimentos que habían sido manipulados para simular la sensación que tanto se esperaba, pero eso no era válido ya que lo deseado era encontrar un producto que en su estado natural contenga dichas características. Cada vez que una persona traía un alimento que no cumplía con los requerimientos, el emperador los añadía a su cuenta, la que llevaba a cabo con los quipus.

Tras varios meses de no obtener resultados, el emperador supo que la búsqueda debía extenderse por todo el continente, sabía que la respuesta se hallaría en algún lugar de América. Pero necesitaría más personas para empezar esta exploración, por lo que ofreció a los prisioneros perdonar sus condenas si es que encontraban arena que fuera comestible.

Uno de los prisioneros decidió viajar hacia tribus aledañas, hacia imperios más antiguos, pero al llegar a la primera aldea descubrió que los habitantes habían abandonado sus casas, no había nadie en el lugar, la soledad era absoluta, ni siquiera los insectos se habían quedado para vivir. Y aunque el instinto natural del prisionero le decía que no tenía que acercarse a esa aldea, su voluntad pensaba lo contrario, por lo que entró a inspeccionar cada construcción desolada, hurgó en cada rincón desesperado por encontrar algo útil.

Luego de varias horas observó que en uno de los cuartos había un tres telas extendidas en el suelo, en la primera había papa, en otra había café y en la última encontró unos diminutos granos similares a la arena, eran más grandes, pero al tocarlos parecía que alguien había cogido minúsculas piedras y las había triturado para después tallarlas, dándolas una forma casi circular. Eran tan perfectas que el prisionero creyó haber encontrado aquella arena de la que hablaba su emperador, entonces no dudo en llevarlas a su pueblo.

Al regresar, el prisionero no perdió su tiempo, fue directamente a mostrar lo que había encontrado al emperador, pero este no se mostro muy contento en un principio, parecía exhausto, por lo visto había estado todo el día probando distintas opciones, razón por la que uno de sus ayudantes tuvo que acercarse a probarla, pero desilusionó al prisionero al decir ese producto no era comestible. Cuando ya no había esperanzas, el emperador fue seducido por la forma perfecta de esas diminutas pepas, entonces las puso en su boca, descubriendo esa textura perfecta, ese sabor incomparable, sin duda el emperador obtuvo lo que tanto había esperado. Los habitantes no creían que esas pepitas podían comerse, pero el emperador sugirió que las cocinaran, fue entonces que los hombres de ese imperio descubrieron la quinua.

Información histórica

Quipus:

El quipu consta de una cuerda principal, sin nudos, de la cual dependen otras generalmente anudadas y de diversos colores, formas y tamaños, los colores se identifican como sectores y los nudos la cantidad -llamadas cuerdas colgantes. Puede haber cuerdas sin nudos, como también cuerdas que no se desprenden de la principal sino de la secundaria. Los especialistas contemporáneos piensan que los colores, y quizá la forma de trenzado de las cuerdas, indican los objetos, mientras que los nudos harían referencia a las cantidades, incluyendo el número cero. Entre los quipus conocidos hay una gran variedad de tamaño y complejidad, pues van desde los muy simples, hasta los que tienen más de mil cuerdas.

Significado de los colores:

Pardo: Gobierno Carmesí: Inca Morado: Curaca Verde: Conquista

Rojo: Guerrero Negro: Tiempo Amarillo: Oro

Uso:

Se sabe de su uso contable, registro (censos, cosechas) y se investiga sobre su utilidad como sistema de representación lingüística y de memoria (historia, canciones y poemas) como también para contar su ganado. Antiguo instrumento nemotécnico inca que consistía de una larga cuerda, de la cual colgaban 48 cuerdas secundarias y varias otras sujetas a las anteriores. Los nudos que se hacían en las cuerdas representaban las unidades, las decenas y las centenas; y la falta de nudos, el cero.

Contabilidad:

Su uso como sistema de numeración es la forma más conocida. En este caso, las cuerdas secundarias representan, cada una, un número. Los nudos van indicando las cifras según su orden: las unidades se hallan a mayor distancia del cordel principal. El quipu era el elemento matriz de la cultura inca y que el control político se debió en parte a que a través de ellos podían llevar un cálculo de los pueblos que controlaban. Para el conteo, también se apoyaban en el uso del ábaco inca, del cual se conoce su existencia por los cronistas, pero no su manejo específico, aunque hoy en día se ha adaptado como instrumento pedagógico, para enseñanza de las matemáticas en proyectos interculturales, en Perú, Bolivia, Ecuador y República Dominicana.

CAFÉ

Gráfico 4



Fuente: Mundodelcafe.com/ Las mejores marcas de café del mundo.

Nombre científico: Coffea

Los cafetos son arbustos con hojas persistentes y opuestas, que agradecen disponer de algo de sombra. Producen frutos carnosos, rojos o púrpuras, raramente amarillos, llamados cerezas de café, con dos núcleos, cada uno de ellos con un grano de café. Cuando se abre una cereza, se encuentra el grano de café encerrado en un casco transparente de aspecto apergaminado, que corresponde a la pared del núcleo. El grano de café verde se observa rodeado de una piel plateada adherida.

Para la preparación de la bebida dos tipos se conocen como los más usados:

- Cafeto arábica es la que se cultiva con más antigüedad, y representa el 75 por ciento de la producción mundial de café. Produce un café fino y aromático, y necesita un clima más fresco. El cultivo del arábica es más delicado, menos productivo y está reservado a tierras altas de montaña, entre 900 y 2.000 msnm. Cuando los frutos llegan a la madurez es decir, de 6 a 8 meses puede cosecharse.
- Cafeto robusta ofrece una bebida rica en cafeína; fuerte y más ácido, usualmente usado para la fabricación de café soluble o instantáneo y mezclas.

El robusta se adapta a terrenos llanos, con rendimientos más elevados, es más resistente que el arábico por eso su nombre. Cuando los frutos llegan a la madurez es decir, de 9 a 11 meses puede cosecharse.

Información nutricional:

Por cada 100 gr:

Grasa 0,02. Agua 99.03gr. Cafeína 40 mg. Vitamina B1 1%. Vitamina B2 5 %. Vitamina B3 1%. Vitamina B5 5 %. Potasio 1%. Magnesio 1%. Manganeso 1%

Consumo:

Entre las bebidas más conocidas tenemos:

- Café con leche, es un café expreso con leche caliente. Las proporciones son 1/3 de expreso y 2/3 de leche caliente.
- Capuchino, es un café expreso al que se le añade leche espumosa, generalmente salpicada con polvo de cacao. La proporción debe ser 1/3 de expreso, 1/3 de leche y 1/3 de espuma de leche.
- Café cortado o, es un café expreso con espuma de leche encima.
- Café americano, es un café reducido o suavizado con el doble o más de agua de lo normal.
- Café moca también conocido como mokaccino es un 1/3 café expreso, 1/3 de chocolate y 1/3 de leche.
- Chocolateado, un café al que se le añade chocolate a partes iguales.

Datos curiosos:

- Como en otros productos como el vino, el aroma desempeña un papel preponderante en el placer que de beber una taza de café.
- La mayoría de sus compuestos se deterioran con el aire y la luz, lo que explica el consejo habitual de conservar el café molido en un recipiente hermético al vacío, al resguardo del calor y la luz.
- El café puede conservarse protegido por su propia cáscara durante un cierto tiempo.
- Algunas cosechas incluso se envejecen para mejorar el sabor del café.

Del Amor y del Odio

Cada noche rezo por mí, por mi perdón, por mi salvación, pero de vez en cuando me pregunto si es que debo renunciar a la vida eterna que me espera en el paraíso junto a Dios, abdicar a lo que me pertenece por ser devoto de mi religión. Pero luego de tantas noches de desvelo me doy cuenta de que si no lo hago yo, nadie más creará el cambio que necesita mi patria, renunciaré al paraíso porque es la única forma de llevar por la senda de la prosperidad a mi Ecuador, me despido de Dios, no iré al cielo. Disparó su revólver y mató al primero de tantos hombres que liquidaría a lo largo de su vida.

Gabriel García Moreno cargaba en su sangre altas dosis de liderazgo, voluntad tenaz y capacidad para la acción. En su personalidad no cabían los escrúpulos ni mucho menos la piedad, desde niño se identificaba por ser un buen alumno, profundamente adicto al conocimiento, a tal grado que dormía vestido para levantarse a estudiar en la madrugada.

Desfogaba su agresividad montando a caballo a gran velocidad mientras cazaba pavas en las elevaciones de Nanegalito, o en ocasiones conejos en el Pasochoa. No obstante esa tarde había llegado hasta el volcán Guagua Pichincha, impulsado en un principio por el interés que tenía sobre la ciencia, sin embargo al parecer el objetivo era otro. Cuando veo el volcán descubro quién soy, me doy cuenta de que el resto de seres humanos no son nada en comparación a mí, soy el superhombre que destaca de esa plebe aborregada. Tan grande era su ego que al pensar en su ciudad natal una sola idea cruzaba por su mente, en Guayaquil no hay sino dos cabezas, la de mi madre y la del plátano.

Su índole tan violenta le llevó a humillar a varios de sus profesores, y aunque sus argumentos parecían descabellados, siempre terminaba teniendo la razón, pues en ocasiones sus efebos pero contundentes conocimientos eran superiores a los de sus maestros. Pero aquella mañana rebasó sus propios límites, entró torvamente en medio del ejército, y acto seguido todas las

miradas de los uniformados se centraron en él, era como ver al mismo diablo caminar entre los mortales, como si la energía de Moreno se pudiera sentir desde lo lejos, pues el ambiente se tornaba pesado cuando el entraba a una habitación. Eran cientos los hombres que estaban rodeando al oficial, todos armados y listos para cualquier cosa, sin embargo Moreno no tenía miedo, nunca en su vida descubrió ese sentimiento, se acercó enardecido dirigiéndose fijamente al oficial, lo miró a los ojos y lo desafió. Los hombres que situados en derredor de la escena se quedaron paralizados, ninguno se atrevió a apartar al joven Moreno, simplemente esperaron a ver la respuesta de su oficial, quien ante esa espeluznante mirada se sumergió en un abisal sentimiento de intimidación y se rehusó a batirse a duelo con el valiente Moreno.

Cada vez la personalidad efusiva predominaba sobre la indiscutible inteligencia de Moreno, tanto así que una tarde abofeteó al ministro de Hacienda del presidente Roca, motivo por el cual tuvo que esconderse en Vinces y Guayaquil, para posteriormente ausentarse a Europa y dedicarse al comercio. En su regreso a Ecuador todos creían que había apaciguado su carácter, que evitaría encuentros con sus enemigos políticos, no obstante, fundó el periódico "El Nacional", donde atacó ferozmente al presidente Urbina, quien luego de leer esas oprobiosas palabras que para colmo estaban escritas en verso, lo desterró a Nueva Granada.

Días después fue a Paita, Perú, donde visitó a la Libertadora del Libertador, es decir a la quiteña Manuela Sáenz, que era una de las personalidades más conocidas de la época, y sin duda cualquiera hubiera deseado conocerla, o al menos poder decir que había estado cerca de ella al menos por un instante, sin embargo la única palabra que emergió en su mente era gorda.

Años más tarde, el hombre que se convertiría en uno de los gobernantes más importantes de nuestra historia tuvo que atravesar varias crisis junto con el Ecuador, pues antes de ser elegido por el pueblo como presidente, tuvo que sacar del poder a otros hombres que sólo buscaban obtener beneficios personales, a Robles y a Urbina. Hubo una gran lucha, puesto que el Ecuador estaba dividido y los intereses de sus gobernantes cada vez afectaban más la

unidad del pueblo. Sin embargo, luego de que Moreno alcanzó lo que deseaba, liberó a nuestra patria de las garras de Francisco Robles.

Esa tarde de septiembre Moreno estaba sentado frente a la esposa del hombre que sería su verdugo, era la primera vez que la miraba, pero el encuentro no fue más que un capricho para el presidente, pues no estaba interesado en ella. El aroma del café se desprendió lentamente del grano, para luego ser triturado y transformado en aquella inigualable bebida que preparaba dicha fémica, que era sólo a base de ese producto, no llevaba ningún endulzante ni nada que pudiera tergiversar ese magnífico sabor.

Moreno agarró el objeto que contenía el café, lo elevó hasta llegar a su boca dejando entrar ese líquido colmado de exquisitez, que inmediatamente se tradujo en su cerebro como algo fructuoso, algo que sin explicación alguna le inspiraba amor, cada sorbo que se viajaba por su esófago dibujaba en su mente ese sentimiento que se le atribuye al corazón o incluso se lo relaciona con lo físico, pero que nace y muere en lo subjetivo, en el pensamiento, en la masa gris. Invasado por esa absurda embriaguez, por ese enajenamiento del ánimo, Moreno creyó enamorarse de la mujer que estaba justo delante de él, pensó que la atracción era inevitable, pero no sabía que el café era lo que generaba ese sentimiento y nunca lo descubrió.

No había manera de encontrarse con dicha mujer, pues su corpulento marido la vigilaba a diario, el colombiano Faustino Lemus Rayo, que se convertiría en el asesino de Moreno, llevaba una vida normal, nada extravagante se podía resaltar en sus días, era un hombre apegado a lo sensorial, prefería ser guiado por lo que sentía antes que por la razón, la efusividad lo caracterizaba y sin duda era la palabra que resumía su forma de ser, se podía decir que era el reflejo exacto de Moreno, que era la misma personalidad inmiscuida y atrapada en dos cuerpos distintos, y aunque no nacieron el mismo día, murieron a la misma hora.

El colombiano Rayo fue apartado de su esposa por una jugada inteligente de Moreno, pues lo nombró gobernador de Napo, que en esa época era como

enviar a alguien al otro lado del mundo. Así el presidente pudo estar cerca de su amante, pero extrañamente cuando él la miraba, su cerebro transformaba la imagen de esa mujer en un ánima frívola, en un espectro que parecía ser sólo un sentimiento recubierto y sostenido por una estructura ósea, un ente frío que carecía de vida.

Todo transcurría con normalidad y según lo planeado por Moreno, sin embargo, un día el colombiano Rayo se enteró del engaño, de la infidelidad, por lo que decidió volver de incógnito a la capital. Esa mañana entró a su casa en Quito y saludo a su esposa como si no supiera nada, mientras que ella por su parte, le preparó el mismo café que le había dado a Moreno días atrás. Dicha bebida ya había sido ingerida por Rayo más de un centenar de ocasiones, sin embargo, esta vez algo insólito sucedió, el aroma, el sabor, la textura, todo lo que formaba parte del grano del café se introdujo en la mente de Rayo, inspirando en su ser un gran odio que se hacía más intenso cada vez que absorbía ese líquido, era como si el mismo café que en la mente de Moreno se tradujo como algo benévolo, ahora generaba el opuesto exacto a ese sentimiento sublime, ahora nacía el odio en el cerebro de Rayo. Maldito presidente, va a tener lo que tanto ha buscado, un machetazo en la cabeza.

Es difícil ser un asesino, y no sólo por lo que significa dentro de la dicotomía de lo que está bien y lo que está mal, sino por todo lo que implica quitar la vida a otro ser humano, el dolor que se imprime y se traslada de la víctima al agresor, el saber que el otro no tendrá un día más de existencia en la tierra, el sabor amargo, áspero, ineludible que se queda grabado en la conciencia como una mancha negra indeleble, apareciendo a diario a manera de piquetes que no hacen más que lastimar a uno mismo. Pero Rayo no podía vivir con el odio dentro de su ser, debía eliminarlo, y la única manera de hacerlo era matando al presidente.

Rayo tuvo que analizar a su víctima varios días, pues no podía fallar, todo debía ser perfecto, entonces ocultando su identidad observó varias veces a Moreno en el trayecto entre la catedral metropolitana y el palacio de Estado, pues el presidente comulgaba hipócritamente intentando salvar su alma. En

efecto, la determinación del colombiano Rayo había tenido fruto, sabía de memoria los pasos de Moreno, ahí va a girar a la derecha el desgraciado, luego mirará al cielo y se persignará. Era demasiado predecible, Moreno nunca rompía su rutina.

Finalmente llegó el día, Rayo se acercó lentamente al baúl donde guardaba su machete, lo observó y se dio cuenta de que ese objeto era perfecto para lo que buscaba, no hay forma de evitarlo, es hermoso, es preciso para la ocasión, que buen machete. Tan afilado estaba que si una pequeña hoja de papel hubiera caído desde el cielo, se hubiera rasgado al mínimo contacto.

De la misma forma que el amor cegó a Moreno cuando hizo que su mente bloqueara la imagen de su amante y la viera como una sombra grisácea, ahora el odio trabajaba de la misma manera en el cerebro de Rayo, pues observo a cuatro espectros que iban a hacer lo mismo que él, venían a matar a Moreno, y por más que restregaba sus ojos no los podía ver como humanos, sino simplemente como cuatro sombras grisáceas.

El odio había traído hasta aquí a Rayo, hasta el palacio presidencial, mientras que Moreno estaba en el mismo sitio pero llevado por ese sentimiento involuntario que había nacido en el café, el amor. Aunque mientras los minutos avanzaban no se sabía quien había llegado por el amor, o quién había llegado por el odio.

Ambos cruzaron las miradas, el tiempo se detuvo, el amor y el odio se juntaron de una forma impredecible, el uno era el opuesto del otro, el uno pertenecía al otro, y si uno no existía, el otro tampoco. Las miradas de los dos hombres chocaron en medio del aire, sus ojos se entrelazaron, las mentes hablaron. Ahí está el Rayo, no entiendo por qué no está en el oriente. Pobre hombre, no sabe que su esposa ahora me quiere a mí. Tu mirada lo dice todo, la maldad que encierras en tu espíritu sale por tus ojos como si fuera la única fuente de escape, eres una persona despreciable, y ni aunque tengas un siglo entero para ir a misa todos los días, te alcanzará para obtener tu perdón. Mira los ojos de tu Dios, nunca más podrás ver a Dios caminar por Quito, soy tu

Dios, soy el Dios de todos hombres de la Tierra. De repente apareció una sonrisa en la cara de cada hombre, los dos estaban felices, mientras más se acercaban se hacía más intensa esta incomprensible felicidad.

Un brillo generado por la luz del sol viajó a lo largo del machete que tomaba fuerza antes de chocar en su objetivo, antes de llegar al cuerpo de Moreno. Atrevido, no vas a poder matar a un Dios. Aquí está lo que tanto querías. El odio y el amor se juntaron a tal punto que no había como definirlos. Esto es a lo que hemos llegado.

Información Histórica

Gabriel García Moreno:

Fue presidente de Ecuador en los períodos 1861-1865 y 1869-1875. Durante su mandato prosperaron las grandes obras públicas y se reformó la enseñanza, pero impuso un régimen autocrático, suprimió la libertad de prensa e instituyó tribunales eclesiásticos. Su presidencia estuvo marcada por la proclamación de una Constitución cuyo conservadurismo le valió ser llamada “carta de la esclavitud”, y por la virulenta persecución de los liberales.

Fue asesinado durante una campaña desencadenada contra él tras su reelección en 1875. El 6 de agosto de 1875 salió de la casa de sus padres políticos para llevar su Mensaje a la Imprenta y para concurrir a una sesión del Consejo del Estado. Los asesinos acechaban sus pasos desde la mañana y se apostaron en la calle de la Compañía y el atrio del Palacio, siguen en acecho y sus pasos, García Moreno entra al templo (Catedral Metropolitana de Quito, se postra delante del Augusto Sacramento que estaba expuesto al culto del público, ora por un tiempo muy recogido y silenciosamente, hasta que uno de los que habían conjurado contra su vida, se llega a interrumpirle, y le llama al lugar donde apostados le esperan sus enemigos para darle la muerte.

Allí se le acercaron el mulato colombiano Faustino Lemus Rayo y Manuel Cornejo A.; le saludaron y le siguieron caminando con él; subieron la pequeña escalera del atrio del palacio, y cuando había llegado al frente de la ventana de la Tesorería, Rayo dio un paso atrás y por la espalda le descargó un terrible golpe de machete en el cerebro, inmediatamente asomaron Roberto Andrade, Abelardo Moncayo y Manuel Cornejo A., desmayado y ya exánime, cayó a la plaza.

Rayo bajó la escalera, y arrebatado de infernal ira, se arrojó sobre la víctima y le dio repetidos golpes de machete (murió de 14 machetazos y 6 balazos),

profiriendo al mismo tiempo injurias y denuestos de un malvado. Enseguida trató de fugarse, y fue tomado cerca de la pila por un escolta; y, cuando le conducía al cuartel, un soldado en arrebató de indignación, levantó el fusil y le disparó un tiro en la frente. El asesino murió súbitamente, antes que su víctima. García Moreno fue trasladado a la Capilla de Nuestra Señora de los Dolores, en la iglesia Catedral; murió perdonando a sus enemigos, diciendo "DIOS NO MUERE". Hombre, mujeres y niños atronaban las calles con sus lamentos, el valiente y leal ejército lloraba demandando venganza, y todas las clases sociales dudaban aún de lo acontecido, como sucede en las grandes desgracias cuyo sentimiento rehusaba la muerte.

CACAO

Gráfico 5



Fuente: plantas medicinales.net/Beneficios del cacao

Nombre científico: Theobroma

El fruto es una baya denominada maraca o mazorca, que tiene forma de calabacín alargado, se vuelve roja o amarillo purpúrea y pesa aproximadamente 450 gramos cuando madura. Un árbol comienza a rendir cuando tiene 4 ó 5 años. En un año, puede tener 6.000 flores pero sólo 20 maracas. A pesar de que sus frutos maduran durante todo el año, normalmente se realizan dos cosechas: la principal que empieza hacia el final de la estación lluviosa y continúa hasta el inicio de la estación seca, y la intermedia al principio del siguiente periodo de lluvias, y son necesarios de cinco a seis meses entre su fertilización y su recolección.

Variedades del cacao:

Fruto del cacao. Se observan las semillas en su interior.

Existen tres variedades principales de cacao:

- El criollo o nativo: es el cacao genuino y fue bautizado así por los españoles al llegar a Méjico.
- El forastero: originario de la alta Amazonía. Es el más cultivado y proviene normalmente de África. El grano tiene una cáscara gruesa, es resistente y poco aromático. Para neutralizar sus imperfecciones, requiere un intenso tueste, de donde proceden el sabor y el aroma a quemado de la mayoría de los chocolates. Los mejores productores usan granos forasteros en sus mezclas, para dar cuerpo y amplitud al chocolate, pero la acidez, el equilibrio y la complejidad de los mejores chocolates proviene de la variedad criolla.
- Los híbridos, entre los que destaca el trinitario: es un cruce entre el criollo y el forastero, aunque su calidad es más próxima al del segundo. Como su nombre sugiere, es originario de Trinidad. Tiene la robustez del cacao forastero y el delicado sabor del cacao criollo, y se usa también normalmente mezclado con otras variedades.

Semillas del cacao:

La mazorca tiene una corteza rugosa. Está rellena de una pulpa rosada viscosa, dulce y comestible, que encierra de 30 a 50 granos largos acomodados en filas en el enrejado que forma esa pulpa. Los granos o habas del cacao tienen la forma de las judías: dos partes y un germen rodeados de una envoltura rica en tanino. Su sabor es muy amargo.

Proceso para la elaboración del chocolate:

Las bacterias y levaduras presentes en el aire se multiplican en la pulpa que rodea los granos por su concentración de azúcares y ésta se descompone formando un líquido ácido y alcohol. Esto aumenta la temperatura del montón y unas transformaciones tienen lugar en el interior de cada grano. Su color cambia del púrpura al marrón chocolate y el olor a cacao empieza a manifestarse. La fermentación a veces se omite, habiendo plantadores y fabricantes a favor y en contra de ello. El objetivo de esta fermentación es doble: primero, que la pulpa se convierta en ácido acético que se evapora y que la semilla se hinche, hasta parecerse a una almendra gruesa de color marrón. Segundo, que se reduzca el amargor y la astringencia, y que se desarrollen los precursores del aroma. La calidad de los granos depende de este proceso de fermentación. Si es excesivo, el cacao puede arruinarse; si es insuficiente, puede adquirir un sabor de patatas crudas y son atacados por los hongos. A continuación, se extienden los granos y, mientras se rastrillan constantemente, se desecan. En las grandes plantaciones, esto se hace con enormes bandejas, tanto en el exterior para que actúen los rayos del sol, como en cobertizos mediante calor artificial. El peso de los granos disminuye con este proceso una cuarta parte de su peso original.

Información nutricional:

Los granos de cacao contienen:

- 54% manteca de cacao
- 11.5% proteínas
- 9% celulosa
- 7.5% almidón y pentosanos
- 6% taninos
- 5% agua
- 2.6% oligoelementos y sales

- 2% ácidos orgánicos y esencias
- 1.2% teobromina
- 1% azúcares
- 0.2% cafeína

CANELA

Gráfico 6



Fuente: cuidatusaludcondiane.com/ Beneficios de la canela para la diabetes.

Nombre científico: *Cinnamomum reginus*

Se trata de un árbol de unos 10 metros de altura pero que en cultivo suele ser más pequeño, adoptando forma de arbusto siempre verde, su corteza, la parte más importante, es marrón grisáceo y tiene un ciclo perenne. Su tallo es de consistencia leñosa. Las hojas son tienen forma ovalada y puntiagudas, de color verde y brillante. Sus flores son hermafroditas, y son de color blanco o amarillo verdoso, están recubiertas de pelos. El fruto es una baya larga de color muy oscuro; azulado y negro, con una única semilla en su interior. Se reproduce de las semillas que contiene la baya y también por multiplicación vegetativa.

Usos:

- Molida se utiliza ampliamente en postres, pasteles, dulces, etc. y entera se utiliza para adornar y sazonar algunos platillos. En México se usa en el famoso Té de Canela, que resulta de poner unas varitas de canela a hervir en agua hasta obtener la infusión.

- Es también ingrediente de muchas salsas curry y otros platos de Oriente en donde se emplean las variedades de Ceilán y China, además del polvo y las hojas de la canela.
- En una cata organoléptica se podría decir que la canela tiene un sabor astringente.

Beneficios medicinales:

Ha sido usado antiguamente en la España rural para inducir sueño a los niños, tanto en infusiones como fumado, era un relajante que usaban las madres rurales para dormir a los niños a la hora de ir al campo a trabajar. Su uso también es común en las mujeres cuando se les retrasa la menstruación. También uno de los beneficios medicinales que proporciona la Canela es que cuando existen abrasiones a nivel de la lengua por comer o tomar cosas calientes la barra de Canela se chupa o lame para sedar el dolor y cicatrizar las papilas gustativas.

Apreciación Inalcanzable

Esa capa asquerosa resbalaba por todo su cuerpo desnudo, era como una placenta que la recubría de pies a cabeza. Lo extraño era que no se trataba de un bebé, era una mujer adulta, con una coraza de cabellos humedecidos en quién sabe qué. Tosió tres veces, como expulsando una flema guardada por siglos en su pecho, y por fin empezó a respirar, era la primera vez que inhalaba aire.

Fártanos, el dueño de la hacienda, propietario de hectáreas atiborradas con plantaciones de cacao, vivía en ese clima de lluvias constantes, de lloviznas eternas. Un galpón fabricado por su abuelo con las maderas del lugar, con tangeré, era usado para almacenar la cosecha de cacao, todas las cabezas de su árbol genealógico se habían dedicado a esa actividad, y habían disfrutado de pleno confort, pero Fártanos no se complacía fácilmente, siempre quería tener más. A parte de cuidar sus sembríos se dedicó a comprar las frutas y otros alimentos de los agricultores que vivían en villorrios aledaños, para luego revenderlos a precios mucho más elevados. Alcanzó a reunir una gran fortuna, y cayó en la cuenta de que nunca iba a dejar de ganar dinero puesto que no producía nada, los demás trabajan por él. Ahora ese galpón era unas treinta veces más grande que el original, había subdivisiones llenas de frutas de todos los tamaños y todas las formas, vegetales y, cualquier producto cosechado en la región y también fuera de ella.

Las estrellas se encargaron de manchar al firmamento esa noche, Fártanos apenas llegaba de recoger unas cuantas frutas en su camión cuando escuchó un ruido dentro del galpón. Encendió el único foco de luz amarilla y vio como se iluminó todo. Frente a él estaba la mujer retirándose esa resina de su ser, se la estaba comiendo, no había encontrado una manera alterna de librarse de ese manto repúgnate y resbaloso. Casi no tenía fuerzas, estaba encogida como un feto, y había absorbido la suciedad del suelo, sus movimientos eran intermitentes, pero estaba viva.

Fártanos iba a decirle a la señorita que se fuera del lugar, sin embargo, al aproximarse digirió la situación, esa no era una mujer normal, había nacido hace pocas horas. Llamó a sus dos empleados y les ordenó que bañaran a la fémina, ellos no querían hacerlo en un principio, pues la mujer estaba totalmente desnuda, pero, al cargarla y verla con sus movimientos torpes, sintieron que estaban cuidando a una criatura que apenas aparecía en el mundo.

No iba a alimentarla, no, sería un gasto extra, debía buscar a un vecino para que la adoptara, el problema era que nadie iba a querer hacerse cargo de una mujer de esa edad, bueno de esa edad física, ya que probablemente no tenía ni un día de nacida. Al ver que muchos hombres del pueblo se postularon para cuidarla, Fártanos empezó a creer que la mujer era valiosa, no por nada todos la querían, por lo que organizó una pequeña subasta. El dinero ofertado fue sumamente alto, la mayoría de personas ofrecían todo lo que estaba bajo su posesión. Fártanos creyó que en las grandes ciudades era factible obtener más por ella. No la vendió en ese momento.

Dormía y vivía encerrada en el galpón, algo hacía con las frutas, algo que no entendía Fártanos, las sostenía con sus manos, las oliscaba, las miraba por horas y las seleccionaba, elegía las mejores y las agolpaba en montones separados. Al cacao, por ejemplo, lo miraba unos pocos segundos, y a pesar de su gruesa corteza ya sabía cómo estaba por dentro, si estaba listo para ser consumido o no. Lo mismo hacía con los trozos de canela que encontraba, sumergía su fregancia y la clasificaba de a cuerdo a su potencia. Con la yuca, en cambio, se pasaba horas tocando las variantes formas de su cáscara, no necesitaba pelarla ni nada por el estilo para anticiparse al veredicto, las elegidas eran situadas en derredor de su cuerpo.

Cuando Fártanos descubrió que esa mujer le podría ayudar para escoger sólo las frutas de más alta calidad, ya era demasiado tarde, había hecho una nueva subasta en la ciudad, y muchos hombres estaban dispuestos a desembolsar exorbitantes sumas de billetes por comprarla. Fártanos había

hecho un trato, recibió el dinero el día anterior y debía entregar a la dama a la mañana siguiente.

Llegó el señor a la hacienda a reclamar su mercancía, la mujer ni siquiera entendía sobre esos asuntos de comprar y vender cosas, creía que nada le pertenecía a nadie, sino que simplemente cuando era necesario el ser humano era capaz de tomar algo de la naturaleza por necesidad, como cuando se cosecha un producto, o cuando, por hambre, se mata a un animal para obtener su carne. Pero vender a una persona como si se tratara de mercancía, era algo enfermizo.

Al ver la impotencia del cuerpo inerte de la mujer siendo cargado por los ayudantes del señor que venía a comprarla, y notando todas esas frutas que habían sido apartadas por estar en óptimas condiciones, Fártanos comprendió que esa fémina no hacía más que mostrar las cosas como eran. Todo eso de poner precio a lo natural es una idea que existe únicamente en el cerebro de las personas, la propiedad privada y el sentido de ser dueño, de objetos que no pertenecen a nadie sino que están ahí como el resto de cosas, debe desaparecer.

Fártanos le devolvió el dinero al señor y también devolvió todas esas frutas que eran de otros huertos, y que habían sido almacenadas en su galpón como si fueran suyas. De ahora en adelante la mujer sería libre, y saldría de ese cuadrado de madera. Ella nunca se había sentido encerrada, ni mucho menos había pensado ser mercancía de ese Fártanos, sencillamente había vivido un poco de tiempo a su manera, y hoy, era un día más de todos los que le sobraba.

Información

Oriente ecuatoriano:

Biodiversidad:

En la Amazonia, 20 especies de plantas suplen el 90 por ciento de la demanda mundial. Existen ocho mil especies de plantas medicinales, 85 especies de peces, 47 anfibios y reptiles, 95 aves y 80 especies de mamíferos en peligro de extinción, donde vive el 70 por ciento de las 25 mil especies de plantas vasculares que existen en el planeta.

Responsabilidades tantas riquezas amazónicas deben ser cuidadas. Los microclimas auxilian al desarrollo de hermosas especies vegetales y animales, muchas endémicas y que peligran por la exagerada e inadecuada colonización, por la destrucción del hábitat, la explotación del petróleo que contamina la tierra, los bosques, las aguas y a sus habitantes.

El negocio de las plantas medicinales deberá ser controlado, así como las empresas madereras. Por la ambición económica peligran la biosfera y las selvas, salvarlas es nuestra responsabilidad porque la biodiversidad es esencial para el equilibrio natural y humano.

Los humanos:

Diversas étnias han ocupado desde antes de la Colonia este recinto de investigación y estudio selvático, integrándose y formando parte de este ambiente especial, del cual han extraído ancestrales conocimientos útiles de los verdaderos recursos naturales de esta región, como es la etnogeobotánica. La organización indígena de los Shuar es un ejemplo de la superación de sus habitantes.

Los quichuas en Coca y Napo, son de carácter pacífico y facilitaron la aculturación rechazada por los shuaras. Shuaras y secoyas viven en Aguarico y Cuyabeno; los yumbos, aucas, záparos en Puyo; los cofanes en Putumayo y Aguarico, dedicados a la agricultura y a la pesca. Los cofanes visten la original cushna, túnica larga sin mangas.

ACHOGCHA

Gráfico 6



Fuente: infojardin.com/achogcha

Nombre científico: *Cyclanthera pedata*

Su fruto es curvo con un tamaño cercano a los 20 cm de largo, posee el exterior de color verde intenso con suaves espínulas y estrías longitudinales, posee una amplia cavidad interior esponjosa de color blanco, y donde se encuentran sus semillas que son planas, cuadradas, negras y rugosas. Conocida también como: caiba, caigua, achocha, o cahiuia.

Posee cerca de un 93% de agua y está compuesta por pectina, materia albuminoide, carbohidratos, grasas, proteínas, vitamina C, sales y minerales como: calcio, hierro, fósforo, selenio, magnesio y zinc. Uno de los compuestos más estudiados es el que tendría propiedades benéficas asociadas al tratamiento del colesterol.

El fruto maduro es utilizado como alimento cocido o crudo. Se conserva hasta 5 días en lugares frescos y ventilados, y por alrededor de 15 días a 7 °C y 95%

de humedad relativa. Mientras está maduro posee un color verde intenso homogéneo y pasado su madurez comienza a amarillear.

Su planta es una trepadora perenne que crece en climas húmedos y cálidos, cuyo tallo puede medir hasta 5 metros, hojas digitadas de bordes dentados.

Domesticada en los Andes, la caigua fue representada ya desde épocas tempranas en la cultura material de las sociedades prehispánicas. Actualmente no sólo es conocida en la amazonía del Perú, Ecuador y Bolivia, sino que también en otras zonas de América del Sur y América Central, así como algunas partes del Hemisferio Norte tropical.

Información nutricional:

En 100 gramos:

Agua (g) 94.0 / Proteína (g) 0.7 / Grasa (g) 0.1 / Carbohidratos totales (g) 44 / Fibra cruda (g) 0.7 / Ceniza (g) 0.8 / Calcio (mg) 13 / Fósforo (mg) 20 / Hierro (mg) 0.8 / Actividad de vitamina A (ug) 15 / Tiamina (mg) 0.05 / Riboflavina (mg) 0.04 / Niacina (mg) 0.29 / Acido ascórbico (mg) 14 / Valor energético (kcal) 19

Datos Curiosos:

- Esta hortaliza es rica en fibra por lo cual se recomienda regímenes dietéticos, por otra parte estudios en universidades peruanas indican que es útil para el tratamiento de la hipercolesterolemia, además se le atribuyen otros efectos tales como analgésica, antioxidante, diabetes.
- Por sus propiedades medicinales en la industria se procesa generalmente en forma de cápsulas.

Formas Farmacéuticas:

- Zumo: El jugo de la caigua para aplicación óptica. Aplicar dos o tres gotitas mañana y tarde.
- Cocimiento: Hervir dos caiguas sin semillas en un litro de agua y tomar en cuatro vasos repartidos en un día.
- Empasto: Como antiinflamatorio aplicación local en la parte inflamada.
- Polvo: Moler las semillas en la cantidad de 1g e ingerir en ayunas, actúa como vermífugo.
- Cápsulas: Ingerir 6 cápsulas en ayunas durante tres meses, controlar periódicamente el colesterol en el caso de hiperlipidemias y la glucosa en el caso de la diabetes.
- Medicina Tradicional: En la alimentación se preparan cocidas en caiguas rellenas. En ensaladas las caiguas crudas picadas finalmente, con limón y pimienta.
- Gargarismos: En cocimiento con aceite de olivo se aplica al cuello en caso de amigdalitis o anginas.
- Cocimiento: Caiguas hervidas con leche para las anginas.

Empatía brutal

Parado como una frívola estatua de bronce acuna entre sus brazos el cráneo de su hermano. No siente tristeza, ni alegría.

Imaginar el futuro con esos visos fantasiosos que sugieren que todo va a ser idílico e inalcanzable es una mentira que se debe afrontar. Tal vez en unos cuantos años, la tecnología modificará la vida del ser humano, el problema es que no hay artefacto que cambie al ser humano en sí. La naturaleza de éste será siempre la misma, por más que se haya intentado calificarlo como un ser ajeno al reino animal, conociéndolo de cerca ha sido imposible encontrar una diferencia. Un ejemplo claro de ello fue la llegada de los españoles a América, pues de primera mano sabemos que esas personas venían en busca de nuevas tierras, y cuando encontraron otros humanos pensaron que eran distintos de pensamiento. Al haberse desarrollado en un ambiente apartado de las guerras y la violencia europea era factible tildarlos de buenos, o por lo menos, al verlos con esos ropajes tribales, cualquiera hubiera supuesto que esos seres tenían ideales opuestos. Mas las cosas no fueron así, los incas tenían dioses como los otros hombres, tenían jerarquías que limitaban el poder de mando, tenían espíritus arribistas, y sobre todo tenían hambre de sangre.

A los hermanos no les unía la herencia sanguínea, nunca los ha unido, sino el derecho de acceder al trono, y hasta cierto punto es absurdo determinar un número exacto, no se sabe cuántos, pero Atahualpa estaba rodeado de hijos de su mismo padre. Existiendo tanto de por medio no era admisible zurcir relación alguna, no había amigos, y tal vez tampoco enemigos, cada hermano miraba al otro como si se hubiera tratado de una pieza, un objeto que en cualquier momento moría y dejaba de competir.

Con el cráneo de oro de su hermano entre sus manos recuerda cuando se enteró del deceso de su padre, le tocó aceptar el hecho de que desde ese día en adelante el trono estaría libre, y probablemente sería sólo suyo, pero pronto se enteró que su hermano Huáscar tenía las mismas intenciones. No había

forma de establecer una hora exacta para encontrarse en algún punto del Tahuantinsuyo, la tecnología todavía no alcanzaba su mayor potencial, sin embargo, Atahualpa se las ingenió para enviar a uno de sus mensajeros, y decirle a Huáscar que le deseaba lo mejor en su nuevo régimen. Por otro lado, Huáscar no estaba interesado en treguas, el poder no iba a ser compartido, mató al primer mensajero que venía en nombre de Atahualpa, aniquiló a todos los demás que procuraron lanzar discursos de paz, los incas debían pertenecer a un solo hombre, a Huáscar.

La fiel creencia de que los dioses eran parte de la naturaleza sugería que todos los seres estaban conectados entre sí, la arena, el viento, los alimentos, el hombre, todo, absolutamente todo, la cuestión era que los hombres de la tierra pensaban en Dios sólo cuando necesitaban algo. Todavía se sabe que los alimentos juegan un papel importante en el comportamiento de cada ser, se anunciaba constantemente que los hombres que basaban su dieta en una excesiva dosis de carne se tornaban violentos. Cuando se necesita un poco de felicidad hay hierbas y otros productos en la naturaleza que pueden satisfacer ciertas necesidades, y cambiar el estado de ánimo. La achogcha hacía que los incas sintieran una empatía desmedida, o al menos eso era lo que se decía.

Aunque parece que Atahualpa carga el hueso de la cabeza de Huáscar como si se tratara de un trofeo, es claro observar que lo carga como si tratara de cualquier objeto, no le importa que esa pieza de oro alguna vez tuvo vida, vida encima del cuello de su hermano. Ni siquiera prueba la achogcha, simplemente la toca con su mano derecha y la empatía se mete en su sangre, viendo, ahora sí, las cosas con otros ojos, con una percepción distinta.

Buscando entre sus recuerdos visualiza el pasado, recordando que su hermano Huáscar había matado a sus mensajeros, la paz no iba a llegar, y además, la muerte estaba siendo anunciada para Atahualpa. Quien no iba a esconderse, estaba ahora en un dilema, matar o morir.

Atahualpa reunió a los quiteños, a todos los que pudo, a tantos que sus pisadas en conjunto hacían vibrar el suelo. Huáscar atrajo a los cañarís que

sentían un profundo rencor hacia Atahualpa. El número de hombres reunidos para pelear era inconmensurable, se podría librar una batalla, cuerpo a cuerpo, sin parar, durante varios días, y miles de hombres hubieran permanecido en pie esperando su turno para atacar. Se venía una de las guerras más bestiales de la historia.

Atahualpa, cargando el cráneo de oro, recuerda la batalla contra Huáscar, ese momento sólo había visto, desde una colina ubicada lejos de la acción, a los hombres perdiendo la vida y cayendo como cadáveres, sin embargo, ahora que ha ingerido suficiente achogcha como para odiarla, la empatía se ha apoderado de su ser. La guerra aparece tal y como la vivió, pero ahora siente el dolor de los demás. Las hachas que se anclan en los brazos de los soldados, dividiendo los tejidos con una facilidad incomparable, las lanzas se estancan en los pechos, produciendo esos gritos de sufrimiento, gritos que se meten en el torrente sanguíneo de Atahualpa, y así siente cada golpe y cada corte como si estuviera en plena batalla, como si le estuvieran rebanando a él, a él y no a sus soldados.

Luego se sacude la cabeza procurando despabilarse, intentando sacar esas imágenes sangrientas de su mente, pero es imposible, lo ocurrido es parte del pasado y ahora tendrá que cargar con esa culpa por el resto de sus días. Cuando asimila lo sucedido y acepta su participación en el exterminio masivo de tantos humanos, piensa que con el tiempo sabrá sobrellevar su error. Suspira y regresa a la normalidad.

Percibe tranquilidad en el ambiente, revisa sus manos y siente el frío oro que recubre el cráneo de su hermano, entonces, inducido por los efectos secundarios de la achogcha, siente los golpes que sufrió su hermano antes de morir, siente la sangre que recorre por su cara, sangre fresca recién salpicada, siente los chillidos como si estuvieran saliendo de su propio pecho, siente la agonía que parece estirar al tiempo, y finalmente siente la muerte.

Información histórica

Armamento Inca:

Escudos: Lo usaban sólo algunos soldados, en general los de mayor rango y eran de madera cubierta de cuero. Tenían grabados geométricos en su cara. Eran redondos, cuadrados o rectangulares.

Cascos: De madera algunos, otros de madera reforzado con anillos de metal y otros de cobre. Los cascos de cobre eran usados por generales y soldados de alto rango, aunque los de madera lo podía usar la milicia estándar si les era cómodo.

Pecheras: También usado mayormente por la oficialidad. Solían tener grabados simbólicos de adorno.

Armaduras: Utilizadas por los incas nobles consistían simplemente en unas túnicas de algodón, muy gruesas y acolchadas. En la espalda se colgaban un escudo de madera.

Honda: Compuestas por una cuerda de longitud mediana donde se colocaban piedras esféricas en el medio, para luego lanzarlas mediante un movimiento circular de esta.

Boleadora: Consistían en dos o tres proyectiles pesados unidos por cuerdas. Éstos se hacían girar en el aire y posteriormente eran lanzados. También eran usados para la caza.

Lanzas: De dos metros de largo, eran las favoritas de los soldados que pertenecían íntegramente a la etnia inca cusqueña. Todos los generales lo usaban como símbolo de poder.

Macanas: Mangos de madera con un objeto pesado en la punta. Normalmente estos objetos pesados tenían formas estrelladas y eran las armas más comunes en el ejército inca. Se dice que los objetos pesados de la punta solían ser de oro o plata según el rango del soldado.

Arcos y flechas: De uso mayormente selvático. Algunas tribus selváticas usaban flechas de dos metros de largo capaces de atravesar a varios enemigos a la vez con el fin de asustar al enemigo, para que este huyera o rompiera filas.

Mazos: Maderos gruesos y con púas. Eran usados principalmente por etnias sureñas.

Hachas: Podían ser de piedra o cobre.

Guerra Civil:

La guerra civil de los incas se originó gracias al egoísmo de dos hermanos. El máximo líder era Huayna Cápac, él gobernaba los cuatro suyos, es decir todo el imperio, pero cuando fallece, dos de sus hijos, Huáscar y Atahualpa, deciden empezar una pugna de poder, ya que no querían compartir el trono, por decirlo así, cada uno añoraba ser el único emperador.

Huáscar iba a ser escogido por los nobles cusqueños como sucesor de Huayna Cápac, sin embargo sabía que Atahualpa representaba una gran amenaza pues había vivido más de 10 años con su padre, lo cual haría que muchos crean que él era el más capacitado para asumir el mando, además contaba con la simpatía del poderoso ejército del norte

Huáscar tenía el 90% del territorio y 80% de la población, pero un ejército sin experiencia y más políticos que generales experimentados. Su capital era

Cuzco de trescientos mil habitantes. Pasó un periodo de una tensa paz de de 4 años y medio. Pero Huáscar logró el apoyo de los Cañaris, un importante pueblo del norte que tenía rencor contra Atahualpa.

Atahualpa, desde Quito mandó presentes a su hermano en señal de respeto y reconocimiento de la corona, pero Huáscar asesinó a los mensajeros y mando a otros con regalos para mujer y un mensaje que ordenaba a Atahualpa ir a Cuzco. Atahualpa fue convencido en Quito por sus generales que si iba a Cuzco sería asesinado y que era mejor derrotar a Huáscar para que él asumiera el mando.

Surgieron grandes batallas, donde fue imposible contar con exactitud a los participantes, no obstante se habla de una guerra donde murieron más de cien mil hombres. Lo que hace suponer que probablemente, si los Incas no hubieran estado peleando entre sí, los españoles no hubieran tenido una victoria asegurada.

Muerte de Huascar:

Luego de ser apresado, fue llevado a Cuzco, donde lo obligaron a mirar la muerte de sus familiares. En prisión le daban de comer desechos humanos. Murió a los veinticinco años, y con su cráneo hicieron una vasija de oro que tenía un caño entre los dientes.

MOROCHO

Gráfico 7



Fuente: Ibarra.gob.ec/ Empanadas de morocho

Nombre científico: Zea Mays

Es una variedad de maíz de polinización libre, de amplia adaptación a las condiciones de la sierra norte del Perú. Las plantas de esta variedad son de menor altura que de los maíces, tienen un tallo grueso y fuerte que las hace resistentes.

Las mazorcas son ligeramente cónicas, grandes y alargadas, con 14 a 16 hileras de granos de color amarillo-anaranjado, tipo morocho; de agradable sabor para ser consumido como harina pre cocida “chochoca”, “tamal”, grano como “mote” y alimento para animales: porcinos y aves.

Prácticas de cultivo:

Es la misma que para los cultivares de maíz local, preferentemente entre octubre y noviembre. Se puede sembrar desde los 2 200 hasta los 2 900 metros de altura. La fertilización a utilizar depende de la fertilidad del suelo y de la recomendación en base al análisis del suelo. El nitrógeno en el caso de que

fuera químico, se debe fraccionar aplicando el 50% a la siembra y el 50% al aporque.

Aporque:

Es recomendable hacerlo a los 60 días después de la siembra, con la finalidad de fijar mejor a la planta, controlar malas hierbas, dar aireación a la planta y en muchos casos realizar la segunda fertilización nitrogenada.

Cosecha:

La cosecha debe ser oportuna para disminuir el riesgo del ataque de gorgojos de grano, así como de roedores y otras plagas. Se debe realizar cuando la planta ha llegado a su madurez fisiológica, la cual se determina observando la capa negra, la misma que es una capa ubicada entre la base del grano y la tusa, que impide el paso de nutrientes al grano. Este es el momento en que el grano alcanza su máximo peso seco, su mayor vigor y capacidad para la germinación.

Lo nuevo y lo viejo

Muchos pasan por las calles de la capital observando señales de tránsito, peatones, buses atolondrados, gente desesperada por llegar a tiempo al lugar donde reciben papel por su trabajo, algunos dicen que el látigo de la esclavitud se cambió por dicho papel diminuto, un papel que mantiene el orden y el poder, un papel que puede tomar decisiones por sí solo, que degenera o mejora la calidad moral de un ser humano. El látigo ya no es necesario porque se obtendrá el mismo resultado sin la necesidad de golpes, el trabajo que se tenga que hacer se lo realizará simplemente entregando este papel, y quizá si los españoles lo hubieran conocido antes, no se hubieran tomado la molestia de cargar ese pesado oro y llevarlo a su propio continente.

La gente cada vez se aleja más del propósito que tenía en la niñez, se acopla a los que le rodean, y en vez de cambiar lo que está mal, simplemente lo ignoran, o en el peor de los casos, se adhieren al problema como si fuera algo normal. Miran a sus gobernantes esperando a que les lleven por la buena senda, sin saber que lo que realmente desean está dentro de ellos mismos, por eso cabe decir lo que alguien ya pronunció anteriormente, el pueblo tiene el gobernante que se merece.

La personas nos miran con nuestros propios ojos, es decir, si pensamos que somos pequeños, la gente nos verá como enanos, si creemos que somos feos, la gente nos verá como monstruos, pero si nos vemos a nosotros mismos con orgullo, la gente nos mirará con respeto, porque somos el reflejo de lo que suponemos ser, ya que en muchas ocasiones vemos nuestros cuerpos con los ojos de la sociedad.

Por eso al mirar la ciudad de Quito sólo observamos gente, calles y edificios, no podemos ver más allá de lo físico, nuestros ojos no se hicieron para mostrarnos lo que la mente sí puede. Detrás de una persona en la calle hay una personalidad, una actitud, en los ojos se reflejan la historia del día que ha llevado dicha, en los hombres solitarios que se suben a un bus a pedir dinero

hay una leyenda, una necesidad. En la postura se puede ver el cansancio, en los pasos la seguridad, en la voz la timidez. En esas mujeres que ceden su puesto a otras de mayor edad, sin esperar de una forma machista que un hombre lo haga por ellas, ahí se ven los valores y la educación.

Vi el panecillo y no observé más que metal, subí hasta lo más alto de la escultura más grande de aluminio sin conocer lo que pisaba. Profesores me han guiado hasta allí y nunca pude darle importancia, porque nunca hubo un motivo para hacerlo. Casi trescientas veces he pasado por la imagen de la virgen, y no más de veinte he elevado mi mirada para contemplarla. Pero ayer descubrí algo nuevo.

Al entrar a uno de esos asquerosos buses, y no lo digo por su higiene, sino por la forma en que los manejan, me dirigí al primer puesto vacío que encontré, y en el asiento contiguo estaba un hombre de avanzada edad, de muy avanzada edad, tanto que sus parpados se habían arrugado hasta obstruir el paso de luz solar. Las últimas canas se habían perdido hace varios años atrás. Más de cuarenta y tres centímetros de altura se había llevado la vejez. El tiempo había hecho de las suyas en ese pobre hombre, y pienso que si hubiera sido otro el que debía sentarse junto a él, probablemente hubiera elegido un asiento vacío, lejos de esa figura senil.

No le di mucha importancia al caso, pensé que debía continuar con mi ruta sin problema alguno, pues aunque en mí había un intenso sentimiento de intriga por lo que era ignoto para la edad que tenía en aquellos años, sabía que mis ojos probablemente hubieran incomodado a dicho hombre. Intentando controlar mi forma impulsiva y poco cuidadosa de ser, mire al extremo contrario de mi objetivo, empecé a conversar con mi mente sobre otro tema para disuadir mi curiosidad, pero al cabo de treinta segundos mis ojos adquirieron voluntad propia y sin mi consentimiento fisgonearon el cuerpo del viejo de pies a cabeza.

Parecía un simple bulto arrugado que no era capaz de sostenerse, cabía la duda en que si dentro de ese sujeto existían órganos o sólo vísceras carentes de vida. Absorto, perplejo, no lo sé, pero en ese momento no podía pensar en

palabras, sólo procesaba imágenes a las que todavía no podía clasificar en mi cerebro, no sabía si era algo inaudito o si realmente era único. El hombre lucía como un muñeco de trapo, dos únicos movimientos se observaban en su ser, el primero era generado por débiles impulsos que con gran esfuerzo lanzaban sus comprimidos pulmones, y el otro era demasiado extraño como para comprenderlo a primera vista, las venas que recorrían su cuerpo parecían estar vacíos pero luego de unos segundos, un espeso líquido de sangre transitaba por ellas, inflándolas lentamente a medida que avanzaba por su brazo.

Luego de haber inspeccionado con mi mirada al sujeto, decidí que debía mirar a otro lado, o inclusive pensé en bajar del bus, sin embargo, antes de tomar una decisión, escuche que la voz del hombre se dirigía hacia mí. Me pregunto si sabía la historia del Panecillo, si es que conocía algo sobre aquella virgen, pero yo no sabía nada, por lo que esa voz empezó a hablarme acerca de un pasado desconocido para mí:

“En el Panecillo deberíamos poder observar un Templo inca dedicado al sol, una hermosa construcción que trascendió en su época, grandes paredes constituidas por enormes piedras que sólo se comparan con la belleza de Machu Picchu. Los expertos en el tema dicen que la ubicación del templo era tan perfecta, que con sólo elevar la mirada al panecillo, hubiéramos podido ver a la edificación, por más que estemos a cientos de kilómetros. Además había otra peculiaridad, pues el templo no era un cuadrado perfecto, tenía muchos muros distribuidos en distintas formas, pero lo extraordinario era que al verlo desde abajo del Panecillo, todas sus caras lucían igual, no se sabía si estábamos observando la entrada o la salida, sin embargo, este fenómeno se había hecho a propósito, los incas querían que el enemigo no supiera por dónde entrar.”

Al principio no creí en las palabras de aquel sujeto, pues no entendía para qué la gente había construido una estructura de aluminio de una virgen sobre un templo que existió en el pasado. En ese instante simplemente escuché las últimas palabras que dirigiría hacia mí aquel hombre de tantos años:

“Han intentado borrar nuestro pasado, hicieron hasta lo imposible por lograrlo, pero ahora está en nuestras manos rescatar la cultura que nos pertenece, pues los templos y construcciones físicas ya están en el olvido, pero el conocimiento puede revivir a cualquier rato. Esperemos que esos sabores únicos de nuestra cultura no se pierdan con el tiempo.”

Antes de bajarse en la parada de bus me entregó una pequeña empanada de morocho, acción que no pude entender ese instante, pues mi concentración estaba en los pasos del hombre que bajaba lentamente por los escalones de metal. Me acerque a la ventana para ver al sujeto de pie esperando otro bus, y cuando creí que lo extraordinario había concluido, pude observar que el sol estaba justo por detrás de la virgen del Panecillo, los rayos de sol crearon un resplandor en el hombre y también en la estructura metálica.

Luego cogí la empanada de morocho y probé ese delicioso sabor que sólo se da en este lugar, en este país, pues sólo se puede hacer una réplica conociendo el producto empleado en su elaboración, y el método preciso. Fue entonces que entendí el mensaje, debía buscar la manera de que ese sabor no se pierda de nuestra cultura, tenía que averiguar la forma en que se elaboró la empanada, pues no quería que le pase lo mismo que al Panecillo.

Investigué acerca de dicho templo del que me habló ese hombre viejo pero no encontré información en ningún lugar, averigüé en libros, en internet, e inclusive me acerque a los hombres más eruditos de la capital en vano. Pensé que aquel sujeto estaba loco, pero las palabras que usó para describir aquel templo eran mágicas, estuvieron cargadas de pasión, de realismo, de veracidad, lo que me impulsó a transmitir la misma historia a los demás. No podía escribirlo en ningún sitio, creí que no iba a lograrlo, pero esa historia debía ser contada, por lo que en todos mis viajes en bus tuve que difundirla a todas las personas que se sentaban junto a mí.

Con el paso de los años, el número de viajes que hice en bus parecía infinito, los individuos que escucharon acerca del templo superaron el millón, el sabor de la empanada de morocho fue transmitido conjuntamente. Sin embargo, la

gente no creía en las palabras que salían de mi boca, nadie creyó en el templo, aunque a esta altura de mi vida ya todos conocían la historia del Panecillo. Viví tantos años que pude transmitirla a casi todas las personas que habían subido a un bus y ellas se encargaron de contarla a sus amigos.

La historia se transformó en leyenda, las palabras se trasladaron a un montón de rincones, viajó por el mundo entero en todos los dialectos e idiomas, acompañada por el sabor único de la empanada de morocho. Ahora, a mis ciento cincuenta años de edad, me doy cuenta de que soy el mismo hombre que conocí hace tanto tiempo en aquel bus, he perdido cuarenta y tres centímetros de altura, no tengo pelo y la sangre de mi cuerpo viaja con la misma velocidad que transitaba por la venas de ese hombre. Hay un joven sentado junto a mí, me observa y se espanta de mi aspecto, luego dirijo mi senil voz hacia él para pronunciar las mismas palabras que el viejo usó para contarme la historia del templo.

Luego de entregar la empanada de morocho al joven, desciendo lentamente por los escalones de metal de ese transporte parecido a un bus, pues sería el mismo si no fuese por el sin número de decenios que han transcurrido. Doy dos pasos y me detengo en la misma parada donde se bajó aquel viejo hace tantos años atrás. El sol se levanta y un resplandor se dibuja en mi figura y en la de la virgen del Panecillo. Pienso que este momento es exactamente igual al que viví, pero ahora yo soy el hombre que está viejo.

Elevo mi mirada hacia los cielos, concentro mis ojos en el Panecillo para ver esa estructura de aluminio, y antes de continuar con mi trayecto, percibo que la gente detiene sus actividades cotidianas, todos se aglomeran en un mismo lugar. Luego, un ligero temblor hace vibrar el suelo, la capital se detiene, todos se concentran en la virgen del Panecillo y yo no entiendo el por qué. Sin embargo a los pocos minutos me pongo al tanto de la situación. El epicentro del temblor fue en el Panecillo, el suelo que sostiene la enorme estructura metálica se desploma, luego la virgen se inclina a tal punto que se desprende de la tierra y cae al abismo, pero contiene tantas toneladas de aluminio que al

llegar al piso genera un terremoto tres veces más fuerte que sacude el derredor de la montaña.

Pese al inexplicable acontecimiento, nadie corre, nadie habla, nadie grita, no hay miedo, no hay incertidumbre, simplemente hay cientos de miles de miradas concentradas en la cima del Panecillo. Yo restregó mis avejentados ojos y finalmente veo la leyenda hecha realidad, un templo aparece entre los escombros, es el mismo templo, las mismas palabras que usó aquel viejo están plasmadas en esa edificación inca que hoy está en lugar de la virgen.

Información Histórica

El Panecillo:

A su llegada a Quito, los españoles no encontraron más que cenizas de lo que fue la segunda capital del Tahuantinsuyo; sin embargo también notaron que la antigua Shungoloma era un lugar estratégico dentro de la región, asentaron la ciudad españolizada de Quito junto a la colina y bautizaron a esta peculiar elevación con el nombre de "Panecillo" por su parecido con un pan pequeño.

Durante toda la época colonial el Panecillo marcó el fin de la ciudad por el extremo sur, y por ello los viajeros que llegaban desde ciudades como Ambato, Guayaquil, Latacunga, Lima o Cuenca sabían, al divisarlo, que su llegada a Quito era cuestión de un par de horas nada más.

Los restos de lo que un día fuera el templo aborígen de Yavirac o Inti, quedaron reducidos a la que fue bautizada por los españoles como Olla del Panecillo, y la usaron para recolectar agua de lluvia que después iría regar los jardines del extremo sur de la ciudad colonial, en especial de la Mansión Bellavista, ubicada a los pies de la colina.

Con el crecimiento de Quito tras la independencia del 24 de mayo de 1822, el Panecillo se empezó a poblar cada vez más de casitas de la gente de clase media baja y baja que encontró en estos terrenos baratos la mejor alternativa para hacerse de su vivienda propia. Hacia mediados del siglo XX, y tras el boom del crecimiento de la ciudad hacia el sur, esta colina presentaba una densidad de construcciones muy parecida a la que se puede divisar en la actualidad, con la diferencia de que en su cumbre no había nada que resalte.

En 1976, el español Agustín de la Herrán Matorras realizó un monumento de aluminio en honor a la Virgen María para adornar la cima de El Panecillo y de esa manera además, brindarle un ícono a la capital ecuatoriana. Desde

entonces esta singular virgen alada custodia los días y noches de los quiteños y representa un símbolo de la arraigada religión católica de sus habitantes.

La Virgen:

Compuesta por siete mil piezas diferentes, esta es la mayor representación de aluminio en todo el mundo. La obra, empezada a construir en 1976, es una réplica de la escultura de 30 centímetros realizada en el siglo XVIII por el escultor quiteño Bernardo de Legarda, la misma que reposa en el altar mayor de la iglesia de San Francisco, y que está considerada como la obra cumbre de la escultura de la escuela quiteña colonial.

La escultura representa a la Virgen María tal como se la describe en el libro bíblico del Apocalipsis: una mujer con alas, una cadena que apresa a la serpiente que tiene bajo sus pies y que representa a la bestia del 666. Es por ello que además de los nombres de Virgen de Quito ó Virgen de Legarda, por el escultor de la obra original, esta estatua también es llamada Virgen del Apocalipsis.

La escultura reposa sobre un edificio base de cuatro niveles, hecho en hormigón y revestido de piedra volcánica; dentro se puede recorrer un pequeño museo en el que se relata la historia del milenario cerro y de la construcción de la escultura. Además, accediendo por este museo se puede llegar a un mirador ubicado en los pies mismos de la Virgen, desde el cual se tiene una privilegiada vista de 180 grados de la ciudad de Quito.

CAIMITO

Gráfico 9



Fuente: viveventura.es/ Caimito

Nombre científico: *Chrysophyllum*

El fruto es una baya, y sus semillas poseen una testa dura, brillante. La cáscara es dura en los tejidos externos y suave en los internos en donde recorren numerosos canales de látex. Si se corta el fruto transversalmente se encuentra en la pulpa, dos clases diferentes de tejidos; el que está debajo de la cáscara es suave y algo granuloso, morado y no muy jugoso, más al centro en la pulpa se observa 8 segmentos traslúcidos, cada uno encierra una semilla, lo que da al corte la apariencia de una estrella.

Este frutal requiere alta temperatura todo el año, así mismo un elevado porcentaje de humedad ambiental. No es exigente en suelos, crece bien en suelos arenosos poco profundos y en suelos arcillosos profundos. No tolera bien periodos de inundación por lo que requiere suelos con muy buen drenaje.

El árbol de caimito se adapta bien a climas poco calurosos y tropicales. La fertilización debe tener una considerable porción de potasio para la obtención de buenas muestras de fructificación.

Consumo:

- El principal uso de esta especie es como fruta de consumo fresco.
- En los mercados extranjeros, de los cuales se destaca Australia,
- Filipinas, Francia y Estados Unidos, en donde es muy cotizado.
- El fruto del caimito se puede procesar y obtener conservas.

Datos curiosos:

- El tronco de caimito suministra una madera de buena calidad dura, pesada, resistente a la intemperie y se utiliza para durmientes y vigas.
- La cáscara siempre se elimina porque tiene mucho látex.
- Al cortar el caimito transversalmente, se puede observar que la pulpa rodeada por la cáscara tiene forma de estrella. La almendra de la semilla es comestible, y es el ingrediente usado en confitería.

Usos beneficiosos:

- Expectorante. Hervir 100 gr. de hojas en un litro de agua, endulzar con miel y tomar una taza cada tres horas.
- Antidarreico. Hervir 200 gr. de su corteza en un litro de agua, tomar una taza cada tres horas.
- Astringente. Se usan las hojas para baños.
- Diurético y Febrífugo. Es utilizado el látex del tronco.
- Hemostático. Se utilizan las hojas para cohibir las hemorragias capilares.

De Santiago

Las mujeres embarazadas no deben mirar cosas desagradables, deben quedarse en el sitio más tranquilo posible, se recomienda que no salgan de sus casas en el periodo de gestación. La voz de la madre adquiere una dulzura única que se introduce en los oídos del nonato como suaves pétalos de rosa, la musicalidad de cada letra genera una minúscula, pero hermosa imagen en su mente. Es como si los momentos vividos por la madre se trasladaran exactamente al otro ser, como si la imagen de un espejo se amalgame con el mismo reflejo.

Las advertencias no podían ser más explícitas, todos sus amigos le habían recomendado no salir de su hogar, pero Juana Ruiz era de esas personas que no pueden controlar el placer que nace en sentir la libertad, a ella le bastaba estar fuera de su casa y admirar el paisaje que le ofrecía el incomparable barrio de Santa Bárbara. La mañana era normal, todo tenía el mismo aspecto de siempre, y en especial, Juana Ruiz se dio cuenta de que no existía razón alguna que le impidiese ir afuera. Caminó lentamente hacia la salida de su hogar, luego avanzó en dirección opuesta a la iglesia, dejándose guiar por sus sigilosos pasos de embarazada. Ni siquiera pudo llegar a la esquina, cuando un hombre se interpuso en su camino, tenía en sus manos un cuchillo que lo apretaba de tal forma que parecía ser un apéndice de su propio cuerpo, estaba listo para saltar encima del primer desprevenido y arrebatarse todas sus pertenencias. Juana, simplemente se quedó de pie observando con ojos extrañados, como si aquella escena no tuviera que pertenecer a su vida, no sabía qué esperar, no sabía si sería timada o si es que el destino le quitaría algo más que un frívolo objeto.

El hombre se acercó con el cuchillo en frente y, sin tener la mínima intención de pronunciar palabra alguna, se dispuso a atacar, pero justo antes de que se llevara a cabo semejante acción, lo imposible sucedió. El sujeto empezó a convulsionar, fue lanzado contra el suelo como si un demonio lo estuviese golpeando y ajusticiando, el cuchillo no se desprendió de sus manos, abriendo

violentemente cada tejido que cubría sus piernas, ni siquiera el grueso pantalón que usaba pudo detener las profundas heridas que surcaban todos sus nervios. Los ojos desorbitados del ladrón, conjugados con la inoperancia de sus músculos faciales, formaban una expresión que no mostraba sentimiento alguno, no obstante, el dolor era tan intenso que dichos músculos paralizados adquirieron una facción de dolor absoluto, una extrema agonía se reflejaba en cada milímetro de su cara. Imagen que perduró en la mente de Juana Ruiz, y por consecuente también en la pequeña cabeza del hijo que estaba esperando en su vientre, el aplaudido Miguel de Santiago.

Dos meses después del incidente el mundo vio el alumbramiento de un hombre poco común, Miguel, nombre que recibió de sus padres y lo llevó por el resto sus días, sin embargo, su apellido no provenía de su propia sangre, lo obtuvo tras quedar huérfano, cuando su padre murió y su madre ya no pudo hacerse cargo. Llegó el Regidor de Riobamba, don Hernando de Santiago, quien con un acto de pura filantropía, lo adoptó.

Desde niño tuvo la oportunidad de andar por los distintos conventos, admirando la hermosa y deslumbrante arquitectura existente en esos tiempos de gloria. Pocas veces se detenía a observar las obras de famosos pintores exhibidas en los muros de dichos conventos, nadie diría que el interés por la pintura germinaría en aquel niño, pues sus ojos no mostraban aprecio alguno frente a esas espectaculares obras de arte.

A pesar de todo, el gusto por el arte no demoraría en llegar, una tarde nublada de diciembre descubrió un sabor que su cerebro no reconocía, un sabor que quizá pocas mentes serían capaces de hacerlo, muchos dicen que después de probarlo, ningún otro alimento puede brindar el mismo nivel de satisfacción, por eso nadie se atrevería a probarlo. Sin embargo, Miguel lo tenía justo en frente de sus ojos, cargándolo como si aquella fruta sería una más del montón, pero cuando dio su primer mordisco a ese caimito sus ojos se cerraron, su concentración se centró únicamente en los líquidos que recorrían su boca, la explosión que viajaba por su paladar parecía eterna, pero luego de varios segundos abrió sus ojos, y miró justo en frente una pintura de un

hombre, tan bien dibujado que parecía real, el rostro no era simplemente una parte más del cuerpo, sino que mostraba una emoción, mostraba que había vida en él.

Miguel quedó encantado, desde aquel instante supo que dedicaría su tiempo a intentar dar vida a un ser inerte, a una pintura que no se mueve pero que al verla inspira un sentimiento, el arte, esa pasión que se introdujo en su ser cuando observó dicha obra y plasmarla en sus creaciones. Entonces empezó a fijarse en los cuadros de los distintos conventos, viajó en busca de la expresión perfecta, quería poder dibujar el dolor, su objetivo no era cautivar al espectador, sino impresionarlo.

Cada día practicaba en su mente y en los lienzos, ya que toda obra de arte empieza en la cabeza y termina en el objeto. Los años continuaron su rumbo para que Miguel mejorara con ellos. Cada minuto de su vida lo dedicó al arte, aunque no estuviese dibujando, en su mente estaba creando su próxima obra. Con frecuencia los agustinos le pedían cuadros, y su trabajo fue tan bueno, que con el tiempo, sus pinturas llegaron a casi todos los conventos.

El trabajo plausible, que había desarrollado durante largos años, le trajo gloria y reconocimiento, sin embargo, Miguel aún no podía sentir lo mismo que cuando observó la primera obra de arte que le inspiró tanto para pintar. Cada vez que terminaba un cuadro y no alcanzaba esa satisfacción que buscaba con increíble fervor, entraba en un estado de cólera y frustración. Su mal carácter también lo había hecho famoso, pues la gente que conocía su personalidad siempre comenzaba describiendo esta peculiar característica.

La frustración, que le perseguía como un Ángel de la Guarda, le impedía hallar la verdadera complacencia, pero aquella tarde hizo un descubrimiento que cambiaría este aspecto de su vida, encontró a un hombre que sería el modelo perfecto para dibujar la agonía. Ese rostro era preciso para ser retratado. Miguel ya sabía cómo iban a reaccionar los músculos faciales frente al dolor. Entonces le pidió al joven muy amablemente que fuera el modelo para su gran obra de arte, y aunque el chico se negó en un principio, luego, se dejó

convencer por la fama que traería aparecer en un cuadro de un artista de esa talla.

Ya con un modelo a seguir, cada mañana Miguel colocaba al joven en una cruz para capturar la esencia de la agonía, le pedía que actuara como si le estuviesen lastimando, pero el efebo no tenía un buen lenguaje facial. Miguel por su parte, sabía que ese rostro era capaz de alcanzar aquella expresión que tanto anhelaba, entonces día tras día exigía más al joven sin tener resultado alguno.

Un día Miguel no soportó más, sin pensarlo dos veces llamó a su modelo por última vez a su taller, lo colocó en la cruz, luego lo amarró con tanta fuerza que la sangre de los brazos parecía no circular por su cuerpo, el joven empezó a gritar con desesperación, y por un momento Miguel creyó hallar esa gesto de dolor, sin embargo, lo que veía no le satisfacía. Entonces cogió un palo que estaba arrimado en el muro, lo quebró en dos partes, y al obtener una punta astillada se acercó al joven que lo miraba horrorizado. Miguel no tenía control de sus actos en ese momento, sólo pensaba en la obra que estaba dibujando, tomó impulso y con una fuerza incontenible clavó la punta astillada en el pecho del joven.

Finalmente la expresión que tanto anhelaba estaba en frente de Miguel, los años no pasaron en vano, la búsqueda por fin concluyó. El momento era justo como lo había soñado, el joven todavía respiraba, y mostraba la agonía en todo su esplendor, era perfecto, no se necesitaba inventar ningún rasgo, todo estaba incluido en aquel rostro. Pero había algo que Miguel estaba por descubrir.

Cuando acabó de pintar su obra, no sintió nada, la satisfacción que tanto había buscado todavía no llegaba. Se dejó caer al suelo como una hoja de papel, no había razón para seguir viviendo, toda su búsqueda había sido una farsa. Estiró su mano y encontró una fruta que no había ingerido desde su niñez, es más, en ese mismo momento se dio cuenta de que sólo la había probado una vez, se trataba del caimito. Luego de tantos años ingirió nuevamente ese increíble líquido, que lo llevó a esa eterna satisfacción, la

misma que tanto había buscado en sus obras, pero que se hallaba en ese pequeño fruto. Al parecer su mente se confundió cuando era niño, pues no era la obra de arte lo que generaba ese intenso placer, sino el sabor incomparable del caimito.

Información Histórica

MIGUEL DE SANTIAGO:

Nació en Quito entre los años 1.620 y 30, hijo legítimo de Lucas Vizúete y Juana Ruiz, mestizos, vecinos de la colina de Buenos Aires, parroquia de Santa Bárbara, en las afueras de Quito, donde tenían una modesta casa; también eran propietarios de un solar ubicado en San Sebastián.

Al quedar huérfano de padre fue adoptado por el Regidor y Fiel Ejecutor del cabildo de Riobamba Hernando de Santiago, que vivió en Quito entre 1.633 y 36, quien le dio su apellido. No se conocen mayores detalles de su niñez y juventud, ignorándose sus maestros de arte.

A los veinte años abrió un taller en su casa de la colina, donde vivió y trabajó con su mujer Andrea de Cisneros y Alvarado, de raza blanca, que no aportó bienes al matrimonio, hija legítima de Francisco de Cisneros y de Juana Alvarado, prima segunda de Mariana de Jesús, con quien tuvo trato familiar en casa de sus padres.

De este matrimonio nacieron dos hombres y dos mujeres, los primeros murieron jóvenes y sin sucesión, su hija Juana murió a fines de siglo dejando un hijo llamado Agustín, que vivía con su abuelo y el pintor y era su regalón. Su otra hija, Isabel, era casada con el Cap. Antonio Egas-Venegas y también pintora de profesión, que había aprendido junto a su progenitor y se especializó en óleos sobre la infancia de la Virgen y el niño Jesús, adornados con florecillas y animalitos, detalles reveladores de la delicadeza de su espíritu. Igualmente se conoce que en 1.703 ella pintó un retrato de Sor Juana de Jesús, religiosa clarisa, muerte en olor de santidad, a quien había tratado y por eso recordaba sus rasgos faciales. El cuadro salió "sino con perfección, con alguna semejanza", según dice el padre Francisco Javier Antonio de Santa María en su "Vida prodigiosa de la Venerable Virgen Sor Juana de Jesús". Únicamente con estos datos es aventurado realizar una biografía de Miguel de

Santiago, pero siguiendo la línea de su arte destacaremos que su primer trabajo y el más importante de su carrera le fue encargado por el Padre Basilio de Rivera, del Convento de San Agustín, quien le solicitó una serie de cuadros gigantescos con episodios de la vida del santo Obispo de Hipona, para lo cual el artista se inspiró en los grabados de Bolswet, recién llegados de Europa.

Cada Cuadro está trabajado con figuras centrales que resaltan la composición, formada de estructuras arquitectónicas, paisajes y distancias atmosféricas. Con este conjunto el pintor obtuvo fama y clientela, siendo muy estimado por los agustinos que lo querían como a uno de los suyos.

Por entonces inició la serie de ocho lienzos de 1,28 x 1,78 mtrs. de "La doctrina cristiana" para fácil comprensión del pueblo y por encargo de Fray Antonio de Onramuño; los cuatro cuadros con efigies para adorno del convento de la Merced, así como doce óleos que hoy se exhiben en el Museo de Quito, representan otros tantos artículos del Credo y han sido calificados como "obras de ambiciosa composición, ricos en figuras, paisajes, motivos arquitectónicos". También pintó otros para la sacristía de la Iglesia de Guápulo, donde se revela su preocupación por el paisaje andino, copiado con gran realismo.

Su fama traspasó los linderos de la Audiencia y llegó a Bogotá, intercambió regalos con el pintor bogotano Gregorio Vásquez de Arce y Cevallos, su contemporáneo y el más famoso en esos pagos, a quien se dice que obsequió el lienzo "El Alabado", hoy en la iglesia de San Francisco de la capital de Colombia. Muchas de sus pinturas salieron al exterior, sobre todo a Roma, a donde fueron enviadas por su perfecto acabado y composición, según informaron Jorge Juan y Antonio de Ulloa en "Noticias secretas de América". De Santiago escribieron que "el colorido de su obra es sobrio, usa tintes vegetales que él mismo mezcla, predominando los tonos grises, sombríos y el claroscuro". Sus pinceladas eran largas y ágiles, sabía dibujar, no detallaba, pecando de defectos en la perspectiva.

Testó en Quito el 31 de diciembre de 1.705 y murió el martes 5 de Enero siguiente. Su cadáver fue colocado en una sala, sin puertas, tendido en el suelo

y amortajado con el hábito de San Agustín, un crucifijo sobre el Pecho y cuatro velas de a libra puestas a los lados. El cortejo fue presidido por el Párroco de Santa Bárbara, la misa se cantó en la Iglesia de San Agustín y su entierro en la capilla de dicho convento ante nutrida concurrencia de amigos, discípulos y artistas. Su testamento fue hallado a principios de siglo por el historiador Alfredo Flores y Caamaño.

Sobre Miguel de Santiago se cuentan numerosas leyendas que lo presentan de genio fuerte y arrebatado hasta llegar al crimen. Un Oidor de la Audiencia le comisionó la confección de su retrato. El artista lo terminó y debiendo viajar a Guápulo, se lo encargó a su esposa, mientras se secaba en el patio. Ella se descuidó y entonces un cerdo lo ensució; al regresar el artista y descubrir que su obra estaba retocada en la mano, montó en cólera, pidió aclaraciones y descubrió que había sido su discípulo Nicolás Javier de Gorívar, a pedido de la asustada mujer. Entonces despidió al discípulo y atacó a su cónyuge con espada, cortándole una oreja. Llegado el Oidor, le afeó su conducta, pero tuvo que huir porque el artista lo persiguió con intenciones de matarlo. A consecuencia de ese suceso Santiago pidió refugio en el Convento de San Agustín para evitar la prisión que se había ordenado en su contra dentro del juicio criminal iniciado por la oreja.

Otra leyenda dice que Santiago estaba copiando los rasgos de un Cristo agonizante, habiendo amarrado a un discípulo en una cruz, pero no contento con la expresión le dio un lanzazo al costado, logrando captar el sufrimiento en toda su magnitud, tras lo cual el infeliz modelo falleció y el artista se escondió en el convento de San Agustín, donde vivió pintando al amparo de sus protectores por espacio de algún tiempo, hasta que el crimen fue olvidado.

MASHUA

Gráfico 10



Fuente: alanbishoproboards.com/Mashua

Nombre científico: *Cinnamomum reginus*

Es una planta herbácea, de tallos cilíndricos y hábitos rastreros. Tiene crecimiento erecto cuando es tierna y de tallos postrados con follaje compacto cuando madura. Las hojas son delgadas de color verde oscuro brillante. Los tubérculos son cónicos y alargados con un ápice agudo.

Mashua, mashwa, isaño, majua o cubio es una planta originaria de los Andes centrales, y la mayor concentración se encuentra en Bolivia y en el Perú entre los 3.500 y 4.100 msnm. La mashua es muy rústica, por ello puede cultivarse en suelos pobres, sin uso de fertilizantes y pesticidas, y aún en estas condiciones, su rendimiento puede duplicar al de la papa.

Se han reconocido más de 100 variedades de mashua. Existen colecciones de germoplasma en Ecuador y Perú. Por el color se reconocen muchas variedades.

Consumo:

En la gastronomía del Perú, Ecuador y Bolivia, se usa como ingrediente en sopas y mermeladas.

También se las puede servir cocidas. Los brotes tiernos y las flores se comen cocidos como verduras

En el ámbito industrial es un ingrediente para antibióticos y reduce los niveles de testosterona, por lo que suele recomendársela para prevenir y curar afecciones a la próstata. También se le atribuye propiedades curativas del hígado y riñones.

Efectos:

A la mashua se le atribuye popularmente el efecto contrario de la Maca, es decir que inhibe la sexualidad en lugar de exaltarla, y con este propósito era usado por las civilizaciones pre incaicas y después en el Imperio inca para atemperar los ardores del ejército cuando salían en campaña militar.

Usos beneficiosos:

- Buena contra los cálculos renales. Como antibiótico contra *Candida albicans*, *Escherichia coli* y *Staphylococcus*.
- Buena contra la anemia.
- Si se consume mucha mashua con poco aporte de yodo se puede adquirir el bocio.

El rostro del emperador

Siempre había sido un reto ser el ejemplo tutelar de otros. Un líder es el que lleva al resto de personas con él, los guía con sus ideas como si se tratara de un manto tejido con el mismo hilo, y ellos lo siguen sin cuestionar sus actos. El emperador inca era el jefe supremo, no tenía a nadie a quien seguir, a nadie a quien pedir consejo, nadie estaba por encima de él. Dentro de este hombre había muchas dudas y miedos que se debían ocultar muy bien, ante el pueblo era considerado un Dios viviente, y los Dioses no lloran, no titubean, los Dioses son Dioses.

Este emperador inca sabía muchas cosas, cosas que iban más allá del conocimiento general. Se fijaba en todo lo que sus ojos alcanzaban a ver, podía distinguir el miedo, la preocupación, la felicidad, todo, y lo conseguía simplemente observando el rostro de las personas, cada facción estaba diseñada para mostrar un sentimiento, cada palabra pronunciada viajaba primero por toda la cara de un hombre antes de poder salir de su boca, por eso es que muchas veces podemos saber lo que las personas van a decir.

El emperador descubrió que el rostro de una persona podía estar relacionado con la apariencia física de los padres que le dieron vida, pero que las expresiones generadas por los músculos de dicho, eran únicas y no se pasaban de generación en generación. Esta habilidad, por llamarla así, le ayudó al emperador a elegir a los hombres que gobernarían a su lado, pues viendo sus rostros sabía si eran buenas o malas personas. Un día uno de sus hombres de mayor confianza lo traicionó, fue entonces cuando el emperador decidió que debía encontrar otra forma para saber quién era bueno y quién no.

Era difícil diferenciar y, mucho más complicado, separar el bien del mal. A lo largo de la historia el ser humano pudo descubrir que no existía tal división, sino que dependía de la percepción de cada uno. Por fortuna, aquella tarde, cuando el emperador contemplaba los camarones deshidratados con piedras calientes y las carnes secadas al sol, uno de sus fieles campesinos se acercó

trayendo una nueva información. Al desconocer las palabras apropiadas para hablarle, de cara a cara, al Dios viviente intentó ser lo más humilde y breve posible, le explicó que había descubierto la forma de mostrar la esencia de las personas, sacar a la luz las intenciones verdaderas, es decir, se las había ingeniado para determinar si alguien era bueno o malo.

El emperador no quiso escuchar nada. La idea era irracional. Pero poco a poco los rumores iban esparciéndose en los mentideros de las ciudades más grandes, la noticia dejaba de ser algo nuevo, ya todos lo sabían, sólo que el emperador no lo aceptaba, ese campesino cultivó mashua y, tubérculo consumido con recelo pues inhibía la sexualidad, aseguró que al ingerirla la piel del rostro se teñía con un color claro, si es que la persona era buena, y con un tono más oscuro si sus intenciones no eran las mejores.

El emperador decidió hacer la prueba. Trajo a varios prospectos, estaba buscando a un hombre que sea su mano derecha, tres sujetos llegaron esa mañana al pórtico de ese techo amarrado a las paredes, todos lucían como personas de bien, adustos, son límpidas facciones. Sin embargo, el emperador iba a poner a prueba el alma de cada uno. Les hizo comer mashua. Y lentamente los rostros empezaron a tinturarse, los dos primeros se ruborizaron, señal de que eran confiables, pero el tercero mostró unas manchas, casi imperceptibles, de color gris, permitiendo ver la impureza de ese último ejemplar. El emperador tomó a los dos primeros hombres y les delegó la responsabilidad de ser ayudantes suyos.

Cada vez se consumía menos mashua, las personas no querían que los demás los conocieran realmente, se llegó al extremo de que la mayoría de los campesinos dejaron de cultivarla. El emperador por su parte, seguía gobernando con sus dos edecanes, con sus dos curacas. Iba a todo lado con ellos, y antes de poner en marcha una disposición lo consultaba con ellos.

Había mashua en el imperio, sólo que todas yacían tiradas en los campos verdes, nadie deseaba comerlas. El emperador, impulsado por su curiosidad detestable, se agachó para agarrar una de éstas. No había una sola persona a

su alrededor, estaba en una soledad absurda. Sin creer todavía en las argucias, basadas en que tubérculo mostraba a las personas tal y cómo eran, puso en su boca la punta de una mashua y la masticó sin recelo. A los pocos segundos sintió una picazón en su carrillo, luego un ardor inefable se apoderó de todo su rostro. La piel se desprendió, como si se hubiera tratado de un injerto inválido, su cara empezó a carcomerse por dentro. Desesperado, el emperador se aproximó a la laguna más cercana para salpicarse agua y opacar el dolor. Sin embargo, una vez frente a su reflejo empalideció, se quedó pasmado del asombro. Su cara estaba lacerada, la mashua había mostrado la verdadera esencia del emperador, por dentro era un hombre malo, y recién ahora lo descubría. No era posible, no iba a seguir dirigiendo a todas esas personas si su ánimo era impura. Esa misma tarde abdicó. Se sacó su borla, insignia de poder, y la dejó apoltronada con las miles de mashuas arrojadas en el suelo.

Información Histórica

Organización social y política de los incas:

El Inca, o jefe supremo del pueblo inca, era para su pueblo un dios viviente, con poderes totales y absolutos. En los primeros tiempos los incas se casaban con las hijas de los monarcas vecinos, pero más tarde se consideró que el linaje perdería su pureza y solo se casaban con sus hermanas.

Los sucesores del trono eran los hijos. El centro de la vida era el ayllu, y éste estaba gobernado por un curaca, el que era designado directamente por el Inca. El ayllu es como una inmensa familia con muchos parientes y primos. Los ayllu de una región estaban agrupados en sayas (secciones) y estas formaban un huamán (provincia).

Cada provincia tenía su capital. Las provincias estaban agrupadas en cada uno de los cuatro (suyos) en los que se dividía el imperio. El imperio, en su total recibía el nombre de Tahuantisuyu, "la tierra de los cuatro cuartos".

Los gobernadores mandaba a los curacas, que tenían distintas categorías según cuantos hombres o contribuyentes tuvieran bajo su jefatura, así el de mayor categoría era el que controlaba a 10.000 y el de menor a 100. Al frente de grupos más pequeños estaba los capataces, plebeyos nombrados por curacas. La estructura social era similar a la de un moderno ejército, con cabos y sargentos dirigiendo grupos reducidos, y oficiales para los grupos mayores.

Estado:

El Estado ejercía muy importantes funciones en la sociedad. La tierra era de su propiedad y la mayor parte de explotaba comunalmente, también le pertenecía los rebaños de llamas y las minas. El Estado protegía a la población del hambre, la explotación y de cualquier necesidad; pero el precio era duro, los individuos estaban muy reglamentados, no se podía salir de la comunidad sin permiso. A cada persona se le daba tierra para que pudiera alimentar bien a su

familia. Las tierras no comunales eran cultivadas primero. Cuando llegaba la época de siembra o cosecha llegaban los funcionarios para avisar que era hora de ocuparse de los campos sagrados. Lo cosechado en los campos del Estado o de los sacerdotes, era guardado en depósitos separados y lo obtenido era para alimentar a sacerdotes o nobles. En las zonas de pastura de tierras montañosas, la mayor parte de las llamas pertenecían al gobierno que almacenaba la lana y luego la repartía entre las familias, según sus necesidades. Las comunidades de montaña poseían tierras en zonas costeras y viceversa, así no se producían saturaciones con un mismo tipo de alimento. El pueblo debía además realizar trabajos públicos, como el servicio en el ejército, construcción de carreteras, puentes o fuertes, a esto se le denominaba mita.

Métodos de conservación de los alimentos incas:

Las carnes se secaban al sol y con ellas se preparaba el charqui, ya fuese de llama o de venado. También deshidrataban las carnes de aves como perdices y palomas, además de las ranas. El camarón se secaba por medio de piedras o arena caliente. A este producto se le conocía con el nombre de anuka y se le embalaba en cestos o petacas de totora llamadas chipa. El pescado seco y salado era una importante fuente alimenticia de los costeños y especialmente los serranos, y era materia de trueque entre ambos. Otros productos del mar fueron diversos moluscos que podían secarse, como las machas, o que podían usarse para preparar una jalea incorruptible que se usaba en la confección de chupes o sopas.

Los tubérculos también se preservaron de distintas formas. Las ocas y la machua se secaban al sol, y soleados se ponen dulces y entonces de las llamaba cahui. Sin embargo, el tubérculo que se puede conservar por períodos indefinidos es la papa, la cual se sometía a un complicado proceso de deshidratación. Se usó de preferencia la variedad amarga y la faena se realizaba a 4 mil metros sobre el nivel del mar. Las diversas suertes de chuño varían según las calidades de papa y los métodos empleados, el proceso dura

por lo general varias semanas. Entre las variedades de papa empleadas destaca la muraya, que se sumerge en agua corriente y luego se seca al sol y se expone a las heladas nocturnas. Las papas de variedad dulce se acomodan por tamaño sobre una superficie plana y luego se exponen a la intemperie durante cuatro o cinco noches con sus días pasando por el frío nocturno y el ardiente sol del medio día. Después son pisadas con cuidado por las mujeres para quitarles la cáscara y extraerles la humedad restante. Esto se repite hasta terminar de secar.

BIBLIOGRAFIA

LIBROS:

Campos Jorge.Bolívar. Salvat. 1984. páginas 140, 141, 142, 143.

De la Torre Reyes Carlos.Tesoros de Quito. El Sello Editorial. 1990. Pp. 124, 125.

Espinosa Simón. Presidentes del Ecuador.Vistazo. 1995.Pp. 33-44.

Grupo Oceano. Religiones del Mundo. Oceano. 2003. Pp.124,125.

Grupo Oceano. El Mundo Precolombino. Oceano. 2003.Pp. 324, 332, 333, 341,353, 356, 360.

Gerencia de Contenido CEET. Gran Libro de la Cocina Ecuatoriana. Intermedio Editores. 2006. Pp. 59, 106, 107.

Rowney Kim, Grimes Lulu, Halsey Kay. Toda la Gastronomía de la A a la Z. Everest. 2003. Pp. 72,74, 108,109.

DOCUMENTOS DE INTERNET:

Prodiversitas. Quinoa. <http://www.prodiversitas.bioetica.org/quinua.htm>.
Publicado (11-06-05). Accedido (10-01-10).

Josep Vicent Arnau. El Amaranto
<http://www.enbuenasmanos.com/articulos/muestra.asp?art=946>. Sin año.
Accedido (14-01-10).

Sabelotodo. Caimito.
<http://www.sabelotodo.org/agricultura/frutales/caimito.html>. Sin año.
[Accedido\(22-01-10\)](#).

Zonadiet. El Café. <http://www.zonadiet.com/bebidas/cafe.htm>. Sin año.
Accedido(04-01-10).

Ecuador Profundo. El País de la Canela.
<http://www.ecuadorprofundo.com/tomo2.htm>. Sin año. Accedido (11-01-10).

Giannoni Daniel. Mashua. http://www.peruecologico.com.pe/tub_mashua.htm.
Sin año. Accedido (13-01-10)