



ESCUELA DE GASTRONOMÍA



“CAMBIOS EN LOS HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN DE LOS  
POBLADORES DE QUITO EN EL SIGLO XVIII DESPUÉS DE LA  
IMPLEMENTACIÓN DE TÉCNICAS Y PRODUCTOS GASTRONÓMICOS  
EUROPEOS”



AUTOR

María Emilia Luzuriaga Marín

AÑO

2017



ESCUELA DE GASTRONOMÍA

“CAMBIOS EN LOS HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN DE LOS POBLADORES  
DE QUITO EN EL SIGLO XVIII DESPUÉS DE LA IMPLEMENTACIÓN DE  
TÉCNICAS Y PRODUCTOS GASTRONÓMICOS EUROPEOS”

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

Profesora Guía

Msc. Jenny Osejo

Autor

MARÍA EMILIA LUZURIAGA MARÍN

Año

2017

## DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA

“Declaro haber dirigido este trabajo a través de reuniones periódicas con el estudiante, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.”

---

Msc. Jenny Osejo

C.I.1715612238

## DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR

“Declaro haber revisado este trabajo, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.”

---

Miguel Burneo

C.I.1711849602

## 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 autor vigentes.”

---

María Emilia Luzuriaga Marín

C.I.1717837023

## AGRADECIMIENTOS

A Michelle quien ha sido mi compañera y apoyo durante los últimos cuatro años, a Jaime por su amistad incondicional, a mi familia materna por su solidaridad, a todos los docentes por compartir sus conocimientos y a los cocineros e historiadores comprometidos con sacar adelante a la cocina ecuatoriana.

## DEDICATORIA

Para Roxana y Diego (+) por guiarme y mostrarme la vida con fuerza y motivación para superar cualquier obstáculo, a Diego, Eduardo y Marisa que hacen mi vida más feliz, a Diego José que me enseñó lo hermoso de ser tía. Para Daniel quien ha sido parte fundamental de mi desarrollo en lo personal y profesional, por su amor, paciencia y apoyo en todo momento.

## RESUMEN

La gastronomía y la dieta de los pobladores de Quito, varió de manera significativa con la llegada de los españoles, la introducción de técnicas y productos europeos que se adaptaron fácilmente a las condiciones climáticas determinaron una transformación en las preparaciones culinarias, que hasta ese momento obedecían a la estrecha relación de los indígenas originarios con su entorno.

La dieta de los españoles en su lugar de origen fue determinante para la incorporación de productos y técnicas en las colonias, con la introducción de nuevos productos se generó no solamente un cambio dentro de las preparaciones, sino también en el aspecto social, económico y político. Junto a esto, el surgimiento de las nuevas formas de cocinar los nuevos productos.

La cocina tradicional quiteña es el resultado de un sincretismo entre productos y técnicas de preparación de los pueblos originarios y europeos, dando como resultado lo que hoy se conoce como cocina tradicional o criolla.



## **ABSTRACT**

The gastronomy and diet of Quito habitants varied significantly with the Spanish people arrival, the introduction of European techniques and products that were easily adapt to climatic conditions determined a transformation in culinary preparations, which up to that time were determined by the close relationship between native indigenous and their environment.

Spaniards diet in their origin place was decisive for the incorporation of products and techniques in the colonies, with the introduction of new products a change was generated, not only in the preparations, but also in the social, economic and political aspect. Along with this, the emergence of new ways of cooking this new products.

The traditional cuisine of Quito is the result of a syncretism between products and techniques of the native and the European people, resulting in what is now known as traditional or Creole cuisine.

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN .....	1
ANTECEDENTES DEL PROBLEMA.....	2
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	3
JUSTIFICACIÓN .....	3
OBJETIVO GENERAL.....	4
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	4
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....	4
IMPACTOS .....	5
CAPÍTULO I .....	7
1.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	7
1.1.1. Gastronomía .....	7
1.1.2. Alimentación .....	11
1.2. GASTRONOMÍA EN EUROPA EN EL SIGLO XVIII .....	13
1.3. EVOLUCIÓN DE LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA .....	20
1.3.1. Época Aborigen.....	20
1.3.2. Período Formativo Temprano / Cultura Valdivia .....	21
1.3.3. Período Formativo .....	24
1.3.4. Desarrollo Regional.....	25
1.3.5. Integración .....	26
1.3.6. Conquista Incásica.....	27
1.3.7. Conquista española .....	28
CAPÍTULO II .....	31
2.1. DIAGNÓSTICO .....	31
2.1.1. Análisis introductorio de la dieta de los españoles del siglo XVII-XVIII. 31	
2.1.2. Análisis de la introducción de productos europeos a la dieta de los primeros pobladores del actual ecuador .....	32
2.1.3. Análisis de técnicas de preparación de alimentos introducidos por los conquistadores españoles .....	44
2.1.4. Transculturación de la dieta en la época colonial .....	47

CAPÍTULO III .....	63
3.1. Resultado de la investigación .....	63
3.2. Principales preparaciones resultantes del sincretismo entre la Real Audiencia de Quito y colonizadores .....	64
REFERENCIAS .....	67

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Plantas domesticadas en América .....	23
--	----

## ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1.</i> Alimentación en la prehistoria..	8
<i>Figura 2.</i> Alimentación en la Edad Antigua.	9
<i>Figura 3.</i> Alimentación en la Edad Media.	9
<i>Figura 4.</i> Alimentación en la Edad Moderna.	10
<i>Figura 5.</i> Mashuas.	11
<i>Figura 6.</i> Extracción del aceite en una almazara del siglo XVII.	14
<i>Figura 7.</i> Llegada de Cristóbal Colón a América.	16
<i>Figura 8.</i> La Revolución Francesa y la invención del restaurante	19
<i>Figura 9.</i> Aborígenes ecuatorianos.	20
<i>Figura 10.</i> Vasija doble vertedero Valdivia.	22
<i>Figura 11.</i> Excedente de producción agrícola	24
<i>Figura 12.</i> Fragmentos de platino La Tolita	25
<i>Figura 13.</i> Señoríos Étnicos.	26
<i>Figura 14.</i> Atahualpa.	28
<i>Figura 15.</i> Captura de Atahualpa.	30
<i>Figura 16.</i> Trigo	33
<i>Figura 17.</i> Cebada.	34
<i>Figura 18.</i> Plantación de arroz.	35
<i>Figura 19.</i> Plantación de caña de azúcar.	36
<i>Figura 20.</i> Haba.	36
<i>Figura 21.</i> Pimienta negra y blanca.	37
<i>Figura 22.</i> Comino.	38
<i>Figura 23.</i> Ajo.	39

<i>Figura 24.</i> Perejil .....	40
<i>Figura 25.</i> Cilantro .....	41
<i>Figura 26.</i> Cítricos .....	42
<i>Figura 27.</i> Mortero de piedra cultura Cañari.....	46
<i>Figura 28.</i> Chakana.....	48
<i>Figura 29.</i> Fanesca e ingredientes .....	50
<i>Figura 30.</i> Colada morada .....	52
<i>Figura 31.</i> Tortilla de maíz.....	53
<i>Figura 32.</i> Mote sucio.....	54
<i>Figura 33.</i> Hornado. ....	55
<i>Figura 34.</i> Seco de pollo. ....	56
<i>Figura 35.</i> Tripa mishqui.....	57
<i>Figura 36.</i> Caldo de patas con mote .....	59
<i>Figura 37.</i> Caldo de 31.....	60
<i>Figura 38.</i> Locro de papas.....	61
<i>Figura 39.</i> Sopa de lluspas.....	62

## **INTRODUCCIÓN**

El Ecuador posee una gran riqueza cultural, el centro histórico más grande y mejor conservado de Latinoamérica, una de las más grandes colecciones de arte barroco, todo esto como resultado del proceso de colonización español; la gastronomía no fue un tema apartado de este proceso, dentro de la Real Audiencia de Quito, se produjo un mestizaje de productos y técnicas que dieron como resultado una gastronomía única y que goza de fama nacional e internacional.

Con la presente investigación se busca identificar algunos de los platos resultantes de ese sincretismo, sus formas de preparación y los productos utilizados, dando énfasis en el uso de los productos por parte de los chapetones y criollos, y los usos dados por los mestizos e indígenas.

## **TEMA**

Cambios en los hábitos de alimentación de los pobladores de la actual Quito en el siglo XVIII después de la implementación de técnicas y productos gastronómicos europeos.

## **ANTECEDENTES DEL PROBLEMA**

La actual gastronomía ecuatoriana es una mezcla de varios procesos históricos que involucran también otras culturas; un gran porcentaje de la población desconoce estos factores que son fundamentales para entender la forma de alimentación de los habitantes, así como los cambios que se presentaron en la naturaleza.

Lamentablemente, la falta de información acerca de este tema genera desconocimiento y a su vez pone en peligro la identidad y la cultura nacional. Esto junto con la creciente oferta gastronómica de diversos países que se abre paso para desplazar así lo típico creando una pérdida de identidad.

La mayoría de lo que se conoce de productos y técnicas endémicas es gracias a las generaciones antiguas quienes han sido las encargadas de transmitir la información de manera informal, sin crear una evidencia en la cual las futuras generaciones puedan recurrir y así preservar lo local.

¿De qué manera se ve afectado el medio ambiente a partir de la introducción de técnicas y productos europeos? ¿De qué manera estos productos y técnicas aportaron para el sincretismo de la gastronomía ecuatoriana mediante cambios y su desarrollo? ¿Cuál será la manera de transmitir el bagaje cultural gastronómico de nuestros ancestros a futuras generaciones?



## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El cambio en la alimentación después de la conquista española. Esto va específicamente con la introducción de nuevos productos y nuevas técnicas, las cuales cambiaron la forma en como la gente se alimentaba, la forma de tratar los productos, la forma de cocinarlos y expandir su visión para la creación de nuevos platos o recetas tradicionales que perduran hasta el día de hoy. Para hacer un estudio más analítico, la investigación se centrará específicamente en la Real Audiencia de Quito, que fue un territorio extenso donde existía mucha influencia española en el aspecto social y también económico. Fue una parte administrativa de la colonia española que dio paso al desarrollo artístico, cultural y otros. (Ayala, 2012).

El problema a solucionar con esta investigación es conocer ciertos productos endémicos y a la vez entender porque lo que tenemos en la actualidad funciona de la forma en la que está establecido ahora; entendiendo los productos, las técnicas que se introdujeron, de qué manera apartaron la gastronomía nativa y también cual va a ser la manera de transmitir el legado y bagaje cultural gastronómico de nuestros ancestros a futuras generaciones.

¿Cuál sería el impacto social, económico y ambiental para la gastronomía y cultura ecuatoriana la creación de una memoria física que trate sobre los cambios en los hábitos de alimentación de los pobladores de la actual Quito en el siglo XVIII después de la implementación de técnicas y productos gastronómicos europeos?

## **JUSTIFICACIÓN**

En este trabajo de investigación, lo que se pretende comparar son los cambios en la alimentación de la actual Quito y el mismo territorio en el siglo XVIII. Esto con el fin de entender mediante la historia de la gastronomía ecuatoriana las razones por las cuales la dieta diaria de la actual Quito es de la forma que está ahora. Además para crear una memoria física de aquellos productos endémicos y técnicas ancestrales que han sido desplazados por la

introducción de los europeos, además como estos cambios y su adaptación y permanencia han generado la diversificación de preparaciones dando como resultado una combinación de culturas para el desarrollo de lo que se conoce como gastronomía tradicional. Es importante que exista una evidencia de esto para que las futuras generaciones puedan adquirir el conocimiento y el patrimonio cultural y gastronómico trascienda en el tiempo con fuentes de información a las cuales se pueda recurrir.

### **OBJETIVO GENERAL**

Determinar los cambios en las preparaciones tradicionales de los habitantes originarios de lo que es Quito en la actualidad tras la llegada de los españoles y la implantación de sus productos y técnicas gastronómicas.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Fundamentar teóricamente los procesos históricos de la gastronomía ecuatoriana.
  
- Analizar los cambios en las preparaciones tradicionales y las variaciones por la introducción de productos y técnicas europeas.
  
- Presentar la información recopilada fuentes de alto rigor académico a través de un informe.

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

**Fundamentación Teórica:** Para esta primera etapa se ha utilizado el método analítico-sintético para realizar un análisis más profundo sobre los cambios en los hábitos de alimentación de los pobladores de la actual Quito en el siglo XVIII después de la implementación de técnicas y productos

gastronómicos europeos a través de fuentes de alto rigor académico y verídicas tales como libros, páginas web, enciclopedias.

**Diagnóstico:** Para la segunda parte, el método será histórico-comparativo y analítico-sintético. En el caso de las técnicas, serán basadas en la investigación mediante fuentes de alto rigor académico. De esta manera, como resultados se obtendrán datos de la historia de la gastronomía ecuatoriana, sus cambios y transformaciones.

**Propuesta:** El método es modelación, con está técnicas se sintetizará la información proveniente de investigación y entrevistas a expertos en el tema, dando como resultado un informe sobre los cambios en los hábitos de alimentación de los pobladores de la actual Quito en el siglo XVIII después de la implementación de técnicas y productos gastronómicos europeos.

## **IMPACTOS**

**Social:** Al dar a conocer técnicas y productos gastronómicos provenientes de Europa mediante levantamiento de información e investigación, se crea una memoria física, la cual llegue a ser la manera de transmitir a futuras generaciones el bagaje cultural de nuestros ancestros y de los cambios sufridos después de la conquista española.

**Ambiental:** El cambio que se produjo en el suelo por la introducción de nuevos productos de los cuales no existía suficiente información para sus formas de cultivo y recolección, junto con el cambio producido por los animales con diferentes tipos de pezuña.

**Económico:** Las técnicas y productos traídos desde Europa aportaron al sincretismo de la gastronomía ecuatoriana y a lo que fue la Real Audiencia de Quito, cambiando así su forma de alimentación, preparación, cocción. De

esta manera se crean platos que se comercializarían y serían fuente de ingresos.

## CAPÍTULO I

### 1.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

#### 1.1.1. Gastronomía

##### **Definición.-**

Según la definición francesa, el arte de buen comer. Que a finales del siglo XIX Charles Monselet definió como “la joya de todas las situaciones y todas las edades”. La palabra se fue popularizando a partir de la aparición de *La gastronomie ou L’homme des champs à table* (1801) de Joseph Berchoux y de *Le gastronome à Paris* (1803), de Croze Magnan.

En 1835, la Academia francesa recogió la palabra “gastronomía” en su diccionario. Pero el mejor hallazgo verbal le corresponde a Curnonsky, “príncipe de los gastrónomos” y fundador de la Academia de gastrónomos, que creó el término “gastronómadas” para designar a los viajeros amantes de las especialidades regionales. (Ediciones Larousse, 2016, p. 147).

##### **Historia.-**

La alimentación humana empieza en la prehistoria, en donde se consideraron como primeros alimentos a los frutos, raíces, hojas y tallos los cuales eran recolectados por los habitantes, quienes los tenían a su disposición sin la necesidad de conocerlos profundamente o saber de los beneficios de estos; seguido de esto empiezan a cazar animales ayudados de arcos y flechas que fabricaban, al igual que la pesca con anzuelos y arpones.

Al incorporar cárnicos dentro de su dieta vegetariana, esto originó cambios de suma importancia para la evolución humana ya que fue de mucha ayuda para que se disminuyera el aparato digestivo y se favoreciera al aumento del tamaño del cerebro.

Son ellos mismo quienes descubren el fuego y este es uno de los más importantes descubrimientos del hombre ya que ayuda a su evolución a partir

de los cambios en los productos en sus propiedades organolépticas, además de su conservación y esterilización.

Junto con esto empieza la domesticación de los animales, lo cual llevó a la introducción de otros alimentos generados por ellos tales como la leche, los huevos, la miel, entre otros. De igual manera se registran los primeros indicios de la ganadería y agricultura, como de los recipientes de barro para la cocción de los alimentos.



*Figura 1.* Alimentación en la prehistoria.

Tomado de slideshare, 2013.

Al pasar a la Edad Antigua (edad histórica que comprende hasta el fin del Imperio Romano), dónde se levantan por primera vez agrupaciones en forma de civilización podemos ver que algunas de estas agrupaciones empiezan a incorporar a su alimentación productos agrícolas y de recolección. Esto varía de acuerdo a la civilización en la que nos encontramos, pero de manera general se incorporan cereales, granos, carnes y derivados de los animales o productos recolectados. Es en este período del tiempo donde entra el pan con fermento (levadura), los aceites, etc.



*Figura 2.* Alimentación en la Edad Antigua.

Tomado de: comeronocomer, 2014.

Para la Edad Media, estos derivados fueron incorporados a la comida lo que lo hacía más apetitoso, también apreciaron los cereales, al queso, los aceites, las especias, los frutos secos y las frutas. Dentro de este momento ya se utilizaban cuchillos. Además, se empezaron a descubrir nuevas técnicas de cocción y Las Cruzadas fueron el causante de un intercambio de culturas entre Europa y Oriente lo cual tuvo una gran influencia en la gastronomía de ambos.



*Figura 3.* Alimentación en la Edad Media.

Tomado de: cordmagazine, 2015.

Para la Edad Moderna, que viene acompañada del Renacimiento es importante mencionar que también existen cambios en la gastronomía con el desarrollo de nuevas preparaciones a partir de creaciones, sumado a esto se empieza a asociar a la gastronomía con arte, cultura y se la considera una ciencia. Por esta razón muchos de los personajes destacados de este período histórico se interesan por la gastronomía.



*Figura 4.* Alimentación en la Edad Moderna.

Tomado de: timetoast, 2013.

La edad contemporánea empieza con la Revolución Francesa hasta la actualidad. En este período de tiempo la humanidad experimenta con transiciones de alto valor en varios aspectos, entre las cuales se inicia con el consumo de todo tipo de productos debido a la globalización y el intercambio de culturas lo cual conlleva cambios fundamentales en la cocina ya que existe mayor acceso a productos de diferentes lugares del mundo. Con esto se logra evolucionar dentro de técnicas, aplicaciones de productos, tratamientos de los mismo y demás situaciones que exigen a la humanidad a avanzar y crear nuevas formas de hacer las cosas para adaptarse al medio donde se encuentran.





*Figura 5.* Mashuas.

Tomado de: URKO, 2016

### **1.1.2. Alimentación**

#### **Definición.-**

“Acción y efecto de alimentar o alimentarse.” (Real Academia de la Lengua Española, 2016).

#### **Historia.-**

Desde la primera aparición del hombre, el acto de comer o la alimentación corresponden o surge debido a una necesidad biológica para ingerir nutrientes que mantengan el funcionamiento del organismo. En este acto se incluyen varios factores como la naturaleza y el entorno en donde se encontraban ya que eran nómadas, los elementos utilizados para sus preparaciones y el conocimiento sobre estos. A lo largo del tiempo la alimentación se ha modificado por la adaptación que esta debe tener de acuerdo a los alimentos, instrumentos, tiempo y espacio; así como las necesidades del hombre más allá de la biológica.

El hombre competía con los animales para tener la comida que ingería, por esto los animales de caza y pesca eran la base de la alimentación, junto a esto las bayas, frutos silvestres, raíces y en algunos casos vegetales (tallos,

brotos y hojas). Se conoce de igual forma que los granos silvestres estaban presentes. Dentro de este momento ya se conocía las primeras formas de domesticación.

Al trasladarnos a la Edad Antigua, donde existían ya asentamientos, incorporamos diferentes factores tales como la religión, hábitos, creencias y el acceso a los alimentos. Entre estos destacan alguno tales como los egipcios quienes disfrutaban del comer sobretodo carne, fruta y dulces. Por otro lado, los hebreos incluían una alimentación en productos que obtenía de la tierra dejando de lado a las carnes ya que debido a sus creencias y religiones existían ciertos animales impuros y otros puros por lo que se limitaba el consumo de los mismos e incluso ya se conocía el vino. Los griegos consumían muchos cereales y trigo.

Para la época medieval el cambio en la manera de alimentarse y la alimentación es leve. Aquí hay dos protagonistas: el pan y el vino. El consumo de carne se lo había reservado para gente con una jerarquía mayor. Para el final de este período de la humanidad es donde comienzan a marcarse las diferencias entre regiones por el uso y aplicación de especias y productos determinados para cada uno.

Al entrar en la Edad Moderna se despliega cocina tradicional para regiones, con platos y productos específicos para cada lugar. Aparecen las sopas, las redes proteicas, bebidas tradicionales pero la carne seguía siendo un lujo de clases sociales altas.

En la Edad Contemporánea, una de las mayores ventajas es el acceso a diferentes productos de diferentes regiones por la migración de personas, el intercambio cultural y los medios de transporte que facilitaban los viajes y el acceso a varios de estos productos y la forma de usarlos adaptándolos también a su entorno.

En la actualidad, la forma de alimentarse ha cambiado sustancialmente debido diferentes aspectos como el económico, social y político, las creencias, hábitos y tradiciones; además de la globalización y el acceso

rápido a información y productos. Junto a esto sumamos el estilo de vida y la adaptación al entorno. También es importante mencionar que es la época en donde no solo se alimentan por cumplir una ingesta de nutrientes, la alimentación está ligada a emociones, lleva mucho significado, historia, investigación y acontecimientos que desvían la atención a que solo sea por cumplir una necesidad biológica. (Mataix, 2002).

## **1.2. GASTRONOMÍA EN EUROPA EN EL SIGLO XVIII**

### **España.-**

La cocina española, la cual nace de lo popular debido que se basa en lo tradicional de cada pueblo, es además histórica y muy tradicional. (Martínez, 1989). Es una mezcla de nuevas formas de cocinar las cuales fueron adquiridas principalmente de los árabes y judíos sefarditas (quienes habitaban en la península ibérica; sudeste de Europa.) Además se contempla que ya se empezó con el cultivo de nuevas especies y productos traídos desde diferentes partes del mundo.

Ha sido un largo camino desde la prehistoria hasta la actualidad para desarrollar la cocina española, sin embargo hay ciertos factores certeros los cuales nos indican la forma de alimentación y platos preparados. Hay que tener muy en cuenta que las influencias provienen de todos aquellos pobladores de ese territorio en diferentes etapas de la historia.

Para esta gastronomía, se debe considerar los factores religiosos, ya que sobre todo en la época de las cruzadas, la necesidad de imponer la religión católica era muy importante para los habitantes y para sus mandantes. Aunque las religiones que marcan a esta comida son la católica, musulmana y judía.

Sobre todo el consumo de pan, vino y cereales, además de todo ingrediente que sea fácil de moler para poder realizar preparaciones horneadas que

permitan remojarlas en alguna salsa o potaje. (Palacio, 1988). Por esto, el consumo de potajes y cocidos es muy común a lo largo del territorio español.

El aceite de oliva, que resultó de la influencia de los árabes y lo adaptaron para frituras cumplirá un papel importante dentro de la cocina de España. Es importante mencionar que dentro del territorio español ya existía un cultivo de aceitunas desde la prehistoria pero no fue sino hasta la comida andaluza cuando formó parte de un nuevo sistema de riego, cisternas, y drenado que se logró cultivarla de mejor manera.

Estos nuevos sistemas de cultivo aprendidos de los árabes ayudaron no solamente a las aceitunas, sino a todo tipo de cultivos.



*Figura 6.* Extracción del aceite en una almazara del siglo XVII.

Tomado de: *historiasdelbajoaragon*, 2015

Junto con estos se incluyen en su dieta ingredientes como berenjena, arroz, caña de azúcar, espinacas, cítricos, entre otros.

Tal como menciona Ambrosio Huici Miranda “la reverencia por el pescado”, que fue mejorado en técnicas por la introducción de las árabes, es también importante para el pueblo español ya que se empieza a utilizar el escabeche, que funciona además como conservación de los alimentos y es muy empleado en la cocina actual.

Se replicó la maceración de las carnes con especias y vegetales y los encurtidos en vinagre para aplicarlas junto al fuego en cobre y demás técnicas de cocción.

Para la destilación del alcohol se adaptó el uso de alambiques para este fin, aun cuando los árabes no consumían alcohol por su religión y lo hacían para usos medicinales, los españoles lo usaron para crear bebidas alcohólicas que pudieran ser consumidas.

En el siglo XVIII se conoce más acerca de la confitería con influencias francesas debido a la relación que mantenían estos dos países y se refina el proceso introducido anteriormente en el que se consumían dulces a manera de pan y miel.

Para la influencia judía además del consumo de pescado y gazpachos, es importante mencionar la utilización del comino el cual era muy utilizado dentro de sus preparaciones.

Esta religión era basada más que nada en tradiciones y momentos religiosos para los cuales se preparaban los platos.

En cualquiera de estas dos religiones, el consumo de cerdo era prohibido. Es por eso que el consumo de carnes como la del cordero realza ante otras.

Dentro de la religión cristiana, se describen otros procesos en los cuales se incluyen la carne de cerdo tal como la elaboración de jamones, el consumo de cerdo y el desarrollo de dulces y postres en conventos. (Sánchez-Albornoz, 1978).

Uno de los factores más importantes que daría un cambio muy grande, fue el viaje que realizó Colón a América



Figura 7. Llegada de Cristóbal Colón a América.

Tomado de: donquijote, 2014.

La introducción de nuevos ingredientes como las papas, el maíz, el tomate riñón, el pimiento, el cacao y la vainilla fueron determinantes para las preparaciones posteriores.

El cacao por ejemplo, era muy apreciado por la burguesía a manera de bebida con trigo.

Las papas han cumplido un protagonismo en salvar a los pobladores de la hambruna, sin embargo fue difícil adaptar los paladares sobre todo de los campesinos a este nuevo producto. (Castro, 2001).

### **Francia.-**

La gastronomía francesa es un referente histórico para el campo por las bases que ha otorgado.

Es parte del Patrimonio cultural inmaterial de la Humanidad por su gran aporte a la cocina mundial, además de ser un reflejo de la identidad nacional en la cultural y social.

*“Patrimonio cultural inmaterial significa las prácticas, representaciones, expresiones, conocimientos y habilidades - así como los instrumentos, los objetos y artefactos, los espacios culturales asociados con los mismo que las comunidades, los*

*grupos y en algunos casos los individuos reconocen como parte de su legado cultural. Este patrimonio cultural inmaterial, transmitido de generación a generación, es constantemente recreado por comunidades y grupos en respuesta a su entorno, su interacción con la naturaleza y su historia, y les proporciona un sentido de identidad y continuidad, promoviendo de este modo el respeto por la diversidad cultural y la creatividad humana. Para los fines de esta Convención, la consideración se concederá únicamente al patrimonio cultural inmaterial en tanto sea compatible con los vigentes instrumentos humanos de derecho, así como con los requerimientos de mutuo respeto entre comunidades, grupos e individuos, y a un desarrollo sostenible.” (UNESCO, 2003).*

Considerada por su refinamiento, su gran diversidad de productos, preparaciones y más que nada técnicas que han tenido repercusión en las cocinas de varios países. (Wiley, J. p.2).

La influencia de la cocina francesa está presente en casi todas las cocinas de Occidente, las cuales han incorporado sus bases para el desarrollo e innovación de sus recetas.

Dentro de la riqueza gastronómica de Francia, se debe considerar que la mayoría de las zonas del país posee su cocina y recetas particulares con la utilización de ciertos productos. (Capelo, 2013).

- Noroeste: crema y mantequilla.
- Suroeste: Foie gras, Aceite.
- Sureste: aceituna, finas hierbas, tomate.
- Norte: cerdo, cerveza
- Este: tocino, salchichas

También el vino, queso, pescados y espumantes son productos característicos del país.

Como todo proceso, la gastronomía francesa ha cambiado y evolucionado de acuerdo a momentos históricos dados en el ámbito político, social, cultural, entre otros. Junto a esto el tener acceso a nuevos productos. La mayoría de estos grandes e importantes cambios se daban en la ciudad de París que también servía como lugar de intercambio entre los cocineros de renombre, la sociedad y desde aquí partía la influencia al Reino y resto de las poblaciones, junto con esto los productos se distribuían con la regulación de las autoridades y los reyes. Además se empieza con la especialización de los productos para el trabajo haciendo de sus trabajos una actividad específica. (Valles Rojo, 2007).

Para la Edad Media, el consumo de alimentos dentro de su dieta diaria, se basaba sobretodo en ingredientes o productos disponibles en sus alrededores de acuerdo a las estaciones y los fines religiosos. Por esta razón eran preparaciones repetitivas, aun cuando existían cambios para los banquetes aristocráticos en los que se buscaba hacer preparaciones más elaboradas.

En estos banquetes los platos se consumían carnes de todo tipo, salsas, preparaciones a base de harina de trigo, o alimentos procesados para hacerlos puré con la interpretación de que la absorción de nutrientes era mejor. En este momento, la forma de terminar estas celebraciones de comida era con un <<*issue de table*>> el cual antecede al postre actualmente.

Dentro de este tiempo, ya se utilizaban especias como pimienta, canela, nuez moscada o el clavo de olor. Además del vinagre. Para la cocción de alimentos, se empleaba el fuego principalmente en ollas de bronce y la utilización de piedras.

En este momento de la historia, ya se contemplaba un libro de recetas a cargo de Guillaume Tirel (Taillevent) quien era el encargado de servir en los banquetes reales y fue considerado un maestro de las guarniciones.

Durante el siglo XVII y principios del Siglo XVIII es donde empieza la revolución culinaria de Francia. Aquí se aplican hierbas y condimentos más suaves los cuales no supongan preparaciones muy especiadas. Por ejemplo:



perejil, tomillo, laurel, estragón. Además, se consumen hortalizas como coliflor, espárragos, pepinillos y se introducen técnicas para aprovechar y hacer menos perecederos los alimentos. (Wheaton, 1996).

La Revolución Francesa marca un antecedente muy importante dentro de la cocina ya que al eliminarse los gremios, la preparación de alimentos y la venta de los mismos eran accesibles a todos.



*Figura 8.* La Revolución Francesa y la invención del restaurante.

Tomado de: elpensante, 2012.

En este momento, Marie-Antoine C  reme aparece como un protagonista ya que es el encargado de la clasificación, elaboración y refinamiento de fondos y salsas madres que serán la base para las preparaciones de la cocina antigua y moderna. Con esto se logra marcar una diferencia entre la cocina de casa y la industrial.

Estudi   las ramas de cocina y se dedicó a refinar y organizar las técnicas de cocina, además de recetas y diseño del menú. Al ser un cocinero de reyes, fue el primer famoso junto con sus creaciones elegantes de pastelería principalmente. Aún con eso su trabajo más importante fue el intelectual porque llevo a la modernidad a la cocina. Siempre enfatizó en el orden y los procedimientos para así crear más lógica. Sus aportes tales como agregar ingredientes para realzar sabores al igual que las salsas que cumplían una

función de realzar más no cubrir. Inculcó procesos no muy simples. Pero llegaban a resultados puros. (Wiley, J. p.3).

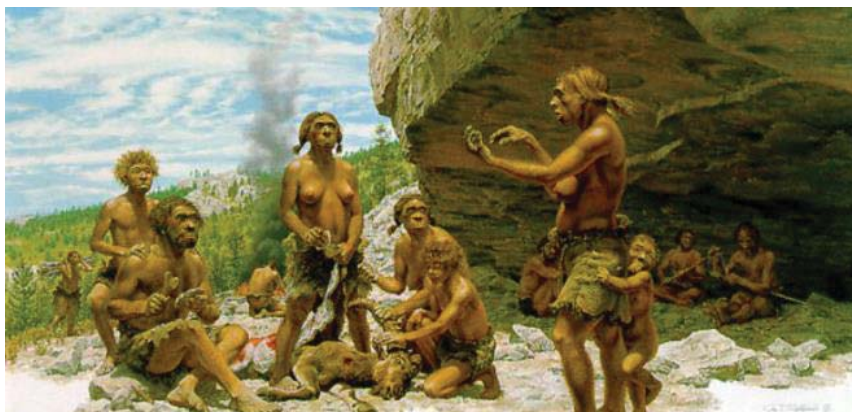
### 1.3. EVOLUCIÓN DE LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA

#### 1.3.1. Época Aborigen

Los primeros pobladores de América son estimados entre cuarenta y cincuenta mil años antes de Cristo. Existen varias teorías acerca de su llegada, sin embargo la que es comprobada es aquella que menciona a la migración proveniente del Asia, específicamente de Siberia por el estrecho de Bering. (Ayala, 2012, pág. 17).

En el territorio del actual Ecuador, sobre todo en los valles altoandinos, existe evidencia de poblamiento desde el año doce mil antes de Cristo, en las cuales las condiciones climáticas con temperaturas elevadas aportaron al desarrollo y en la calidad de vida de los pobladores.

Los primeros habitantes fueron grupos de nómadas y cazadores los cuales se especializaron en la cacería de fauna andina y los vegetales eran conseguidos en los bosques.



*Figura 9. Aborígenes ecuatorianos.*

Tomado de: ecuavisa, 2001.

Los objetos o armas que se utilizaban para este fin eran desarrollados con:

-Basalto: Roca de origen volcánico de color gris oscuro que contiene menos de 53% de sílice. (Instituto Geofísico, 2017).

-Obsidiana: Roca de origen volcánico de color gris oscuro que contiene menos de 70% de sílice. (Instituto Geofísico, 2017).

Al ser nómadas y mantener asentamientos temporales, vivían en cuevas, grietas o fosas de formación natural, además de construcciones simples a base de paja y ramas. Estas ubicaciones eran pensadas de acuerdo a la facilidad con la que se podría acceder a la caza y recolección. Los asentamientos tardíos son los de la Costa en los que se incluye la pesca como parte de la recolección.

Para la cocción de estos alimentos, sean de origen animal o vegetal, se empleaban grandes fogones cavados en la tierra.

Gastronomía: su dieta estaba basada principalmente en los productos obtenidos mediante pesca, caza y recolección.

### **1.3.2. Período Formativo Temprano / Cultura Valdivia**

Esta cultura es considerada como la más antigua del continente americano la cual data de los años 4500 y 2000 antes de Cristo, por lo cual su duración es extensa. Desde el inicio cuando el hombre se transformó de nómada a sedentario una de las causas principales fue el descubrimiento de la cerámica, esta cerámica le permitió modificar los modos de cocción de los alimentos. Inicialmente esta cerámica era rústica con pocos acabados pero cumplía su rol, este tipo de cerámica en el primer grupo sedentario del actual Ecuador evidencia improntas de maíz y perteneció al grupo denominado Valdivia, ubicado en la península de Santa Elena a orillas del río Chanduy. (Áviles, 2017). El trabajo realizado en cerámica no solo estaba presente en las figurillas, era también empleado en vasijas, cuencos, utensilios, tiestos,

donde se encuentran dos tipos de vasijas, unas ceremoniales y otras utilitarias, es posible distinguirlas porque las segundas evidencian hollín en la parte inferior. (Avilés, 2017).



*Figura 10.* Vasija doble vertedero Valdivia.

Tomado de: enciclopediadelecuador, 2012.

En 1971, Jorge Marcos, arqueólogo, descubrió en excavaciones realizadas en Chanduy, piezas de cerámica que contenían improntas de textiles por lo que se deduce que los habitantes de esta cultura utilizaron algún tejido para la confección de su indumentaria.

Uno de los factores más importantes acerca de esta cultura inicia con los primeros indicios de la agricultura. Esto se da ya que los humanos empiezan a buscar una alimentación que les ofrezca productos más variados con los cuales complementar su ya existente dieta basada en caza y recolección. De esta manera, fueron aprendiendo a domesticar a los animales y las plantas.

Gastronomía: su dieta estaba basada en plantas domesticadas por estos habitantes originarios. Además, en este período de tiempo se domesticaron plantas pertenecientes a varios tipos de clima. Su conocimiento en el cultivo de productos como el fréjol, el maíz, hojas de achira, maní, ají, zapallos, frutas como papayas, piñas, chirimoyas, aguacates, ciruelas entre otras, les permitió diversificar su dieta. (Ayala, 2012, pág. 18).

Tabla 1

*Plantas domesticadas en América*

NOMBRE	LUGAR DE DOMESTICACIÓN
Achira	Sudamérica y Tierras tropicales del Caribe
Ají rocoto	Sudamérica tropical
Ataco	Andes centrales y Mesoamérica
Cañihua	Andes centrales
Camote	Sudamérica tropical
Capulí	Andes centrales y Mesoamérica
Coca	Sudamérica tropical
Chocho	Andes centrales
Guayaba	Sudamérica tropical
Haba criolla/Habichuela	Sudamérica tropical y Mesoamérica
Maní	Sudamérica subtropical
Mashua	Andes centrales
Mate	Sudamérica tropical, Mesoamérica y África
Melloco	Andes centrales
Naranjilla	Andes
Oca	Andes centrales
Papa	Andes centrales
Papa china	Sudamérica tropical
Poroto	Andes centrales
Quinoa	Andes centrales
Tabaco	Sudamérica tropical
Tomate riñón	Origen andino domesticada en Mesoamérica
Yuca	Sudamérica
Zapallo	Andes centrales y Mesoamérica

Adaptado de Historia del Ecuador I, 2015, p.27.

### 1.3.3. Período Formativo

Este período se desarrolla entre los años 1300 y 550 antes de Cristo; este fue el momento en el que el avance de las sociedades se vio beneficiada sustancialmente a raíz de la intensificación de la agricultura ya que con esto empezaron a obtener excedentes dentro de sus cultivos y era apropiado para sustentar a sus guerreros y personajes importantes.



*Figura 11.* Excedente de producción agrícola.

Tomado de: analisisdelentornodeber1parte, 2011.

Debido a esto, se dio inicio a la diferencia social, aun cuando la estructura comunal se mantenía al igual que el control de todos hacia los medios de producción.

En este período, se encuentran indicios de intercambio entre pobladores de las distintas regiones del país y a partir de esto surge la necesidad de elementos para transportación y se crean tejidos, cestos y nuevas formas de utilizar la cerámica con innovaciones también en las viviendas.

De igual manera se desarrollan nuevos instrumentos que servirían para múltiples labores tales con materiales como piedra, madera y hueso. (Ayala, 2012, pág. 20).

Gastronomía: su dieta estaba basada productos provenientes de cultivos agrícolas como maíz, quinua, papa, fréjol, animales de caza, ají, sal, concha Spondylus y coca.

#### 1.3.4. Desarrollo Regional

Este período se caracteriza por un avance considerable dentro de la agricultura lo que les permitía tener un excedente de producción que era intercambiado entre diferentes grupos humanos con la finalidad de adquirir productos escasos como la sal, la hoja de coca, las semillas de achiote, la concha Spondylus, entre otros. Fue notable también el desarrollo de la metalurgia y la lapidaria, dentro de la metalurgia se pudo observar un gran avance sobre todo en el grupo La Tolita ubicada al norte de Esmeraldas quienes no solo lograron fundir oro, plata y bronce debido a que dentro de sus realizaciones es posible encontrar piezas con incrustaciones de piedras preciosas y alineaciones de estos tres metales.



*Figura 12.* Fragmentos de platino La Tolita.

Tomado de: casadelacultura, 2008.

La cultura Guangala que se desarrolló desde Manabí hasta Santa Elena evidencia un desarrollo considerable en la producción de maíz. Su cercanía al mar permitió complementar su dieta con productos del mar y a su vez incluir ciervos resultantes de la caza a su dieta diaria. (Pino, 2017).

Gastronomía: su dieta se estaba basada en maíz, coca, quinua, pesca, concha *Spondylus*.

### 1.3.5. Integración

Este período se caracteriza por la formación de *señoríos étnicos* y su relación entre comunidades a través de alianzas que eran de suma importancia y que les permitió un desarrollo económico, tecnológico y político. (Ayala, 2012).

Una de las razones principales para la conformación de los señoríos fue la amenaza latente de la invasión Inca.



Figura 13. Señoríos Étnicos.

Tomado de: parqueochasqui001, 2007.



Gastronomía: su dieta está basada principalmente en productos que intercambiaban entre las comunidades, las cuales servían también de manera comercial.

### **1.3.6. Conquista Incásica**

El actual territorio ecuatoriano antes de la llegada de los españoles ya fue conquistado por un grupo proveniente del sur, específicamente del altiplano de Bolivia. A manos de Tupac Yupanqui el ejército Inca inicia la invasión desde las tierras del sur del actual Ecuador y pese a la feroz resistencia que encontraron por los pobladores llegan hasta el actual Cañar donde fundan la ciudad de Tomebamba y es precisamente en ese lugar donde nace Huayna Capac quien va a consolidar la colonización de este territorio.

Esta conquista implicó una mezcla en las formas y las técnicas de trabajar la tierra implementando en este territorio las terrazas agrícolas y los sistemas de riego, con este solo hecho la dieta de los pobladores originarios se vio modificada de sobremanera.

La presencia de los Incas duró poco tiempo en el territorio del actual Ecuador con la muerte de Huayna Capac en el año 1528 se da inicio a una guerra civil entre Atahualpa y Huascar lo que debilitó al Imperio. (Salvador Lara, 1981, pág. 129).

Una de las principales formas en las cuales operaban cada comunidad, era el autoabastecimiento en temas de cultivo. Es por eso que existió mayor intercambio de productos y conocimientos ya que los Incas incorporaban todo el conocimiento de los grupos conquistados a su Imperio.

Principalmente se cultivaban y cosechaban productos como el maíz, algodón, coca, tubérculos, papa, quinua, amaranto, entre otros. (Ayala, 2016, págs. 23-27).

El Imperio Inca dentro del actual territorio ecuatoriano llegó a su fin tras la muerte de Atahualpa en el año de 1533 a manos de los españoles. (Pino, 2017).



*Figura 14.* Atahualpa.

Tomado de: ipgh, 2011.

Gastronomía: su dieta estaba basada en animales como llamas, cuy, alpacas, pescados, además de diferentes tipos de tubérculos y raíces, papa, cereales como la quinua, el amaranto, maíz, hierbas aromáticas, frutas, entre otros.

### **1.3.7. Conquista española**

La conquista española en el territorio ecuatoriano da sus primeros pasos en el año de 1532 con las primeras expediciones de las costas del actual Ecuador. Para 1533 desembarcan doscientos cuatro hombres, la mayoría

españoles de origen vasco sin embargo también se incluyen un francés, un flamenco, un griego y dos negros. (Pazos, 2008).

Un grupo de Cañaris descontentos con el régimen Inca, conspiran con los españoles para capturar a Atahualpa en Cajamarca. Atahualpa es convocado a una reunión a la cual asiste con un ejército de aproximadamente cincuenta mil hombres y luciendo sus mejores galas; él consideraba que iba a reunirse con una de sus deidades venida del mar.

Para los españoles este fue el momento perfecto para capturarlo. Ocho meses después Atahualpa fue ejecutado al garrote acusado de herejía y de haberse casado con su hermana. Este hecho marca el fin del Imperio Incásico y el inicio de la conquista española. (Ayala, 2012).

Para el año de 1534 se funda la ciudad de San Francisco de Quito, siendo esta la segunda fundación de Quito, la primera se realizó a orilla de la laguna de Colta bajo el nombre de Santiago de Quito.

Con la fundación de San Francisco de Quito se realiza la distribución de la tierra para los doscientos españoles y la orden franciscana.

### **Formas de sometimiento.-**

Los españoles para dar inicio a la colonización en un primer momento se apoyaron en los caciques Incas, los que les permitían mantener el control sobre los indígenas, sus tierras y su producción agrícola.

Para lograr este objetivo se implementaron tres formas de sometimientos: las mitas, los obrajes y las encomiendas. La finalidad de esto era mantener en un mismo espacio a manera de reducciones la mayor cantidad de indígenas posible. Esto les aseguraba el derecho sobre su mano de obra.

Una vez consolidados estos sistemas se procedió a traer productos y animales españoles e implementarlos en estas tierras.



*Figura 15.* Captura de Atahualpa.

Tomado de:theapricity, 2005

## **CAPÍTULO II**

### **2.1. DIAGNÓSTICO**

#### **2.1.1. Análisis introductorio de la dieta de los españoles del siglo XVII-XVIII**

La dieta de los españoles respondía a varias condiciones entre ellas estaba la religiosa, y la fuerte influencia que productos árabes y judíos tuvieron en las preparaciones ibéricas, en sus inicios puede observar de acuerdo a Castro, (2001) la utilización de ingredientes que eran fáciles de moler, como los cereales. A partir de eso desarrollaron preparaciones horneadas como el pan, o potajes y cocidos que eran acompañados con alguna salsa. No necesariamente eran preparaciones calientes, se desarrollaron sopas frías que se acompañaban con pan.

El consumo de aceitunas se popularizó en España debido a que usaban el aceite de mejor manera para conservar o para freír los alimentos, adoptando al mismo tiempo el uso y consumo de; berenjenas, arroz, caña de azúcar, espinaca y cítricos. El vino ocupó un papel importante dentro de la mesa, acompañando a las comidas de distintas horas del día.

Se conoce más sobre la confitería proveniente de Francia y adaptada dentro de las preparaciones españolas, con un conocimiento mayor acerca de gazpachos y pescados.

Es importante recalcar que la introducción de productos del “Nuevo Mundo” a las cocinas españolas, cooperó para que tenga como resultado preparaciones nuevas como las “patatas bravas” o “tortilla española”, que de igual manera eran preparadas y consumidas por diferentes clases sociales.

Dentro de los

productos introducidos a la península ibérica se encuentran: las papas, maíz, tomate riñón, pimientos, cacao y vainilla.

Parte importante de la gastronomía española de este tiempo fue la maceración de carne con especias y vegetales para luego ser consumidas, junto a esto el escabeche se volvió popular.

Sus preparaciones eran principalmente realizadas en hornos de leña o piedra, y posteriormente tras la introducción del cobre en ollas del mismo material.

### **2.1.2. Análisis de la introducción de productos europeos a la dieta de los primeros pobladores del actual Ecuador**

#### **Productos introducidos durante la época de conquista en América**

La introducción de nuevos productos al Ecuador, no solo desencadenó una transculturación en el tema gastronómico, sino que además marco precedentes en temas económicos al imponer medidas de control y asignación de precios para productos americanos y productos traídos desde España, este cambio dentro de la alimentación generó además un cambio político, económico y social.

#### **Cereales.-**

La dieta española estaba constituida ya por una serie de productos cultivados en tierras ibéricas, tras la implantación de las colonias inicia la introducción de muchos de estos productos, los mismos que en tierras americanas encontraron el clima y las condiciones óptimas para su desarrollo, como es el caso del:

## Trigo.-

Con la llegada de la primera orden religiosa que fue la Franciscana, llegan también las primeras semillas de trigo a tierras del actual Ecuador, que por gestión de Fray Jodoco Rique y Pedro Gocial con la implementación de la primera Escuela de Artes y Oficios en lo que es hoy una parte del convento de San Francisco, se enseñó a los naturales, la forma de cultivar esta semilla, para posteriormente convertirla en pan. De acuerdo a Pazos (2008), se introdujeron las semillas de trigo en un cantarillo o recipiente de cerámica que tenía inscrito en flamenco antiguo “Que aquel que me ve/ no se olvide de Dios.” El encargado de sembrar este producto en donde actualmente se encuentra la plaza de San Francisco fue justamente Fray Jodoco Rique, a quien también se le atribuye la elaboración de cerveza y de quien se supone que junto a los franciscanos difundió el producto, además de elaborar harina para luego utilizarla amasada en horneados como pan.



*Figura 16.* Trigo.

Tomado de: v3wall, 2008.

**Cebada.-**

La orden franciscana fue la primera en inaugurar un fábrica de cerveza en su convento, dentro de la colonia española, por lo que se presume que fueron quienes introdujeron este cereal en la Real Audiencia de Quito, enseñando a los indígenas la forma de arar con buey para aumentar la producción del grano, en muy poco tiempo esta cereal se tomó los campos andinos, y formo parte importante de la dieta de los pobladores originarios.



*Figura 17. Cebada.*

Tomado de: elabcnaturista, 2013.

**Arroz.-**

La llegada del arroz recorre un camino largo desde los primeros cultivos registrados en China incluso antes de Cristo y gracias a las migraciones humanas se hace posible la introducción de este cereal por parte de los árabes a los españoles quienes lo cultivan en mayor cantidad desde el siglo XVIII. Para el territorio de la Real Audiencia de Quito, lo más importante a destacar es la aclimatación del arroz que pudo desarrollarse de mejor manera gracias a que los esclavos africanos tenían el conocimiento sobre el tratamiento y cultivo del grano.





*Figura 18.* Plantación de arroz.

Tomado de: fotolia, 2009.

### **Frutas, verduras y leguminosas:**

#### **Caña de azúcar.-**

Este producto data de años anteriores a Cristo y su origen es aún incierto, se presume que la migración fue un factor muy importante para la expansión de este producto. Según Pazos (2008), habla de la caña de azúcar entre otros productos introducidos en un texto de Velasco. Para la siembra y cosecha de la caña de azúcar se utilizó la mano de obra de esclavos africanos quienes ya tenían conocimiento acerca de las plantaciones y su tratamiento por lo que fue más fácil su cultivo y posterior uso. El valor que tiene este producto es muy importante ya que de este existen productos derivados como el aguardiente que marcó un cambio irreversible dentro del consumo de nativos y de los españoles que venían al territorio tal como se describe en las resoluciones del Cabildo, de igual manera el azúcar, la panela y otros licores que son todavía parte de la dieta diaria de los habitantes; además es una especie que desplazó a otras plantaciones como la de coca por su alto valor económico y consumo dentro de este período de tiempo.



*Figura 19.* Plantación de caña de azúcar.

Tomado de: agriculturers, 2017.

### **Haba.-**

Esta leguminosa es consumida desde tiempos remotos y fueron los españoles quienes la introdujeron hacia América ya que para ellos el consumo de habas era bastante popular, sobretodo en la Edad Media. Según Pazos (2008), existen escritos del padre Bernabé Cobo llamado *Historia del Nuevo Mundo* en donde se menciona varias veces y se hace alusión a los alimentos introducidos que eran consumidos sobre todo por los habitantes de la hoya de Guayllabamba.



*Figura 20.* Haba.

Tomado de: fruteriadevalencia, 2015.

**Pimienta.-**

Su origen se lo atribuye a la India y desde ahí se popularizó en Europa. La introducción de la pimienta (especialmente la pimienta negra) como una especia fue responsabilidad de los españoles quienes embarcaron poco a poco este ingrediente ya que su costo era alto y la intención era que sirviera solamente para los conquistadores, no para los indígenas. En Ecuador ya se utilizaba otra especie de pimienta que era proveniente del molle, sin embargo no era apreciada como la de España y su sabor claramente es diferente. En textos de Juan de Velasco se hace referencia a la venta de estos dos tipos de pimienta recalando que la nativa se la despreciaba. Al tener un alto costo, la compra de pimienta era exclusiva de personas con poder adquisitivo alto.

La utilización de esta especia depende de la preparación, por lo general se la utiliza molida pero puede ser entera.



*Figura 21.* Pimienta negra y blanca.

Tomado de: recetas, 2013.

**Comino.-**

El origen de esta especia se la atribuye a la zona mediterránea, por esta razón su influencia dentro de la comida española no se hizo esperar por parte de los árabes. Al ser un ingrediente que se lo utilizaba de varias

formas, en varios productos y en varias preparaciones se lo introdujo a América y se la adaptó también a las preparaciones nativas de nuestros indígenas. Al igual que el anterior, su introducción hacia Ecuador fue a través de embarcaciones que desembocaron en el puerto de Guayaquil, de ahí se presume que la utilización de este ingrediente sea tan apetecido en la costa.



*Figura 22. Comino.*

Tomado de: vitadelia, 2014.

### **Ajo.-**

Este ingrediente se remonta en la historia al Asia, desde ahí su propagación a la zona del Mediterráneo en donde se lo utilizaba para cocinar y para tratamientos medicinales. Su uso dentro de España data de tiempos antiguos en donde se preparaban alimentos con este ingrediente para realzar los sabores de las comidas o en salsas para acompañar. En algunos casos era vedado por el aroma que dejaba en el aliento aunque después se regularizó y normalizó su uso. Su influencia en países europeos desembocó en la introducción hacia América de mano de los españoles a finales del siglo XV. Después de su introducción su cultivo en las afueras de Quito se popularizó y sobre todo en la parte de la Sierra. Incluso según relatos se conoce que el ajo formaba parte de las preparaciones cotidianas principalmente en los refritos que son base de muchos platos de diferentes regiones.



*Figura 23. Ajo.*

Tomado de: exportersindia, 2017.

### **Perejil.-**

Esta herbácea se origina en la Isla de Cerdeña y se expande por el Mediterráneo y de ahí su uso en las preparaciones no solo españolas sino además francesas. Al igual que varias hierbas se las utilizaba no solamente en la cocina, se consideraban sus usos medicinales. El perejil tomo rápida expansión debido al uso que se le daba en Francia, país que marcaba las bases y tendencias culinarias y se popularizó por su agradable aroma ideal para algunas preparaciones.

La siembra y cultivo de perejil se realizaba principalmente en los alrededores de Quito, incluyéndose rápidamente en la dieta diaria de los pobladores quienes lo usaban sobre todo fresco. En el recetario de Juan Pablo Sanz, descrito por Pazos (2008), se hace referencia a este producto hablando incluso de las cantidades adecuadas para su uso y la importancia del mismo dentro de preparaciones como guisados.



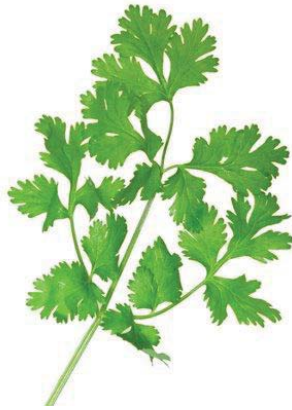
*Figura 24.* Perejil.

Tomado de: cocinista, 2011.

### **Culantro/Cilantro.-**

Según Vallejo (2004), el origen del cilantro se ubica en el continente asiático, principalmente centro norte de la India, centro sur de Rusia y regiones orientales de Afganistán y Pakistán, aunque existe evidencia arqueológica de la gran importancia que los egipcios le daban a esta planta. A Italia, España, Francia y Portugal llega esta planta a través de los mercaderes que comercializaban especias y plantas exóticas traídas del lejano Oriente. (Diederichsen, 1996).

Con la llegada de los españoles a tierras americanas durante la época de la conquista esta planta llega al continente iniciando su cultivo en los monasterios y conventos y posteriormente difundiéndose en todo el territorio. Su inclusión dentro de preparaciones gastronómicas fue casi inmediata debido a la importancia que tenía dentro de la dieta española.



*Figura 25.* Cilantro.

Tomado de: tecnoagro, 2016.

### **Cítricos.-**

Dentro de los cítricos traídos desde España podemos encontrar principalmente limón, naranja, lima y toronja. Estos fueron introducidos en primer lugar para ser cultivados y cosechados en los monasterios, sin embargo su rápida adaptación al consumo generó que existan plantaciones de los productos provocando así que puedan llegar a más consumidores nativos y españoles.

De esta forma el uso dentro de preparaciones fue en corto tiempo volviéndose en algunos casos indispensables. Según Unigarro (2010), la inserción de nuevos productos y su consumo contribuyó en la desaparición de algunos productos nativos debido a que estos no tenían la popularidad de los productos introducidos y la tierra al igual que las condiciones climáticas de algunos lugares eran idóneos para su cultivo y cosecha.



*Figura 26. Cítricos.*

Tomado de: ar.selecciones, 2003.

### **Animales introducidos en la Real Audiencia de Quito:**

La dieta española estaba constituida por animales consumidos en tierras ibéricas de diferentes regiones del país, tras la implantación de las colonias inicia la introducción de muchos de estos animales, los mismos que en tierras americanas encontraron el clima y las condiciones óptimas para su desarrollo dadas en principio por los conquistadores o sus acompañantes quienes conocían las necesidades para el correcto crecimiento de estos animales. Avanzada la crianza, eran ellos también quienes se dedicaban a la distribución y venta de los mismos en la mayoría de los casos. Algunos de estos animales son:

#### **Cerdo.-**

Se conoce que la introducción de este animal se da ya que Sebastián de Benalcázar embarcó una piara de estos animales, al integrarse a la expedición para la conquista del Perú junto con Francisco Pizarro y los españoles. De este modo se indica dentro de la primera referencia que los cerdos ingresaron en primer lugar por la península de Santa Elena. De igual manera se presume que los criaban en los conventos donde se enseñaba el faenamamiento y posterior uso de la carne del animal; también pasado cierto



período de tiempo se inició con la cría de cerdos por parte de habitantes de la ciudad en la actual zona de Tumbaco.

### **Chivo.-**

El chivo, llamado o caracterizado por ser hijo de la cabra, es un animal que llegó de igual manera desde la península de Santa Elena junto a los barcos de los conquistadores, quienes eran los únicos responsables y encargados de su crianza. Después de su introducción y su conocimiento acerca de crianza, alimentación y faenamiento se lo utilizaba en preparaciones que eran según Unigarro (2010, pág.99) preparadas en principio por las mujeres nativas por lo cual le agregaban en algunos casos productos andinos y productos endémicos ecuatorianos. Este animal, al igual que otros estaba regido para su consumo por las órdenes que dieran en el Cabildo y las regulaciones existentes para la venta y consumo.

### **Vaca.-**

Animal introducido del cual las preparaciones eran y son hasta hoy a partir de su carne y vísceras. En la época de la colonia, debido al incremento en la oferta y la demanda de este animal se prohibió su venta a Popayán y se reguló que los mataderos y carnicerías vendan la carne a través de puestos de venta debidamente asegurados, así como la prohibición de faenar a las “vacas hembras” o reproductoras.

Además de la carne y vísceras, se tomó muy en cuenta los productos que se obtenían a partir de la leche y la manera de ordenarlo y distribuirlo para los ciudadanos.

### **2.1.3. Análisis de técnicas de preparación de alimentos introducidos por los conquistadores españoles**

Desde el período prehispánico se tiene conocimiento acerca de materiales, artefactos y preparaciones que requerían una o varias técnicas de cocción de acuerdo a lo que se necesitaba para la elaboración de un plato de comida, al llegar al período de conquista muchas de estas técnicas y artefactos utilizados no son adaptados a la nueva manera de cocinar porque se ven desplazados por los introducidos por los conquistadores.

En el Ecuador, ya existían muchas técnicas que fueron desarrolladas por los propios y algunas introducidas en el período Incásico, como lo menciona Pazos (2008, pág. 31) se puede inclusive deducir la utilidad que se le daban a ciertos cuencos, vasijas, refractarios y demás artículos que se han encontrado en la época aborígen, variando en formas, tallados, utilidad y tamaños de acuerdo a la cultura a la que pertenecía.

La conquista española, aparte de todos los cambios que generó en la vida diaria de los nativos, sumo nuevas formas de preparar los alimentos con la introducción de nuevas técnicas de cocción y conservación utilizadas en España. Entre estas técnicas nuevas se puede destacar:

**La fritura.-**

Esta técnica de cocción se introdujo principalmente tras la llegada del aceite y el conocimiento de materias grasas provenientes de animales, consiste en llevar a profundidad a un producto con la materia grasa a una temperatura adecuada para freírlo, o utilizar la materia grasa para “dorar” los productos por la parte externa con la ayuda de una sartén, manteniéndolo crocante por fuera y blando por dentro. (Unigarro, 2010, pág. 124). Esta técnica fue muy utilizada en platillos típicos que lo preparaban sin distinción alguna de las clases sociales y eran consumidas por todos, en algunos casos los cambios considerables estaban en los ingredientes utilizados para las preparaciones, lo cual hacía que tenga mayor o menor valor o que sea consumida de acuerdo al poder adquisitivo y gusto de cada persona.

**Cocido a vapor/ Baño maría.-**

Esta técnica fue introducida por los españoles, sin embargo es replicada de los franceses, quienes marcaron las técnicas para la cocina clásica antes de que sea llevado por los españoles hacia América. Se trata de cocinar los alimentos con el vapor del agua hirviendo o en el caso del baño maría, aprovechar el vapor generado del agua sin que esta llegue a su punto de ebullición para cocinar ciertos alimentos.

Conjuntamente con las técnicas, se introdujeron también otro sistema de medidas como son las libras y kilos, los indígenas americanos utilizaban las manos para medir la cantidad del producto. De acuerdo a Unigarro (2010), este sistema de medidas fue totalmente diferente al que utilizaban los nativos que medían sus productos basándose en equivalencias monetarias o en lo que se disponía en platos, canastas y en algunos casos se utilizaban las manos para medir la cantidad de un producto mediante “puñados”. El historiador Julio Pazos (2008), indica que para 1535 se convocó a Juan de Lara, para la fijación de la venta de medida de cereales instaurando el “almud”, como forma de medida pero también menciona otras formas como la “fanega”, la media “fanega”, y el medio almud.

**Molienda.-**

Los naturales de estas tierras utilizaban para la molienda principalmente de maíz los “morteros”, pero estos eran también utilizados para la molienda de una gran variedad de productos como cereales y granos.



*Figura 27.* Mortero de piedra cultura Cañari.

Tomado de: morterodepiedra, 2015.

Con la llegada de los españoles también arribaron técnicas como los molinos accionados con agua, molinos que utilizaban la fuerza de burros, asnos o caballos para girar y triturar los granos.

**Escabechar.-**

Se llama de esta manera a un adobo frío que cuenta con especias y lo más importante es el vinagre, con esta mezcla se condimenta o marina y se conserva sobre todo pescados, mariscos, hongos y aves de corral. Esta es una técnica milenaria que se la atribuye a los árabes fue difundida a nivel mundial por parte de los españoles. (Larousse, 2014, pág. 125).

### **Horneado.-**

La técnica de hornear los alimentos era ya utilizada por los indígenas nativos, sin embargo se lo utilizaba para asar alimentos en un horno construido con piedras calientes cubiertas con tierra y hierbas u hojas que permitieran concentrar el calor y el vapor para cocinar los productos. Sin embargo, la introducción de hornos de bóveda o fijos construidos con concreto o cemento, que se accionaban en un principio con fuego alteró además de los sabores la manera tradicional de hornear los productos. Fue muy popular para la producción de pan.

Es importante mencionar que otro de los cambios muy importantes dentro de las preparaciones fue la inclusión de especias para el adobo de los alimentos, en especial los tipos de carne obtenidos de varios animales las cuales eran tratadas únicamente con sal en un principio.

#### **2.1.4. Transculturación de la dieta en la época colonial**

Todos los productos y técnicas introducidas durante la época de conquista española dieron como resultado un sincretismo y en muchos casos una transculturización de las preparaciones culinarias de los pobladores originarios.

De esta manera encontramos como resultado las siguientes preparaciones:

#### **Atadas a festividades religiosas:**

Uno de los símbolos más representativos de los indígenas nativos es la "Chakana" o Cruz Andina, la cual está representada en varias figurillas, tejidos, construcciones, cerámicas y utensilios y sirve principalmente como un calendario agrícola, aunque sus usos están atados a la cosmovisión indígena. Este calendario permite entre muchas cosas determinar los solsticios y los equinoccios.

## Los Raymis.-

### “Chakana” o Cruz Andina.-

La cosmovisión andina estaba regida principalmente por el sol y su posición para determinar los solsticios y equinoccios, los naturales de la región andina elaboraron calendarios ligados a las fases lunares y solares en base a los cuales determinaban tiempos de siembra y cosecha. Justamente, a partir de esto los indígenas celebran fiestas importantes para ellos cargados de símbolos y de tradiciones culturales. Las fiestas de equinoccio son fiestas femeninas atribuidas a la Luna mientras que las fiestas de solsticio son fiestas masculinas atribuidas al Sol. Estas “adoraciones” fueron aprovechadas por parte de los conquistadores que al llegar a las Américas se encontraron con culturas desarrolladas en aspectos como la siembra, los cultivos, normas y códigos bien estructurados y por ese motivo tomaron ventaja y en lugar de desvanecerlas por completo utilizaron las fiestas indígenas para ligarlas a fiestas cristianas en el proceso de cristianizar a los nativos por parte de los sacerdotes. (Burneo, 2017).



*Figura 28. Chakana.*

Tomado de: eluniverso, 2017.

Entre ellas destacamos:

**Pawkar Raymi.-**

Fiesta celebrada en el equinoccio desde febrero hasta el 21 de marzo conmemorando temporada de cosecha de granos tiernos. Esta festividad también es conocida como “Mushuc Nina” o Fuego Nuevo. Inicialmente se preparaban potajes con estos granos tiernos, después de la conquista y al ser ligada a la Semana Santa se inicia la preparación de la fanesca.

**Fanesca.-**

La preparación de esta tradicional sopa consta de granos tiernos, leche, pescado y frituras, es consumida en Semana Santa y sobre todo en viernes Santo tiene un origen todavía incierto ya que existen algunas historias detrás. Se conoce que los indígenas nativos preparaban ya una especie de guiso con granos tiernos en uno de los Raymis.

En referencia a los granos utilizados que son introducidos por los conquistadores españoles, fue una manera de evangelizar a los nativos e incorporar sus productos en preparaciones. Según Burneo (2017), antes de la conquista española se preparaba esta sopa y se comía carne de cuy silvestre, luego con la llegada de los españoles, sus productos traídos desde Europa se incluyeron de forma que podían relacionarse a los doce apóstoles y con la inclusión del bacalao se representaba a Jesús.

Los colonizadores aprovecharon también para que esta preparación de lugar al intercambio de productos entre regiones, fomentando el comercio interno, siendo este factor determinante para la rápida expansión de los productos introducidos. Sin duda alguna es una de las recetas más antiguas, la cual consta en escritos del siglo de XVII por Juan Pablo Sanz en los que se describe sus ingredientes y preparación, pero realmente existe una gran variedad de recetas según la región, provincia e incluso tradición familiar en las que los ingredientes pueden variar.



*Figura 29. Fanesca e ingredientes.*

Tomado de: eluniverso, 2015.

### **Inti Raymi.-**

Fiesta celebrada en el solsticio de verano de junio por motivo de la última cosecha del año, conocida como la “Fiesta del Sol y la Cosecha” siendo de gran importancia para los indígenas siendo una muestra de gratitud a la tierra o “Pachamama” con música, danza y una “pambamesa” que permite compartir los alimentos, de igual manera hay un elevado consumo de chicha en dicha celebración.

Esta fiesta fue ligada al Corpus Christi.

### **Coya Raymi.-**

Celebrada en septiembre conocida como la “Fiesta de la Luna” se elogia a la luna y a la tierra como elementos o símbolos de fertilidad y se da inicio a la preparación de los suelos e inicios de los cultivos. Fundamentalmente es un homenaje a la “Pachamama” o madre tierra, quien se prepara para recibir las semillas de los cultivos. Esta fiesta fue ligada a figuras de vírgenes como la Virgen de la Merced, Virgen del Cisne y Virgen del Quinche.



### **Colada morada.-**

Para la celebración del día de los difuntos se consume este “comeibebé” que es una combinación entre harina de maíz negro o morado, mora, mortiño, piña, babaco, frutillas, naranjilla, panela, hierbas o ataco y especias dulces. Se celebra el Día de los Difuntos el 2 de Noviembre y es aquí donde los cementerios se llenan de gente que visita a sus seres queridos que han muerto, con ofrendas y comida como el cuy asado, la chicha de jora, tortillas de maíz y “achucuta” la cual es una sopa con granos y carne de res. (Burneo, 2017).

Para los indígenas originarios, esta celebración data de hace más de cinco mil años, en las que los indígenas según su cosmovisión andina y su observación en los ciclos que se cumplen en la naturaleza creían en la continuidad de la vida después de la muerte, por costumbre antes de la colonización y durante los primeros años de la misma de acuerdo a Kowii, A (2014), muchos grupos humanos andinos, sacaban a procesión a las momias de sus ancestros, acompañando este rito con canticos ceremoniales y una bebida conocida como mazamorra negra que incluía sangre de llama, considerado un animal sagrado.

El origen de esta bebida es discutida por ciertos autores, sin embargo como explica Kowii, A (2014), esta es el resultado del sincretismo entre mazamorra y los productos traídos por los europeos.



*Figura 30. Colada morada.*

Tomado de: turismo.gob.ec, 2015.

### **Kapak Raymi.-**

Fiesta celebrada el 21 de diciembre con el solsticio de invierno. Es el renacer de la cosecha en donde germinan las semillas nuevamente. Representa la fiesta de la masculinidad por lo que en algunas culturas representa el paso de la niñez a la madurez con el primer corte de pelo. Esta fiesta fue ligada con la Navidad.

### **Dentro de lo cotidiano:**

#### **Pan y tortillas.-**

Los nativos no conocían el pan ya que no existía el trigo hasta su inclusión por parte de Fray Jodoco Rique en los conventos franciscanos, lo que si tenían y consumían eran tortillas hechas con diferentes productos y maíz sobre todo. Según Pazos (2008), existen escritos de Diego Trujillo en los que se relatan que los españoles comieron tortillas de maíz. Además, según los escritos del Archivo de Indias (Morán, 2017), la descripción de las preparaciones de los Incas y de los pueblos conquistados incluían preparaciones de tortillas de maíz, el cual era primero secado al sol y molido en metate o mortero y luego las tortillas se tostaban. Por lo general se comían a distintas horas del día y podrían ser acompañadas de alguna otra preparación o producto como la chicha, vegetales o carne de algún animal.



*Figura 31.* Tortilla de maíz.

Tomado de: latortillarestaurante, 2016.

### **Mote sucio.-**

El mote es un tipo de maíz cocido en agua y sal, el cual estuvo presente en la dieta de los indígenas nativos desde tiempos remotos, cambia su manera de prepararlo tras la inclusión del cerdo al territorio. Los indígenas quienes preparaban los alimentos para los “blancos” utilizaron los restos de las pailas donde se cocinaba la carne del animal, que era más que nada grasa y pequeñas hilachas de carne para incorporar ahí el mote creando un nuevo plato que toma este nombre debido a que dejaba de ser un maíz solamente blanco y por lo general neutro en sabor para “mancharse” de un color oscuro que lo adquiriría de la manteca del cerdo y su acción con la carne. En la actualidad el consumo de mapahuirá que en conclusión es la grasa y residuos de la carne de cerdo es intencionalmente preparado.



*Figura 32. Mote sucio.*

Tomado de: latortillarestaurante, 2016.

### **Hornado.-**

El protagonismo del cerdo dentro de las comidas ecuatorianas y sobre todo andinas es de gran importancia, debido a que muchas preparaciones derivan de la carne de este animal, platos como la fritada, la chugchucara, el seco de chancho o el hornado, nos indican el alto nivel de aceptación que tuvo este animal dentro de las preparaciones de los indígenas nativos.

El hornado, que se presume viene de la palabra “horneado” es un plato que se denominó como la interpretación del famoso plato de cochinitillo en Valencia, pero esta versión ecuatoriana que combina ingredientes endémicos e introducidos y es una preparación afamada en cualquier región del país. (Burneo, 2017). Su preparación consiste en carne de cerdo aliñada con sal, pimienta, ajo, limón, chicha o cerveza, aceite de achiote y otros ingredientes que también varían de acuerdo a la receta familiar o de la provincia, el cual se deja reposar durante al menos un día para luego ser horneado; como acompañante de esta carne es indispensable el mote y los llapingachos o tortillas fritas de papas mezclada con queso desmenuzado.

Otro acompañamiento para el hornado es el “agrio”, una preparación que varía de acuerdo a cada cocinero pero incluye por lo general tomate riñón,

cebolla y chicha o jugo de naranja lo que hace que su sabor sea particularmente especial. Tal como se menciona anteriormente, la variación de los acompañantes del hornado, varía principalmente en la región donde se lo prepara porque se aprovechan los productos que están a sus alrededores.



*Figura 33.* Hornado.

Tomado de: elcomercio, 2014.

### **Secos.-**

La creencia es que adquiere su nombre de la palabra “second” en inglés, que significa segundo. Estos son platos totalmente mestizos ya que incluyen productos introducidos y endémicos. Este plato recorre lo largo y ancho del Ecuador y es uno de los más consumidos en la dieta diaria de los ecuatorianos. Dependiendo de la región o lugar donde lo prepara, las guarniciones suelen variar y pueden ser papa, aguacate, lechuga y maduro frito, pero lo que nunca falta es un tipo de carne animal y el arroz colorado que se lo hace con aceite de achiote y la adición de cerveza y naranjilla. Dentro de las carnes animales más comunes para su preparación se encuentran: pollo, carne, pato, chancho y chivo. Todos estos tienen la misma base de refrito, sin embargo de acuerdo al tiempo de cocción que cada una de las carnes necesite varía el tiempo de preparación. El consumo de este

plato es tan popular que se lo encuentra con facilidad no solamente en las casas sino en muchos lugares como los mercados, los comedores populares, los restaurantes de categoría e incluso en hoteles.



*Figura 34.* Seco de pollo.

Tomado de: eluniverso, 2015.

### **Vísceras.-**

La introducción del consumo de vísceras es algo que surge después de la llegada de los españoles porque en las distintas clases sociales de España el consumo de estos órganos era conocido y aplicado como el rabo de toro, la lengua, entre otros y se puede apreciar esta adaptación principalmente en la zona amazónica que es donde se conserva la mayor cantidad de costumbres prehispánicas y se evidencia que los indígenas nativos no consumen vísceras, sin embargo en algunos platos como el “ayampaco” el cual después de la llegada de personas del viejo continente tiene una variación en la que se incluye además del pescado las vísceras del pollo.

Dada la estratificación social de índole elitista impuesta por lo españoles solo las clases más bajas consumían vísceras de animales, razón por la cual los nativos utilizaron los restos de los animales faenados, desechados por los

españoles para la elaboración de sus alimentos, incorporándolos en su dieta diaria.

### **Tripa Mishqui.-**

Conocido en algunos lugares como “chinchulín”, es una preparación de tripa o intestino de res lavada con agua y limón, la cual debe ser marinada con sal, pimienta, comino, cilantro, ají y otros ingredientes y especias que contienen numerosas variaciones, luego de ser aliñada se las cocina a la parrilla y se sirve con mote, papas, choclo o la mezcla de todos estos, sin dejar de lado la presencia de las salsas de ají.

Es importante mencionar que incluso de acuerdo a la región o provincia donde se lo prepare, el carbón para asarlas es diferente y perfumado de distintas maneras, haciendo así de esta una preparación absolutamente diferente en cada una de sus versiones. Este plato que es muy conocido y forma parte de la identidad ecuatoriana, su nombre proviene de una palabra quichua, “mishqui”, que significa dulce o delicioso.

El origen de este plato se da con la introducción de la vaca y además de las especias y hierbas utilizadas para la preparación.



*Figura 35.* Tripa mishqui.

Tomado de: eltelegrafo, 2016.

**Sopas:**

Las sopas son una preparación universal, en casi todos los rincones del mundo existe la costumbre o tradición de comer una sopa con productos que estén o dependan de la zona en donde se encuentran, Ecuador no es la excepción y si bien es cierto los nativos no tenían la costumbre de hacerlo, su consumo empieza a partir de la llegada de los conquistadores.

Con los productos introducidos y muchos de los endémicos se da inicio a la preparación de este plato que ahora es muy tradicional en las distintas regiones del país y de igual manera cambia de acuerdo a lo que se pueda encontrar a los alrededores. En cada región del Ecuador se encuentran distintos productos que son los protagonistas de estas preparaciones y por esta razón existen alrededor de 2000 tipos de sopas, es una tradición que ha venido desde tiempos remotos hasta la actualidad y son las responsables de contar o mostrar una historia detrás, además de ser un reflejo de la comunidad y la herencia que se ha pasado en las familias de generación en generación haciendo de las sopas un elemento importante dentro de la mesa ecuatoriana. (El Comercio, 2014).

**Caldo de patas con mote.-**

La preparación de esta sopa que incluye principalmente pata de res y mote, es una de las más tradicionales que se pueden encontrar dentro de la gastronomía ecuatoriana. Al ser la vaca un animal introducido y el mote un producto endémico, se evidencia la adaptación de los productos a las preparaciones. Además, otros de sus ingredientes son yuca, perejil y cilantro, cebolla, ajo, achiote, comino, orégano maní y leche, junto a la sal y la pimienta y un caldo o fondo forman una de las sopas más representativas de la cocina quiteña que debe ser servida muy caliente para evitar que el colágeno de la pata de res haga espesa o gelatinosa la preparación. Al igual que muchas de las preparaciones su receta varía de acuerdo a la zona o lugar donde se lo prepare.





*Figura 36.* Caldo de patas con mote.

Tomado de: tqma, 2015.

### **Caldo de 31.-**

Su nombre viene de acuerdo a la historia que dice que los obreros y albañiles iban a final de mes, justo después de cobrar su sueldo a consumir este caldo que incluye en su mayoría vísceras de res como el corazón, la ubre, las tripas, la panza, el pulmón e incluso llegan a poner el nervio. Su preparación tarda mucho tiempo (alrededor de 10 horas) por la minuciosa limpieza de los órganos y la larga cocción que se le aplica para asegurarse que queden suaves, de igual manera utiliza un refrito que es una costumbre europea para sazonar los caldos o fondos en los que posteriormente se prepararían las recetas. Debido al valor nutricional que contiene es considerado muy bueno para reanimar a las personas.



*Figura 37. Caldo de 31.*

Tomado de: lahora, 2010.

### **Locro de papas.-**

“Lugru” en quichua, esta sopa de papas y tubérculos es considerado en sus inicios dentro del período incásico o incluso pre-incásico como una mazamorra la cual se elaboraba utilizando técnicas de cocción ancestrales y los productos endémicos, constaba principalmente en la cocción de los tubérculos en abundante agua con sal para suavizar los productos y que sean fáciles de consumir o también cocinarlos hasta que se deshagan y se conviertan en algo similar a un potaje.

Se presume según los escritos de Fernández Oviedo, militar y cronista se utilizaba el ají para aderezar los guisos como un condimento, más no para agregar picante a las preparaciones. Al existir una gran cantidad de hierbas aromáticas se puede deducir que de igual manera se agregaba paico o alguna hierba que desprenda aroma al juntarla con el agua hirviendo. Según Pazos (2008), el locro podía estar acompañado en ocasiones de “charqui” o carne secada al sol.

Después de la conquista española esta sopa de tubérculos y papas especialmente se ve modificada con la inclusión de nuevos productos y

técnicas de cocción, uno de los cambios más importantes es la utilización del refrito para generar una base de sabor y aroma, el aceite, manteca o diferentes tipos de grasa, condimentos como la pimienta y el comino y además la leche y el queso. Con esto, se vuelve una preparación más aderezada y diferente en textura y sabor.



*Figura 38.* Locro de papas.

Tomado de: hastalavuelta, 2015.

### **Sopa de lluspas.-**

Se llama “lluspas” a las pequeñas bolas que se hacen con harina de maíz. La preparación que precede a esta sopa está asociada a las “gachas” o masas de harina de trigo que los españoles consumían y debido a la escasez de trigo que existía en un principio, hasta que los productos introducidos se aclimataran y crecieran, se utilizaba harina de productos nativos tales como el maíz, razón por la cual debieron adaptarlo. El líquido de esta sopa es a base de huesos de res al que se le añaden vegetales como la col, la cebolla, las papas, los ajos, manteca de cerdo y huevos, este sería también el agua que se utilizaría para preparar las lluspas que están rellenas de queso y cebolla finamente picada y salteada con achiote.



*Figura 39.* Sopa de lluspas.

Tomado de: hastalavuelta, 2015.

## CAPÍTULO III

### 3.1. Resultado de la investigación

Como resultado de esta investigación, se comprueba que existen muchos productos de consumo diario que han sido introducidos desde España con influencia de toda Europa a América. Estos productos son de todo tipo y tienen diferentes orígenes, sin embargo la mayoría ha sido incluida en las preparaciones tradicionales dando así un nuevo tipo de comida llamada como tradicional o “criolla” que es ahora interpretada como la cocina después de la colonización.

A pesar de que los nativos ya tenían una sociedad desarrollada, en ciertos aspectos como la agricultura contaban también con preparaciones hechas a base de los productos que tenían a su alcance, así como los productos que conseguían del intercambio con las diferentes culturas de otras regiones.

Con la conquista española se da la introducción a América de productos venidos desde Europa, principalmente por que estos eran parte de su dieta diaria, por lo que en los barcos que se dirigían hacia América, embarcaban todo lo que creían necesario, tal como se puede observar en los registros de navíos del Archivo de Indias en Sevilla, en los que constan todos los productos y cantidades que se enviaban al “Nuevo Mundo”, los cuales fueron no solo consumidos sino cultivados en el caso de los productos de origen vegetal y criados en el caso de los animales; debido al clima y las condiciones del suelo la mayoría de estos productos se adaptaron de buena manera, iniciando un sincretismo dentro de las preparaciones culinarias de los originarios y los conquistadores, junto a estos productos se introdujeron nuevas técnicas de cocción y utensilios.

Los productos más representativos, por el impacto que produjeron y por su efecto en la creación de platos representativos, se puede mencionar por ejemplo:

**Productos vegetales:**

Ajo, alverja, arroz, caña de azúcar y derivados, cebada, cebolla, cedrón, cilantro, cítricos, haba, hierbaluisa, lenteja, limón sutil y real o “meyer”, manzana, manzanilla, mostaza, naranja, olivo y derivados, orégano, perejil, plátano, toronjil, trigo, uva, zanahoria

**Animales:**

Vaca, oveja, cabra, cerdos, chivos, gallinas, caballo, abeja, pavo.

**Espicias:**

Anís, azafrán, laurel, comino, pimienta dulce, pimienta negra, curry, cúrcuma, clavo de olor, nuez moscada.

Con la utilización de estos productos junto con los nativos, se crean la mayoría de los platos de lo que hoy se conoce como la cocina tradicional quiteña o criolla, la cual es una mezcla de lo local los productos introducidos, las técnicas y el comercio interregional.

### **3.2. Principales preparaciones resultantes del sincretismo entre la Real Audiencia de Quito y colonizadores**

La llegada de los españoles, generó un fuerte sincretismo en la dieta de los pueblos originarios los que tuvieron que adaptarse a las nuevas condiciones que los ibéricos impusieron, la utilización de los restos de animales, permitió el desarrollo de platos que con el pasar de los años se ganaron el título de “tradicionales”, claro ejemplo de esto son: yaguarlocro, tripa mishqui, caldo de patas, mote sucio, caldo de 31. Siendo estos platos típicos de diferentes localidades del actual Distrito Metropolitano de Quito.

Antes de la llegada de los hombres de ultramar, la cultura de las sopas era casi incipiente, todos los productos traídos por los españoles junto a sus técnicas de preparación fueron la catapulta para el desarrollo de platos como: fanesca,

locros, sopa de lluspas, caldo de gallina, timbushca, sopa de quinua, sopa de fideo, sopas con arroz, entre otras.

El consumo del arroz, en la actualidad ocupa un lugar importante en toda la mesa quiteña, este producto introducido, encontró en las regiones costeras, un clima ideal para su desarrollo, convirtiéndose en protagonista de preparaciones: secos de diferentes animales como; pollo, el chivo y la vaca, además muy utilizado en platos dulces como el arroz con leche.

La llegada de la caña de azúcar permitió el inicio de preparaciones dulces entre las que encontramos, colaciones, compotas, mistelas y destilados que en poco tiempo se hicieron parte importante del ser y el que hacer de todos los habitantes de la Real Audiencia de Quito, para los que la utilización de estos destilados acompañados de otras especies permitió el nacimiento del canelazo, que en principio fue una bebida que incluía canela y naranjilla a la que posteriormente se le incluyó licor de caña.

Los calendarios festivos religiosos encontraron un fuerte apoyo en los calendarios solares indígenas, aprovechando esa cultura ya instaurada, los españoles hicieron coincidir las festividades indígenas paganas con las festividades religiosas católicas, la gastronomía jugó un papel determinante en esta transición, es así que la colada morada, ocupó el lugar de la mazamorra negra, utilizada por los indígenas, reemplazando algunos de los productos locales por los productos traídos desde España.

Con la llegada de la orden religiosa franciscana, llegó también el trigo y la cebada y con el primero la forma de preparar pan, los franciscanos en los primeros años de la conquista enseñaron a los indígenas a labrar la tierra utilizando el buey como medio de tracción, esta planta se adaptó fácilmente a tierras andina y en poco tiempo el pan fue un actor principal en la dieta de todos los pobladores, en el convento también se instauró la primera fábrica de cerveza de toda Latinoamérica.

## Conclusiones

- Los cambios dentro de la gastronomía quiteña han sido el resultado de la combinación de productos y técnicas americanas y europeas, pudiendo evidenciar el sincretismo resultante de ese mestizaje en la mesa.
- El comercio entre las regiones permitió una rápida expansión de los productos y las técnicas por lo que se acoplaron rápidamente a las preparaciones de los nativos.
- El patrimonio cultural gastronómico quiteño es uno de los más ricos de la región, y esto se debe principalmente al hecho de que Quito fue el centro de la Real Audiencia de Quito, siendo este lugar el centro de acopio de todos los productos traídos desde Europa y de otras regiones del país.

## Recomendaciones

- Generar espacios públicos de fácil acceso, donde la información sobre el patrimonio cultural alimentario de Quito permita a los ciudadanos y ciudadanas conocer más sobre los platos y preparaciones tradicionales de la localidad.
- Impulsar proyectos de promoción y construcción de identidad cultural gastronómica.
- Proponer una mayor y mejor actividad investigativa dentro de los centros educativos sobre todo en aquellos que estén relacionados con la gastronomía, para tener un conocimiento más sólido que perdure en el tiempo acerca del patrimonio cultural alimentario del Ecuador.



## REFERENCIAS

- Adamson, M. W. (2002). *Regional cuisines of medieval Europe: a book of essays*. Londres: Routledge.
- Ávila, A. (2014). *Colada morada, bebida creada en los Andes para honrar a muertos*. Recuperado el 15 de Enero de 2017 de: <http://www.eluniverso.com/vida-estilo/2014/11/01/nota/4171146/colada-morada-bebida-creada-andes-honrar-muertos>
- Áviles, E. (s.f.). *Cultura Cosanga-Píllaro*. Recuperado el 18 de Enero de 2017 de: <http://www.encyclopediadelecuador.com/historia-del-ecuador/cultura-cosanga-pillaro/>
- Áviles, E. (s.f.). *Cultura Guangala*. Recuperado el 18 de Enero de 2017 de: <http://www.encyclopediadelecuador.com/historia-del-ecuador/cultura-guangala/>
- Áviles, E. (s.f.). *Cultura Tolita*. Recuperado el 18 de Enero de 2017 de: Enciclopedia del Ecuador: <http://www.encyclopediadelecuador.com/historia-del-ecuador/cultura-tolita/>
- Áviles, E. (s.f.). *Cultura Valdivia*. Recuperado el 18 de Enero de 2017 de: <http://www.encyclopediadelecuador.com/historia-del-ecuador/cultura-valdivia/>
- Ayala Mora, E. (2012). *Resumen de la Historia del Ecuador*. Quito, Ecuador: Corporación Editora Nacional.
- Ayala Mora, E. (2016). *Estudios Sociales*. Quito, Ecuador: Corporación Editora Nacional.
- Burneo, M. (8 de Enero de 2017). Licenciado en Gastronomía. (M. E. Luzuriaga, Entrevistador)

- Capelo, F. (6 de Marzo de 2013). Técnicas europeas. (M. E. Luzuriaga, Entrevistador)
- Castro, X. (2001). *Ayunos y yantares: usos y costumbres en la historia de la alimentación*. Madrid, España: Nivola Libros y Ediciones.
- Ediciones Larousse. (2014). *El Pequeño Larousse Gastronomique en español* (1ºa. Ed.). Puebla, México: Ediciones Larousse.
- El Comercio (2014). *Sopas, la identidad del Ecuador*. Recuperado el 16 de enero de 2017 de: <http://www.elcomercio.com/tendencias/sopas-identidad-ecuador-gastronomia-raices.html>
- Estrada, E. (1956). Ecuador.
- Marquez Ramírez, G. (2007). *Cuatro visiones del descubrimiento y conquista de América*. Pachuca, México: Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.
- Mataix, J. (2002). *Nutrición y Alimentación Humana*. Madrid, España: Ergon.
- Morán, G. (4 de Mayo de 2017). Licenciado en Historia. (M. E. Luzuriaga, Entrevistador)
- Pazos, J. (2008). *El sabor de la memoria: historia de la cocina quiteña*. Quito, Ecuador: FONSAL.
- Pino, E. A. (s.f.). *Enciclopedia del Ecuador*. Recuperado el 08 de enero de: <http://www.encyclopediadelecuador.com/historia-del-ecuador/cultura-tolita/>
- Real Academia de la Lengua Española. (2016). *Real Academia Española*. Recuperado el 06 de enero de 2016 de: <http://dle.rae.es/?id=1ra46Vc>
- Salvador Lara, J. (1981). *La Resistencia del Reino de Quito contra la Expansión Incaica; Historia del Ecuador*. Barcelona, España: Salvat Ediciones Ecuatoriana S.A.

Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. (2013). *Objetivos nacionales para el Buen Vivir*. Recuperado el 08 de enero de: <http://www.buenvivir.gob.ec/objetivos-nacionales-para-el-buen-vivir>

Stornaiolo, U. (1999). *ECUADOR: Anatomía de un país en transición*. Quito, Ecuador: Ediciones ABYA-YALA.

Unigarro, C. (2010). *Patrimonio cultural alimentario*. Quito, Ecuador: Ministerio de Cultura del Ecuador.

Vallejo, F., & Estrada, É. (2004). *Producción de hortalizas de clima cálido*. Palmira, Colombia: Universidad Nacional De Colombia.

