



ESCUELA DE GASTRONOMÍA

INVESTIGACIÓN DEL PATRIMONIO CULTURAL GASTRONÓMICO DE LA
FIESTA DEL INTI RAYMI EN LA LOCALIDAD DE CAYAMBE.

Autora

Karen Yessenia Torres Delgado

Año
2018



ESCUELA DE GASTRONOMÍA

INVESTIGACIÓN DEL PATRIMONIO CULTURAL GASTRONÓMICO DE
LA FIESTA DEL INTI RAYMI EN LA LOCALIDAD DE CAYAMBE.

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

Profesor Guía

Miguel Eduardo Burneo Monroy

Autora

Karen Yessenia Torres Delgado

Año

2018

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”

Miguel Eduardo Burneo Monroy
Chef
CC: 1711849602

DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR

"Declaro haber revisado este trabajo, Investigación del patrimonio cultural gastronómico de la fiesta del Inti Raymi en la localidad de Cayambe, de la estudiante Karen Yessenia Torres Delgado, del segundo semestre del año 2017, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los "Trabajos de Titulación".

Luis Alberto Narváez Almeida
Chef
CC: 1711189116

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.”

Karen Yessenia Torres Delgado

CC: 1720901873

AGRADECIMIENTOS

A mi familia y en especial a mi mamá Margarita por siempre estar a mi lado y brindarme todo su apoyo para cumplir cada uno de mis sueños.

A Sebastián por estar a mi lado siempre.

DEDICATORIA

A mi familia por todo el apoyo incondicional durante este proceso.

RESUMEN

El cantón Cayambe se encuentra aproximadamente a 1 hora y 30 minutos de la ciudad de Quito es un lugar lleno de historia y tradiciones, posee hermosos paisajes y su gente es muy amable, en los meses de junio y julio se celebran las fiestas de San Pedro y del sol las mismas que son una fusión de las fiestas religiosas católicas con las fiestas indígenas en honor al dios Inti o sol, estas festividades cuentan con su gastronomía por lo cual surgió la necesidad de crear esta investigación para realizar un análisis de la cultura y la gastronomía del Inti Raymi en la localidad de Cayambe.

Esta investigación buscó realizar un inventario gastronómico de las preparaciones que se realizan durante la fiesta, inicio con un levantamiento de información a través del método cuantitativo de la metodología de investigación, luego de recopilar esta información se realizó una investigación de campo donde se recolectó la información a través de entrevistas a expertos y a gestores gastronómicos para finalizar con la elaboración de un inventario gastronómico de los platos típicos del Inti Raymi.

ABSTRACT

The canton Cayambe is located approximately 1 hour and 30 minutes from the city of Quito is a place full of history and traditions, has beautiful scenery and its people are very friendly, in the months of June and July are celebrated the feasts of San Pedro and sun the same as a fusion of Catholic religious festivals with indigenous festivals in honor of the god Inti or sun, these festivities have their cuisine so the need was born to create this research to make an analysis of culture and Inti Raymi gastronomy in the town of Cayambe.

This investigation tried to realize a gastronomic inventory of the preparations that are made during the festivity, beginning with a survey of information through the quantitative method of the research methodology, after obtaining this information a field investigation was made and the information was collected through interviews with experts and gastronomic managers to finalize with the elaboration of a gastronomic inventory of the typical Inti Raymi dishes.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
OBJETIVOS	1
Objetivo general.	1
Objetivos específicos.	2
1. CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO.....	3
1.1. Patrimonio cultural	3
1.2. Patrimonio tangible	3
1.3. Patrimonio intangible:.....	3
1.4. Relación del sol con el ser humano.....	4
1.5. Celebraciones en el mundo relacionadas con el sol	5
1.5.1. En el mundo.....	6
1.5.1.1. América	6
1.5.1.2. Bolivia.....	7
1.5.1.3. Chile.....	7
1.5.1.4. Argentina	7
1.5.1.5. Perú.....	8
1.6. Inti Raymi	9
1.7. Rituales ancestrales	10
1.8. Inti Raymi en Cayambe	12
1.8.1. Gastronomía típica del Inti Raymi	13
2. CAPITULO II. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	14
2.1. Organización Metodológica	14
2.2. Métodos de investigación.....	14
2.3. Técnicas de investigación.....	15
2.4. Instrumentos	17
2.5. Propuesta.....	18

2.5.1. Localidad	18
2.5.2. Participantes	19
2.6. Metodología de la investigación	20
3. CAPITULO III. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	21
3.1. Presentación de resultados	21
3.1.1. Expertos.....	21
3.2. Resultados de las entrevistas	22
3.2.1. Historia de las fiestas.....	22
3.2.2. Las fiestas de San Pedro y el sol.....	23
3.2.3. Fiesta religiosa.....	24
3.3. Gastronomía en el Inti Raymi.....	25
3.3.1. Gestores gastronómicos	26
4. CAPÍTULO IV. RECETARIO GASTRONÓMICO DEL INTI RAYMI.....	29
4.1 Recetario gastronómico.....	29
4.1.1 Gastronomía de las fiestas de San Pedro y el sol.....	29
4.1.1.1. EMPANADAS DE VIENTO.....	29
4.1.1.2. Tortillas de tiesto	31
4.1.1.3. Papa Tandas	32
4.1.1.4. Chicha de Jora	34
4.1.1.5. Uchu Jacu y su colada	36
4.1.1.6. Pan de trigo	39
4.1.1.7. Choclo con queso.....	41
4.1.1.8. Mote con habas y fréjol	42
4.1.1.9. Caldo de gallina criolla	43
4.1.1.10. El Cariucho.....	45
4.1.1.11. El Mishqui y el Guarango	47
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	49
5.1 Conclusiones.....	49

5.2 Recomendaciones	49
REFERENCIAS	51
ANEXOS	55

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Puerta del Sol Bolivia.	7
Figura 2. Inti Raymi en Cuzco.	8
Figura 3. Inti Raymi en Ecuador.	9
Figura 4. Reinas del Inti Raymi.	10
Figura 5. Inti Raymi en Cayambe.	11
Figura 6. Pambamesa.	13
Figura 7. Mapa de Cayambe.	18
Figura 8. María Belén Cataña experta.	22
Figura 9. Gerardo Álvarez experto.	22
Figura 10. Vestimenta Cayambis.	25
Figura 11. Celebración cayambeña.	26
Figura 12. Dolores Cacuango.	27
Figura 13. Empanadas de viento.	29
Figura 14. Tortillas de tiesto.	31
Figura 15. Venta de papa tandas.	33
Figura 16. Chicha de jora.	34
Figura 17. Colada de uchu jacu.	37
Figura 18. Pan de trigo.	39
Figura 19. Choclo con queso.	41
Figura 20. Caldo de gallina tradicional.	43
Figura 21. Cariucho.	45
Figura 22. Penco andino.	47

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Metodología de investigación.....	20
Tabla 2 Empanadas de viento.	30
Tabla 3.Tortillas de tiesto.....	32
Tabla 4 Papa Tandas.....	33
Tabla 5 Chicha de jora.....	35
Tabla 6 Colada de uchu jacu	37
Tabla 7 Pan de trigo	40
Tabla 8 Choclo con queso	42
Tabla 9 Mote, frejol y habas.....	43
Tabla 10 Caldo de gallina tradicional	44
Tabla 11 Cariucho	46

INTRODUCCIÓN

El Inti Raymi es una fiesta tradicional de los pueblos y nacionalidades indígenas ecuatorianas, llena de cultura y significado ancestral, pese a toda esta identidad cultural, esta fiesta y sus preparaciones gastronómicas típicas no son del conocimiento de todos los ecuatorianos.

Al no existir un registro documentado que relacione la festividad con la gastronomía ancestral se corre el riesgo de que las preparaciones gastronómicas y su significado cultural sean olvidadas con el paso del tiempo. Esto a su vez no permite que el conocimiento tradicional que abarca esta fiesta sea presentado como una herencia cultural para las generaciones futuras.

La documentación de la fiesta del Inti Raymi y su patrimonio gastronómico permitirá transmitir el conocimiento de esta celebración y todo su bagaje cultural a todas las personas que deseen conocerla, esta fiesta es de mucha importancia cultural y ancestral para todos los ecuatorianos ya que es parte de la historia y tradición que ha marcado al Ecuador. Este registro documentado servirá de base para la enseñanza de la cultura y las tradiciones bajo las que se formaron las futuras generaciones quienes tendrán esta información cultural a su alcance.

OBJETIVOS

Objetivo general.

Realizar un recetario del patrimonio cultural gastronómico de la fiesta del Inti Raymi en la localidad de Cayambe.

Objetivos específicos.

1. Fundamentar teóricamente la evolución histórica de la fiesta del Inti Raymi basándose en fuentes de alto rigor académico.
2. Realizar una investigación acerca de los platos típicos relacionados con la fiesta del Inti Raymi.
3. Diseñar un recetario gastronómico acerca de los platos típicos consumidos en la fiesta del Inti Raymi.

1. CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO

1.1. Patrimonio cultural

Actualmente el patrimonio cultural es conocido por las personas por qué se puede evidenciar de muchas maneras, pese a todas estas muestras de patrimonio y cultura, la sociedad desconoce de todos los aspectos que conlleva el ámbito cultural y mucho más lo que es considerado como patrimonial, la palabra **patrimonio** es originaria del latín, que se refiere aquello que proviene de los padres, es decir son las pertenencias o conocimientos que se heredan de los antepasados, en sentido general siempre se relaciona al patrimonio con algo material, pero también hace referencia a cosas intangibles, abstractas y espirituales.(Hernández y Tresserras, 2010,p. 11).

1.2. Patrimonio tangible

Se entiende por tangible a todas las cosas que se puedan ver y tocar a través del tacto, es decir en relación al patrimonio son: las iglesias, museos, cuadros, representaciones gráficas, entre otras. (DefiniciónABC, 2017)

1.3. Patrimonio intangible:

Este tipo de patrimonio es aquel que demuestra a la cultura de forma viva, hace referencia a las costumbres, hábitos de la sociedad o modos de vida, tradiciones, rituales, fiestas, conocimientos ancestrales y actuales, diferentes lenguas, símbolos, la música, el baile, los saberes gastronómicos, valores, identidad, medicina tradicionalista, entre otros aspectos más, todos estos ejemplos son muestras de que este tipo de patrimonio está ligado a la creatividad e identidad cultural de la sociedad.(wordreference.com,2017)

El patrimonio cultural está compuesto por dos partes una intangible y una tangible, la parte intangible es la más vulnerable ya que está formada por la tradición oral e inmaterial que representan lo más frágil de la cultura, se ven

involucrados temas como: la memoria de los pueblos, sus tradiciones y modos de vida, con el transcurso del tiempo se han desarrollado amenazas como: la globalización, los cambios en las tradiciones, la imposición de pensamientos y estándares culturales, en vista de todos estos problemas por preservar el patrimonio se han creado entes u organizaciones que buscan que el patrimonio prevalezca en el tiempo, tratando de convertir aquello intangible en tangible a través de soportes, como documentos, libros, audios, entre otros, para que así las siguientes generaciones puedan conocer todo el patrimonio cultural posible. (Arévalo, J, pp. 929-932)

1.4. Relación del sol con el ser humano

Parte del patrimonio cultural del mundo es el conocimiento y tradición, desde hace mucho tiempo atrás las diferentes culturas que habitaban la tierra, relacionaban sus actividades diarias, sus saberes y costumbres a los astros del cielo, para muchas culturas como los egipcios el sol fue una de las principales deidades de adoración de igual manera en América, los mayas adoraban al sol y lo consideraban no solo fuente de poder sino también de conocimiento, los aztecas por otro lado se consideraban "el pueblo del sol" y su deber era cumplir la voluntad de este y brindarle alimento a través de sacrificios ya que según sus creencias la sangre del hombre era el alimento del sol ya que aportaba fuerza y la vitalidad del astro, el sol poseía la jerarquía más alta de los astros del cielo, ya que pensaban que era el que enviaba todo lo necesario para el hombre y la tierra. (bibliotecadigital.ilce.edu.mx, 2010)

Las culturas representaban al sol a manera de un círculo o disco, y se referían a la noche como la muerte del sol o su muerte diaria, algunas culturas conservaban sus conocimientos del astro en lugares como las pirámides, o en libros como el del Popol Vuh de los quichés, en el cual se referían al sol como el astro rey, después con el paso del tiempo, en la edad media y a principios de esta era, el sol dejó de tener tanta participación, perdiendo el vínculo que tenía esta estrella con el ser humano. (bibliotecadigital.ilce.edu.mx, 2010)

En el siglo XVIII el sol volvió a ser parte importante del ser humano, ya que junto con los avances de la época, se convirtió en un astro considerado en el campo de la medicina, ya que se crearon los llamados baños de sol para curar cierto tipo de males, después este conocimiento médico del sol fue difundido en Europa a mediados del siglo XIX, médicos suizos empezaron a realizar estudios que demostraban la eficacia del sol en la salud del ser humano, empezaron aplicar tratamientos solares a pacientes con afecciones cutáneas, raquitismo, problemas con articulaciones, entre otros, los cuales fueron prueba de cómo el sol actuaba de manera positiva. (Giner, 2010)

Toda esta información permite evidenciar como el ser humano desde hace mucho tiempo tiene una conexión con este astro, de tipo: espiritual, de conocimiento, de medicina, lo cual representa una muestra de patrimonio para la sociedad, hasta la actualidad el sol sigue siendo una parte importante de la cultura del mundo ya que aún existen celebraciones en su honor e incluso en muchas culturas en el mundo celebran su llegada, según cada cultura el Sol adquiere un nombre diferente pero sigue teniendo el mismo significado. (Bettio, 2012)

1.5. Celebraciones en el mundo relacionadas con el sol

Para entender de mejor manera el significado de las celebraciones en relación al sol, se debe conocer el significado de solsticio, es un término astronómico que hace referencia a la posición del sol con respecto a la línea ecuatorial, la palabra proviene del latín solstitium que significa **sol quieto**, los solsticios son acontecimientos que ocurren dos veces al año y son el momento en el que el sol alcanza su altura mayor y menor en el cielo, y a su vez la duración del día y de la noche alcanzan su máxima en el año, el solsticio de verano inicia el 20-21 de junio, y el solsticio de invierno 21-22 de diciembre, cada año. (Bettio, 2012)

1.5.1. En el mundo

La festividad más popular hasta la actualidad y que está ligada al solsticio de invierno, es la navidad, según los astros, esta celebración representa el triunfo de la luz frente a la oscuridad, esta fiesta coincide con las celebraciones de la llegada o nacimiento de la diosa Mitra en Roma que es una personificación del dios Sol, para los romanos y para los egipcios de igual manera en esta fecha, se celebra el nacimiento del llamado infante Horus, que representaba la luz y la vida y en el sentido del universo era una representación del sol de invierno. (Bettio, 2012)

Para los nórdicos el 25 de diciembre se celebra, el nacimiento del hijo de Odín y Friga, su nombre era Freyr que representaba una luz celestial, los habitantes de su pueblo a manera de ofrenda en su nombre regalaban pequeñas coronas hechas de muérdago y por la noche se encendían hogueras de gran tamaño.

En China por otro lado se realiza el festival del solsticio de invierno, se realiza generalmente el 21 de diciembre y hace referencia a los orígenes del yin yang ya que creían que existe equilibrio y armonía en el planeta porque coincide con el tiempo en el que sol es muy débil por lo cual su luz durante el día no posee mucha fuerza, después de realizar la celebración, existen días con más luz por lo que la energía es mucho más fuerte. (Bettio, 2012)

1.5.1.1. América

En América existen muchas fiestas en honor al sol, son diferentes en cada país debido a la cultura y tradiciones que poseen, en muchos países como Perú tienen mucha importancia ya que es un sitio lleno de historia ancestral, en otros países como Bolivia o Argentina las fiestas en honor al sol poseen el mismo significado de agradecimiento y de bienvenida al solsticio de invierno del hemisferio sur que es un punto de partida para muchos eventos importantes. (cometamagico.com.ar, s.f)

1.5.1.2. Bolivia

Fiesta del sol, Tiwanaku Bolivia: se celebran en las ruinas del mismo nombre, donde se encuentre ubicada la puerta del sol, en este lugar se realiza un ritual y el 21 de junio, al amanecer el sol entra por esta puerta, lo que representa el punto culminante de la celebración. (Copete, 2012)



Figura 1. Puerta del Sol Bolivia.

Tomada de: flickr.com, s.f

1.5.1.3. Chile

Este evento es muy importante para los chilenos, se realiza en la ciudad de Arica y lleva el nombre de: "Con la fuerza del sol", es conocido como carnaval andino que hace honor al sol, pero se celebra en el mes de enero, se realiza con el fin de rescatar la importancia de la cultura chilena que ha desaparecido con el paso del tiempo, es considerado el tercer carnaval más importante de América del sur. (ablturismo.com, 2016)

1.5.1.4. Argentina

La fiesta del sol en la quebrada de Humahuaca, el lugar es considerado patrimonio mundial de la humanidad como paisaje natural, alberga mucha cultura y tradiciones ancestrales y religiosas, la celebración inicia la madrugada del 20 de junio durante el solsticio de invierno y hace honor al sol en agradecimiento de otro ciclo agrícola. (argentina.travel, 2017)

1.5.1.5. Perú

En Perú la fiesta del sol es un evento de mucha importancia tanto para los locales como para los turistas internacionales, se celebra en muchas ciudades de Perú, pero toma mayor protagonismo en la ciudad del Cuzco, en la plaza arqueológica denominada Sacshayhuamán el 24 de junio, la ceremonia empieza en el templo de Coricancha con una reverencia al sol a manera de saludo y termina en la plaza arqueológica con un ritual en el cual el Inca al mando ingresa a la plaza seguido por alrededor de 200 personas denominadas "coya", en el sitio se realizan otros rituales como la bendición de la chicha de jora, y el agradecimiento por el sank'u que era el alimento principal en la dieta de los hombres andinos, durante la ceremonia se habla el idioma nativo el quechua pero para facilitar la comprensión del ritual a los turistas se realiza una traducción. (García, 2013)



Figura 2. Inti Raymi en Cuzco.

Tomada de: eluniverso.com, 2017.

Esta fiesta conlleva mucha tradición para Perú conmemora el inicio de un nuevo año, y el agradecimiento al dios Inti por las cosechas y para pedir éxito en la siguiente estación, evoca mucha identidad cultural, pese a que en la actualidad es una muestra teatral para los locales es un tiempo de homenaje a sus tradiciones. (cometamagico.com, s.f)

1.6. Inti Raymi

El Inti Raymi es una fiesta tradicional de las comunidades indígenas de los países andinos de América, esta fiesta que también se celebra en Ecuador como legado de la comunidad de los Cañaris e Incas que representa simbólicamente el agradecimiento de los pueblos a la pacha mama o madre tierra y al dios Inti o dios sol, por haber brindado una buena producción y cosecha de los productos andinos tradicionales, los cuales son usados por las comunidades para su alimentación o para el comercio. (culturaypatrimonio.gob.ec, s.f)



Figura 3. Inti Raymi en Ecuador.

Tomada de: turismo.gob.ec, 2016.

Esta gran fiesta andina inicia en el solsticio de verano del 21-22 de junio, la celebración empieza con la ceremonia denominada "INTIWATANA" donde todas las personas de la comunidad se reúnen en las plazas o en sitios de importancia ancestral, para luego formar un círculo en el cual según la tradición se transmiten energías, existen rezos y cantos y el momento ancestral en el cual se simboliza el solsticio prendiendo fuego y que continua con grandes comparsas de danzantes, bailes tradicionales, cantos y rituales acompañados de ofrendas y comida tradicional y para finalizar se realiza una bendición del altar del dios sol, el nombre de la ceremonia hace referencia a la unión que se trata de establecer entre el sol y la mitad del mundo como un tejido, ya que " Watana" significa **tejer** en idioma quichua. (Alarcón, 2017)



Figura 4. Reinas del Inti Raymi.

Tomada de: lahora2008.blogspot.com, 2010

En Ecuador existen dos provincias principales en las cuales la celebración tiene gran protagonismo, en Cañar y en Imbabura, estas provincias inician sus fiestas con la elección de la reina del sol la cual recibe el nombre de ÑUSTA, también existe la elección de la reina de la tierra y la reina del maíz la cuales reciben el nombre de ALPA ÑUSTA Y SARA ÑUSTA respectivamente, esta festividad ancestral incaica tiene cierta particularidad que se considera espiritual, ya que coincide con las celebraciones religiosas de San Pedro y de San Pablo, que fueron introducidas durante la conquista por lo españoles quienes impusieron el catolicismo en el país, por otro lado en la región costa del país, se celebra el Corpus Christi en honor al apóstol San Pedro Pescador con fecha del 25 de junio muy aproximada a las fiestas del sol, esta celebración tradicional se festeja con grandes bailes, comparsas y otros eventos. (Avilés, s.f)

1.7. Rituales ancestrales

Durante la celebración del Inti Raymi las comunidades indígenas que celebran esta gran fiesta ancestral escogen lugares de importancia ancestral y ceremonial, cada comunidad tiene lugares muy específicos donde celebran esta fiesta, en Cañar por ejemplo se celebra en las ruinas de Ingapirca, en

Cayambe se celebra en el sitio arqueológico de Puntyatzil, y en Pelileo en el sitio de Cruzpamba, todos estos lugares con significado sagrado para cada pueblo, cada comunidad realiza un ritual importante de agradecimiento y bendición a las deidades ancestrales, la de mayor importancia el dios Inti. (eltelegrafo.com.ec, 2011)



Figura 5. Inti Raymi en Cayambe

Los asistentes a la ceremonia se colocan alrededor de dos círculos formados con pétalos de rosas los cuales son una representación de los dos solsticios y de igual manera dos equinoccios que existen en el año, las rosas que conforman los círculos simbolizan el florecimiento, en muchos lugares se colocan cintas con bordados de colores llamados "pachacutic" que representan unión, energía y protección, sobre los círculos formados con pétalos de rosas se colocan diferentes alimentos como: naranjas, piña, habas, manzanas y diferentes tipos de granos, los cuales son una muestra de la fertilidad de la tierra, la ceremonia es dirigida por los "Yachas" que son los chamanes del pueblo los cuales por lo general usan vestimentas de color blanco en representación de la pureza o trajes típicos de su pueblo. (eltelegrafo.com.ec, 2011)

Para los locales de cada provincia donde se celebra el Inti Raymi, esta fecha representa purificación espiritual, por lo cual realizan limpiezas o baños de purificación, que se realizan bajo dos parámetros, el primero consiste en la elaboración de una bebida que contiene licor, diferentes especias como clavo de olor, canela y flores como claveles, esta bebida es colocada sobre la persona a la cual se realiza el baño, la segunda parte del baño se la realiza con diferentes plantas como: ruda, eucalipto, ortiga entre otras, las cuales se frotran sobre el cuerpo para eliminar las malas energías, después de realizar este ritual de purificación los participantes se deben bañar con agua de rosas después de dos días de haber realizado la limpieza ya que según la cosmovisión ancestral este tiempo sirve para que el cuerpo elimine las malas energías e incluso las enfermedades desaparezcan. (eltelegrafo.com.ec, 2011)

Otras comunidades de Imbabura realizan limpiezas para despojarse de la pereza, de las malas vibras y de la vagancia, con un baño de agua fría a la media noche acompañado de ortiga y alcohol. (eluniverso.com, 2012)

1.8. Inti Raymi en Cayambe

Esta localidad es uno de los principales puntos de celebración de la fiesta del Inti Raymi en la provincia de Imbabura, coincide con las fiestas de San Pedro por lo cual toda la ciudad se viste de colores para festejar la unión de lo espiritual y lo religioso, celebran con bailes, música creada únicamente para las fiestas, cantos, rituales, comparsas, desfiles y carros alegóricos, entre otras muestras de agradecimiento para la pacha mama y el dios Inti, durante las fiestas todos los locales visten sus trajes típicos, las mujeres usan faldas anchas también conocidas como centros, de colores vivos y con bordados brillantes, sus blusas de igual manera poseen bordados llamativos, usan sombreros con cintas, pulseras y gargantillas de colores y alpargatas bordadas y de colores vivos, los hombres usan sombreros y caretas y usan zamarros que son un tipo de pantalón elaborado con pieles de cabras o corderos. (andes.info.ec, 2013)

1.8.1. Gastronomía típica del Inti Raymi

La gastronomía andina basada en derivados del maíz, otros granos y tubérculos ha permitido la creación de platos típicos que se consumen durante celebraciones indígenas ancestrales como lo es la fiesta del Inti Raymi, durante esta fiesta se elaboran bebidas tradicionales como el "chawarmishqui" obtenido del penco y la chicha de jora que por lo general se elaboran con anticipación para que empiece a fermentar y tenga su sabor tan característico, esta bebida se prepara para todas las personas que acudan a la celebración, sobresalen platos típicos como: mote con frejol, humitas, papatandas, tamales, tortillas de tiesto y de piedra, coladas de harinas elaboradas con agua o leche que son conocidas como: "mazamorras", se consumen las salsas de ají tradicionales, salsas de pepa de zambo y maní las cuales se acompañan de papas y de diferentes proteínas animales de las cuales destaca el CUY. (Pazos, 2012)



Figura 6. Pambamesa.

Tomada de: elcomercio.com, 2015

Durante el ritual del Inti Raymi se realizan las "pambamesas" que son una tradición indígena que denota la unión del pueblo con los alimentos, donde todos comparten su comida y comen de igual manera, los asistentes a la ceremonia deberán acudir acompañados de comida como: mote, chochos, fréjol, queso y bebidas tradicionales los cuales compartirán al momento de realizarse la pambamesa, lo cual es una muestra simbólica de agradecimiento a la tierra por los alimentos. (Alarcón, 2017)

2. CAPITULO II. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. Organización Metodológica

La organización metodológica consiste en una serie de procedimientos que se deben seguir para lograr cumplir los objetivos planteados en el inicio del trabajo de investigación, estos procedimientos no solo sirven para poder obtener información relevante para el desarrollo, sino también para establecer los participantes, los entes colaboradores, los instrumentos y técnicas sobre los cuales se desarrollara el proyecto de investigación. La organización metodológica se debe desarrollar dependiendo de las características del problema que se plantea a través del proyecto de investigación. (Ramos,2008)

2.2. Métodos de investigación

Los métodos de investigación son ciertos procedimientos que se desarrollan bajo una base teórica, reglas y leyes previamente establecidas y estudiadas, mediante las cuales se busca llegar al objetivo establecido. Existen una gran variedad de métodos de investigación, el método científico es uno de los más importantes y es aquel que utiliza la ciencia como instrumento en el desarrollo de investigaciones, los diferentes métodos de investigación se usan dependiendo de la clase de investigación que se desea realizar, ya que cada uno busca llegar a un objetivo específico utilizando el conocimiento y técnicas bajo los cuales se basan. (Ramos, 2008)

En la presente investigación se utilizará diferentes métodos de investigación los cuales permitirán alcanzar cada objetivo planteado, para el desarrollo del capítulo uno que corresponde a la fundamentación teórica del proyecto de investigación se va a usar el método analítico sintético que según Bernal (2010), consiste en realizar una división del objeto de estudio para así estudiar cada una de sus partes de manera individual y más detallada para después unir y analizar de manera conjunta. Para obtener la información se usará la técnica de revisión bibliográfica en la cual la información se obtiene de fuentes

como: libros, internet, revistas, periódicos, artículos, entre otros, dando como resultado una recopilación de información que permite fundamentar teóricamente la fiesta del Inti Raymi y su gastronomía

- En el capítulo dos del proyecto de investigación se realiza una explicación acerca de la metodología de investigación, donde se explica cada método utilizado para el desarrollo de cada capítulo.
- En el capítulo tres del proyecto de investigación se va usar el método cualitativo que según Bernal (2010), se trata de entender y analizar los sucesos, investigándolos desde el punto de vista de los participantes en un aspecto habitual. Esta información se va obtener mediante técnicas como la entrevista y observación de campo que permitirán obtener como resultado un levantamiento de la evolución de los platos típicos del Inti Raymi en la localidad de Cayambe hasta la actualidad.
- Para el capítulo final del ante proyecto de investigación, se va utilizar el método sintético que según Bernal (2010), consiste en descomponer el tema de estudio para analizar cada parte individualmente para así posteriormente unir la información y realizar un análisis conjunto de todas las partes. Esta información se va recopilar con la técnica de fichas de resumen para así obtener como resultado un inventario del patrimonio cultural gastronómico del Inti Raymi en la localidad de Cayambe.

2.3. Técnicas de investigación

Según Centty (2016) las técnicas de investigación son procedimientos tecnificados y sistemáticos que se implementan a los métodos de investigación y que tienen como característica principal recolectar información de manera rápida, cada técnica debe ser usada de acuerdo al tipo de investigación que se realiza, los objetivos principales son:

- Acceso al conocimiento de manera más ordenada.
 - Ordenar cada etapa de la investigación.
 - Conducir al uso correcto de instrumentos de investigación que permitan manejar la información de manera correcta.
 - Controlar la información.
 - Distribuir y dirigir la información.
- En la presente investigación al usar el método de investigación analítico- sintético en el primer capítulo, la técnica de **revisión bibliográfica** permitió obtener información de diferentes fuentes de manera más analítica ya que esta técnica busca realizar un análisis crítico de información que permita responder a una interrogante concreta, el investigador busca una perspectiva mucho más amplia sobre el tema para poder descartar aquellos datos que podrían dar resultados equivocados en las conclusiones y no lograr cumplir los objetivos planteados. (Paredes, 2012)
- En el tercer capítulo se utiliza método cualitativo para desarrollar la investigación, las técnicas mediante las cuales se obtiene la información son:
- Entrevista: es una de las técnicas más utilizadas en el método cualitativo para la recolección de información, para poder realizar una entrevista se deben tener en cuenta ciertos aspectos como: el tipo de entrevista que se va realizar, el eje central de la entrevista, el tipo de entrevista que se va realizar y a quien se la va realizar y finalmente como interpretar los resultados. Para realizar una entrevista se debe tomar en cuenta de que es un medio de comunicación en el cual participan dos o más personas, para realizar una entrevista se realizan ciertas preguntas a manera de encuesta para poder dirigir el orden de la información que se busca obtener, estas pueden ser

estructuradas, semi- estructuradas y no estructuradas, dentro del proyecto de investigación se van a utilizar encuestas **no estructuradas** que son aquellas en las cuales no se dirige un guion realizado con anterioridad, este tipo de encuesta permite mayor participación del entrevistado ya que da mayor amplitud a las respuestas y por ende mayor información. (Peláez, Rodríguez, Ramírez, Pérez, Vásquez, Gonzales, s.f.)

- **Relatos de vida:** este tipo de técnica se usa en diferentes campos, como en la investigación o como una herramienta mediante la cual se pueden obtener testimonios, se considera que los relatos de vida tiene un carácter instrumental ya que como técnica en si utiliza un enfoque biográfico bajo el cual se desarrollara la investigación, esta técnica tiene como parte fundamental un narrador el cual hablara de aspectos de su vida que vayan ligados a la investigación, por lo cual el entrevistador deberá conocer bajo que parámetros debe basarse el relato de vida. (Cornejo, Mendoza, Rojas, 2008)
- **Observación de campo:** es una de las técnicas más primitivas usadas por los investigadores la misma que permiten obtener información a través de la visualización del entorno o del lugar bajo el cual se centra la investigación, posteriormente se sintetizan toda esta información y se procede a desarrollar la información. (Fabbri, s.f)

2.4. Instrumentos

Los instrumentos en una investigación son aquellos recursos que utiliza el investigador para poder enfocarse más en el tema central o el problema que se busca resolver con la finalidad de obtener toda la información necesaria de una manera más clara y de mayor grado de entendimiento, estos pueden ser: diarios de observación, mapas, cuestionarios, fichas nemotécnicas, entre otros,

2.5.2. Participantes

Los participantes forman parte fundamental del proyecto ya que son una fuente de información que permite el desarrollo de la investigación, por lo cual se estableció dos grupos de interés los cuales son un eje importante dentro de su comunidad.

- Experto, encargado o historiador en el área cultural, turística y gastronómica de Cayambe, se buscará establecer relaciones mediante las cuales se puedan realizar, entrevistas no estructuradas para poder obtener la información deseada. La principal institución de la cual se buscará obtener información de expertos será el Gobierno Autónomo Descentralizado Intercultural y Plurinacional del Municipio de Cayambe.
- Gestores gastronómicos: son aquellas personas residentes de la localidad que tengan información acerca del tema central de la investigación, que a través de relatos de vida pueden dar a conocer sus propias experiencias y vivencias más importantes que aporten a la investigación, se buscará acceder al grupo de mujeres ``Dolores Cacuango``, organización que cuenta con 35 años de antigüedad, las cuales buscan preservar su identidad a través de la gastronomía y cultura bajo muchos parámetros como son la preparación de alimentos locales, participación en ferias y desarrollo dentro de su comunidad.

2.6. Metodología de la investigación

Tabla 1
Metodología de investigación

ETAPAS	VARIABLES	MÉTODOS	INDICADORES	TÉCNICAS	FUENTES DE INVESTIGACIÓN	RESULTADOS
Fundamentar teóricamente la fiesta del Inti Raymi y su gastronomía.	-Socioculturales -Cosmovisión	-Analítico-sintético	Información teórica acerca de la fiesta del Inti Raymi.	Revisión bibliográfica	Libros, internet y documentos de investigación previamente desarrollados	Bases teóricas que permiten fundamentar teóricamente la fiesta del Inti Raymi y su gastronomía
Diagnosticar los platos típicos de la fiesta del Inti Raymi, en la localidad de Cayambe.	- Gastronomía	-Cualitativo	-Técnicas culinarias -Creencias y significado de los alimentos -Alimentos del Inti Raymi.	-Entrevistas -Relatos de vida	-Experto, encargado o historiador en cultura y turismo de la localidad de Cayambe.	Levantamiento de la evolución de la fiesta del Inti Raymi y sus preparaciones gastronómicas y su historia.
Inventariar los platos típicos consumidos en la fiesta de Inti Raymi, en la localidad de Cayambe.	-Gastronomía	-Sintético	-Receta estándar	Fichas de resumen	Gestores gastronómicos: personas residentes en la localidad que conozcan información sobre el tema.	Inventario del patrimonio cultural gastronómicos de la fiesta del Inti Raymi.

3. CAPITULO III. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Presentación de resultados

En el presente capítulo se presentan los resultados obtenidos de la investigación, apoyados en la información obtenida a través de los instrumentos y técnicas de investigación que se plantearon en la metodología de investigación para el desarrollo del proyecto.

Para poder realizar un inventario gastronómico de la fiesta del Inti Raymi en la localidad de Cayambe se debe realizar una investigación previa que permita conocer acerca de la historia, tradición y cambios que han surgido a través del tiempo y como estos cambios han influenciado en la gastronomía y cultura en la actualidad.

Dentro de la investigación se plantean dos tipos de entrevistas, una a expertos de la comunidad de Cayambe que conozcan acerca de historia y turismo, y otra entrevista a los gestores gastronómicos como tal que conozcan, vivan y desarrollen la cultura gastronómica de la fiesta del Inti Raymi en Cayambe.

3.1.1. Expertos

Como expertos para la investigación se logró contactar a la Srta. María Belén Cataña, ex alumna de la Universidad de las Américas de la facultad de gastronomía, quien realizó una investigación acerca de la gastronomía ancestral de Cayambe que concluyó con la publicación del libro "Cayambe Ancestral", este libro trata acerca de las gastronomía ancestral y típica de cada una de las parroquias que conforman en el cantón Cayambe, también habla sobre técnicas culinarias que se usan y sobre los productos nativos de la zona.



Figura 8. María Belén Cataña experta.

Tomada de: Cayambe Ancestral, 2015

Otro experto es el historiador Gerardo Álvarez Vaca, ex trabajador del Gobierno autónomo descentralizado intercultural y Plurinacional del municipio de Cayambe (GADIP), quien escribió el libro "Cayambe sus fiestas, su nombre, sus coplas e identidad", el Sr. Gerardo ha realizado investigaciones sobre la historia de Cayambe y sus fiestas y colaboró para fundar la Casa de la Cultura extensión Cayambe.



Figura 9. Gerardo Álvarez experto.

3.2. Resultados de las entrevistas

3.2.1. Historia de las fiestas

Como tal la fiesta del Inti Raymi no es una celebración nativa de Cayambe, esta celebración tiene mucha importancia en ciudades como el Cuzco como parte de la cultura incaica, tiempo atrás los habitantes de dicha ciudad

realizaban largos viajes que abarcaban gran parte del territorio y eran de larga duración por lo que acostumbraban a celebrar la fiesta de sol en el territorio en el que se encontraban en ese momento, es de ahí que nace la idea de celebrar al dios Inti en la zona de Cayambe por parte del grupo indígena de los Cayambis, ya que se convirtió en parte fundamental de la cultura indígena en Cayambe y de su identidad ya que con esta fiesta los Cayambis se sentían parte de la cosmovisión andina .

Por lo que cabe destacar que la fiesta del Inti Raymi como tal es una celebración adoptada a través del tiempo por las comunidades indígenas en el Ecuador, en las que ya existía la cosmovisión del dios Inti y otros dioses más y de igual manera tenían la costumbre de agradecer la cosecha más no como una celebración sino como un ritual que fue cambiando hasta tener un tinte más festivo.

En Cayambe por otro lado para el historiador Gerardo Álvarez el origen del Inti Raymi resulta en cierta parte un conflicto y una muestra de que los ecuatorianos tienden a copiar lo que otras tierras tienen y que Cayambe no fue la excepción.

3.2.2. Las fiestas de San Pedro y el sol

Según el historiador Gerardo Álvarez el origen de estas fiestas data desde hace mucho tiempo atrás en el año de 1712 aproximadamente, donde el cura Marcos Lafuente hace pedido a la Curia para establecer las fiestas de San Pedro en Cayambe, tiempo después esta fiesta fue prohibida por las autoridades eclesiásticas en el año de 1753 e incluso existían castigos a quienes las celebraban debido que dejó de tener sentido religioso para convertirse en largas fiestas en las que el consumo de licor era desmesurado, tiempo después se reinstauró la fiesta de San Pedro debido a que este santo es el patrono de Cayambe por lo cual sus fiestas volvieron a tener carácter religioso y se siguen festejando por agradecimiento a San Pedro por todo lo recibido en el año.

Según la Srta. María Belén Cataña las fiestas de San Pedro se celebran aproximadamente durante 3 meses desde Mayo, inician con la localidad de Ayora después en Cayambe como cabecera cantonal, existen desfiles, ferias, bailes y otras actividades, estas fiestas son organizadas por el municipio como entidad gubernamental quien se encarga de gestionar cada una de las actividades, en el caso de las comunidades indígenas la gestión de la fiesta la realiza el presidente de la comuna quien en colaboración con los habitantes, realizan ofrendas de alimentos y colaboran en la organización.

Para los indígenas el Inti Raymi es la fiesta más importante del año, ya que es la representación cultural más significativa de la religión indígena y es el momento de agradecer a sus deidades ancestrales, para Cayambe como cabecera cantonal sus fiestas más importantes son las de San Pedro ya que festejan a su santo patrono como el mismo carácter de agradecimiento.

La fiesta del sol, en la localidad de Cayambe se empezó a festejar junto a las de San Pedro debido a que la comunidad indígena también forma parte del territorio cayambeño y buscaban darle la misma importancia a las tradiciones religiosas indígenas, es así que como parte de las fiestas de San Pedro también se celebra al dios Inti y el día en el que inicia el solsticio de verano se conmemora la toma simbólica de la plaza en el sitio sagrado de Puntyatzil y se realiza un ritual de agradecimiento al dios Inti principalmente por las cosechas recibidas en el año, dicho ritual se realiza bajo los parámetros de la cosmovisión andina, es decir se celebra con ofrendas, cantos y bailes propios de las celebraciones indígenas.

3.2.3. Fiesta religiosa

El Inti Raymi adoptó un tinte religioso al unirse a la celebración de San Pedro, e incluso la fiesta hoy en día no se la llama Inti Raymi, sino se la conoce como fiesta del Sol pero esto sucedió también porque en la localidad de Cayambe existe una división de habitantes, las comunidades indígenas y los habitantes que han adoptado costumbres más modernas es decir los que se han visto

afectados por el mestizaje, por lo que se buscó unir las dos celebraciones para no generar disputas entre ciudadanos.



Figura 10. Vestimenta Cayambis.

Tomada de: pt.slideshare.net, s.f

Los Cayambis por otro lado desde que celebraban el Inti Raymi lo adoptaron como una fiesta religiosa andina, es decir según su cosmovisión, su dios sol representaba para ellos la autoridad máxima a la cual adoraban, por lo que, en el momento de la conquista, sufrieron cambios muy drásticos, y fueron perdiendo parte de su identidad y se fueron acoplando a las nuevas figuras religiosas planteadas por los nuevos habitantes.

3.3. Gastronomía en el Inti Raymi

Según María Belén Cataña investigadora de la gastronomía ancestral de Cayambe, la gastronomía juega un papel muy importante en todas las celebraciones sean estas religiosas o no, en Cayambe la gastronomía es sinónimo de cultura y tradición y va de la mano de las festividades ya que es una muestra de cómo su tierra es muy fértil y abastece a todos los cayambeños de alimentos durante todo el año motivo por el cual las comunidades indígenas celebran la fiesta del sol ya que todos sus alimentos los entrega la madre tierra o como ellos la conocen: pacha mama, el Inti Raymi tiene una relación directa con los alimentos ya que se celebra su cosecha y los indígenas festejan esta fiesta con comida y otras expresiones culturales.



Figura 11. Celebración cayambeña.

Tomada de: elnorte.ec, 2012

Durante la investigación pudimos observar y constatar que la gastronomía en el Inti Raymi en la localidad de Cayambe como cabecera cantonal no es específica, es decir no existe un plato típico que se consuma y se prepare únicamente durante esta fiesta, pero si existen platos típicos que se consumen durante todas las celebraciones que se festejen, por otro lado en las comunidades indígenas como en "La Chimba", la gastronomía festiva si presenta ciertas preparaciones de importancia para sus habitantes y que se sirven como ofrendas para la celebración y para todos quienes disfruten de sus fiestas.

En la localidad de Cayambe como cabecera cantonal existen preparaciones que se consumen en las festividades de San Pedro y el sol como: empanadas de viento, tortillas de tiesto, papa tandas, chicha, entre muchas más.

3.3.1. Gestores gastronómicos

Partiendo de las primeras entrevistas surgen los gestores gastronómicos que son aquellas personas que viven la cultura y la gastronomía desde el otro lado de la historia, los expertos direccionaron la investigación hacia la Sra. Livia Quinche presidenta de la comunidad de La Chimba y del grupo de mujeres Dolores Cacuango.

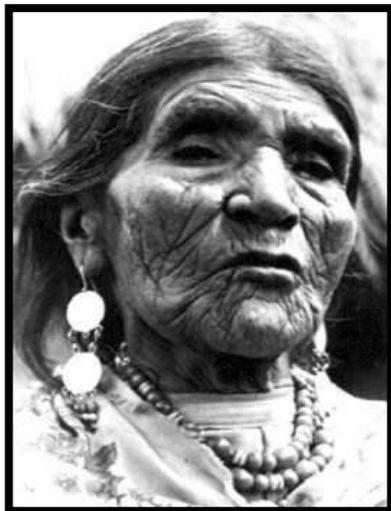


Figura 12. Dolores Cacuango.

Tomada de: ecured.cu, s.f.

El grupo de mujeres Dolores Cacuango, es una asociación de mujeres indígenas residentes de la comunidad de La Chimba, tienen más de 35 años de trayectoria y son un grupo autónomo que se dedica a la conservación de la identidad de las mujeres indígenas, sus actividades principales son realizar preparaciones de la gastronomía ancestral de la zona y presentarlas en ferias para obtener fondos y desarrollar otras actividades, en la actualidad se encuentran desarrollando un proyecto que les permitirá producir la harina de uchu jacu para la venta comercial.

La señora Livia Quinche representante del grupo fue el gestor gastronómico de esta investigación, quien habló desde el punto de vista de su comunidad, en La Chimba no se celebra el Inti Raymi como tal, en esta localidad se festeja las fiestas de San Juan en el mes de Agosto, lo que para ellos representa lo mismo que la celebración del Inti Raymi pero con carácter religioso enfocado al catolicismo con el santo San Juan, es decir cumple la misma función de celebración de agradecimiento por el año de cosechas y por todo lo recibido pero no se agradece al sol como deidad sino al santo San Juan, esta fiesta data desde tiempos de la colonia como fiestas de San Juan debido a la introducción del catolicismo, pero antes se celebraba el Inti Rymi que

representa lo mismo en términos de religión andina, en esta fiesta cada habitante de la comunidad realiza una ofrenda a manera de colaboración para realizar la celebración, es decir cada familia regala algún alimento como: cuyes, mote, habas, choclos, quesos, chicha, entre otros, que sirve para alimentar a todos quienes participen en la celebración a manera de pambamesa, estas fiestas también son conocidas como las "octavas" y celebran durante 6 semanas en las diferentes parroquias del cantón Cayambe, las cuales compiten por realizar las mejores fiestas, ofrecer la mejor comida y vestir los mejores trajes, es decir existe mucha rivalidad cuando de fiestas se trata, en especial entre la comunidad de La Chimba y la de Pesillo.

La gastronomía es festiva durante este tiempo, se prepara chicha de jora, guarango, pan de trigo, colada de uchu jacu, choclo con queso, mote, fréjol y habas, caldo de gallina criolla, el mishqui, el cariucho, las tortillas de tiesto, entre otras preparaciones.

4. CAPÍTULO IV. RECETARIO GASTRONÓMICO DEL INTI RAYMI

4.1 Recetario gastronómico

4.1.1 Gastronomía de las fiestas de San Pedro y el sol.

Cayambe como localidad tienen gastronomía festiva, como se explicó no existe un plato típico únicamente del Inti Raymi, por lo que se va a desarrollar las principales preparaciones gastronómicas que se consume en las fiestas de San Pedro y el sol en la localidad de Cayambe y en la comunidad de La Chimba debido a que esta comunidad cuenta con una gastronomía festiva más ancestral.

4.1.1.1. EMPANADAS DE VIENTO



*Figura 13.*Empanadas de viento.

Tomada de: mediomilon.com, 2016

Las empanadas de viento se denominan de esta manera debido a que en el momento de la cocción en fritura de profundidad estas empanadas se inflan como si su interior estuviese lleno de viento. Se consumen con frecuencia en la sierra ecuatoriana y sus rellenos varían dependiendo el lugar, las más tradicionales son rellenas de una mezcla de queso, cebolla y achiote y cubiertas de azúcar al servir. En la localidad de Cayambe es muy común la venta de estas empanadas durante las fiestas de San Pedro y el Sol por lo que se ha convertido en una preparación infaltable en la celebración. (origenesecuador.com, 2016)

Esta preparación es una muestra del mestizaje que existe ya que la mayoría de sus ingredientes son introducidos, además el método de cocción mediante el cual se realiza se considera moderno, pese a esto se ha convertido en un plato icono de las fiestas cayambeñas y de muchas otras celebraciones alrededor del país.

Tabla 2

Empanadas de viento.

NOMBRE DE	EMPANADAS DE VIENTO	
LA RECETA:		
PORCIONES	10	
LOCALIDAD:	Cabecera cantonal Cayambe	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
453	G	Harina de trigo
15	G	Polvo de hornear
114	G	Mantequilla
100	G	Cebolla blanca
250	G	Queso fresco
100	G	Azúcar
Cn	G	Sal
500	ML	Aceite para freír
50	ML	Achiote
PREPARACIÓN		
1.- Realizar la masa mezclando: harina, polvo de hornear, mantequilla y agua, hasta formar una masa compacta.		
2.- Desmenuzar el queso, preparar un tipo refrito con achiote y cebolla blanca picada finamente y mezclar con el queso.		
3.- Dejar reposar la masa de las empanadas alrededor de 30 minutos.		
4.- Una vez lista la masa, extender sobre harina espolvoreada y formar discos de tamaño mediano, cerrar con un tenedor en los bordes.		
5.- Cortar los discos y colocar la mezcla del queso en el centro.		
6.- Freír a profundidad hasta que se encuentren listas, espolvorear con azúcar.		

4.1.1.2. Tortillas de tiesto



Figura 14. Tortillas de tiesto.

Tomada de: corape.org.ec, 2015

Las tortillas de tiesto son una preparación con muchos años de historia, la receta se ha transmitido de generación en generación por madres y abuelas quienes creían que el momento en el que preparaban las tortillas, era un momento para compartir en familia, su preparación era casi diaria ya que su consumo era constante e infaltable en cada comida. Al igual que las empanadas de viento estas tortillas se venden durante las fiestas, de menor tamaño que las tradicionales y algunas con relleno de queso.

En actualidad las tortillas de tiesto han adoptado nuevos ingredientes a su receta, como el uso de la mantequilla y la levadura, con esto se busca dar un mejor sabor a la preparación, originalmente las tortillas de tiesto eran más simples, en la mayoría de los casos aún se realizan en un tiesto tradicional, aunque existen lugares que utilizan sartenes y aceite para cocinarlas.

Tabla 3.
Tortillas de tiesto

NOMBRE DE LA RECETA:	TORTILLAS DE TIESTO	
PORCIONES	10	
LUGAR:	Localidad de Cayambe	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
250	G	Harina de trigo
20	G	Levadura fresca
50	G	Mantequilla
Cn		Sal
250	ML	Agua
PREPARACIÓN:		
1.- Se empieza hirviendo el agua con la cantidad de sal que sea necesaria.		
2.- Colocar la levadura fresca en agua tibia para diluirla.		
3.- Colocar la mantequilla en el agua hirviendo y luego la levadura diluida.		
4.- Se coloca la harina y se amasa hasta que se forme una masa compacta.		
5.- Dejar leudar la masa por al menos 30 minutos.		
6.- Colocar las tortillas en un tiesto hasta que se tuesten de lado a lado.		

4.1.1.3. Papa Tandas

La papa tanda es una de las preparaciones de mayor antigüedad del cantón, se asemeja al quimbolito debido a que es un envuelto dulce, se prepara únicamente con papa chola junto con otros ingredientes, para el envuelto de manera tradicional se usan hojas de vicundo y se amarran con paja seca.

Las papas tandas son una preparación tradicional cayambeña, se usan ciertos ingredientes introducidos para darle un mejor sabor, pero guarda su esencia ya que usa papa andina y hojas de paramo andino, su sabor es muy especial y se cocina tradicionalmente en ollas de barro.



Figura 15. Venta de papa tandas

Tabla 4
Papa Tandas

NOMBRE DE	PAPA TANDAS	
LA RECETA:		
PORCIONES	10	
LUGAR:	Cayambe	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
80	G	Harina de maíz
160	G	Papa chola
80	G	Huevos
40	G	Manteca de chancho
40	G	Panela
30	G	Queso fresco
2	G	Polvo de hornear
Cn		Anís español
Cn		Paja seca
Cn		Hojas de vicundo
PREPARACIÓN:		
1.- Moler la papa chola en un molino, la papa debe estar cruda.		

2.- Colocar la papa molida sobre una tela y se exprime hasta que salga todo su almidón y sus líquidos.
3.- Mezclar la masa de papa con el huevo, la harina de maíz, el anís, panela, manteca y queso.
4.- Rellenar las hojas de vicundo con la masa, envolver y cerrar con la paja seca.
5.- Cocinar a baño maría en una paila en la que se coloca paja en la parte inferior, encima de esta cama se colocan las papa tandas y se cubren con una tela húmeda.

4.1.1.4. Chicha de Jora

La chicha es una bebida tradicional en todo el Ecuador, se prepara de diferentes maneras dependiendo de dónde se va a consumir, representa una bebida ancestral que se ha servido en rituales andinos y ha servido de ofrenda en muchas celebraciones.

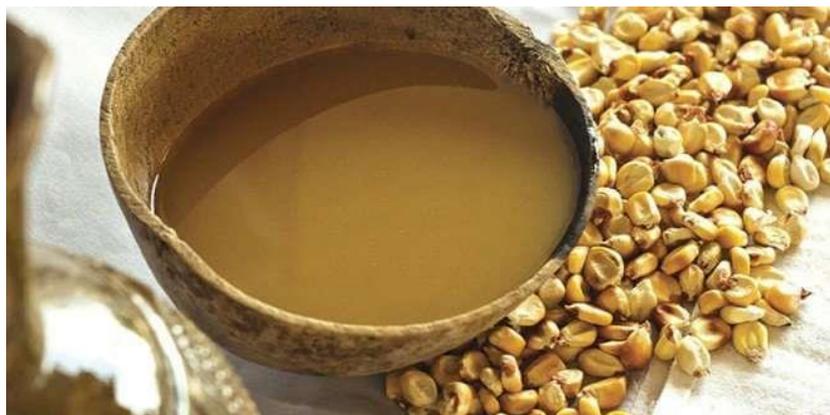


Figura 16. Chicha de jora.

Tomada de: elcampesino.co, 2017

La chicha de jora, es un tipo de chicha que se consume en Cayambe, se prepara a base de harina de jora que se realiza tradicionalmente con el maíz cao el cual atraviesa un proceso en el cual se desgrana el maíz, se remoja y se entierra en los conocidos costales para que así se convierta en lo que se conoce como jora gracias a la germinación, luego se sacaba el maíz y se lo

bañaba en agua tibia hasta que se puedan observar pequeñas raíces, luego se seca al sol para proceder a molerlos para obtener la harina de jora, este proceso es largo y dura de 3-4 días además de ser muy laborioso.

Uno de los ingredientes de la chicha de jora es el conocido y tradicional ``fuerte`` que no es otra cosa que la chicha fermentada, que se agrega a la preparación para darle el toque final.

Tabla 5
Chicha de jora

NOMBRE DE LA RECETA:	CHICHA DE JORA	
PORCIONES	10	
LUGAR	Cayambe	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
200	G	Harina de jora
2000	ML	Agua
175	G	Panela
Cn		Canela
Cn		Clavo de olor
Cn		Anís español
Cn		Anís estrellado
Cn		Ishpingo
120	ML	Fuerte
PREPARACIÓN:		
1.- Mezclar la harina de jora con agua fría para disolverla.		
2.- Hervir una olla con agua, tradicionalmente se realiza con fuego en leña.		
3.- Agregar todas las especias aromáticas al agua hirviendo.		
4.- Cuando el agua haya hervido con las especias colocar la harina de jora previamente disuelta en agua.		
5.- Agregar la panela.		
6.- Dejar enfriar la chicha y cernir, después de un día colocar el fuerte.		

4.1.1.5. Uchu Jacu y su colada

El uchu jacu es una harina tradicional de ciertos pueblos indígenas de Cayambe, esta es una preparación de origen ancestral que se realiza en base a 8 granos que son tostados antes de moler, estos granos son: habas, lentejas, maíz, quinua, morocho, frejol, arveja y trigo, en muchos pueblos estos granos pueden variar dependiendo de la localidad únicamente cambiando el número de granos que se usan. La palabra Uchu jacu tiene origen kichwa, uchu significa ají y jacu polvo, tradicionalmente se tuestan los granos por separado en grandes tiestos evitando que se quemen, después se unen los granos y se agrega comino, ajo y achiote en polvo y se inicia la molienda de la cual se obtiene una harina la cual se cierne para eliminar desechos y restos de granos para que esté lista para realizar la colada.

La colada de uchu jacu también se conoce como mazamorra, y se prepara en base a la harina de uchu jacu junto con carne de borrego tradicionalmente o con costilla de cerdo, esta colada es un plato típico festivo de las comunidades indígenas, en La Chimba el uchu jacu es contundente se acompaña con cuy asado, huevo, papas hervidas, tostado, y mote, se lo sirve en las fiestas para todos los invitados ya que para ellos este plato es el inicio de las celebraciones ya que debido a su gran contenido sirve de fuente de energía para bailar y gozar durante un largo tiempo. (Quinche,L, 2017)



Figura 17. Colada de uchu jacu.

Tomada de: origenesecuador.com, s.f

La colada de uchu jacu es una preparación tradicional que aún conserva sus raíces, su harina se elabora de manera artesanal y sus ingredientes son andinos, las diferentes carnes que se usan se han complementado a la receta original para darle nuevos sabores.

Tabla 6

Colada de uchu jacu

NOMBRE DE	COLADA DE UCHU JACU ``MAZAMORRA``	
LA RECETA:		
PORCIONES	10	
LUGAR:	Comunidad de La Chimba.	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
200	G	Harina de uchu jacu
200	G	Carne de borrego
200	G	Costilla de cerdo
250	G	Papas
100	G	Cebolla blanca
100	G	Zanahoria

cn		Sal
GUARNICIONES		
10	UNIDADES	Huevo
		Tostado
cn		Mote
ADOBO PARA EL CUY		
1	UNIDAD	cuy entero
cn		Comino
20	G	Ajo
20	G	Achiote
80	G	Cebolla paiteña
80		Cebolla blanca
cn		Sal
PREPARACIÓN:		
ADOBO DEL CUY Y PREPARACIÓN		
1.- Realizar un aliño tradicional en piedra, moler comino, ajo, achiote, cebolla paiteña y agua.		
2.- Colocar el cuy previamente pelado, dentro del aliño, en el interior del cuy colocar cebolla blanca como relleno.		
3.- Hornear el cuy o cocinarlo al fuego directo.		
PREPARACIÓN DE LA COLADA		
1.- Cocinar la carne de borrego y cerdo en una olla con agua junto con las papas.		
2.- Agregar la cebolla blanca picada junto con la zanahoria.		
3.- Disolver la harina en agua fría para evitar la formación de grumos y agregar al agua hirviendo.		
4.- Cocinar la preparación hasta que tenga una consistencia más espesa, agregar la sal.		
5.- Servir la colada con las guarniciones y un pedazo de cuy.		

4.1.1.6. Pan de trigo



Figura 18. Pan de trigo.

Tomada de: eltiempo.com.ec, 2017

Según cuenta la señora Livia Quinche, el pan de trigo es muy tradicional en la comunidad de La Chimba, se prepara a base trigo que ellos mismo cosechan para la época de fiestas, se usa el trigo maduro seco, se llevan los granos ya seleccionados al molino y se realiza una harina fina cernida al menos 3 veces, la misma que se mezcla con manteca, mantequilla, levadura, sal si es salado o panela si es dulce, hasta obtener una masa, se forman pequeños panes y se lleva al horno de leña hasta que estén dorados. Estos panes se realizan en la época de fiestas y representan la unión de las familias y de los vecinos ya que muchos se reúnen a realizar el pan que no se comercializa solo es para su consumo. (Quinche, L, 2017)

Los panes de trigo aun muestran un tipo de cocción tradicional ya que aún se realizan en horno de leña, sus ingredientes como la mantequilla y la levadura son introducidos con el fin de aportarle sabor a la preparación ya que antiguamente el pan era más rudimentario, únicamente se usaba la harina, agua, sal y con el tiempo se fueron colocando más ingredientes.

Tabla 7
Pan de trigo

NOMBRE DE LA RECETA:	PAN DE TRIGO	
PORCIONES	10	
LUGAR:	Comunidad de La Chimba.	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
250	G	Harina de trigo maduro
cn		Agua
cn	G	Sal
50	G	Manteca de cerdo
50	G	Mantequilla
5	G	Levadura fresca
PREPARACIÓN		
1.- Diluir la levadura en un poco de agua tibia.		
2.- Mezclar la manteca de cerdo con la mantequilla.		
3.- Mezclar la harina con la mezcla de grasas y la sal e ir colocando el agua la cantidad que sea necesaria.		
4.- Colocar la levadura y amasar hasta formar una masa uniforme, dejar reposar.		
5.- Porcionar.		
6.- Llevar al horno de leña hasta que estén dorados.		

4.1.1.7. Choclo con queso



Figura 19. Choclo con queso.

Tomada de: lostresguabos.com, s.f

El choclo con queso es muy típico en todo el Ecuador, forma parte de la dieta andina y se consume con frecuencia, en las comunidades indígenas de Cayambe el choclo con queso es un alimento primordial y cuando se celebran sus fiestas comparten este alimento con todas las personas, Cayambe es un cantón productor de lácteos por lo que el queso está presente en todas las mesas de sus habitantes y más aún cuando de una celebración se trata. (Cataña, M. 2017)

Esta preparación es muy tradicional ya que se realiza desde hace mucho tiempo atrás, sus ingredientes andinos como el choclo y el queso fresco típico del sector que aun al haber sido introducido ha formado parte importante de la gastronomía tradicional su uso se remonta desde las más antiguas fiestas y comidas cayambeñas donde este alimento se consume con frecuencia, el método de cocción mediante el cual se realizan es muy antiguo y propio de las culturas indígenas ya que no usan ningún condimento ni aceites.

Tabla 8
Choclo con queso

NOMBRE DE	CHOCLO CON QUESO	
LA RECETA:		
PORCIONES	10	
LUGAR:	Cayambe	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
10	UNIDADES	choclo tierno
500	G	queso fresco
cn		Sal
PREPARACIÓN		
1.- Hervir los choclos en una olla de agua con sal.		
2.-Colocar las hojas de los choclos para conservar más sabor.		
3.- Retirar los choclos del agua y servir con queso cortado.		

4.1.1.8. Mote con habas y fréjol

El mote, las habas y el fréjol son otro alimento primordial en la dieta andina, se consumen cocinados en agua con sal, son una gran fuente de energía y en las fiestas se reparten en grandes recipientes a todos los asistentes, durante la toma de la plaza esto se sirve como ofrenda para que luego los asistentes la degusten acompañados de la chicha de jora que de igual manera se reparte durante toda la fiesta.

Este plato típico, es una preparación con ingredientes de la zona andina que además usan un método de cocción tradicional en el cual no interviene ningún tipo de condimento para realzar el sabor de los ingredientes.

Tabla 9
Mote, frejol y habas.

NOMBRE DE	MOTE, FRÉJOL Y HABAS	
LA RECETA:		
PORCIONES	10	
LUGAR:	Cayambe	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
300	G	Mote
300	G	Fréjol
300	G	Habas
500	G	Queso fresco
PREPARACIÓN		
1.- Hervir el mote, las habas y el fréjol en una olla con agua y con sal por separado.		
2.- Retirar del agua y servir con queso cortado.		

4.1.1.9. Caldo de gallina criolla



Figura 20. Caldo de gallina tradicional.

Tomado de: latortillarestaurante.com, 2016

El caldo de gallina criolla es un plato que se consume en las fiestas en la comunidad de La Chimba principalmente, lo preparan los moradores quienes se encargan de criar, pelar y cocinar a las gallinas. (Quinche, L.2017)

Esta preparación se considera tradicional en muchos lugares del Ecuador donde se realiza cuando existe algún tipo de celebración, sus ingredientes son de la zona ya que sus suelos producen los alimentos necesarios para la preparación de este caldo.

Tabla 10
Caldo de gallina tradicional

NOMBRE DE LA RECETA:	CALDO DE GALLINA CRIOLLA	
PORCIONES	10	
LUGAR:	Comunidad de la Chimba	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
2000	G	Gallina en presas
150	G	Cebolla blanca
30	G	Ajo
200	G	Arroz
150	G	Zanahoria
150	G	Arveja
cn		Agua
cn		Sal
5	UNIDADES	Huevo
cn		Cilantro
500	G	Papa chola
1.- Realizar un refrito de cebolla y ajo.		
2.- Agregar las presas de gallina y cubrir con agua.		
3.- Agregar el arroz y las papas enteras una vez que el caldo haya hervido.		
4.- Colocar la arveja y la zanahoria picada.		
5.- Cocinar hasta que todos los ingredientes estén listos, servir con cilantro y huevo cocido.		

4.1.1.10. El Cariucho



Figura 21. Cariucho.

Tomado de: elcariucho.com, s.f

El cariucho es una preparación festiva que va más allá de las fiestas San Pedro o San Juan, este plato se consume en cualquier tipo de celebración bodas, bautizos, primeras comuniones, confirmaciones, misa del niño, entre otras más, es símbolo de agradecimiento y alegría de los pueblos que celebran con este plato que es una muestra de lo que les brinda la tierra.

El cariucho utiliza muchos ingredientes que no son nativos de la zona, pero la preparación de estos ingredientes es lo tradicional ya que se combinan para obtener una salsa que es la principal característica del plato, en la actualidad existen muchas variaciones en las que incluyen el uso de otras proteínas como el pollo o la carne.

Tabla 11
Cariucho

NOMBRE DE LA RECETA:	CARIUCHO	
PORCIONES	10	
LUGAR:	Cayambe	
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTES
ADOBO PARA EL CUY		
2	U	Cuy entero
Cn		Comino
20	G	Ajo
20	G	Achiote
80	G	Cebolla paiteña
80		Cebolla blanca
SALSA DE MANÍ		
200	G	Cebolla blanca
60	G	Harina de trigo
500	ML	Leche entera
cn		Achiote
cn		Sal
500	G	Maní
GUARNICIONES		
700	G	Papa
500	G	Mote
10	UNIDADES	Huevos
300	G	Lechuga fresca
3	U	Aguacates
400	G	Tomate fresco

ADOBO Y ASADO DEL CUY
1.- Realizar un aliño tradicional en piedra, moler comino, ajo, achiote, cebolla paiteña y agua.
2.- Colocar el cuy previamente pelado, dentro del aliño, en el interior del cuy colocar cebolla blanca como relleno.
3.- Hornear el cuy o cocinarlo al fuego directo.
PREPARACIÓN DE LA SALSA DE MANÍ
1.- Picar la cebolla y hervir con agua en una olla.
2.- Tostar el maní, pelarlo y molerlo en piedra de manera tradicional con un poco de agua.
3.- Disolver la harina en agua fría para evitar la formación de grumos.
4.- Colocar el maní en el agua, junto con la leche y el achiote.
5.- Agregar la harina disuelta en el agua para espesar la salsa.
GUARNICIONES
1.- Cocinar los huevos, el mote y las papas por separado.
2.- Cortar la lechuga y picar el tomate para realizar una ensalada
3.- Servir el cuy asado con papas cubiertas en salsa de maní, lechuga y tomate como ensalada, el mote cocinado, el huevo y aguacate.

4.1.1.11. El Mishqui y el Guarango



Figura 22. Penco andino.

Tomado de: mishkyhuarmi.wordpress.com, 2011

El mishqui es muy conocido por sus propiedades medicinales, se dice que alivia el dolor de los huesos y las articulaciones, pero muchas personas no conocen que esta bebida se usaba antiguamente para endulzar las preparaciones es decir era un tipo de azúcar o panela natural que se usó mucho tiempo antes de la conquista, se obtiene del penco de agave el mismo que debe estar maduro para la extracción, se cortan las espinas de sus hojas y se realiza un corte en la parte inferior de una de las hojas por donde se coloca agua, se tapa este hueco con una piedra y se deja reposar el mishqui de 6 a 8 días para luego retirarlo del penco.

El guarango es una bebida tradicional cayambeña que se consume en las fiestas se obtiene de la fermentación natural del mishqui el cual se hierve y se deja reposar de 3 a 4 días hasta obtener un grado alcohólico producto de la fermentación natural producida por el azúcar natural del mishqui. (Cataña, M.2017)

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

En conclusión, la investigación permitió realizar un recetario con las preparaciones más importantes de la fiesta del Inti Raymi en la localidad de Cayambe.

La evolución histórica de la fiesta del Inti raymi se pudo observar a través de la investigación con fuentes de alto rigor académico, con lo que se concluyó que el Inti Raymi no posee una gastronomía propia, es decir, no se encontró ningún plato específico del Inti Raymi como tal, pese a esto durante esta fiesta se consumen otros platos típicos festivos.

La cabecera cantonal de Cayambe posee una cultura culinaria muy diferente a la de las comunidades cercanas, se ha convertido en una cultura gastronómica más mestiza que indígena, porque se usan muchos productos introducidos mas no autóctonos del lugar.

Mediante la elaboración del recetario se puede concluir que el Inti Raymi y su cultura gastronómica se ha transformado en una celebración católica, dejando atrás su identidad indígena ancestral, introduciendo actividades religiosas dentro del calendario festivo; influenciando también su cultura gastronómica.

5.2 Recomendaciones

Se recomienda recuperar las tradiciones gastronómicas en la cabecera cantonal del Cayambe para que la identidad culinaria se promueva en el sector y no solo se conserve en las comunidades indígenas.

Promocionar a Cayambe como atractivo turístico natural, cultural y gastronómico para fomentar el turismo de la zona a nivel nacional e internacional y evitar que se convierta en una ciudad de tránsito.

Se recomienda también al Gobierno Autónomo Descentralizado Intercultural y Plurinacional del Municipio de Cayambe brinde su apoyo para desarrollar proyectos turísticos, culturales y gastronómicos que permitan que los turistas y la comunidad cayambeña en general conozcan Cayambe desde sus raíces.

REFERENCIAS

- Ablturismo.com (s.f) Carnaval andino ``Con la fuerza del sol``. Recuperado el 12 de junio del 2017 de: <https://www.ablturismo.com/carnaval-andino-con-la-fuerza-del-sol-en-arica-chile/>
- Alarcón, I. (2017) Una jornada de tradiciones por el Inti Raymi. Recuperado el 21 de junio del 2017 de: <http://www.elcomercio.com/tendencias/tradiciones-intiraymi-celebracion-mitaddelmundo-intercultural.html>
- Alvarez, G. (2017). Entrevista personal. (K. Torres, Entrevistador)
- andes.info.ec (2013) Las fiestas del Inti Raymi se celebran en Cayambe. Recuperado el 21 de junio del 2017 de: <http://www.andes.info.ec/es/turismo/fiestas-inti-raymi-celebran-cayambe.html-0>
- Arévalo, (s.f). La tradición, el patrimonio y la identidad. Recuperado el 28 de mayo del 2017 de: http://www.dip-badajoz.es/cultura/ceex/reex_digital/reex_LX/2004/T.%20LX%20n.%203%202004%20sept.-dic/RV000002.pdf
- argentina.travel (2017) Fiestas y celebraciones en la quebrada Humahuaca. Recuperado el 12 de junio del 2017 de: http://www.argentina.travel/es/xp/fiestas-y-celebraciones-en-la-quebrada-de-humahuaca/4422#.WT4Ax-s1_cc
- Avilés, E. (s.f) Inti Raymi. Recuperado el 21 de junio del 2017 de: <http://www.encyclopediadelecuador.com/historia-del-ecuador/inti-raymi/>
- Barcelona, España: editorial planeta S.A.
- Bettio, F. (2012). Solsticio: el misterio del sol en las diferentes culturas. Recuperado el 28 de mayo del 2017 de: <https://www.revistaesfinge.com/culturas/antropologia/itemlist/user/449-flaviobettio>
- bibliotecadigital.ilce.edu.mx (2017). El sol en las religiones antiguas y en la mitología. Recuperado el 28 de mayo del 2017 de:

http://bibliotecadigital.ilce.edu.mx/sites/ciencia/volumen1/ciencia2/10/htm/sec_4.html

- Cataña, M. B. (2017). Entrevista personal. (K. Torres, Entrevistador)
- cometamagico.com.ar (s.f) Inti Raymi en Perú. Recuperado el 12 de junio del 2017 de: <http://www.cometamagico.com.ar/intiRaymi-festivaldelsol.htm>
- Copete, J. (2012). Celebraciones del sol en el mundo. Recuperado el 28 de mayo del 2017 de: <http://www.scoop.it/t/celebraciones-del-sol-en-el-mundo>
- corape.org.ec (2015) Tortillas de tiesto. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://www.corape.org.ec/chimborazo-comunidad-tulshi-aun-conservan-costumbres/>
- culturaypatrimonio.gob.ec (s.f) Inti Raymi, Fiesta del Sol y la Cosecha, en Ingapirca. Recuperado el 21 de junio del 2017 de: <http://www.culturaypatrimonio.gob.ec/inti-raymi-fiesta-del-sol-y-la-cosecha-en-ingapirca/>
- definicionabc.com (2017). Definición de tangible. Recuperado el 28 de mayo del 2017 de: <https://www.definicionabc.com/general/tangible.php>
- eltelegrafo.com.ec (2011) Inti Raymi, una fiesta de color, folclor y tradición.
- ecured.cu (s.f) Dolores Cacuando. Recuperado el 10 de enero 2018 de: https://www.ecured.cu/Dolores_Cacuango
- elcampesino.co (2017) Chicha de jora. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://www.elcampesino.co/chicha-bebida-tradicional-colombiana/>
- elcariucho.com (s.f) El cariucho. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://www.elcariucho.com/nosotros/>
- elcomercio.com (2015) Pambamesa. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://www.elcomercio.com/actualidad/ecuador-riobamba-pambamesa-refrigerio-tradicion.html>
- elnorte.ec (2012) Celebración cayambeña. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://www.elnorte.ec/pagina-principal/ecuador/20383-danzantes-se-tomaron-el-parque-de-cayambe.html>
- eltiempo.com.ec (2017) Pan de trigo. Recuperado el 10 de enero 2018 de:

<https://www.eltiempo.com.ec/noticias/cuesa/2/411055/pan-cuencano-entre-sabor-e-historia>

eluniverso.com (2017) El Inti Raymi en Cuzco. Recuperado el 10 de enero 2018 de:

<https://www.eluniverso.com/noticias/2017/06/24/nota/6246772/inti-raymi-cusco-recibe-sol-inca-saluda-dron>

eluniverso.com (2010) Inti Raymi se inicia con baños sagrados y bailes.

Recuperado el 21 de junio del 2017 de:

<http://www.eluniverso.com/2010/06/17/1/1447/inti-raymi-inicia-banos-sagrados-bailes.html>

eluniverso.com (2012) Inti Raymi, la música y los ritos marcan la fiesta.

Recuperado el 21 de junio del 2017 de:

<http://www.eluniverso.com/2012/07/01/1/1447/inti-raymi.html>

flickr.com (s.f) Puerta del sol, La Paz Bolivia. Recuperado el 10 de enero 2018

de: <https://www.flickr.com/photos/oscargonzalesv/5183506022>

Giner, J. (2010). Influencia del sol en el ser humano. Recuperado el 28 de mayo del 2017 de: <http://www.astrosafor.net/Huygens/2010/86/sol-huygens-86.pdf>

globalvoices.org (2013) Perú celebra la fiesta del sol. Recuperado el 12 de junio del 2017 de: <https://es.globalvoices.org/2013/06/26/el-peru-celebra-la-fiesta-del-sol/>

Hernández, J. y Tresserras, J. (2010). Gestión del patrimonio cultural. (1.a ed).

lahora2008.blogspot.com (2010) Reinas del Inti Raymi. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://lahora2008.blogspot.com/2010/02/>

latortillarestaurante.com (2016) Caldo de gallina criolla. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://latortillarestaurante.com/menu/restaurante/>

lostresguabos.com (s.f) Choclo con queso. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://www.lostresguabos.com/index.php/menu>

mediomilon.com (2016) Empanadas de viento. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <https://www.mediomilon.com/comida-ecuatoriana/empanadas-de-viento-receta>

mishkyhuarmi.wordpress.com (2011) Penco andino. Recuperado el 10 de

- enero 2018 de: <https://mishkyhuarmi.wordpress.com/2011/05/31/la-miel-de-agave-o-penco/>
- origenesecuador.com (2016) Empanadas de viento. Recuperado el 10 de noviembre 2017 de: <http://www.origenesecuador.com/empanadas-de-viento-con-morocho-lloa/>
- origenesecuador.com (s.f) Colada de Uchu Jacu. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://www.origenesecuador.com/colada-de-alberja-con-cuy-asado/>
- Pazos, F. (2012) Gastronomía del Inti Raymi. Recuperado el 21 de junio del 2017 de: <https://soryelena.wordpress.com/2012/07/06/la-gastronomia-de-el-inty-raymi/>
- pt.slideshare.net (s.f) Vestimenta Cayambis. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <https://pt.slideshare.net/CicayMuseo/el-buen-vivirsumak-kawsayecuador>
- Quinche, L. (2017). Entrevista personal. (K. Torres, Entrevistador)
- recetas.eluniverso.com (s.f) Empanadas de viento. Recuperado el 10 de noviembre del 2017 de:
<http://recetas.eluniverso.com/recetas/empanadas-de-viento/>
- Recuperado el 21 de junio del 2017 de:
<http://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/4/inti-raymi-una-fiesta-de-color-folclor-y-tradicion>
- turismo.gob.ec (2016) Inti Raymi, la gran fiesta del sol y la cosecha.
Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://www.turismo.gob.ec/inti-raymi-la-gran-fiesta-del-sol-y-la-cosecha/>
- turismo.mas.ec (2012) Mapa de Cayambe. Recuperado el 10 de enero 2018 de: <http://turismo.mas.ec/sin-categoria/mapa-del-canton-cayambe/>
- wordreference.com (2017). Definición de intangible. Recuperado el 28 de mayo del 2017 de: <http://www.wordreference.com/definicion/intangible>

ANEXOS

RECURSOS

ACTIVIDADES	DETALLE	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
Realización del Anteproyecto	Transporte	\$5,00	\$8,50
	Copias e impresiones	\$3,50	
Fundamentación teórica del anteproyecto	Transporte	\$5,00	\$9,00
	Copias	\$4,00	
Diagnóstico de los platos típicos de la fiesta del Inti Raymi	Copias	\$3,00	\$83,00
	Alimentación	\$15,00	
	Transporte	\$45,00	
	Otros	\$20,00	
Inventario de los platos típicos del Inti Raymi	Materiales	\$20	\$24,00
	Copias	\$4,00	
Diseño de Inventario	Copias	\$5,00	\$5,00
Presentación del Inventario	Internet	\$5,00	\$5,00
Total			134,50

PREGUNTAS PARA ENTREVISTA

ENTREVISTA A COLABORADOR DEL MUNICIPIO DE CAYAMBE

- ¿Qué importancia tiene la festividad del Inti Raymi para la localidad de Cayambe y sus habitantes y desde cuando se celebra?
- ¿A través de su experiencia laboral, como cree que ha evolucionado esta festividad a través del tiempo?
- ¿Cómo cree usted que se relaciona la fiesta del Inti Raymi con la gastronomía de la localidad de Cayambe?
- ¿Qué platos representan el Inti Raymi?
- ¿Qué productos autóctonos de Cayambe conoce usted y que se usan en la preparación de platos típicos de la zona?
- ¿Cuáles son los grupos humanos encargados de gastronomía en Inti Raymi?
- ¿Considera usted al Inti Raymi como la principal fiesta para la localidad de Cayambe?

ENTREVISTA A UN HABITANTE DE LA LOCALIDAD DE CAYAMBE (GESTORES)

- ¿Usted conoce el significado de la fiesta del Inti Raymi?
COSMOVISIÓN
- ¿Conoce desde hace cuánto tiempo se celebra esta fiesta?
- ¿Qué platos tradicionales y productos se consumen durante el Inti Raymi?
- ¿Cuál es la importancia de la gastronomía en la fiesta?

- ¿Cómo describiría a la gastronomía de Cayambe?
- ¿Puede mencionar el plato típico más representativo de Cayambe?
- ¿Qué bebidas tradicionales se consume durante la celebración?
- ¿Cree usted que la fiesta del Inti Raymi tiene carácter religioso?







