



ESCUELA DE GASTRONOMÍA



ESTUDIO DEL MAÍZ CHILLO EN LA COCINA ANCESTRAL Y SU  
APLICACIÓN EN LA GASTRONOMÍA CONTEMPORÁNEA



AUTOR

Diego Orlando Córdova Lugmania

AÑO

2018



ESCUELA DE GASTRONOMÍA

ESTUDIO DEL MAÍZ CHILLO EN LA COCINA ANCESTRAL Y SU  
APLICACIÓN EN LA GASTRONOMÍA CONTEMPORÁNEA

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

Profesor guía

Alfredo Salazar Lascano

Autor

Diego Orlando Córdova Lugmania

Año

2018

## **DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA**

"Declaro haber dirigido el trabajo, ESTUDIO DEL MAÍZ CHILLO EN LA COCINA ANCESTRAL Y SU APLICACIÓN EN LA GASTRONOMÍA CONTEMPORÁNEA, a través de reuniones periódicas con el estudiante Diego Orlando Córdova Lugmania, en el semestre 2018-2, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación".

---

Alfredo René Salazar Lascano

C.I. 1713271706

## **DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR**

"Declaro haber revisado este trabajo, ESTUDIO DEL MAÍZ CHILLO EN LA COCINA ANCESTRAL Y SU APLICACIÓN EN LA GASTRONOMÍA CONTEMPORÁNEA, de Diego Orlando Córdova Lugmania, en el semestre 2018-2, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación".

---

Andrés Gustavo Gallegos Rodríguez

C.I. 1712685542

## **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.”

---

Diego Orlando Córdova Lugmania

C.I. 1724725096

## **AGRADECIMIENTOS**

A mis padres Edith y Fausto por haberme brindado todo el apoyo del mundo.

A mi hermano Juan Francisco, mi novia, mis abuelitos, gracias por su ayuda y por nunca decir no

A mi tutor, Chef Alfredo Salazar por ayudarme y ser un guía a lo largo de este proyecto.

## **DEDICATORIA**

Recorrer un largo camino implica esfuerzo y apoyo, al recordar mi pasado pienso en ti Indira.

Por todo eso te dedico mi trabajo, ya que siempre tendrás un puesto especial en mi corazón.

## RESUMEN

El maíz Chillo es un ingrediente que gracias a su versatilidad puede ser usado para la elaboración de un sinnúmero de platillos, pero lamentablemente ha ido desapareciendo poco a poco de la memoria colectiva. Por todo esto se ha propuesto este trabajo de titulación con la finalidad de recolectar información referente a este tipo de grano y aplicarla en la elaboración de un recetario a base de esta gramínea combinando técnicas ancestrales y vanguardistas ayudando así a rescatar el uso de esta mazorca.

Con el fin de alcanzar este objetivo se ha procedido a realizar mediante el método inductivo entrevistas a personas conocedoras del tema y que vivan dentro del Valle de los Chillos, Sangolquí y alrededores logrando así un mejor entendimiento sobre el conocimiento que tiene la gente acerca del maíz Chillo y sus preferencias a la hora de cocinar este producto.

Como resultado de las entrevistas realizadas se ha desarrollado un recetario orientado al público en general donde prevalece la simplicidad y los elementos visuales y se han elaborado recetas estandarizadas de cada plato encaminado al uso en restaurantes y personas conocedoras de la gastronomía.

## **ABSTRACT**

Chillo corn is an ingredient that thanks to its versatility can be used as the preparation of several dishes, but unfortunately it has gradually disappeared from the collective memory. For all this, this titling work has been proposed to collect information regarding this type of grain and apply it in the elaboration of a recipe book based on Chillo corn, combining ancestral and leading-edge techniques, this book will help to rescue the use of this corn.

In order to achieve this objective, interviews with knowledgeable people about the subject and living within the Valley of the Chillos, Sangolquí and surroundings have been conducted through the inductive method, thus achieving a better understanding of the knowledge that people have about corn Chillo and their preferences when cooking this product.

As a result of the interviews carried out, a recipe book has been developed for the general public, where simplicity and visual elements prevail, and standardized recipes have been developed for each dish aimed at restaurants and people that know gastronomy.

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO .....	3
1.1 Gastronomía .....	3
1.1.1 Definición .....	3
1.1.2 Importancia .....	4
1.2 Cocina Ancestral.....	5
1.2.1 Definición .....	5
1.2.2 Cocina ancestral en el Ecuador .....	6
1.2.2.1 Cocina ancestral en la ciudad de Quito .....	6
1.2.3 Técnicas de cocción ancestrales en el Ecuador .....	7
1.3 Cocina Contemporánea .....	13
1.3.1 Definición .....	13
1.3.2 Revolución modernista .....	14
1.3.3 Nuevas técnicas culinarias .....	15
1.4 El Maíz .....	17
1.4.1 Definición .....	17
1.4.2 Origen y expansión .....	18
1.4.3 Usos .....	19
1.4.4 Diversidad.....	20
1.4.5 El maíz en el Ecuador.....	22
1.5 Variedad maíz Chillo.....	23

1.5.1	Origen.....	23
1.5.2	Zonas de siembra.....	25
1.5.3	Variedades.....	26
1.5.4	Usos en la cocina ecuatoriana.....	27
<b>CAPÍTULO II. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN.....</b>		<b>29</b>
2.1	Metodología.....	29
2.1.1	Ubicación del estudio.....	29
2.1.2	Tipo de estudio.....	30
2.1.3	Delimitación del estudio.....	30
2.1.4	Diseño de la investigación.....	30
2.2	Entrevistas.....	31
2.2.1	Caracterización de las entrevistas realizadas.....	31
2.2.2	Modelo de entrevista.....	32
2.3	Conclusiones de las entrevistas.....	34
<b>CAPÍTULO III. PROPUESTA DE UN RECETARIO.....</b>		<b>35</b>
3.1	Generación de recetario a base de maíz Chillo.....	35
3.1.1	Determinación del concepto.....	35
3.1.2	Aplicaciones del maíz Chillo dentro del recetario.....	36
3.2	Desarrollo de recetas estándar.....	37
3.2.1	Recetas estandarizadas.....	37
3.2.1.1	Platos de entrada.....	38
3.2.1.2	Sopas.....	42
3.2.1.3	Platos fuertes.....	46

3.2.1.4 Postres .....	50
3.2.1.5 Bebidas .....	54
3.3 Desarrollo del recetario .....	58
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>92</b>
4.1 Conclusiones .....	92
4.2 Recomendaciones.....	93
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>94</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>100</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Técnica de la Pachamanca .....	8
Figura 2. Técnica del asado .....	8
Figura 3. Maito de Tilapia .....	9
Figura 4. Tostado a fuego .....	9
Figura 5. Molienda con mortero.....	10
Figura 6. Cocción de caldo en leña .....	10
Figura 7. Molienda del ají en mortero.....	11
Figura 8. Nixtamalización .....	11
Figura 9. Elaboración de majado de verde.....	12
Figura 10. Proceso de elaboración de chicha .....	12
Figura 11. Ahumado de los alimentos .....	13
Figura 12. Maíz Chillo .....	24
Figura 13. Distribución del maíz Chillo en el Ecuador .....	25
Figura 14. Distribución del Maíz Chillo en Pichincha.....	26
Figura 15. Plano del límite del centro histórico de Sangolquí.....	29

## INTRODUCCIÓN

Durante los siglos XVII y XVIII, el Valle de los Chillos fue la mayor fuente de alimentos de la ciudad de Quito. En esta época, se sembraba toda clase de granos, pero sin duda el producto estrella de esa época era el maíz Chillo por su color y sabor característico, incluso llegando así a aparecer en crónicas como el mejor maíz del Ecuador según el historiador Gonzalo Ortiz Crespo (Ortiz G. , 2009). Las distintas preparaciones ancestrales que se realizaban en esta época, tales como la Uchucuta, una especie de potaje elaborado a partir de calabazas andinas y diferentes granos incluyendo el Chillo y muchas otras han ido desapareciendo con el paso de los años constituyendo también otra problemática ya que aportan al desconocimiento en general de la cultura gastronómica ancestral de la ciudad de Quito (Uribe, 2015).

El declive en el conocimiento de la variedad de maíz Chillo original se viene dando desde el siglo XX con la introducción de proyectos que buscaban el mejoramiento genético de esta variedad de gramínea tales como los creados por el Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias INIAP al introducir un manual para la plantación de variaciones mejoradas genéticamente del maíz Chillo, se daba incentivos al agricultor para que comience a sembrar diferentes variedades de granos como es caso del maíz peruano. Este tipo de proyectos han logrado que los agricultores dejen de sembrar las variedades tradicionales y consecuentemente han causado su desaparición en la mayoría de los mercados en Quito (Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias (INIAP), s.f).

Por esta razón, se ha decidido crear un recetario con la finalidad no dejar perder este ingrediente ancestral y ofrecer al público en general una poderosa herramienta que no solo aporte con preparaciones deliciosas sino también que aporte en acrecentar el conocimiento de este grano de maíz.

## Objetivos

### General

Explicar de qué manera el conocimiento de la historia del maíz Chillo facilitaría su uso dentro de la cocina contemporánea.

### Específicos

- Especificar el uso que se le daba al maíz Chillo en la cocina ancestral ecuatoriana.
- Determinar la mejor metodología de investigación aplicable para medir el conocimiento que tiene la población de Quito a cerca del maíz Chillo.
- Crear un recetario usando el maíz Chillo como base principal en sus preparaciones.

### Metodología de investigación

Tabla 1. Metodología de investigación.

Objetivo	Variable	Indicador	Tipo de investigación	Técnica	Fuente de Información
Especificar el uso que se le daba al maíz Chillo en la cocina ancestral ecuatoriana.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Historia del maíz Chillo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usos.</li> <li>• Ubicación.</li> <li>• Fechas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cualitativa.</li> <li>• Método: Analítico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anécdotas.</li> <li>• Historias de Vida.</li> <li>• Análisis de información y documentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internet.</li> <li>• Libros.</li> <li>• Personas conocedoras del tema.</li> </ul>
Determinar la mejor metodología de investigación aplicable para medir el conocimiento que tiene la población de Quito a cerca del maíz Chillo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metodología de investigación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento</li> <li>• Edad.</li> <li>• Estatus Socioeconómico.</li> <li>• Ubicación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cualitativa</li> <li>• Método: Inductivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrevista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuestas.</li> <li>• Internet.</li> </ul>
Crear un recetario usando el maíz Chillo como base principal en sus preparaciones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recetario a base de maíz Chillo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pesos de cada ingrediente.</li> <li>• Tipos de preparaciones.</li> <li>• Tamaño del recetario.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cualitativo</li> <li>• Método: Deductivo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documental.</li> <li>• Experimentación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internet.</li> <li>• Libros.</li> <li>• Personas Conocedoras del tema.</li> </ul>

# CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO

## 1.1 Gastronomía

### 1.1.1 Definición

La palabra gastronomía proviene del griego “Gaster” y “Gnomos” que significaba estómago y conocimiento respectivamente. Existen varias definiciones según diversos autores, pero casi todas coinciden que la gastronomía es el arte de preparar buena comida (Real Academia Española, 2001).

Desde que se creó el término en el siglo XIX Charles Monselet definió a la gastronomía como “La joya de todas las situaciones y de todas las edades” lo definió así ya que la gastronomía representa en muchas de las ocasiones las costumbres y tradiciones de una cultura y está estrechamente ligada a una época determinada (Aduriz, 2011).

Otra definición que se considera importante es la propuesta por el escritor Anthelme Brillat Savarín autor del famoso libro La Fisiología Del Gusto el cual dice que “La gastronomía es un conocimiento, un entendimiento, sobre todo lo que tiene que ver con la comida. Su objetivo es asegurar la supervivencia de la humanidad gracias a una alimentación sabrosa y adecuada” (Savarín, 2001).

Por otro lado, los términos asociados a ella también han ido evolucionando con el paso del tiempo, un claro ejemplo es la palabra gastrónomo que significa el profesional que se encarga de esta ciencia (RAE, 2001).

Sabiendo todo esto se puede llegar a la conclusión de que la gastronomía no solo se trata del estudio de cómo preparar una comida, sino que representa la estrecha relación que existe entre la comida y las diferentes culturas durante un período de tiempo.

### 1.1.2 Importancia

La gastronomía no solo estudia la comida sino también varios ejes culturales ligados a ella. Desempeña un papel fundamental a la hora de socializar o compartir diferentes tradiciones. Es decir, mediante la gastronomía se puede adentrar a la cultura de cada pueblo que pertenece.

Gracias a la gastronomía se puede entender la forma de vida de cada habitante que la práctica. Además, contribuye al entendimiento de los diferentes recursos naturales que en determinados lugares y épocas se usan para la elaboración de diferentes platos. Otro punto importante por tomar en cuenta es que mediante el conocimiento de técnicas ligadas a la comida se puede observar diferentes aspectos como el mestizaje y la evolución de cada cultura.

Por otro lado, la gastronomía también está ligada a aspectos fisiológicos que son de mucha importancia en el ser humano ya que constituye la base de la vida y está ligada estrechamente con la salud. Para entender el contexto de esto es necesario analizar las diferentes tradiciones gastronómicas que en algunos lugares están asociadas con la disminución o incremento de enfermedades. Un claro ejemplo es la investigación realizada por el Observatorio Iberoamericano de la Economía y la Sociedad del Japón que describe que gracias al tipo de gastronomía japonesa este país cuenta con las tasas de longevidad más altas del mundo (Poveda, 2016).

Dentro del aspecto turístico la gastronomía es muy importante ya que la tendencia actual de las personas es buscar rutas gastronómicas que se centren en buscar platos típicos de cada país o región y que estén ligadas con la parte cultural.

Todos estos factores contribuyen a entender la verdadera importancia que posee la gastronomía en el mundo, en como la forma de comer puede influenciar en la calidad de vida de las personas y finalmente en como la historia, tradiciones y costumbres se plasman en la gastronomía de cada lugar.

## **1.2 Cocina Ancestral**

### **1.2.1 Definición**

De idéntica manera que sucede al tratar de definir gastronomía, la cocina ancestral también posee muchas definiciones de acuerdo con varios autores, el punto común en el que convergen todos es que la cocina ancestral se refiere a la comida o técnicas culinarias que corresponden a un lugar en específico y que son fruto de conocimientos adquiridos a lo largo de siglos o años en dicha región (Berchoux, 2010).

Para ponerlo en perspectiva la cocina ancestral abarca todas las actividades unidas a ella como costumbres, tradiciones, conocimientos agrarios y todo el proceso que se lleva a cabo desde que se siembra los ingredientes, pasando por su preparación usando técnicas de cocción transmitidas de generación en generación hasta llegar a la degustación culinaria final.

Según el Chef e investigador culinario Carlos Gallardo en su libro sabores de mi Ecuador (2015), la cocina ancestral es producto de un mestizaje, de los ingredientes autóctonos de cada región y una fusión cultural ligada a tradiciones prehispánicas.

Por otro lado, la cocina ancestral nace de la necesidad de los pueblos de suplir los requerimientos alimenticios de su época, según el Foro Global sobre la Seguridad Alimentaria y Nutrición (2013), las prácticas tradicionales son valiosas ya que se adaptan a los medios de vida de cada población y porque ofrecen a las comunidades formas asequibles de lograr conservación de sus alimentos.

En conclusión, la cocina ancestral es sinónimo de cultura y sus ingredientes principales para que una comida o un tipo de técnica sea catalogada como ancestral son que deben provenir de la sabiduría popular, debe transmitir costumbres, tradiciones y debe estar atada a un lugar de origen.

## 1.2.2 Cocina ancestral en el Ecuador

La gastronomía ecuatoriana se caracteriza por tener una gran variedad de olores, sabores y texturas muchas veces vinculadas a la cosmovisión de las culturas ancestrales que habitaban ese territorio. Tradiciones como la pambamesa que trata de una comida que se la realizaba en comunidad al llegar el final de las horas de jornada laboral o la de consumir alimentos típicos en festividades dan origen a los diferentes platos que se ven hoy en día en mercados y restaurantes de comida tradicional ecuatoriana.

Según el investigador Julio Pazos la cocina ancestral ecuatoriana comenzó en la época prehispánica alrededor de los años 1000 a.C. hasta los años 1533 d.C cuando los pueblos de esa época crearon utensilios de cerámica que servían para cocinar los ingredientes que cosechaban y cazaban. Los alimentos más comunes según él eran las semillas como el fréjol, pepas de zambo, ají, quinua y también cárnicos como el pato o el cuy ya sea en la costa, sierra o en la selva amazónica (El Telégrafo, 2014).

En la época prehispánica los indígenas no comían sus alimentos en mesas, sino que lo hacían en el suelo junto a su familia o seres queridos. El uso de la sal se limitaba únicamente a saborizar el paladar mas no los alimentos. Rosario Olivas (2015) en su libro *Cocina De Los Incas* describe un uso interesante que se le daba al ají en esa época y es el de crear la necesidad de beber chicha luego de consumir los alimentos.

### 1.2.2.1 Cocina ancestral en la ciudad de Quito

La cocina ancestral en la ciudad de Quito data de finales del siglo XV con la presencia de los Incas en la sierra ecuatoriana se comenzó a consumir la papa, un ingrediente que tiene gran relevancia en las actuales preparaciones de esta región (Estrella, 1988).

En una entrevista realizada por el diario El Telégrafo (2014) a Julio Pazos relata que “En excavaciones realizadas en el sector de Chilibulo, se encontraron

artefactos incas y del territorio de los Quitus tales como piedras de moler o metates”.

Pero estos no eran los únicos utensilios usados en la elaboración de comida tradicional quiteña, también se usaban recipientes de cerámica, Jarros, ralladores de piedra, entre otros.

Esto hace pensar que los incas usaban estos utensilios para elaborar comida a base de ingredientes de la zona y de todos ellos destaca el uso del maíz el cual lo molían con el fin de elaborar El Sango que se lo preparaba tostando el maíz y luego moliéndolo para obtener una especie de caldo mezclado con agua. También usaban el maíz para la elaboración de la chicha de jora y el choclo cocinado, platos que todavía se siguen consumiendo en la actualidad (El Telégrafo, 2014).

### **1.2.3 Técnicas de cocción ancestrales en el Ecuador**

En Ecuador existen muchas técnicas que se usan día a día para la elaboración de deliciosos platillos, pero muchas de ellas tienen un origen en el pasado y se pueden considerar propias. Según el Ministerio de Cultura y Patrimonio desde la llegada de los primeros pobladores a Santa Elena hasta la conquista española el Ecuador posee diversas técnicas de cocción que se describirán a continuación. (Ministerio de Cultura y Patrimonio, 2016)

- La Pachamanca: Es una técnica de cocción proveniente de los Kichwas y consiste en cavar un hoyo en la tierra, calentar piedras en leña y colocar encima los alimentos, luego se procede a tapar con otra capa de piedras calientes y se envuelve todo con hojas de plátano. Posteriormente se tapa todo con tierra y tras algunas horas de cocción se desentierra para obtener así el plato. Esto aseguraba que los ingredientes como carnes o algunos vegetales conservaran su sabor al cocinarse en sus propios jugos y se mezclaban con los minerales de la tierra.



*Figura 1.* Técnica de la Pachamanca. Imagen que ilustra el proceso de elaboración de esta técnica de cocción. Adaptada de CODESPA, 2015.

- El Asado: Consiste en colocar los alimentos al calor de las brasas resultantes de la quema de leña. Los alimentos llegan a cocinarse mediante la radiación de calor que produce la llama al alimento. Se dice que los nativos de América cocinaban sus alimentos sin ningún tipo de adobo.



*Figura 2.* Técnica del asado. Imagen que ilustra el proceso de cocción mediante leña. Adaptada de Absolut Viajes, 2010.

- Cocción en hojas: Esta técnica consiste en envolver a los alimentos en hojas y cocinarlas al fuego o con vapor. La ventaja de esta técnica es que los alimentos se cocinan en sus propios jugos y se añade un sabor característico

de las hojas. Los platillos comunes que se encuentran hoy en día usando esta técnica como base para su preparación son los Maitos, Tongas, humitas, Quimbolitos, etc.



*Figura 3.* Maito de Tilapia. Imagen que ilustra el proceso de cocción mediante el uso de hojas para realzar el sabor. Adaptada de Lalaleo, 2015.

- Tostado en Seco: Se trata de cocinar los alimentos en superficies planas calientes, los alimentos más usados usando esta técnica son los granos. Inicialmente se cocinaba usando piedras calientes como superficie, pero luego se usaba la cerámica y tiestos para cumplir con este propósito.



*Figura 4.* Tostado a fuego. Imagen que ilustra el proceso de tostado mediante el uso de una paila. Adaptada de Familias en Ruta, 2010.

- Harinas y Mashcas: Consiste en moler los granos en morteros o metates con el fin de obtener una especie de polvo denominado harina, antiguamente este

proceso se lo realizaba de cuclillas. Los granos obtenidos luego de este proceso se preservaban por un breve periodo de tiempo ya que por el agua que contenía el grano se descomponía con mayor facilidad, una solución a esto fue la creación de las Mashcas donde se tuesta al grano primero y luego se lo muele para así conservarlo por mayor tiempo.



*Figura 5.* Molienda con mortero. Imagen del proceso de elaboración de harina usando un mortero para su realización. Adaptada de pxhere, 2017.

- Sopa Espesa: Consistía en la cocción de distintos ingredientes como los tubérculos o todo lo que estuviese a disposición con agua en recipientes de cerámica. Al contener tubérculos el caldo obtenido se espesaba y al final se le agregaban hojas para que se infusionaran con el caldo. Esta técnica se convirtió quizá en la más usada en la alimentación ancestral.



*Figura 6.* Cocción de caldo en leña. Imagen del proceso de elaboración de sopa en leña con un recipiente de cerámica. Adaptada de Cuellar, 2015.

- La salsa: Se obtiene como resultado de la molienda en mortero o rallador de piedra de frutos carnosos, el más común usado en la época prehispánica era

el ají, cronistas dicen que el ají era usado para realzar el sabor de los alimentos que preparaban ya que éstos no contenían ninguna especie de aliño o sal.



*Figura 7.* Molienda del ají en mortero. Imagen que ilustra el proceso de elaboración de la salsa de ají. Adaptada de Shakira di Marzo, 2016.

- La nixtamalización: Llamada también la elaboración del mote consiste en someter al maíz a cocción con un agente alcalino que puede ser la ceniza vegetal, al hacer esto se libera un compuesto llamado niacina que es esencial para el ser humano. Este ingrediente es la base de muchas preparaciones que incluyen las tortillas de maíz y su origen data de más de siete mil años.



*Figura 8.* Nixtamalización. Imagen que ilustra al maíz sometido a cocción en agua con cal. Adaptada de México Haz Algo, 2016.

- El majado o molo: Consistía en colocar distintos tipos de tubérculos y frutas tales como la mashua, oca, jícama y el miso en un mortero con el fin de

elaborar un puré espeso cuyo fin era ser usado como espesante de sopas o coladas. Actualmente al molo se lo conoce como majado.



*Figura 9.* Elaboración de majado de verde. Imagen que ilustra el proceso de elaboración del majado de verde. Adaptada de Recetas de Laylita, s.f.

- La Fermentación: Se elaboraba a partir del uso de bacterias y microorganismos que se encontraban en la saliva o al pasar los tubérculos por un cedazo, los cuales ayudaban a la conservación y digestión de muchos productos, se hacía comúnmente del maíz, chonta, yuca, etc. Cronistas dicen que los nativos casi no tomaban agua y no conocían casi de las bebidas frutales, sino que consumían mucho la chicha.



*Figura 10.* Proceso de elaboración de chicha, En esta imagen se muestra el proceso de elaboración de la chicha en la época prehispánica. Adaptada de Codex de Trujillo, Siglo XVIII

- **La Deshidratación:** Esta técnica consiste en quitar completamente o en su mayoría el líquido que posee un alimento secándolo mediante el uso del humo producido por la leña. En la América Precolombina se usaba esta técnica comúnmente.



*Figura 11.* Ahumado de los alimentos. Imagen que ilustra el proceso de Deshidratación usando el humo. Adaptada de Natureduca, s.f.

## **1.3 Cocina Contemporánea**

### **1.3.1 Definición**

La cocina contemporánea se puede definir como la cocina que se vive día a día, que evoluciona conforme van pasando los años, que reúne diferentes técnicas que han ido evolucionando a través del tiempo. Muchos chefs consideran que la cocina contemporánea no es más que el punto de vista de la cocina tradicional usando técnicas de cocina y montajes vanguardistas (Myhrvold & Maxime, 2011).

De acuerdo con el Chef José Luis Armendáriz, (2001). En su libro Procesos de cocina, describe que “La cocina modernista es arte y ciencia en la cocina” Esto significa que al igual que otras artes como la danza, la música, el teatro; La cocina también ha evolucionado a través de los años incorporando en ella nuevas técnicas de cocción, nuevos ingredientes y nuevos materiales para la elaboración de comida que rompe esquemas y que desafía lo ya conocido.

Resumiendo, la cocina contemporánea nace de las innovaciones que propongan los Chefs, de su arduo trabajo investigativo y experimental en la cocina con el fin de dejar una huella en la cultura popular.

### **1.3.2 Revolución modernista**

Las primeras referencias de la transformación de la cocina tradicional a la modernista aparecieron en el libro *Nouvelle Cuisine* en el años de 1970, en este escrito se recogían las críticas en contra de la cocina francesa tradicional y destacaba puntos como la sencillez en la presentación y preparación de los platos, también en el libro destacaba la importancia de conceder el control absoluto del chef a la hora de la presentación de la comida y por ende también introducía el concepto de emplatado. (Rodríguez, 2016)

Tomando como inspiración este escrito, diferentes chefs como el reconocido Ferrán Adriá, Heston Blumental, entre otros. Comenzaron a pensar de manera diferente el concepto de cocina, descartando lo antiguo, que era el de alimentar a las personas hambrientas o de suplir una necesidad biológica, a pasar a crear experiencias inolvidables a sus comensales. Todo esto los llevó finalmente a experimentar y analizar nuevas técnicas de cocina y por consiguiente también surgieron diferentes movimientos dentro de la cocina modernista que se detallarán a continuación (Armendáriz, 2001).

- La cocina deconstructiva: No es más que la preparación de nuevos platos tomando como base a elaboraciones ya existentes. Todo esto implica la transformación de texturas, temperatura. Cabe destacar que este movimiento lo adoptó el chef Ferrán Adriá (Rodríguez, 2016).
- La cocina de autor: En ella se adaptan y se adelantan conocimientos ya existentes. Este tipo de cocina se expone a las críticas de los comensales y si tiene éxito pasa a convertirse en un nuevo movimiento de cocina contemporánea, por el contrario, si no lo tiene solo se convierte en una moda pasajera. Este tipo de cocina está abierta a interpretaciones, a innovación, a

la imaginación y a todas las posibilidades dentro de la mente del cocinero (Rodríguez, 2016).

- La cocina de producto: Es otro ejemplo de las diferentes facetas que puede tener la cocina contemporánea ya que en ella se da importancia al producto como tal, a su origen y también trata minimizar su transformación para que sea el producto el que resalte en el plato y no las técnicas de cocción (Rodríguez, 2016).
- La reelaboración: Es volver a elaborar un plato ya conocido variando los ingredientes, técnicas de cocción o combinando otros platos con el fin de obtener un producto diferente o potenciado en sabores, texturas, etc. (Armendáriz, 2001).
- La nueva cocina regional: Es la base de este proyecto, es la nueva cocina moderna que trata de rescatar y dar un giro más actual a ingredientes ancestrales, a rescatar técnicas culinarias de la antigüedad y renovarlas con técnicas modernistas (Rodríguez, 2016).

### **1.3.3 Nuevas técnicas culinarias**

Como se ha dicho anteriormente, la cocina modernista consiste en crear nuevas técnicas culinarias que faciliten o mejoren la calidad de la comida que se sirve a los comensales. Dentro de la cocina modernista se puede encontrar técnicas que desafían la imaginación, que borran la línea que separa la química de la cocina. Desde la elaboración de un falso caviar hasta cocinar usando técnicas de vacío las nuevas técnicas de cocina que están surgiendo en estos últimos tiempos abren una infinidad de posibilidades. A continuación, se describirá las técnicas más comunes dentro de la cocina modernista (Rodríguez, 2016).

- Técnica de cocción al vacío: También llamada Sous Vide Cooking esta técnica ha facilitado a muchos cocineros el alcanzar la cocción perfecta de muchos alimentos, ya que encapsula los sabores de las carnes o vegetales y asegura una cocción uniforme. Se lo realiza usando una bolsa de plástico sellada herméticamente sumergida en agua con temperaturas controladas (Myhrvold & Maxime, 2011).
- Técnica de cocina empleando nitrógeno líquido: Esta técnica es una de las más antiguas dentro de la cocina molecular, consiste en llevar a los alimentos a un punto de congelación rápida con el fin de no dañar su estructura interna. En el momento de la descongelación los alimentos conservan todas sus propiedades organolépticas. En la cocina también se usa este método para cambiar la textura de diferentes alimentos o para la elaboración de helados (Myhrvold & Maxime, 2011).
- Técnica de elaboración de papeles: Mediante el uso de almidón se puede convertir casi cualquier líquido en papel, basta con tener un horno para llevar a la preparación a temperaturas bajas que rondan los 100 grados Celsius se puede obtener una textura diferente en los alimentos (Discovery Grupo Educativo, 2015).
- Técnica de esferificación: La esferificación consiste en encapsular un líquido en una esfera de gel. Esta técnica nació en el año 2003 a manos del Chef. Ferrán Adriá del famoso restaurante elBulli y desde entonces muchos chefs han experimentado con esta maravillosa técnica que no parece sacada de una cocina sino más bien de un laboratorio (Myhrvold & Maxime, 2011).
- Técnica de elaboración de espumas: Las espumas han estado presentes desde ya bastante tiempo en la cocina. Se pueden entender como un tipo de emulsión donde se tiene dos partes un líquido y un gas. Una espuma es básicamente un gas atrapado en una membrana líquida (Myhrvold & Maxime, 2011).

- Técnica de elaboración de polvos: Mediante el uso de un químico llamado maltodextrina muchos chefs han convertido sustancias líquidas en polvo, un claro ejemplo es la pulverización de un aceite de especias. (Discovery Grupo Educativo, 2015)

## **1.4 El Maíz**

### **1.4.1 Definición**

El maíz, cuyo nombre científico es *Zea Mays*, es una planta del tipo Gramínea cuyo origen es en México. Es una planta anual y su rápido crecimiento le hace alcanzar hasta los 2.5 metros de altura. Presenta dos tipos de raíces, la primera es fibrosa y la segunda es eventual que surge de la superficie de la tierra. Las raíces cumplen la función de mantener erguida a la planta. El tallo por otra parte está compuesto de tres capas, la capa interior que guarda los nutrientes de la planta, capa media que funciona como pared y también de medio de transporte de sustancias nutritivas y una capa exterior que ayuda a mantener secas las otras dos capas (Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad, 2012).

Sus hojas con alargadas y envuelven al tallo de la planta, mientras que de ellas brotan las mazorcas que no son más que un tronco recubierto de granos comestibles.

El maíz representa el tercer grano de mayor producción en el mundo, solo superado por el arroz y el trigo.

### 1.4.2 Origen y expansión

Su origen se da en el continente americano, específicamente en el valle de Tehuacán en Puebla, México donde fueron encontradas las muestras más antiguas de maíz cultivado, junto con una gran variedad de especies que datan de hace más de siete mil años, junto con el frijol y la calabaza fue el cultivo característico de las culturas mesoamericanas (Kato, Mapes, & Serratos, 2009).

Uno de los rasgos más característicos del maíz es el grado de domesticación al que ha sido sometido desde tiempos antiguos, las variedades de maíz que se consumen no pueden prescindir de la mano de los agricultores, porque el maíz cultivado no puede propagar sus semillas, los granos se quedan en la vaina, además una buena mazorca, milenariamente ha sido fruto de habilidades y de técnicas tradicionales que no solo significan la siembra, la cosecha y el almacenamiento, sino también la obtención de una semilla mejorada (Kato, Mapes, & Serratos, 2009).

Según la hipótesis científica más firme la mayoría de las variedades de maíz que ahora se conocen se derivan del Teocintle, que son los parientes silvestres del maíz de los cuales los nativos americanos domesticaron para obtener las variedades evolucionadas que no pueden crecer sin la ayuda del hombre, los pobladores mesoamericanos seleccionaron las semillas que producían las mejores plantas y por medio de la cruce consiguieron granos de alta calidad, y la palabra maíz la trajeron los españoles de las tierras Santillanas ya colonizadas antes de la conquista de México (Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad, 2012).

En lengua náhuatl los diversos nombres que recibía el maíz denominaban el estado de madurez de la mazorca. Xilotl cuando todavía está tierna, Elotl cuando ya están formado los granos, Centli cuando ya está seca (Dehouve, 2009).

El maíz en la antigüedad era asociado con el ámbito divino, todas las culturas mexicanas creían que era un ser divino en todos sus elementos desde que se siembra y se cocina (Serratos, 2009).

Como una aportación de Mesoamérica al mundo, actualmente el maíz se cultiva y se consume en numerosos países de todos los continentes, llegando a Quebec, Canadá al norte del continente americano hasta Chile en el sur. También llegó al Caribe por el Atlántico expandiéndose luego a Argentina y Brasil. Se puede asegurar que todo el mundo consume maíz o lo utiliza en diversas industrias, sin embargo, esta planta ha formado parte esencial del desarrollo de la cultura mexicana durante siglos como alimento y como símbolo complejo de identidad (Serratos, 2009).

### **1.4.3 Usos**

El maíz al ser una planta de fácil adaptabilidad según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura FAO posee diferentes usos que van desde la alimentación humana, hasta en la industria farmacéutica. A continuación, se describirán los usos más comunes dentro de los países productores y exportadores de maíz a nivel mundial (Paliwal, R, 2000).

- El uso del maíz como alimento humano

Su uso depende de la madurez que tenga la mazorca de maíz, para las mazorcas que todavía están verdes se pueden cocinar al carbón, hervidas, tostadas para su consumo inmediato, para la elaboración de sopas y potajes usando al maíz molido sin fermentar. En África se extrae el jugo del maíz verde y se lo cocina hasta llevarlo al punto de gelatina (Paliwal, R, 2000).

En el caso de los granos maduros se los puede tostar, moler para obtener su pulpa que en algunas partes de África sirven para reemplazar al arroz hervido. En América se consume el maíz seco molido con el fin de producir harina (Paliwal, R, 2000).

Otro uso que se le puede dar al maíz es del de la Nixtamalización al someter al maíz en un medio alcalino con la finalidad de liberar el compuesto Niacina que es esencial para el ser humano (Ministerio de Cultura y Patrimonio, 2016).

Finalmente, el uso del maíz como harina compuesta es algo muy común sobre todo en América ya que suplen la necesidad del consumo de harina de trigo para la elaboración de distintas preparaciones como pan o bizcochos.

- Uso del maíz para Forraje

El maíz puede ser utilizado como forraje para ganado en todas sus etapas de crecimiento, al brindar en países tropicales un buen rendimiento por hectárea al contener el mayor porcentaje de materia seca y elementos comestibles que otros cultivos y además al poder sembrarse prácticamente todo el año, el maíz es usado se ha convertido en el principal cultivo forrajero en el sur de Asia y en algunos países del Medio Oriente (Paliwal, R, 2000).

- Uso del maíz como alimento para Aves y Ganado

Según la FAO se estima que cerca del 40% de todo el maíz producido en países tropicales es destinado a la alimentación del ganado y aves de corral, al ofrecer la tasa más alta de conversión a huevos, carne y leche es beneficioso para la cría animal. Un ejemplo de ello es el uso del maíz amarillo como medio de alimentación para aves (Paliwal, R, 2000).

#### **1.4.4 Diversidad**

Es importante entender que las variedades de maíz están clasificadas mediante sus características fenotípicas. Al tener esto presente se puede clasificar al maíz de la siguiente forma:

Por la forma que tiene la mazorca, por el tipo de grano, por la capacidad del grano de reventar, por su lugar de siembra u origen y por los diferentes nombres

que fueron asignados por los indígenas que los cultivan. A continuación, se enlistarán los grupos más importantes de maíz. (FAO, s.f.)

#### 1. Maíz Ceroso

Su origen se remonta a China y su nombre es Ceroso porque su endosperma tiene naturaleza opaca y cerosa. Su uso es el de la elaboración de comida típica asiática. (FAO, s.f.)

#### 2. Maíz Duro

Según el Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias INIAP el maíz duro representa la principal materia prima que se usa en Ecuador para la elaboración de balanceados para aves. Este tipo de maíz se caracteriza por tener un endosperma amiláceo (Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias, 2014).

#### 3. Maíz Tunicado

Se llama Tunicado a este tipo de maíz porque sus granos están envueltos en una especie de hoja de manera individual. Se lo conoce también con el nombre de maíz ajo (POPOL MAYAB ORG, 2015).

#### 4. Maíz Dentado

Es el tipo de maíz cuyo cultivo es el más común para el consumo humano ya que posee granos de color blanco o amarillo. Su endosperma tiene más almidón blando (FAO, s.f.).

#### 5. Maíz Capia

También llamado maíz Harinoso, se caracteriza por poseer una gran cantidad de almidón blando harinoso. Últimamente se ha incentivado el uso de este tipo de maíz tostado para la elaboración de harinas (FAO, s.f.).

## 6. Maíz Dulce

Su cultivo se da principalmente en zonas tropicales, y se consumen cuando sus mazorcas aún están verdes, posee un alto grado de azúcar y brindan un gusto dulce, su humedad ronda el 70% (FAO, s.f.)

## 7. Maíz Reventón

Posee un endosperma duro que ocupa la mayoría del grano y un endospermo suave, al someter a cocción este tipo de maíz revienta y su endospermo sale (FAO, s.f.).

Finalmente, se estima que en América Latina existen alrededor de 220 razas de maíz, la mayor cantidad de razas se encuentran en México con 69 cepas de maíz.

### **1.4.5 El maíz en el Ecuador**

Partiendo por el origen del maíz en el Ecuador es necesario recalcar que los primeros indicios de cultivos de maíz en el país datan de hace 5.000 años en la región de Atacames en la costa del país. Descubrir de donde vino el maíz para los historiadores ha sido sencillo ya que se sabe que el maíz provino desde México y de hecho el maíz que llegó al Ecuador fue una mutación de la gramínea silvestre llamada Teosintle (Bravo, 2005).

Posteriormente en el Ecuador se produciría un mejoramiento de esta cepa de maíz primeramente como maíz de grano duro y suave para luego retornar de nuevo a México. Una vez allí la cepa ecuatoriana se fundiría con la variedad de maíz Tel Chapalote y finalmente se difundiría por todo el continente americano (Bravo, 2005).

Los usos que los indígenas ecuatorianos daban al maíz son muy variados, entre ellos se tiene la elaboración de Chicha una bebida ceremonial y que actualmente todavía se la puede encontrar en diversas partes del país. Existían muchas

formas de elaborarla partiendo de la más sencilla la cual es preparando una mezcla de harina de maíz con agua a la más artesanal que era masticando el maíz para sacarle su jugo y fermentándola con las bacterias que se encontraban en la saliva de los indígenas (Bravo, 2005).

Otro uso que se le daba al maíz según los historiadores era medicinal ya que usaban el zumo que desprendían las hojas verdes del maíz para curar diferentes heridas, la chicha también era usada para tratar los cálculos renales. Los pelos provenientes de la mazorca de maíz se utilizaban con fines diuréticos (Bravo, 2005)

Para la conservación del maíz los indígenas ecuatorianos usaban distintas técnicas que van desde el asoleo hasta el tostado de este.

En la actualidad, el maíz en el Ecuador se ha convertido en un cultivo que representa una gran importancia económica y social gracias a su contribución con la alimentación humana y sobre todo por la creciente demanda como materia prima para los alimentos balanceados de ganado y aves.

Viendo el punto de vista socioeconómico la agricultura representa el 17,5% de PIB ecuatoriano siendo el maíz el 3% de este componente. Se estima que existen cerca de 500 mil hectáreas de sembríos de maíz en el país la mayoría en la costa y en la sierra con el denominado maíz de altura (Ministerio de Agricultura, Ganadería, Acuacultura y Pesca, 2013).

## **1.5 Variedad maíz Chillo**

### **1.5.1 Origen**

El origen el maíz Chillo o también llamado "Muela de Caballo" es originario del Valle de los Chillos ubicado en el Cantón Rumiñahui Quito, Ecuador. Su conocimiento se remonta a la época de los incas, incluso mucho antes de la presencia de la cerámica donde era conocido por su color, rendimiento y tamaño. Según el Chef Andrés Granja Director de la carrera de Gastronomía del Instituto

Tecnológico Superior Rumiñahui esta variedad de maíz tiene más de 6 mil años de antigüedad y se lo usaba desde la época precolombina por los indígenas de la época que vivían en tierras altas y eran sedentarios. El maíz Chillo también servía como base de la preparación de la famosa Fanesca (El Universo, 2017).

Durante los siglos XVII y XVIII, el Valle de los Chillos era la principal fuente de alimentos en la ciudad de Quito, y el maíz Chillo era su producto estrella ya que al ser endémico de esta zona se lo cultivaba en casi todas las haciendas ya que era resistente a las adversidades climáticas (Ortiz G. , 2012).

Timothy, et al, 1961 señala en su investigación que el maíz Chillo se daba en condiciones de altura por sobre los 2520 msnm y que la planta posee granos muy grandes comparados antiguamente con las muelas de un caballo de ahí su nombre típico en muchos mercados de la zona. Las vainas de sus hojas son de un intenso color rojizo, además posee espigas alargadas y sus ramificaciones son ligeramente arqueadas. (Thimothy, et al, 1963)



*Figura 12.* Maíz Chillo. Imagen de la variedad Maíz Chillo o comúnmente conocida como Muela de Caballo. Tomada de INIAP, 2018.

### 1.5.2 Zonas de siembra

El maíz Chillo se encuentra principalmente distribuido las provincias ubicadas en el centro norte del Ecuador, específicamente en el cantón Rumiñahui en Pichincha, además debido a la migración del maíz a causa de los señoríos del valle de Los Chillos se exportó el maíz hacia otras zonas ecológicamente menos favorecidas usando el intercambio vertical entre nichos ecológicos. Teniendo presente esto, los mindaláes, personas que comerciaban con el maíz a cambio de productos diversos de las zonas de Quijos y Yumbos lo transportaron a otras zonas como Carchi, Imbabura y Cotopaxi (Ortiz G. , 2012).

A continuación, se presenta un mapa que describe la distribución del maíz Chillo en el Ecuador.



*Figura 13.* Distribución del maíz Chillo en el Ecuador. Imagen de la presencia del maíz Chillo en territorio ecuatoriano. Adaptada de Tymotheny, et al, 1961.

Para especificar más las zonas de siembra y comercialización del maíz Chillo en la provincia de Pichincha, se consultó con el encargado de los estudios del maíz del INIAP el Ingeniero. M. Sc. Carlos Yáñez y se obtuvo un mapa de las posibles rutas del maíz Chillo en Pichincha, cabe destacar que existe muy poca información acerca de esta variedad de maíz ya que los esfuerzos de la institución se han concentrado en la mejora genética de toda clase de maíz en el Ecuador para aumentar su producción. A continuación, se detalla el mapa antes mencionado.

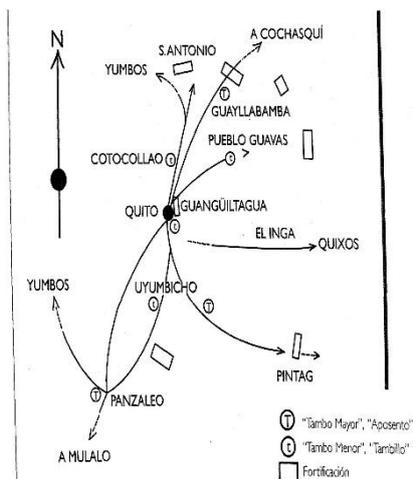


Figura 14. Distribución del Maíz Chillo en Pichincha. Imagen de la presencia del maíz Chillo en territorio Pichincha. Adaptada de INIAP, 1994.

### 1.5.3 Variedades

El maíz Chillo desde su descubrimiento ha sido sujeto de varias investigaciones por parte del Instituto Ecuatoriano de Investigaciones Agropecuarias, específicamente las investigaciones de variedades genéticamente mejoradas se las realiza en la Estación Experimental "Santa Catalina" ubicada a las afueras de la ciudad de Quito, en dicho lugar se han obtenido semillas mejoradas de alta capacidad usando como progenitor a la cepa original de maíz Chillo llamada INIAP-130 con otras variedades de la zona las cuales se enumerarán a continuación (INIAP, s.f.).

1. Variedad Amarillo Harinoso.
2. Compuesto Grano Grande.
3. Compuesto Precoz.
4. Variedad Blanco Harinoso.
5. Compuesto Cacahuazintle.
6. Variedad Precoz-Titlacaca.

Al usar estas variedades el INIAP logró obtener la variedad de semillas denominada INIAP-180 e INIAP-176 en los años 1980 y 1981. Estas dos semillas son descendientes directos del maíz Chillo y fueron comercializadas dentro de los distintos mercados de la zona ya que poseen un alto rendimiento, mayor precocidad y una mayor resistencia al ataque de plagas y enfermedades (Caviedes & Moreno, Información Técnica sobre las nuevas variedades de Maíz INIAP-130, 1984)

A parte de las dos variedades antes mencionadas el INIAP combinó el maíz Chillo con la variedad de maíz Mishca obteniendo así una variedad mejorada llamada Mishca- Chillo mejorado 124. Esta variedad es ahora usada por su resistencia a plagas, a su buen rendimiento, a su precocidad, a su porte bajo y mazorca grande. Los usos que se le dan actualmente al maíz Mishca- Chillo mejorado 124 es en la elaboración de platos típicos de la zona del valle de Los Chillos, también como forraje y finalmente como alimentación para el ganado vacuno y especies menores (Caviedes, y otros, 2002).

#### **1.5.4 Usos en la cocina ecuatoriana**

El maíz Chillo en la antigüedad era utilizado como materia prima para la elaboración de diversos platillos ancestrales, entre ellos tenemos la elaboración de tostado, mote, chicha, para la elaboración de humitas, entre otros. Pero sus principales usos por los cuales esta variedad de maíz era tan conocida antiguamente eran el de la elaboración de chicha o también denominada por los indígenas como "aswa", el maíz no se consumía fresco, se lo guardaba y se lo dejaba colgado en los aleros de las casas, esto era denominado como "wayunga" También al maíz se lo tostaba maduro o en un punto entre tierno y maduro llamado por los indígenas como "Kau" (Ortiz G. , 2012).

Otro uso muy común que se le daba al maíz Chillo es en la elaboración de la Chuchuca donde se lo deshidrataba y luego se lo dejaba madurar, posteriormente se lo molía para convertirlo en harina (Ortiz G. , 2012).

Quizá el uso más representativo de esta variedad de maíz es en la elaboración de la Fanesca, específicamente para la elaboración de la base para la misma llamada Uchucuta, según el Chef Andrés Granja la Uchucuta es una especie de potaje con un significado ancestral muy marcado el cual era el agradecimiento al rey sol por las cosechas del año. Luego de la conquista española no se sabe exactamente la fecha o la razón por la que la Uchucuta se convirtió en Fanesca, pero si se sabe que gracias a la introducción de productos como la leche la receta logró evolucionar hasta convertirse en la famosa Fanesca que todos los ecuatorianos conocen (El Telégrafo, 2014).

## CAPÍTULO II. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

### 2.1 Metodología

#### 2.1.1 Ubicación del estudio

El presente estudio se ha llevado a cabo en la ciudad de Sangolquí, cabecera cantonal del Cantón Rumiñahui ubicado en la provincia de Pichincha, Ecuador. Localizada en la región centro-Norte de la zona interandina ecuatoriana; Sangolquí se ha convertido en una de las urbes con mayor desarrollo en el país, gracias a su cercanía con la ciudad de Quito y a su clima subtropical de tierras altas con una temperatura que oscila entre los 10 °C a 29 °C ha favorecido el cultivo del maíz, producto estrella de esta localidad (Jácome & Rodríguez, 2017).

El estudio se concentró específicamente en la zona del centro histórico de Sangolquí, ya que posee la mayor densidad de edificaciones y mercados de esta ciudad. A continuación, se detallará el mapa del lugar donde se llevó a cabo el estudio.



*Figura 15.* Plano del límite del centro histórico de Sangolquí. Mapa urbanístico del centro histórico de Sangolquí. Adaptada de Ortiz, 2012.

Cabe recalcar que el lugar donde se obtuvo la mayor cantidad de información referente al maíz Chillo fue el mercado central de Sangolquí ubicado en las calles Alfaro y España dentro del centro histórico de la zona ya que es el único mercado donde aún se comercializa este tipo de maíz.

### **2.1.2 Tipo de estudio**

La presente investigación es cualitativa ya que se basa en la información recogida de comportamientos naturales y describe el objeto de estudio, en este caso el conocimiento que tiene la población acerca del maíz Chillo (Posso, 2017).

El método a usarse durante este capítulo es el inductivo ya que estudia los hechos presentados con el fin de formular conclusiones universales. La técnica que se usará será la entrevista, cuyo instrumento es el cuestionario de tipo estructurado.

### **2.1.3 Delimitación del estudio**

Para este estudio se ha escogido entrevistar de 6 a 10 personas de ambos sexos masculino y femenino que comprendan un rango de edad que va desde los 30 a 80 años y que vivan en Sangolquí o sus alrededores. Usando como fuentes de información a personas conocedoras del tema o a gente que comercialice o cultive el maíz Chillo.

Se ha decidido escoger a personas con las características antes descritas ya que son los candidatos a conocer la existencia del maíz Chillo, ya sea por su rango de edad o por tener conocimientos relevantes que puedan aportar datos valiosos a esta investigación.

### **2.1.4 Diseño de la investigación**

Primeramente, para realizar la investigación se ha procedido a recorrer la zona que comprende el centro histórico de Sangolquí y sistemáticamente determinando los puntos de interés para el estudio, lo cual llevó a la conclusión

de que en esta zona se encuentra el GAD del Cantón Rumiñahui, el mercado central de Sangolquí y el mercado Cerrado de Carnes de Sangolquí. Al finalizar el reconocimiento de la zona se procedió con la ayuda y asesoramiento del encargado de la oficina de turismo del GAD Municipal a determinar las personas idóneas para realizar las entrevistas que cumplan con los requerimientos antes mencionados usando preguntas directrices para poder corroborar su conocimiento acerca de la existencia del maíz Chillo.

## **2.2 Entrevistas**

### **2.2.1 Caracterización de las entrevistas realizadas**

La presente investigación busca determinar el conocimiento que posee la gente acerca de la existencia del maíz Chillo, su historia, usos y preparaciones con el fin de elaborar un recetario a base de este tipo de maíz.

Para las entrevistas se ha tratado de buscar a las personas que más sabían del tema, en este caso a las vendedoras del mercado central de Sangolquí ya que ellas cultivan y comercializan el maíz Chillo de esta manera se consiguió la mayor cantidad de información.

Todo esto resultó una labor bastante sencilla puesto que había la predisposición de las personas en colaborar con la entrevista, aparte de ello se obtuvo ayuda del administrador del mercado quien supo señalar las personas que conocían y vendían el maíz Chillo.

Finalmente cabe mencionar que a todos los entrevistados se les hizo saber que serían grabados en audio y fotografía, resultando que todos dieran su consentimiento informado.

### **2.2.2 Modelo de entrevista**

Para las entrevistas se ha decidido dividirla en dos partes, la primera de preguntas generales para conocer la idoneidad de los entrevistados y la segunda parte de preguntas específicas relacionadas con el maíz Chillo. Cabe mencionar que para la segunda parte también se ha decidido dividirla en 4 ejes cada uno con relevancia para la presente investigación. A continuación, se presenta el modelo de entrevista.

#### **Preguntas Generales:**

**Nombre del Entrevistado:**

**Edad:**

**Sexo:**

**Lugar de nacimiento:**

**Sector donde vive:**

**Tiempo que habita en el sector donde vive:**

**Ocupación:**

## Preguntas Específicas

Tabla 2. Modelo de preguntas específicas.

Ejes	Preguntas Específicas
<b>1. Conocimiento de la existencia del maíz Chillo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Conoce usted el maíz Chillo?</li> <li>2. Sabe usted ¿con qué otro nombre se le conoce al maíz Chillo?</li> <li>3. ¿Conoce cómo es la forma, textura y color del grano de este maíz?</li> <li>4. ¿Cree usted que el maíz Chillo tiene algún sabor que lo diferencie de otras variedades de maíz?</li> </ol>
<b>2. Zonas de cultivo y expendio del maíz Chillo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Conoce usted en qué zonas se encontraban los cultivos de maíz Chillo en Pichincha?</li> <li>2. ¿Conoce cuáles son los mercados donde se podría encontrar el maíz Chillo?</li> <li>3. ¿Conoce usted en qué épocas del año se puede cultivar el maíz Chillo?</li> </ol>
<b>3. Fiestas y platos ligados al maíz Chillo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Conoce alguna fiesta que esté relacionada con el maíz en el Ecuador?</li> <li>2. ¿Conoce usted qué fiestas se celebran en Sangolquí o el valle de los Chillos?</li> <li>3. ¿Conoce usted algún plato que esté relacionado con el maíz Chillo?</li> <li>4. ¿Sabe cuál era el significado del maíz en la cultura andina?</li> <li>5. ¿Conoce usted el significado del monumento del Choclo situado en Sangolquí?</li> </ol>
<b>4. Recetas ligadas al maíz Chillo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Conoce usted algún plato típico de Pichincha que contenga maíz como ingrediente principal de su preparación?</li> <li>2. ¿Cuál es su manera preferida de cocinar el maíz?</li> <li>3. ¿Cuál considera usted que debe ser el acompañamiento de un plato típico que contenga maíz?</li> <li>4. ¿Cómo prefiere el consumo del maíz Chillo, en comidas de sal o en comidas de dulce?</li> <li>5. ¿Cómo preferiría que sea la presentación de un plato que contenga maíz?</li> </ol>

## 2.3 Conclusiones de las entrevistas

Gracias a la realización de las entrevistas se ha llegado a diversas conclusiones con respecto al nivel de conocimiento que tiene la población acerca del maíz Chillo, se ha determinado que las personas entrevistadas conocen su forma, pero no conocen acerca de su procedencia ni de las tradiciones ligadas a este tipo de grano. Otra conclusión que se pudo sacar de las entrevistas es que la gente solo está acostumbrada a prepararlo de manera tradicional y con recetas ya preestablecidas, por ejemplo, acompañado de fritada o en manera de mote, excluyendo de manera total otro tipo de preparaciones o técnicas que se pueden aplicar. Finalmente se ha podido confirmar la falta de conocimiento acerca del maíz Chillo por parte de las autoridades del GAD municipal de Rumiñahui a pesar de que solo es sembrado en esa zona geográfica. A continuación, se detallará cómo se ha llegado a cada conclusión.

Primeramente, se llegó a la conclusión de que muy pocas personas conocen acerca de la historia y tradiciones atadas al maíz de manera general y específica ya que lo único que la gente conocía era la forma su sabor, pero al momento de preguntar acerca de las fiestas o de la cultura hacían referencia a la fiesta del maíz en el cantón Rumiñahui y en pocos casos al Inti Raymi habiendo muchas otras fiestas en el Ecuador donde la mazorca es su principal protagonista.

Con respecto a la segunda conclusión resulta interesante conocer la preferencia de la gente con respecto a la manera de preparación y presentación de platos que contengan maíz siendo la forma tradicional la más escogida. Sin embargo, resulta preocupante la falta de variedad de preparaciones que la gente conoce ya que todos los entrevistados solo conocían de uno a dos platos donde se pueda usar al maíz Chillo. Resultado de ello es necesario crear herramientas como recetarios para que la gente pueda conocer diversas formas de preparar este tipo de grano conservando elaboraciones tradicionales.

Para finalizar, es preocupante descubrir la falta de conocimiento total por parte del GAD municipal del cantón Rumiñahui acerca de la existencia del maíz Chillo

puesto que ellos son los organizadores de la fiesta del maíz celebrada cada año en su cantón. Por esta razón resulta imperativo rescatar su historia y el conocimiento puesto que cada día se ve desplazado por otras variedades de mazorcas como es el caso del maíz peruano. La mayoría de las personas a las que se le realizó la entrevista supieron manifestar las razones por las que ellos escogen a este tipo de maíz. Primeramente, por su relación rendimiento – costo, luego está su versatilidad a la hora de convertirlo en diferentes platillos y finalmente por los altos beneficios que reciben al momento de comercializar este producto. Todo esto ha ocasionado la paulatina desaparición de la variedad Chillos de los diversos mercados de Sangolquí y el Valle de los Chillos.

## **CAPÍTULO III. PROPUESTA DE UN RECETARIO**

### **3.1 Generación de recetario a base de maíz Chillo**

Para el presente capítulo se ha desarrollado un recetario en base al maíz Chillo utilizando las entrevistas previamente realizadas como punto de partida a la hora de escoger las preparaciones gastronómicas presentes en dicho recetario, con el fin de brindar a chefs, personas apasionadas por la cocina y al público en general una herramienta de fácil utilización y sobre todo cumpliendo con el propósito de esta tesis el cual es rescatar el uso del maíz Chillo como ingrediente principal ya que posee una gran versatilidad a la hora de cocinarlo.

#### **3.1.1 Determinación del concepto**

Se ha visto la necesidad de crear dos versiones de las recetas presentadas. La primera versión va dirigida a restaurantes, centros de estudios y personas que necesiten una presentación estandarizada de las preparaciones propuestas. La segunda versión va dirigida al público en general y todas las recetas se presentan de una manera muy amigable y visual con el fin de facilitar su uso a personas que tengan conocimientos limitados de gastronomía.

### 1.1.2 Aplicaciones del maíz Chillo dentro del recetario

A continuación, se mostrará una tabla donde se puede apreciar la versatilidad del maíz Chillo al momento de realizar distintas preparaciones, todo ello acorde al estado de la mazorca ya que dependiendo de esto es posible aplicar distintas técnicas de cocción.

Tabla 3. Diferentes técnicas y usos que se le puede dar al maíz Chillo.

Estado del Maíz	Técnicas de cocción aplicables	Preparaciones aplicables a cada estado	Recetas por cada estado del maíz
Tierno	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hervido</li> <li>• Asado</li> <li>• Fritura</li> <li>• Al vapor</li> <li>• Estofado</li> <li>• Horneado</li> <li>• Papillote</li> <li>• Empanado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolas de maíz.</li> <li>• Choclos cocinados</li> <li>• Choclos Asados</li> <li>• Chichas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berenjenas Rellenas con queso Mozzarella, maíz Chillo frito y orégano</li> <li>• Sopa de maíz Chillo, papa y queso</li> <li>• Coctel de maíz Chillo</li> </ul>
Cao	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Moler</li> <li>• Horno</li> <li>• Al vapor</li> <li>• Hervido</li> <li>• Deshidratado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Humitas</li> <li>• Chuchuca</li> <li>• Coladas</li> <li>• Tortillas</li> <li>• Pasteles</li> <li>• Polenta</li> <li>• Choclo-mote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quesillo con helado de maíz acompañado de tierra de canguil caramelizado y salsa de queso de cabra.</li> <li>• Brazo gitano relleno de crema de pasta de choclo dulce con café y nueces</li> </ul>
Seco	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturado</li> <li>• Nixtamalización</li> <li>• Fritura- Tostado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Panes</li> <li>• Harinas</li> <li>• Coladas con leche</li> <li>• Mote</li> <li>• Tostados</li> <li>• Tamales</li> <li>• Sango de sal y dulce</li> <li>• Caca de Perro</li> <li>• Tortillas Asadas</li> <li>• Chigüiles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bruschettas de polenta de maíz Chillo</li> <li>• Sopa de tomate y polenta de maíz Chillo</li> <li>• Pollo con pisto agridulce de pimentón y corteza de harina de maíz Chillo</li> <li>• Carne de Res a la cazuela con tortitas de maíz Chillo de hierbas</li> <li>• Colada de maíz Chillo y chocolate</li> </ul>

## 1.2 Desarrollo de recetas estandar.

Para el diseño de las recetas estandarizadas se ha tomado como referencia el formato provisto por la Universidad De Las Américas, UDLA, puesto que es el formato más detallado en cuanto al cálculo de mermas, y porcentajes de rendimiento. A continuación de detallará los elementos más importantes dentro del formato estandarizado que se ha usado en esta tesis para posteriormente su fácil comprensión.

Tabla 4. Modelo de receta estandarizada

ALIMENTOS Y BEBIDAS									
NOMBRE DE LA RECETA: <b>Cóctel de maíz Chillo</b>									
GÉNERO: <b>Bebida</b>									
RESUMEN MATERIA: <b>48ml</b> PORCIONES: <b>10,0</b>									
ALUMINO: <b>Diego Córdoba</b>									
FECHA DE ELABORACIÓN:									
HORA DE CLASE:									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
CANTIDAD AS COMPRADO	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio / peso porción) * 100%	% RENDIMIENTO (V. VED. / EP. EDIBLE) (porcentaje)	CANTIDAD EP. (peso base) (kg)	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra	cada empresa		peso merma	con balanza	**100%	**1%	precio / unidad	**417	
<b>Para el cóctel</b>									
0.2	kg	Maíz Chillo tierno	0.080	40%	60.00%	0.120	\$ 2.00	\$ 0.24	Desgranado
0.5	L	Agua	0.000	0%	100.00%	0.500	\$ 0.35	\$ 0.18	
0.5	L	Leche entera	0.000	0%	100.00%	0.500	\$ 0.80	\$ 0.40	
0.2	L	Leche condensada	0.000	0%	100.00%	0.200	\$ 10.00	\$ 2.00	
0.04	L	Ron	0.000	0%	100.00%	0.040	\$ 9.73	\$ 0.39	
0.04	L	Ginebra	0.000	0%	100.00%	0.040	\$ 40.00	\$ 1.60	
0.006	kg	Azúcar	0.000	0%	100.00%	0.006	\$ 0.92	\$ 0.01	Para decorar -escarchar
0.006	L	Granadina	0.000	0%	100.00%	0.006	\$ 45.00	\$ 0.27	Para decorar
PESO TOTAL (KG)			0.792		0.792				
PESO SERVICIO			0.1		0.1				
							<b>COSTO TOTAL</b>		<b>5.466</b>
							<b>VARIOS</b>		<b>1%</b>
							<b>TOTAL</b>		<b>5.474</b>
							<b>COSTO PORCIÓN</b>		<b>5.047</b>
<b>FOTOGRAFÍA</b>									
<b>PROCEDIMIENTO</b>									
<ol style="list-style-type: none"> <li>Cocinar el maíz Chillo tierno en agua por diez minutos.</li> <li>Permitir el agua y licuar el maíz.</li> <li>Volver a cernir y reservar.</li> <li>En una olla calentar la leche y la leche condensada sin dejar que hierva.</li> <li>Enfriar y luego agregar la leche de maíz Chillo, y los licores.</li> <li>En el sitio escarchar y colocar granadina para decorar.</li> <li>Servir.</li> </ol>									

### 1.2.1 Recetas estandarizadas

Para la categorización de las recetas estandarizadas se he optado por la clasificación en platos de entrada, sopas, platos fuertes, postres y bebidas.

## 1.2.1.1 Platos de entrada

Tabla 5. Receta estándar de berenjenas rellenas con queso feta, maíz Chillo y orégano.

1		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE									
como se compra	cada empresa			peso merma	con balanza	*(100%-4)	*x1 %	precio x unidad	*x1 *7										
<b>Para el Relleno de la berenjena</b>																			
0,6		Kg	Carne de Res	0,020	3%	96,67%	0,580	\$ 5,23	\$ 3,14	Picada									
0,35		Kg	Queso Feta	0,000	0%	100,00%	0,350	\$ 18,00	\$ 6,30	Desmenuzado									
0,07		Kg	Pan Rallado	0,000	0%	100,00%	0,070	\$ 2,90	\$ 0,20										
0,225		Kg	Huevo	0,079	35%	64,89%	0,146	\$ 2,00	\$ 0,45	Batido									
0,2		Kg	Cebolla blanca	0,022	11%	89,00%	0,178	\$ 1,20	\$ 0,24	Pelar - Brunoise fino									
0,06		Kg	Albahaca	0,003	5%	95,00%	0,057	\$ 10,80	\$ 0,65	Quitar tallo									
0,01		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 0,92	\$ 0,01										
0,01		Kg	Pimienta	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 16,80	\$ 0,17										
0,01		Kg	Orégano	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 12,80	\$ 0,13	Seco									
0,4		Kg	Maíz chillo tierno masorca completa	0,172	43%	57,00%	0,228	\$ 0,80	\$ 0,32	Cocido									
0,8		Kg	Berenjena	0,200	25%	75,00%	0,600	\$ 2,46	\$ 1,97										
0,66		Kg	Queso Mozzarella	0,000	0%	100,00%	0,660	\$ 10,00	\$ 6,60	Rallado									
0,07		L	Acete de oliva	0,000	0%	100,00%	0,070	\$ 10,29	\$ 0,72										
<b>Para la salsa de tomate</b>																			
0,03		Kg	Pasta de Tomate	0,000	0%	100,00%	0,030	\$ 5,72	\$ 0,17										
0,3		L	Agua	0,000	0%	100,00%	0,300	\$ 0,35	\$ 0,11										
0,3		Kg	Azúcar	0,000	0%	100,00%	0,300	\$ 0,92	\$ 0,28										
				PESO TOTAL (KG)		4,095		3,599											
				PESO SERVICIO		0,1		36,0											
<b>COSTO TOTAL</b>									\$ 21,45										
<b>VIARIOS</b>									1%										
<b>TOTAL</b>									\$ 21,66										
<b>COSTO PORCIÓN</b>									<b>\$ 2,14</b>										
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>																	
		1.- Colocar la carne picada junto con el queso desmenuzado, el pan rallado, el huevo, la cebolla blanca, las especias y el maíz Chillo tierno cocinado en un bol grande.																	
		2.- Mezclar todos los ingredientes procurando no amasarlos ya que el queso se puede perder.																	
		3.- Desechar el tallo de las berenjenas, cortarlas longitudinalmente por la mitad y recortar un poco la curva exterior con el fin de asentar las berenjenas en el molde.																	
		4.- Extraer el interior de las berenjenas con una cuchara y colocar el relleno que estaba en el bol.																	
		5.- Colocar queso mozzarella rallado al final y untar con aceite de oliva.																	
		6.- Colocar en el horno a una temperatura de 180 grados Celsius por 45 minutos.																	
		7.- Diez minutos antes de acabar la cocción en el horno mezclar en un bol la pasta de tomate, agua, azúcar y rociar las berenjenas con la mezcla.																	
		8.- Servir																	
<b>Enviado Por:</b>																			
<b>Entregado Por:</b>																			
<b>Autorizado Por:</b>																			
												<b>Recibido Por:</b>							
												<b>Supervisado Por:</b>							

Tabla 6. Receta estándar de maíz Chillo tostado con tocte.

1		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT) *=(100%-4)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE									
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*=(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7										
<b>Para Maíz Tostado</b>																			
0,4		Kg	Manteca de cerdo	0,000	0%	100,00%	0,400	\$ 2,00	\$ 0,80										
1,08		Kg	Maíz Chillo seco	0,000	0%	100,00%	1,080	\$ 3,00	\$ 3,24										
0,146		Kg	Cebolla blanca	0,016	11%	89,04%	0,130	\$ 1,20	\$ 0,18	Juliana									
0,015		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,015	\$ 0,92	\$ 0,01										
0,05		Kg	Tocte	0,000	0%	100,00%	0,050	\$ 4,50	\$ 0,23	Quebrado									
PESO TOTAL (KG)					1,291		1,275												
PESO SERVICIO				0,1	0,1		12,8												
<b>COSTO TOTAL</b>									\$ 3,65										
<b>VIARIOS</b>									1%	\$ 0,04									
<b>TOTAL</b>										\$ 3,69									
<b>COSTO PORCIÓN</b>										\$ 0,37									
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>																	
		1.- Calentar la manteca de cerdo en una olla																	
		2.- Colocar el maíz Chillo en la olla y cocinar hasta que reviente y dore.																	
		3.- Agregar la cebolla picada y la sal.																	
		4.- Retirar del fuego y mezclar con el tocte picado.																	
		5.- Colocar en un cazo y servir.																	
Enviado Por:																			
Entregado Por:																			
Autorizado Por:																			
		Recibido Por:																	
		Supervisado Por:																	

Tabla 7. Receta estándar de tortillas de maíz Chillo al estilo manabita.

1		2	3	4	5	6	7	8	9	10
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT) *=(100%-4)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza		*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
<b>Para masa de tortilla</b>										
1,3		Kg	Harina de maíz Chillo Seco	0,000	0%	100,00%	1,300	\$ 3,00	\$ 3,90	
0,15		Kg	Huevos	0,050	33%	66,67%	0,100	\$ 2,00	\$ 0,30	Batidos
0,015		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,015	\$ 0,92	\$ 0,01	
0,26		Kg	Manteca de cerdo	0,000	0%	100,00%	0,260	\$ 2,00	\$ 0,52	
0,14		L	Leche	0,000	0%	100,00%	0,140	\$ 0,80	\$ 0,11	
0,275		Kg	Queso Fresco	0,000	0%	100,00%	0,275	\$ 7,00	\$ 1,93	Cortado en cubos de 1cm
PESO TOTAL (KG)					2,14		2,090			
PESO SERVICIO				0,1	0,1		20,9			
<b>COSTO TOTAL</b>									\$ 6,77	
<b>VIARIOS</b>								1%	\$ 0,07	
<b>TOTAL</b>									\$ 6,84	
<b>COSTO PORCIÓN</b>									\$ 0,68	
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- Colocar en un bol grande la harina de maíz Chillo, los huevos batidos, la sal, la manteca y la leche.								
		2.- Amasar hasta que no se pegue la masa en las manos.								
		3.- Agregar el queso y formar bolas con la masa.								
		4.- Aplanar un poco las bolas de masa para formar una tortilla, pintar con huevo batido y colocar en el horno a 180 Grados Celsius por 40 min								
<b>Enviado Por:</b>										
<b>Entregado Por:</b>								<b>Recibido Por:</b>		
<b>Autorizado Por:</b>								<b>Supervisado Por:</b>		

Tabla 8. Receta estándar de bruschettas de polenta de maíz Chillo.

1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE	
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*=(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7		
<b>Para la polenta</b>											
0,275		Kg	Harina de maíz Chilo seco	0,000	0%	100,00%	0,275	\$ 3,00	\$ 0,83	Seco	
0,825		L	Agua	0,000	0%	100,00%	0,825	\$ 0,35	\$ 0,29		
0,01		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 0,92	\$ 0,01		
<b>Para el Topping</b>											
0,02		L	Aceite de oliva	0,000	0%	100,00%	0,020	\$ 10,29	\$ 0,21		
0,25		Kg	Queso Brie	0,000	0%	100,00%	0,250	\$ 18,13	\$ 4,53		
0,03		Kg	Rúcula	0,005	17%	83,33%	0,025	\$ 14,10	\$ 0,42	Fresca	
0,02		Kg	Tomate Deshidratado	0,000	0%	100,00%	0,020	\$ 17,00	\$ 0,34		
0,02		Kg	Almendras	0,000	0%	100,00%	0,020	\$ 29,13	\$ 0,58	Trituradas	
0,008		Kg	Albahaca	0,001	13%	87,50%	0,007	\$ 10,80	\$ 0,09	Cortar tallo	
			PESO TOTAL (KG)			1,458	1,452				
			PESO SERVICIO	0,1		0,1	14,5				
								COSTO TOTAL	\$ 7,29		
								VIARIOS	1%	\$ 0,07	
								TOTAL		\$ 7,37	
								COSTO PORCIÓN		\$ 0,73	
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>									
		1.- Preparar la polenta, para ello colocar en una olla la harina de maíz con el agua, remover constantemente hasta que espese.									
		2.- Luego colocar la sal.									
		3.- Colocar la polenta en papel film extendida con una espátula y luego congelar la mezcla por 3 horas.									
		4.- Retirar la mezcla del congelador y luego cortar con un cortador circular.									
		5.- Posteriormente en un sartén colocar aceite de oliva y freír la polenta congelada por 20 segundos cada lado, luego decorar con el topping.									
		6.- Servir.									
		Nota: Congelar y no refrigerar la polenta ya que se consigue una mejor textura a la hora de servir el plato final.									
Enviado Por:											
Entregado Por:									Recibido Por:		
Autorizado Por:									Supervisado Por:		

## 1.2.1.2 Sopas

Tabla 9. Receta estándar de sopa de bolas de maíz Chillo.

1		2	3	4	5	6	7	8	9	10
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*(100%-4)	*-1*5	precio x unid	*-1*7	
<b>FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS</b>										
NOMBRE DE LA RECETA Sopas de bolas de maíz Chillo										
GÉNERO Sopa										
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN 340 ml PORCIONES 10,0										
ALUMNO Diego Córdova										
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
<b>Para el caldo de res</b>										
0,3		Kg	Carne de res	0,020	7%	93,33%	0,280	\$ 0,50	\$ 0,15	Limpia-cortada en cubos
1		L	Agua	0,000	0%	100,00%	1,000	\$ 0,35	\$ 0,35	
<b>Para la masa de bolas de maíz Chillo</b>										
0,7		Kg	Harina de maíz Chillo	0,000	0%	100,00%	0,700	\$ 3,00	\$ 2,10	Tostada
0,03		Kg	Mantequilla sin sal	0,000	0%	100,00%	0,030	\$ 8,80	\$ 0,26	
0,075		Kg	Yema de huevo	0,055	73%	26,67%	0,020	\$ 2,00	\$ 0,15	Batida
0,275		Kg	Queso Fresco	0,000	0%	100,00%	0,275	\$ 7,00	\$ 1,93	Desmenuzado
0,022		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,022	\$ 0,92	\$ 0,02	
<b>Para la sopa</b>										
0,09		Kg	Zanahoria Amarilla	0,004	4%	95,56%	0,086	\$ 0,60	\$ 0,05	Pelada-Rallada
0,2		Kg	Col	0,010	5%	95,00%	0,190	\$ 0,70	\$ 0,14	Troceada
1,2		Kg	Papa chola	0,050	4%	95,83%	1,150	\$ 0,50	\$ 0,60	Pelada- canteada-picada en cubos
0,275		L	Leche	0,000	0%	100,00%	0,275	\$ 0,80	\$ 0,22	
<b>Para decorar</b>										
0,011		Kg	Cilantro	0,001	9%	90,91%	0,010	\$ 1,02	\$ 0,01	Cortado los tallos-brunoise fino
PESO TOTAL (KG)				4,178		4,038				
PESO SERVICIO				0,1		0,1		40,4		
<b>COSTO TOTAL</b>								\$ 5,98		
<b>VIARIOS</b>								1%		\$ 0,06
<b>TOTAL</b>								\$ 6,04		
<b>COSTO PORCIÓN</b>								<b>\$ 0,60</b>		
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- Colocar la carne en una olla con agua y hacer un caldo								
		2.- Retirar un poco de caldo y preparar las bolas de maíz, para ello mezclar la harina de maíz Chillo tostada con el fondo, mantequilla y yema de huevo.								
		3.- Amasar hasta que no se pegue en las manos y luego formar bolitas de maíz pequeñas del tamaño de una bola de ping pong colocando queso en el centro.								
		4.- Colocar en el caldo la zanahoria, la col y las papas.								
		5.- Cuando las papas estén a la mitad de cocción agregar las bolas de maíz Chillo y la leche y acabar la cocción sin tapar la olla.								
		6.- Decorar con cilantro y servir.								
Enviado Por:										
Entregado Por:										
Autorizado Por:										
								Recibido Por:		
								Supervisado Por:		

Tabla 10. Receta estándar de Sango de maíz Chillo y camarón.

1		2	3	4	5	6	7	8	9	10
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*=(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
<b>FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS</b>										
NOMBRE DE LA RECETA Sango de maíz Chillo y camarón										
GÉNERO Sopa										
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN 380 ml PORCIONES 10,0										
ALUMNO Diego Córdova										
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
<b>Para la pasta de maíz Chillo cao</b>										
4,14		Kg	Maíz chillo cao masorca completa	2,140	52%	48,31%	2,000	\$ 3,00	\$ 12,42	Desgranado
1,4		L	Leche entera	0,000	0%	100,00%	1,400	\$ 0,80	\$ 1,12	
<b>Para el refrito</b>										
0,03		L	Aceite de Achiote	0,000	0%	100,00%	0,030	\$ 3,20	\$ 0,10	
0,526		Kg	Cebolla perla	0,106	20%	79,85%	0,420	\$ 1,63	\$ 0,86	brunoise fino
0,012		Kg	Ajo	0,000	0%	100,00%	0,012	\$ 4,32	\$ 0,05	Limpio-canteado- brunoise fino
0,074		Kg	Pimiento Verde	0,014	19%	81,08%	0,060	\$ 3,38	\$ 0,25	brunoise fino
0,05		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,050	\$ 0,92	\$ 0,05	
0,005		Kg	Pimienta	0,000	0%	100,00%	0,005	\$ 16,80	\$ 0,08	
<b>Para refrito de camarones</b>										
0,6		Kg	Camarones desvenados	0,000	0%	100,00%	0,600	\$ 10,60	\$ 6,36	
0,09		Kg	Mantequilla sin sal	0,000	0%	100,00%	0,090	\$ 8,80	\$ 0,79	
0,166		Kg	Cebolla Blanca	0,016	10%	90,36%	0,150	\$ 1,20	\$ 0,20	Cortada el tallo- brunoise fino
0,01		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 0,90	\$ 0,01	
0,01		Kg	Comino	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 8,15	\$ 0,08	
0,04		Kg	Perejil	0,001	3%	97,50%	0,039	\$ 1,02	\$ 0,04	Sin tallo-Picado- Brunoise fino
PESO TOTAL (KG)				7,153		4,876				
PESO SERVICIO				0,1		48,8				
<b>COSTO TOTAL</b>									\$ 22,41	
<b>VIARIOS</b>									1%	
<b>TOTAL</b>									\$ 22,63	
<b>COSTO PORCIÓN</b>									\$ 2,24	
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- Licuar el Maíz Chillo Cao con un poco de leche, hasta obtener una pasta.								
		2.- En una olla hacer un refrito con el achiote, la cebolla perla, el ajo, el pimiento verde, sal y pimienta.								
		3.- Una vez listo el refrito, colocar la masa de maíz Chillo y agregar el resto de leche poco a poco.								
		4.- En un sartén hacer otro refrito con los camarones, mantequilla, cebolla blanca, sal y comino.								
		5.- Una vez que la el caldo este cocido agregar los camarones y cocinar dos minutos más.								
		6.- Servir agregando perejil como decoración								
Enviado Por:										
Entregado Por:										
Autorizado Por:										
							Recibido Por:			
							Supervisado Por:			

Tabla 11. Receta estándar de sopa de maíz Chillo, patata y queso.

FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS										
NOMBRE DE LA RECETA Sopa de maíz Chillo, patata y queso.										
GÉNERO Sopa										
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN 325 ml										
ALUMNO Diego Córdova										
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra	cada empresa			peso merma	con balanza	*(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
Para la sopa										
1,2		Kg	Maíz chillo tierno masorca completa	0,700	58%	41,67%	0,500	\$ 0,80	\$ 0,96	Desgranar
0,09		Kg	Mantequilla sin sal	0,000	0%	100,00%	0,090	\$ 8,80	\$ 0,79	
1,06		Kg	Papa Chola	0,060	6%	94,34%	1,000	\$ 0,50	\$ 0,53	Pelar-cantear- cortar en cubos pequeños
0,08		Kg	Cebolla blanca	0,002	3%	97,50%	0,078	\$ 1,20	\$ 0,10	Sin tallo-Brunoise Fino
0,024		Kg	Ajo	0,000	0%	100,00%	0,024	\$ 4,32	\$ 0,10	Brunoise Fino
0,25		Kg	Harina de trigo	0,000	0%	100,00%	0,250	\$ 1,60	\$ 0,40	
0,15		L	Leche entera	0,000	0%	100,00%	0,150	\$ 0,80	\$ 0,12	
0,15		Kg	Queso cheddar	0,000	0%	100,00%	0,150	\$ 16,25	\$ 2,44	Rallado
0,3		L	Vino blanco de mesa	0,000	0%	100,00%	0,300	\$ 5,00	\$ 1,50	
0,156		L	Crema de leche	0,000	0%	100,00%	0,156	\$ 5,60	\$ 0,87	
0,06		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,060	\$ 0,92	\$ 0,06	
0,16		Kg	Tostadas	0,000	0%	100,00%	0,160	\$ 7,85	\$ 1,26	Cortado en cubos
PESO TOTAL (KG)					1,33		1,328			
PESO SERVICIO				0,1	0,1		13,3			
COSTO TOTAL									\$ 6,84	
VARIOS									1%	\$ 0,07
TOTAL										\$ 6,91
COSTO PORCIÓN										\$ 0,68
FOTOGRAFÍA	PROCEDIMIENTO									
	1.- En un sartén freir el choclo Chillo con la mantequilla.									
	2.- Agregar las papas picadas en cubos cuando el choclo esté dorado y tierno.									
	3.- Agregar la cebolla y el ajo									
	4.- Colocar la harina y tostar por un minuto.									
	5.- Añadir la leche en chorro y remover .									
	6.- Colocar el queso cheddar , el vino blanco, la crema de leche y cocinar por dos minutos más a fuego medio.									
	7.- Rectificar la sal y servir, decorando con los trozos de tostada.									
Enviado Por:										
Entregado Por:							Recibido Por:			
Autorizado Por:							Supervisado Por:			

Tabla 12. Receta estándar de sopa de tomate y polenta de maíz Chillo.

1		2	3	4	5	6	7	8	9	10
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
<b>Para la crema de tomate</b>										
0,03		Kg	Aceite	0,000	0%	100,00%	0,030	\$ 3,25	\$ 0,10	
0,07		Kg	Cebolla perla	0,005	7%	92,86%	0,065	\$ 1,63	\$ 0,11	Brunoise fino
0,52		Kg	Pasta de tomate	0,000	0%	100,00%	0,520	\$ 5,72	\$ 2,97	
0,12		L	Agua	0,000	0%	100,00%	0,120	\$ 0,35	\$ 0,04	
0,01		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 0,92	\$ 0,01	
0,004		Kg	Pimienta	0,000	0%	100,00%	0,004	\$ 16,80	\$ 0,07	
<b>Para la Polenta</b>										
0,26		Kg	Harina de maíz Chillo	0,000	0%	100,00%	0,260	\$ 3,00	\$ 0,78	
0,5		L	Agua	0,000	0%	100,00%	0,500	\$ 0,35	\$ 0,18	
0,01		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 0,92	\$ 0,01	
<b>Decoración</b>										
0,03		Kg	Queso parmesano rallado	0,000	0%	100,00%	0,030	\$ 6,88	\$ 0,21	
PESO TOTAL (KG)					1,524		1,519			
PESO SERVICIO					0,1	0,1	15,2			
<b>COSTO TOTAL</b>									\$ 4,38	
<b>VIARIOS</b>									1%	\$ 0,04
<b>TOTAL</b>									\$ 4,42	
<b>COSTO PORCIÓN</b>									\$ 0,44	
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- En un sartén hacer un refrito con el aceite y la cebolla								
		2.- Cuando la cebolla dore colocar la pasta de tomate y el agua.								
		3.- Remover y agregar la sal y la pimienta.								
		4.- En otra olla preparar la polenta para ello mezclamos el harina de maíz Chillo seco con agua y sal cocinando a fuego lento hasta que espese.								
		5.- Mezclar la polenta a la crema de tomate y cocinar por 3 minutos más.								
		6.- Servir en un plato acompañado del queso rallado y la polenta.								
<b>Enviado Por:</b>										
<b>Entregado Por:</b>									<b>Recibido Por:</b>	
<b>Autorizado Por:</b>									<b>Supervisado Por:</b>	

## 1.2.1.3 Platos fuertes

Tabla 13. Receta estándar de calamares a la plancha con maíz Chillo.

1		2	3	4	5	6	7	8	9	10
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra	cada empresa			peso merma	con balanza	*=(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
0,04		Kg	Diente de Ajo	0,000	0%	100,00%	0,040	\$ 4,32	\$ 0,17	Pelados y picado
0,16		Kg	Cebolla perla	0,036	23%	77,50%	0,124	\$ 1,63	\$ 0,26	Brunoise fino
0,15		L	Zumo de limón	0,000	0%	100,00%	0,150	\$ 1,88	\$ 0,28	Zumo
1		Kg	Calamar Pota	0,000	0%	100,00%	1,000	\$ 4,88	\$ 4,88	Cortado en cubos
0,25		L	Aceite	0,000	0%	100,00%	0,250	\$ 3,20	\$ 0,80	
2,38		Kg	Maíz chillo tierno mazorca completa	1,350	57%	43,28%	1,030	\$ 0,80	\$ 1,90	Desgranado
0,35		L	Mayonesa	0,000	0%	100,00%	0,350	\$ 5,95	\$ 2,08	
0,015		Kg	Cayena en Polvo	0,000	0%	100,00%	0,015	\$ 85,00	\$ 1,28	
0,6		Kg	Queso Ricotta	0,000	0%	100,00%	0,600	\$ 4,40	\$ 2,64	Desmenuzado
0,03		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,030	\$ 0,48	\$ 0,01	
0,01		Kg	Pimienta	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 16,80	\$ 0,17	Molido
Decoración										
0,02		Kg	Tomillo	0,01	50%	50,00%	0,010	\$ 16,00	\$ 0,32	Sin tallo- brunoise fino
0,522		Kg	Limón sutil	0,032	6%	93,87%	0,490	\$ 1,00	\$ 0,52	Pelado-En Rodajas
PESO TOTAL (KG)					4,655		3,785			
PESO SERVICIO				0,1	0,1		37,9			
<b>COSTO TOTAL</b>									\$ 14,61	
<b>VIARIOS</b>									1%	\$ 0,15
<b>TOTAL</b>									\$ 14,75	
<b>COSTO PORCIÓN</b>									\$ 1,46	
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- Colocar en un bol ajo, cebolla perla picada en brunoise fino y zumo de limón , luego colocar los calamares picados en cubos y reservar por 40 minutos.								
		2.- En un sartén colocar el maíz chillo tierno y freir hasta que se dore, posteriormente reservar								
		3.- Mezclar el maíz con mayonesa, pimienta de cayena, queso ricotta, sal y pimienta.								
		4.- Freir los calamares en un sartén grillador hasta que estén dorados a fuego alto.								
		5.- Emplatado colocando la mayonesa de maíz Chillo como cama, posteriormente los calamares encima y decorar con el tomillo y con rodajas de limón.								
<b>Enviado Por:</b>										
<b>Entregado Por:</b>										
<b>Autorizado Por:</b>										
							<b>Recibido Por:</b>			
							<b>Supervisado Por:</b>			

Tabla 14. Receta estándar de pollo con pisto agridulce de pimentón y corteza de harina de maíz Chillo.

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS		FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS								
NOMBRE DE LA RECETA		Pollo con pisto agridulce de pimentón y corteza de harina de maíz Chillo								
GÉNERO		Plato Fuerte								
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN		200 g					PORCIONES	10,0		
ALUMNO		Diego Córdova								
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT) *=(100%-4)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza		*=1 *5	precio x unidad	*=1*7	
<b>Para el Pisto</b>										
0,03		Kg	Ajo	0,00	0%	100,00%	0,030	\$ 4,32	\$ 0,13	Pelado y picado
0,3		Kg	Cebolla Perla	0,07	23%	76,67%	0,230	\$ 1,63	\$ 0,49	Brunoise fino
0,34		Kg	Pimiento Rojo	0,10	29%	70,59%	0,240	\$ 4,10	\$ 1,39	Limpio- canteado-Brunoise fino
0,34		Kg	Pimiento Verde	0,09	26%	73,53%	0,250	\$ 3,38	\$ 1,15	Limpio-canteado-Brunoise fino
0,4		Kg	Zucchini	0,15	38%	62,50%	0,250	\$ 7,38	\$ 2,95	pelado- sin pepas-Brunoise fino
0,1		L	Salsa de Tomate	0,00	0%	100,00%	0,100	\$ 1,79	\$ 0,18	
<b>Salsa Agridulce de Pimentón</b>										
0,1		L	Vinagre de Manzana	0,000	0%	100,00%	0,100	\$ 3,38	\$ 0,34	
0,2		L	Aceite de Oliva	0,000	0%	100,00%	0,200	\$ 10,29	\$ 2,06	
0,5		L	Miel de abeja	0,000	0%	100,00%	0,500	\$ 21,66	\$ 10,83	
0,02		Kg	Pimentón Dulce	0,000	0%	100,00%	0,020	\$ 15,00	\$ 0,30	Molido
0,02		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,020	\$ 0,48	\$ 0,01	
<b>Para la Pechuga de Pollo</b>										
1,8		Kg	Pechuga de Pollo	0,000	0%	100,00%	1,800	\$ 9,62	\$ 17,32	Limpia
0,01		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 0,48	\$ 0,00	
<b>Corteza de harina de maíz Chillo</b>										
1		Kg	Harina de maíz Chillo Seco	0,000	0%	100,00%	1,000	\$ 1,10	\$ 1,10	
0,02		Kg	Levadura	0,000	0%	100,00%	0,020	\$ 3,88	\$ 0,08	
0,04		Kg	Semillas de Girasol	0,000	0%	100,00%	0,040	\$ 8,33	\$ 0,33	Sin cáscara
0,5		L	Agua	0,000	0%	100,00%	0,500	\$ 0,80	\$ 0,40	
0,04		L	Aceite de Oliva	0,00	0%	100,00%	0,040	\$ 10,29	\$ 0,41	
<b>Para Decorar</b>										
0,25		Kg	Zanahorias Baby	0,00	0%	100,00%	0,250	\$ 8,62	\$ 2,16	Peladas
				PESO TOTAL (KG)		3,66				
				PESO SERVICIO		0,1				
<b>COSTO TOTAL</b>								\$ 21,80		
<b>VIARIOS</b>								1%		
<b>TOTAL</b>								\$ 22,02		
<b>COSTO PORCIÓN</b>								\$ 2,18		
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- Para preparar el pisto, picar en brunoise el ajo, cebolla perla, pimientos y el zucchini.								
		2.- Colocar los vegetales en un sartén y saltearlos hasta que estén dorados.								
		3.- Sacar los vegetales del fuego y mezclar con salsa de tomate. Reservar.								
		4.- Para la salsa agridulce mezclar en un bol vinagre de manzana , aceite de oliva, miel, pimentón y sal. Reservar posteriormente.								
		5.- Colocar las pechugas de pollo con sal en una bolsa de plástico para empacar al vacío y también mezclar la salsa agridulce.								
		6.- Sumergir la bolsa de plástico en agua caliente manteniendo una temperatura constante de 57 grados celsius por 30 minutos.								
		7.- Luego de transcurrido el tiempo sacar del agua la bolsa y sumergirla en agua fría , posteriormente filetear el pollo en láminas finas.								
		8.- Finalmente para preparar la corteza de maíz Chilo mezclar en un bol la harina de maíz Chillo seco, levadura, semillas de girasol, agua y aceite de oliva y amasar.								
		9.- Dejar reposar la masa por 20 minutos, luego extenderla con un rodillo y cortarla en rectángulos de 10 cm aproximadamente.								
		10.- Para concluir freír los rectángulos de masa hasta que estén dorados. Montar el plato y decorar con las zanahorias baby.								
Enviado Por:										
Entregado Por:										
Autorizado Por:										
							Recibido Por:			
							Supervisado Por:			

Tabla 15. Receta estándar de carne de res a la cazuela con tortitas de maíz Chillo de hierbas.

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS		FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS								
NOMBRE DE LA RECETA										
GÉNERO										
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN										
ALUMNO										
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*=(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
<b>Para la cazuela de res</b>										
0,1		L	Aceite de Oliva	0,000	0%	100,00%	0,100	\$ 10,29	\$ 1,03	
0,33		Kg	Cebolla perla	0,080	24%	75,76%	0,250	\$ 1,63	\$ 0,54	Brunoise Fino
0,04		Kg	Diente de Ajo	0,000	0%	100,00%	0,040	\$ 4,32	\$ 0,17	Brunoise Fino
0,15		Kg	Harina de trigo	0,000	0%	100,00%	0,150	\$ 1,76	\$ 0,26	
1,75		Kg	Carne de Res	0,150	9%	91,43%	1,600	\$ 5,23	\$ 9,15	En dados de 2 cm aprox
1,6		L	Vino tinto	0,000	0%	100,00%	1,600	\$ 12,00	\$ 19,20	
0,15		L	Agua	0,000	0%	100,00%	0,150	\$ 0,35	\$ 0,05	
0,25		L	Salsa de tomate	0,000	0%	100,00%	0,250	\$ 3,50	\$ 0,88	
0,56		Kg	Champiñones	0,060	11%	89,29%	0,500	\$ 9,09	\$ 5,09	Limpios-Cortados en cuadros
0,05		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,050	\$ 0,48	\$ 0,02	
<b>Para la Tortita de maíz Chillo</b>										
1		Kg	Harina de Maíz Chillo	0,000	0%	100,00%	1,000	\$ 1,10	\$ 1,10	
0,3		Kg	Mantequilla	0,000	0%	100,00%	0,300	\$ 8,80	\$ 2,64	Fria cortada en dados
0,055		Kg	Perejil	0,005	9%	90,91%	0,050	\$ 1,35	\$ 0,07	Sin tallo- Brunoise Fino
0,055		Kg	Romero	0,01	9%	90,91%	0,050	\$ 15,00	\$ 0,83	Sin tallo- Brunoise Fino
0,055		Kg	Tomillo	0,01	9%	90,91%	0,050	\$ 16,00	\$ 0,88	Sin tallo- Brunoise Fino
0,1		L	Leche	0,09	90%	10,00%	0,010	\$ 0,80	\$ 0,08	
0,05		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,050	\$ 0,48	\$ 0,02	
0,073		Kg	Huevo	0,02	32%	68,49%	0,050	\$ 2,00	\$ 0,15	Batido para pintar
PESO TOTAL (KG)					6,668		6,250			
PESO SERVICIO				0,1	0,1		62,5			
COSTO TOTAL									\$ 42,17	
VARIOS									1%	\$ 0,42
TOTAL									\$ 42,59	
COSTO PORCIÓN									\$ 4,22	
<b>FOTOGRAFÍA</b>										
<b>PROCEDIMIENTO</b>										
	1.- Hacer un refrito en aceite de oliva con la cebolla perla y el ajo todos picados en brunoise fino.									
	2.- Espolvorear la harina de trigo y mezclar con una chuchara de madera hasta que tueste.									
	3.- Colocar en el refrito la carne, el vino, agua, salsa de tomate, champiñones y cocinar hasta que la mezcla empiece a espesar. Posteriormente colocar la sal.									
	4.- Llevar la preparación al horno con una temperatura de 170 grados Celcius por 30 minutos.									
	5.- Faltando 15 minutos de cocción preparar las tortitas de maíz Chillo, para ello colocar en un bol el harina de maíz Chillo seco, mantequilla y las hierbas.									
	6.- Amasar y luego agregar la leche, sal y pintar con huevo.									
	7.- Extender la masa y cortarla con un cortador circular									
	8.- Colocar las masas encima de la preparación en el horno y subir la temperatura a 200 grados por 12 minutos.									
	9.- Retirar del horno la preparación y colocar en una cazuela para servir.									
Enviado Por:										
Entregado Por:										
Autorizado Por:										
Recibido Por:										
Supervisado Por:										

Tabla 16. Receta estándar de tamales de maíz Chillo.

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS		FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS								
NOMBRE DE LA RECETA		Tamales de Maíz Chillo								
GÉNERO		Plato Fuerte								
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN		150 g					PORCIONES	10,0		
ALUMNO		Diego Córdova								
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*(100%-4)	*=1*5	precio x unid	*=1*7	
<b>Para el relleno</b>										
1,2		Kg	Pechuga de Pollo	0,000	0%	100,00%	1,200	\$ 9,62	\$ 11,54	Desmenuzada
6		L	Agua	0,000	0%	100,00%	6,000	\$ 0,30	\$ 1,80	
0,5		Kg	Cebolla Blanca	0,200	40%	60,00%	0,300	\$ 1,63	\$ 0,82	En tallos pequeños
0,08		Kg	Diente de ajo	0,000	0%	100,00%	0,080	\$ 4,32	\$ 0,35	Entero
0,05		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,050	\$ 0,48	\$ 0,02	
0,03		Kg	Pimienta	0,000	0%	100,00%	0,030	\$ 16,80	\$ 0,50	
0,02		L	Comino	0,000	0%	100,00%	0,020	\$ 8,15	\$ 0,16	
<b>Para el refrito</b>										
0,1		Kg	Achiote	0,000	0%	100,00%	0,100	\$ 3,28	\$ 0,33	
0,3		L	Cebolla Perla	0,070	23%	76,67%	0,230	\$ 1,63	\$ 0,49	brunoise fino
0,3			Alverjas	0,000	0%	100,00%	0,300	\$ 3,80	\$ 1,14	Cocidas
0,06		Kg	Ají	0,01	17%	83,33%	0,050	\$ 5,76	\$ 0,35	Limpio- sin pepas- Brunoise Fino
<b>Para la masa</b>										
1		Kg	Harina de Maíz Chillo Seco	0,200	0%	100,00%	1,000	\$ 1,10	\$ 1,10	
0,73		Kg	Huevo	0,230	32%	68,49%	0,500	\$ 2,00	\$ 1,46	Batido
0,022		Kg	Manteca de cerdo	0,000	0%	100,00%	0,022	\$ 4,00	\$ 0,09	
0,3		Kg	Hoja de Achira	0,000	0%	100,00%	0,300	\$ 0,50	\$ 0,15	
<b>Para decorar</b>										
0,73		Kg	Huevo	0,23	32%	68,49%	0,500	\$ 2,00	\$ 1,46	Cocinado en Rodajas
PESO TOTAL (KG)				11,422		10,682				
PESO SERVICIO				0,1		106,8				
COSTO TOTAL								\$ 21,76		
VARIOS								1%		\$ 0,22
TOTAL								\$ 21,97		
COSTO PORCIÓN								\$ 2,18		
FOTOGRAFÍA		PROCEDIMIENTO								
		1.- Preparar un caldo de pollo, para ello colocar en una olla la pechuga de pollo, agua, cebolla blanca y ajo entero. Sazonar con sal y pimienta y comino.								
		2.- Cernir el caldo y reservar, luego trozar el pollo.								
		3.- Hacer un refrito con el aceite de achiote, cebolla perla picada finamente, alverjas y el ají.								
		4.- Incorporar el pollo al refrito, rectificar la sal y reservar.								
		5.- Preparar la masa de maíz Chillo, para ello colocar en un bol la harina de maíz Chillo seco, huevo batido y manteca de cerdo.								
		6.- Amasar e ir incorporando poco a poco el caldo de pollo hasta que la masa no se pegue a las manos.								
		7.- Extender la masa en las hojas de achira, colocar el refrito y las pasas como relleno y llevar a la tamalera por 45 minutos a fuego medio.								
		8.- Decorar con huevo cocido y servir.								
Enviado Por:										
Entregado Por:										
Autorizado Por:										
							Recibido Por:			
							Supervisado Por			

## 1.2.1.4 Postres

Tabla 17. Receta estándar de brazo gitano relleno de crema de pasta de maíz Chillo dulce con café y nueces.

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS		FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS								
NOMBRE DE LA RECETA										
GÉNERO										
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN										
ALUMNO										
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
<b>Para la masa</b>										
0,75		Kg	Huevo	0,250	33%	66,67%	0,500	\$ 2,00	\$ 1,50	
0,225		L	Clara de huevo	0,125	56%	44,44%	0,100	\$ 2,00	\$ 0,45	
0,3		Kg	Azúcar impalpable	0,000	0%	100,00%	0,300	\$ 2,90	\$ 0,87	Para Espolvorear
0,05		L	Licor de café	0,00	0%	100,00%	0,050	\$ 16,00	\$ 0,80	
0,06		Kg	Mantequilla sin sal	0,000	0%	100,00%	0,060	\$ 8,80	\$ 0,53	
0,3		Kg	Nueces	0,000	0%	100,00%	0,300	\$ 31,00	\$ 9,30	Picado
<b>Para el Relleno</b>										
0,75		L	Crema de leche	0,00	0%	100,00%	0,750	\$ 5,60	\$ 4,20	
0,2		Kg	Azúcar impalpable	0,00	0%	100,00%	0,200	\$ 2,90	\$ 0,58	
1,12		Kg	Pasta de maíz Chillo Cao	0,00	0%	100,00%	1,120	\$ 2,00	\$ 2,24	Desgranado-Molido
0,01		L	Licor de café	0,00	0%	100,00%	0,010	\$ 16,00	\$ 0,16	
			PESO TOTAL (KG)			3,755	3,380			
			PESO SERVICIO	0,1	0,1		33,8			
								<b>COSTO TOTAL</b>	\$ 20,63	
								<b>VIARIOS</b>	1%	\$ 0,21
								<b>TOTAL</b>	\$ 20,83	
								<b>COSTO PORCIÓN</b>	\$ 2,06	
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- Pre calentar el horno a 200 Grados Celsius, luego engrasar el molde, colocar papel encerado.								
		2.- Verter los huevos, la clara y el azúcar en un bol y batirlos a baño maría hasta que espese.								
		3.- Retirar del fuego y añadir el licor de café, la mantequilla y las nueces.								
		4.- Distribuir la masa en el molde y llevar al horno durante 10 a 15 minutos.								
		5.- Espolvorear una hoja de papel encerado con azúcar impalpable y colocarla sobre el bizcocho. Recortar los bordes.								
		6.- Para elaborar el relleno en un bol mezclar la crema de leche, el azúcar, la pasta de maíz Chillo cao y el resto de licor de café y mezclar a baño maría.								
		7.- Colocar el relleno sobre el bizcocho y enrollarlo con cuidado, posteriormente tapanlo con papel film y llevarlo a refrigeración por 2 horas.								
		8.- Servir.								
<b>Enviado Por:</b>										
<b>Entregado Por:</b>									<b>Recibido Por:</b>	
<b>Autorizado Por:</b>									<b>Supervisado Por:</b>	

Tabla 18. Receta estándar de budín de maíz Chillo.

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS		FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS									
NOMBRE DE LA RECETA		Budín de Maíz Chillo									
GÉNERO		Postre									
RES O MATERIA											
PORCIONES / PESO *PORCIÓN		70 g			PORCIONES		10,0				
ALUMNO		Diego Córdova									
FECHA DE ELABORACIÓN											
HORA DE CLASE											
Fuente											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE	
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*(100%-4)	*-1*5	precio x unidad	*-1*7		
<b>Para la masa del budín</b>											
0,049		Kg	Mantequilla sin sal	0,000	0%	100,00%	0,049	\$ 8,80	\$ 0,43		
0,04		Kg	Queso crema	0,000	0%	100,00%	0,040	\$ 9,00	\$ 0,36		
0,075		Kg	Yema de huevo	0,055	73%	26,67%	0,020	\$ 2,00	\$ 0,15		
0,25		Kg	Pasta de maíz Chillo Cao	0,000	0%	100,00%	0,250	\$ 2,00	\$ 0,50	Desgranado-Molido	
0,003		Kg	Sal	0,000	0%	100,00%	0,003	\$ 0,48	\$ 0,00		
0,001		Kg	Polvo de hornear	0,000	0%	100,00%	0,001	\$ 15,50	\$ 0,02		
0,075		Kg	Clara de huevo	0,040	53%	46,67%	0,035	\$ 2,00	\$ 0,15	Batida a punto de nieve	
<b>Para la salsa de tomate de árbol</b>											
0,1		Kg	Azúcar	0,00	0%	100,00%	0,100	\$ 0,91	\$ 0,09		
0,12		Kg	Pulpa de tomate de árbol	0,00	0%	100,00%	0,120	\$ 3,00	\$ 0,36	Diluida	
			PESO TOTAL (KG)			0,624	0,529				
			PESO SERVICIO	0,1		0,1	5,3				
								COSTO TOTAL	\$ 1,27		
								VIARIOS	1%	\$ 0,01	
								TOTAL	\$ 1,28		
								COSTO PORCIÓN	\$ 0,13		
FOTOGRAFÍA		PROCEDIMIENTO									
		1.- En un bol colocar la mantequilla, queso crema y las yemas. Batir hasta que los ingredientes se unan.									
		2.- Agregar la pasta de maíz Chillo cao, la sal y el polvo de hornear y batir por diez minutos.									
		3.- Batir las claras de huevo a punto de nieve.									
		4.- Incorporar las claras batidas a la mezcla anterior de manera envolvente sin remover demasiado.									
		5.- Verter el contenido en moldes de silicona y colocar en el horno a baño maría a una temperatura de 150 grados Celsius por 45 minutos.									
		6.- Preparar la salsa de tomate de árbol colocando en una olla el azúcar y la pulpa y cocinar hasta que espese.									
		7.- Desmoldar el budín y servir con la salsa.									
Enviado Por:											
Entregado Por:											
Autorizado Por:											
									Recibido Por:		
									Supervisado Por:		

Tabla 19. Receta estándar de quesillo con helado de maíz Chillo acompañado de tierra de canguil caramelizado y salsa de queso de cabra.

		FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS								
NOMBRE DE LA RECETA										
Quesillo con helado de maíz Chillo acompañado de tierra de canguil caramelizado y salsa de queso de cabra.										
GÉNERO										
Postre										
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN										
130 g						PORCIONES		10,0		
ALUMNO										
Diego Córdova										
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra	cada empresa			peso merma	con balanza	*(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
Para el quesillo de maíz Chillo										
0,6		Kg	Huevos	0,200	33%	66,67%	0,400	\$ 2,00	\$ 1,20	Batidos
0,432		L	Leche condensada	0,000	0%	100,00%	0,432	\$ 10,00	\$ 4,32	
0,332		L	Leche	0,000	0%	100,00%	0,332	\$ 0,80	\$ 0,27	
0,4		Kg	Pasta de maíz Chillo Cao	0,000	0%	100,00%	0,400	\$ 2,00	\$ 0,80	Desgranado-Molido
0,132		Kg	Queso blanco	0,000	0%	100,00%	0,132	\$ 7,00	\$ 0,92	Rallado
Para el helado de maíz Chillo										
0,55		Kg	Pasta de maíz Chillo Cao	0,00	0%	100,00%	0,550	\$ 2,00	\$ 1,10	Desgranado-Molido
0,36		L	Leche condensada	0,00	0%	100,00%	0,360	\$ 10,00	\$ 3,60	
0,003		Kg	Sal	0,00	0%	100,00%	0,003	\$ 0,48	\$ 0,00	
0,34		L	Leche	0,00	0%	100,00%	0,340	\$ 0,80	\$ 0,27	
0,51		L	Crema de leche	0,00	0%	100,00%	0,510	\$ 5,60	\$ 2,86	
0,001		Kg	Canela en polvo	0,00	0%	100,00%	0,001	\$ 22,32	\$ 0,02	
Para la salsa de queso de cabra										
0,2		Kg	Queso de Cabra	0,00	0%	100,00%	0,200	\$ 22,30	\$ 4,46	Rallado
0,23		L	Crema de leche	0,00	0%	100,00%	0,230	\$ 5,60	\$ 1,29	
Para la tierra de canguil										
0,05		L	Agua	0,00	0%	100,00%	0,050	\$ 0,30	\$ 0,02	
0,75		Kg	Azúcar	0,00	0%	100,00%	0,750	\$ 0,91	\$ 0,68	
0,1		Kg	Canguil	0,00	0%	100,00%	0,100	\$ 1,40	\$ 0,14	Cocido
PESO TOTAL (KG)				4,29		4,290				
PESO SERVICIO				0,1		42,9				
COSTO TOTAL									\$ 20,61	
VARIOS									1%	
TOTAL									\$ 20,81	
COSTO PORCIÓN									\$ 2,06	
FOTOGRAFÍA		PROCEDIMIENTO								
		1.- Para el quesillo colocar en una licuadora los huevos, la leche condensada, la leche normal, la pasta de maíz Chillo cao y el queso fresco rallado.								
		2.- Colocar la mezcla en un pirex y hornear a baño maría a 150 grados Celsius por 1 hora.								
		3.- Para preparar el helado licuar la pasta de maíz Chillo cao, la leche condensada, la sal, la leche normal, la crema de leche y la canela en polvo								
		4.- Una vez licuado colocar la mezcla en el congelador por 4 horas.								
		5.- Para elaborar la salsa de queso de cabra mezclar con una batidora de inmersión o con una batidora manual el queso de cabra y la crema de leche.								
		6.- Refrigerar la mezcla obtenida por 2 horas.								
		7.- Para la tierra de canguil, elaborar un caramelo con el agua y el azúcar y colocar los canguiles ya cocidos. Cocinarlos por 3 minutos.								
		8.- Posteriormente, picar finamente el canguil cuando se haya enfriado.								
		9.- Montar todos los ingredientes y servir.								
Enviado Por:										
Entregado Por:						Recibido Por:				
Autorizado Por:						Supervisado Por:				

Tabla 20. Receta estándar de rosero Quiteño con mote de maíz Chillo.

1		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT) *=(100%-4)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE									
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*=(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7										
<b>Para el rosero</b>																			
1,2		Kg	Piña	0,200	17%	83,33%	1,000	\$ 2,00	\$ 2,40	Pelada-Brunoise									
1,3		Kg	Babaco	0,100	8%	92,31%	1,200	\$ 1,20	\$ 1,56	Pelado-brunoise									
0,2		Kg	Fruta China	0,060	30%	70,00%	0,140	\$ 4,50	\$ 0,90	Brunoise									
0,5		Kg	Mote Chillo	0,050	10%	90,00%	0,450	\$ 3,00	\$ 1,50	Pelado-Cocido									
1		Kg	Frutilla	0,020	2%	98,00%	0,980	\$ 3,43	\$ 3,43	Limpia-Rodajas									
1		Kg	Azúcar	0,000	0%	100,00%	1,000	\$ 0,92	\$ 0,92										
0,014		L	Esencia de Vainilla	0,000	0%	100,00%	0,014	\$ 13,00	\$ 0,18										
				PESO TOTAL (KG)	2,514		2,444												
				PESO SERVICIO	0,1		24,4												
									COSTO TOTAL	\$ 6,03									
									VARIOS	1%									
									TOTAL	\$ 6,09									
									COSTO PORCIÓN	\$ 0,60									
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>																	
		1.- Picar solamente la mitad de la piña y el resto cocinar con agua y azúcar hasta que este suave, luego licuar y colar.																	
		2.- Reservar la mitad del babaco picado y la otra mitad licuar.																	
		3.- Cocinar la fruta china en agua y azúcar hasta que suavice, luego almacenar.																	
		4.- Picar el mote cocido y reservar.																	
		5.- Agregar en un recipiente las frutas cocidas, las pulpas de piña y babaco y finalmente las porciones picadas de frutas.																	
		6.- Mezclar con agua previamente aromatizada con cáscaras de naranja.																	
		7.- Agregar la esencia de vainilla y azúcar y refrigerar.																	
		8.- Servir.																	
<b>NOTA: Se decidió reemplazar el chamburo en esta receta por la fruta china puesto que no fue posible encontrarla debido a que no era la temporada de cosecha. Pese a ello el sabor de la fruta china y el Chamburo es muy parecido.</b>																			
Enviado Por:																			
Entregado Por:																			
Autorizado Por:																			
																		Recibido Por:	
																		Supervisado Por:	

## 1.2.1.5 Bebidas

Tabla 21. Receta estándar de Chorote- bebida de maíz Chillo seco.

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS		FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS								
NOMBRE DE LA RECETA		Chorote- Bebida de maíz Chillo seco								
GÉNERO		Bebida								
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN		276 ml			PORCIONES	10,0				
ALUMNO		Diego Córdova								
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra	cada empresa			peso merma	con balanza	*(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
<b>Para la Colada</b>										
0,25		Kg	Harina de maíz Chillo	0,000	0%	100,00%	0,250	\$ 3,00	\$ 0,75	Tostada
1,4		L	Leche	0,000	0%	100,00%	1,400	\$ 0,80	\$ 1,12	Fría
0,2		Kg	Panela	0,000	0%	100,00%	0,200	\$ 2,21	\$ 0,44	Molida
0,04		Kg	Miel de abeja	0,000	0%	100,00%	0,040	\$ 21,66	\$ 0,87	
0,12		Kg	Cacao fino de aroma en polvo	0,000	0%	100,00%	0,120	\$ 15,70	\$ 1,88	Marca Pacari
0,01		Kg	Canela	0,000	0%	100,00%	0,010	\$ 22,32	\$ 0,22	Molida
			PESO TOTAL (KG)			2,02	2,020			
			PESO SERVICIO	0,1		0,1	20,2			
								<b>COSTO TOTAL</b>	\$ 5,29	
								<b>VIARIOS</b>	1%	\$ 0,05
								<b>TOTAL</b>		\$ 5,34
								<b>COSTO PORCIÓN</b>		\$ 0,53
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- En una olla colocar la harina de maíz Chillo tostada y la leche fría, remover y luego cocinar sin dejar de mover por 25 minutos a fuego medio.								
		2.- Incorporar el resto de ingredientes, la panela, miel de abeja, el cacao en polvo y la canela.								
		3.- Cocinar por 20 minutos más hasta que esté cocida la colada sin dejar de remover.								
		4.- Servir la bebida caliente.								
Enviado Por:										
Entregado Por:								Recibido Por:		
Autorizado Por:								Supervisado Por:		

Tabla 22. Receta estándar de Champús- bebida de maíz Chillo Cao.

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS		FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS								
NOMBRE DE LA RECETA		Champús- Bebida de maíz Chillo cao								
GÉNERO		Bebida								
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN		245 ml				PORCIONES		10,0		
ALUMNO		Diego Córdova								
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISEEN PLACE
como se compra	cada empresa			peso merma	con balanza	*(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
<b>Para el Chorote</b>										
0,5		Kg	Maíz Chillo Cao	0,000	0%	100,00%	0,500	\$ 2,00	\$ 1,00	Desgranado- Molido
2,75		L	Agua	0,000	0%	100,00%	2,750	\$ 0,04	\$ 0,10	
0,6		Kg	Panela	0,000	0%	100,00%	0,600	\$ 2,21	\$ 1,33	Molida
0,015		Kg	Ishpingo	0,000	0%	100,00%	0,015	\$ 28,89	\$ 0,43	
0,03		Kg	Hoja de naranja	0,005	17%	83,33%	0,025	\$ 5,00	\$ 0,15	Sin tallos
0,87		Kg	Naranja	0,420	48%	51,72%	0,450	\$ 2,23	\$ 1,94	
0,6		Kg	Piña	0,060	10%	90,00%	0,540	\$ 2,00	\$ 1,20	Sin cáscara-Cortada en cubos
0,004		Kg	Canela	0,000	0%	100,00%	0,004	\$ 25,00	\$ 0,10	En rama
			PESO TOTAL (KG)		4,869		4,384			
			PESO SERVICIO	0,1	0,1		43,8			
								<b>COSTO TOTAL</b>	\$ 5,25	
								<b>VARIOS</b>	1%	\$ 0,05
								<b>TOTAL</b>		\$ 5,30
								<b>COSTO PORCIÓN</b>		\$ 0,52
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- Cocinar el maíz Chillo cao entero en una olla con agua por un tiempo de 40 minutos.								
		2.- Moler el maíz cocinado hasta obtener una pasta.								
		3.- En otra olla con agua caliente disolver la pasta de maíz Chillo cao y agregar la panela, el ishpingo, la hierba de naranja, la naranja, la piña y la canela.								
		4.- Luego de 10 minutos cernir la naranja y colocar la pulpa en la preparación.								
		5.- Servir la bebida fría.								
Enviado Por:										
Entregado Por:								Recibido Por:		
Autorizado Por:								Supervisado Por:		

Tabla 23. Receta estándar de chicha aloja con maíz Chillo.

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS		FACULTAD DE GASTRONOMÍA ALIMENTOS Y BEBIDAS								
NOMBRE DE LA RECETA		Chicha aloja con maíz Chillo								
GÉNERO		Bebida								
RES O MATERIA										
PORCIONES / PESO *PORCIÓN		271 ml			PORCIONES		10,0			
ALUMNO		Diego Córdova								
FECHA DE ELABORACIÓN										
HORA DE CLASE										
Fuente										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
CANTIDAD	AS PURCHASED	UNIDAD	INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	% MERMA (peso desperdicio/peso original) *100%	% RENDIMIENTO (YIELD / EP EDIBLE PRODUCT)	CANTIDAD EP (listo para usar) KG	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	MISE EN PLACE
como se compra		cada empresa		peso merma	con balanza	*(100%-4)	*=1*5	precio x unidad	*=1*7	
<b>Para la chicha</b>										
0,25		Kg	Harina de maíz Chillo tostado	0,000	0%	100,00%	0,250	\$ 3,00	\$ 0,75	
3		L	Agua	0,000	0%	100,00%	3,000	\$ 0,04	\$ 0,11	
0,014		Kg	Hierba luisa	0,004	29%	71,43%	0,010	\$ 3,50	\$ 0,05	Sin tallo.
0,024		Kg	Hoja de naranja	0,004	17%	83,33%	0,020	\$ 5,00	\$ 0,12	Sin tallo.
0,01		Kg	Arrayán	0,001	10%	90,00%	0,009	\$ 5,00	\$ 0,05	Sin tallo.
0,013		Kg	Cedrón	0,003	23%	76,92%	0,010	\$ 3,00	\$ 0,04	Sin tallo.
0,015		Kg	Ishpingo	0,000	0%	100,00%	0,015	\$ 28,89	\$ 0,43	
0,5		Kg	Panela	0,000	0%	100,00%	0,500	\$ 2,21	\$ 1,11	Rallada
		PESO TOTAL (KG)				3,826	3,814			
		PESO SERVICIO		0,1	0,1	38,1				
								<b>COSTO TOTAL</b>		\$ 2,65
								<b>VIARIOS</b>		1%
								<b>TOTAL</b>		\$ 2,68
								<b>COSTO PORCIÓN</b>		\$ 0,27
<b>FOTOGRAFÍA</b>		<b>PROCEDIMIENTO</b>								
		1.- Tostar el maíz Chillo seco hasta que dore y luego molerlo para obtener el harina de maíz Chillo tostado.								
		2.- Calentar agua y colocar todas las hierbas aromáticas incluido el Ishpingo.								
		3.- Luego de 10 minutos colar el agua y reservar.								
		4.- En otra olla con agua disolver la panela rallada hasta que no quede grumos.								
		5.- Colocar el harina de maíz Chillo tostado y mezclar hasta que no tenga grumos.								
		6.- Incorporar el agua de hierbas aromáticas a la mezcla y cocinar por 20 minutos.								
		7.- Colocar la chicha en un recipiente y tapar con un mantel húmedo.								
		8.- Dejar fermentar por 4 días y luego servir.								
Enviado Por:										
Entregado Por:										
Autorizado Por:										
							Recibido Por:			
							Supervisado Por:			



### 1.3 Desarrollo del recetario

Para el diseño del recetario se ha procurado utilizar elementos y colores muy llamativos, imágenes visualmente atractivas y tamaño de letra grande, todo esto con la finalidad de ofrecer al lector una guía que le resulte familiar y amigable, destacando el paso a paso de cada receta para evitar confusiones a la hora de cocinar. A continuación, se detallarán los elementos más importantes dentro del recetario.

**BERENJENAS RELLENAS DE QUESO FETA, MAÍZ CHILLO Y ORÉGANO**

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
CARNE DE RES (PICADA)	600 g
QUESO FETA (DESMEZCADO)	350 g
PAN RALLADO	70 g
HUEVOS (BATIDOS)	3 unidades
CEBOLLA BLANCA (PICADA)	200 g
ALBAHACA (FRESCA)	60 g
SAL	10 g
PIMIENTA	10 g
ORÉGANO	10 g
MAÍZ CHILLO TIERNO (COCIDO)	228 g
BERNEJENA	10 Unidades
QUESO MOZARELLA (RALLADO)	660 g
ACEITE DE OLIVA	10 ml
PASTA DE TOMATE	30 g
AGUA	0.3 L
AZÚCAR	300 g




→ Título de la receta

→ Imagen de los ingredientes

→ Imagen del producto terminado

→ Ingredientes y cantidades

### Preparación

- 1

Colocar la carne picada junto con el queso desmenuzado, el pan rallado, el huevo, la cebolla blanca y el maíz Chillo tierno cocinado en un bol grande.


- 2

Mezclar todos los ingredientes procurando no amasarlos ya que el queso se puede perder.


- 3

Deschar el tallo de las berenjenas, cortarlas longitudinalmente por la mitad y recortar un poco la ~~carne~~ carne exterior con el fin de asentar las berenjenas.


- 4

Extraer el interior de las berenjenas con una cuchara y colocar el relleno que estaba en el bol.



→ Imagen de cada paso

→ Descripción de cada paso



## Introducción

El siguiente recetario tiene como objetivo dar a conocer el amplio uso de una especie de maíz no tan valorada en el Ecuador como lo es el maíz Chillo. La diversidad de recetas que se pueden elaborar a base de dicho maíz es muy vasta, puesto que pueden realizarse desde platos tradicionales como coladas y sangos hasta menús de comida fusión.

La imaginación de las personas en la cocina a largo de la historia ha dado lugar a distintos sabores y texturas sabiamente combinados.



Tabla de contenido	
<b>Introducción</b> .....	<b>2</b>
<b>Origen del maíz Chillo</b> .....	<b>4</b>
<b>Entradas</b> .....	<b>5</b>
Berenjenas rellenas de queso feta, maíz Chillo y orégano.....	6
Maíz Chillo tostado con tocte.....	9
Tortillas de maíz Chillo al estilo manabita.....	11
Bruschettas de polenta de maíz Chillo.....	13
<b>Sopas</b> .....	<b>16</b>
Sopa de bolas de maíz Chillo.....	17
Sango de maíz Chillo y camarón.....	20
Sopa de maíz Chillo, patata y queso.....	23
Sopa de tomate y polenta de maíz Chillo.....	23
<b>Fuertes</b> .....	<b>29</b>
Calamares a la plancha con maíz Chillo.....	30
Pollo con pisto agri dulce de pimentón y corteza de harina de maíz Chillo.....	32
Carne de res a la cazuela acompañado de tortitas de maíz Chillo y hierbas.....	36
Tamales de maíz Chillo.....	39
<b>Postres</b> .....	<b>42</b>
Brazo gitano relleno de crema de pasta de maíz Chillo dulce, con café y nueces.....	43
Budín de maíz Chillo.....	46
Quesillo con helado de maíz Chillo acompañado de tierra de canguil caramelizado y salsa de queso de cabra.....	49
Rosero Quiteño con mote de maíz Chillo.....	52
<b>Bebidas</b> .....	<b>55</b>
Chorote- Bebida de maíz Chillo seco.....	56
Champús- Bebida de maíz Chillo Cac.....	58
Chicha aloja con maíz Chillo.....	60
Cóctel de maíz Chillo.....	63
<b>Referencias</b> .....	<b>66</b>

## Origen del maíz Chillo

El origen el maíz Chillo o también llamado "Muela de Caballo" es originario del Valle de los Chillos ubicado en el Cantón Rumiñahui Quito, Ecuador. Su conocimiento se remonta a la época de los incas, incluso mucho antes de la presencia de la cerámica donde era conocido por su color, rendimiento y tamaño. Según el Chef Andrés Granja Director de la carrera de Gastronomía del Instituto Tecnológico Superior Rumiñahui esta variedad de maíz tiene más de 6 mil años de antigüedad y se lo usaba desde la época precolombina por los indígenas de la época que vivían en tierras altas y eran sedentarios. El maíz Chillo también servía como base de la preparación de la famosa Fanesca (El Universo, 2017).

Durante los siglos XVII y XVIII, el Valle de los Chillos era la principal fuente de alimentos en la ciudad de Quito, y el maíz Chillo era su producto estrella ya que al ser endémico de esta zona se lo



Figura 1. Maíz Chillo. Imagen de la variedad Maíz Chillo o comúnmente conocida como Muela de Caballo. Adaptada de INIAP, 2018.

cultivaba en casi todas las haciendas ya que era resistente a las adversidades climáticas (Ortiz, 2012).

Timothy, et al, 1961 señala en su investigación que el maíz Chillo se daba en condiciones de altura por sobre los 2520 msnm y que la planta posee granos muy grandes comparados antiguamente con las muelas de un

caballo de ahí su nombre típico en muchos mercados de la zona. Las vainas de sus hojas son de un intenso color rojizo, además posee espigas alargadas y sus ramificaciones son ligeramente arqueadas. (Timothy, et al, 1963)



## Entradas

### BERENJENAS RELLENAS DE QUESO FETA, MAÍZ CHILLO Y ORÉGANO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
CARNE DE RES (PICADA)	600 g
QUESO FETA (DESMENUZADO)	350 g
PAN RALLADO	70 g
HUEVOS (BATIDOS)	3 unidades
CEBOLLA BLANCA (PICADA)	200 g
ALBAHACA (FRESCA)	60 g
SAL	10 g
PIMIENTA	10 g
ORÉGANO	10 g
MAÍZ CHILLO TIERNO (COCIDO)	228 g
BERNEJENA	10 Unidades
QUESO MOZARELLA (RALLADO)	660 g
ACEITE DE OLIVA	70 ml
PASTA DE TOMATE	30 g
AGUA	0,3 L
AZÚCAR	300 g



## Preparación

1

Colocar la carne picada junto con el queso desmenuzado, el pan rallado, el huevo, la cebolla blanca y el maíz Chillo tierno cocinado en un bol grande.



2

Mezclar todos los ingredientes procurando no amasarlos ya que el queso se puede perder.

3

Desechar el tallo de las berenjenas, cortarlas longitudinalmente por la mitad y recortar un poco la curva exterior con el fin de asentar las berenjenas.



4

Extraer el interior de las berenjenas con una cuchara y colocar el relleno que estaba en el bol.

## Preparación

5

Colocar queso mozzarella rallado al final y untar con aceite de oliva.



6

Colocar en el horno a una temperatura de 180 grados Celsius por 45 minutos.

7

Diez minutos antes de acabar la cocción en el horno, mezclar en un bol pasta de tomate, agua, azúcar y rociar las berenjenas con la mezcla.



8

Servir.

## MAÍZ CHILLO TOSTADO CON TOCTE

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
MANTECA DE CERDO	400 g
MAÍZ CHILLO SECO	1,08 kg
CEBOLLA BLANCA (PICADA)	146 g
SAL	15 g
TOCTE (TRITURADO)	50 g



## Preparación

1

Calentar la manteca de cerdo en una olla.



2

Colocar el maíz Chillo en la olla y cocinar hasta que reviente y se ponga dorado.



3

Agregar la cebolla picada y la sal.



4

Retirar del fuego, mezclar con el tocte picado y servir.



## TORTILLAS DE MAÍZ CHILLO AL ESTILO MANABITA

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
HARINA DE MAÍZ CHILLO SECO	1,3 kg
HUEVOS (BATIDOS)	2 unidades
SAL	15 g
MANTECA DE CERDO	260 g
LECHE ENTERA	140 ml
QUESO FRESCO (CORTADO EN CUBOS)	275 g



## Preparación

1

Colocar en un bol grande la harina de maíz Chillo, los huevos batidos, la sal, la manteca de chancho y la leche.



2

Amasar hasta que no se pegue la masa en las manos.

3

Agregar el queso y formar bolas con la masa.



4

Aplanar un poco las bolas de masa para formar una tortilla, pintar con huevo batido y colocar en el horno a 180 grados Celsius por 40 minutos.

## BRUSCHETTAS DE POLENTA DE MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
HARINA DE MAÍZ CHILLO (SECO)	275 g
AGUA	825 ml
SAL	10 g
ACEITE DE OLIVA	20 ml
QUESO BRIE	250 g
RÚCULA (FRESCA)	30 g
TOMATES DESHIDRATADOS	20 g
ALMENDRAS (TRITURADAS)	20 g
ALBAHACA (FRESCA)	8 g



## Preparación

1

Preparar la polenta, para ello colocar en una olla la harina de maíz Chillo con el agua removiendo constantemente hasta que espese.



2

Luego colocar la sal y el aceite de oliva.

3

Colocar la polenta en papel film extendiendo con una espátula y luego colocar al congelador por 3 horas.



4

Retirar la mezcla del congelador y luego cortar con un cortador circular.

## Preparación

5

Posteriormente en un sartén para grillar colocar aceite de oliva y freír la polenta congelada por 20 segundos cada lado, luego decorar con el topping y servir.



## Sopas

## SOPA DE BOLAS DE MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
CARNE DE RES (EN CUBOS)	300 g
AGUA	1 L
HARINA DE MAÍZ CHILLO (TOSTADA)	700 g
MANTEQUILLA SIN SAL	30 g
YEMA DE HUEVO (BATIDA)	2 yemas
QUESO FRESCO (DESMENUZADO)	275 g
SAL	22 g
ZANAHORIA AMARILLA (RALLADA)	86 g
COL (TROCEADA)	190 g
PAPA CHOLA (PICADA EN CUBOS)	1,15 kg
LECHE ENTERA	1 taza
CILANTRO ( PICADO)	11 g



## Preparación

1

Colocar la carne en una olla con agua y hacer un caldo.



2

Retirar un poco de caldo y preparar las bolas de maíz, para ello mezclar la harina de maíz Chillo tostada con el fondo, mantequilla y yema de huevo.



3

Amasar hasta que no se pegue en las manos y luego formar bolitas de maíz pequeñas del tamaño de una bola de Ping pong colocando el queso en el centro.



4

Colocar en el resto del caldo la zanahoria, col y papas.



## Preparación

5

Cuando las papas estén a mitad de cocción agregar las bolas de maíz Chillo y la leche acabando la cocción sin tapar la olla. Servir cuando las bolas floten.



## SANGO DE MAÍZ CHILLO Y CAMARÓN

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
MAÍZ CHILLO CAO ( DESGRANADO)	2 kg
LECHE ENTERA	1,4 L
ACEITE DE ACHIOTE	30 ml
CEBOLLA PERLA ( PICADA FINAMENTE)	420 g
AJO ( PICADO)	2 unidades
PIMIENTO VERDE (PICADO FINAMENTE)	60 g
SAL	50 g
PIMIENTA	5 g
CAMARÓN DESVENADO	600 g
MANTEQUILLA SIN SAL	90 g
CEBOLLA BLANCA (PICADA FINAMENTE)	150 g
SAL	10 g
COMINO	10 g
PEREJIL ( PICADO)	40 g



## Preparación

1

Licuar el maíz Chillo Cao con un poco de leche, hasta obtener una pasta.



2

En una olla hacer un refrito con el achiote, la cebolla perla, ajo, pimiento verde, sal y pimienta.



3

Una vez listo el refrito, colocar la masa de maíz Chillo y agregar el resto de leche poco a poco.



4

En otro sartén hacer un refrito con los camarones, mantequilla, cebolla blanca, sal y comino.



## Preparación

5

Una vez que el caldo esté cocido agregar los camarones y cocinar dos minutos más.



6

Servir agregando perejil como decoración.



## SOPA DE MAÍZ CHILLO, PATATA Y QUESO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
MAÍZ CHILLO TIERNO (DESGRANADO)	500 g
MANTEQUILLA SIN SAL	90 g
PAPA CHOLA ( EN CUBOS PEQUEÑOS)	1 kg
CEBOLLA BLANCA (PICADA FINAMENTE)	78 g
AJO (PICADO)	3 unidades
HARINA DE TRIGO	250 g
LECHE ENTERA	150 ml
QUESO CHEDDAR (RALLADO)	150 g
VINO BLANCO DE MESA	300 ml
CREMA DE LECHE	156 ml
SAL	60 g
TOSTADAS (CORTADAS EN CUBOS)	160 g



## Preparación

1

En un sartén freír el choclo Chillo con la mantequilla.



2

Agregar las papas picadas en cubos cuando el choclo esté dorado y tierno.



3

Agregar la cebolla y el ajo.



4

Colocar la harina y tostar por un minuto.



## Preparación

5

Añadir la leche en chorro y remover.

6

Colocar el queso cheddar, el vino blanco, la crema de leche y cocinar por dos minutos más a fuego medio.

7

Rectificar la sal y servir, colocando trozos de tostada como decoración.



## SOPA DE TOMATE Y POLENTA DE MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
ACEITE	30 ml
CEBOLLA PERLA ( PICADA FINAMENTE)	65 g
PASTA DE TOMATE	0,5 L
AGUA	120 ml
SAL	10 g
PIMIENTA	4 g
HARINA DE MAÍZ CHILLO	260 g
AGUA	0,5 L
SAL	10 g
QUESO PARMESANO (RALLADO)	30 g



## Preparación

1

En un sartén hacer un refrito con el aceite y la cebolla.



2

Cuando la cebolla dore colocar la pasta de tomate y agua

3

Remover y agregar sal y pimienta.



4

En otra olla preparar la polenta para ello mezclar la harina de maíz chillo con agua y sal hasta que espese a fuego lento.

## Preparación

5

Mezclar la polenta a la crema de tomate y cocinar por 3 minutos más.



6

Servir en un plato acompañado de queso rallado y polenta.





## Fuertes

### CALAMARES A LA PLANCHA CON MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
AJO (PICADO)	5 unidades
CEBOLLA PERLA	124 g
ZUMO DE LIMÓN	150 ml
CALAMAR POTA (EN CUBOS)	1 kg
ACEITE	250 ml
MAÍZ CHILLO TIERNO (DESGRANADO)	1 kg
MAYONESA	350 g
CAYENA EN POLVO	15 g
QUESO RICOTTA	600 g
SAL	30 g
PIMIENTA	10 g
TOMILLO (PICADO)	10 g
LIMON SUTIL ( RODAJAS)	3 unidades



## Preparación

1

Colocar en un bol ajo, cebolla Perla, zumo de limón y luego colocar los calamares picados en cubos y reservar por 40 minutos.



2

En un sartén colocar el maíz Chillo tierno y freír hasta que dore, posteriormente reservar en un recipiente.



3

Mezclar el maíz con la mayonesa, pimienta de cayena, queso Ricotta, sal y pimienta.



4

Freír los calamares en un sartén grillador a fuego alto hasta que estén dorados y luego servir decorando con tomillo.



## POLLO CON PISTO AGRIDULCE DE PIMENTÓN Y CORTEZA DE HARINA DE MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
AJO (PICADO)	3 unidades
CEBOLLA PERLA (PICADA FINAMENTE)	230 g
PIMIENTO ROJO (PICADO FINAMENTE)	240 g
PIMIENTO VERDE (PICADO FINAMENTE)	240 g
ZUCCHINI (EN CUBOS)	250 g
SALSA DE TOMATE	100 ml
VINAGRE DE MANZANA	100 ml
ACEITE DE OLIVA	200 ml
MIEL DE ABEJA	500 g
PIMENTÓN DULCE (MOLIDO)	20 g
SAL	20 g
PECHUGA DE POLLO	1,8 kg
SAL	10 g
HARINA DE MAÍZ CHILLO	1 kg
LEVADURA	20 g
SEMILLAS DE GIRASOL (SIN CÁSCARA)	40 g
AGUA	0,5 L
ACEITE DE OLIVA	40 ml
ZANAHORIAS BABY	10 unidades



## Preparación

1

Para preparar el pisto, colocar en un sartén el ajo, la cebolla, pimientos y zucchini hasta que doren.



2

Mezclar los vegetales con salsa de tomate luego reservar.

3

Para la salsa agridulce mezclar en un bol vinagre de manzana, aceite de oliva, miel, pimentón y sal. Reservar.



4

Colocar las pechugas de pollo en una bolsa de plástico para empacar al vacío y también mezclar la salsa agridulce.

## Preparación

5

Sumergir la bolsa de plástico en agua caliente manteniendo una temperatura constante de 57 grados Celsius por 30 minutos.



6

Sacar el la bolsa del agua y sumergirla en agua fría, posteriormente filetear el pollo en láminas.

7

Para preparar la corteza de maíz Chillo mezclar en un bol la harina de maíz Chillo seco, levadura, semillas de girasol, agua y aceite de oliva.



8

Dejar reposar la masa por 20 minutos, luego extenderla con un rodillo y cortarla para freírla.

## Preparación

9

Colocar en un sartén con abundante aceite y freír los pedazos de masa hasta que estén dorados.



10

Cortar los pedazos de masa frita en cuadrados de 10 cm aproximadamente cuidando que no se rompa y servir.



## CARNE DE RES A LA CAZUELA ACOMPAÑADO DE TORTITAS DE MAÍZ CHILLO Y HIERBAS

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
ACEITE DE OLIVA	100 ml
CEBOLLA PERLA (PICADA FINAMENTE)	250 g
AJO (PICADO)	3 unidades
HARINA DE TRIGO	150 g
CARNE DE RES (EN DADOS)	1,6 kg
VINO TINTO	1,6 L
AGUA	150 ml
SALSA DE TOMATE	250 g
CHAMPIÑONES (CORTADOS EN CUADROS)	500 g
SAL	50 g
HARINA DE MAÍZ CHILLO	1 kg
MANTEQUILLA SIN SAL (FRÍA, CORTADA EN DADOS)	300 g
PEREJIL (PICADO)	50 g
ROMERO (PICADO)	50 g
TOMILLO (PICADO)	50 g
LECHE ENTERA	100 ml
SAL	50 g
HUEVO (BATIDO PARA PINTAR)	1 unidad



## Preparación

1

Hacer un refrito en aceite de oliva con la cebolla perla y el ajo todos picados finamente.



2

Espolvorear el harina de trigo y mezclar con una cuchara de madera hasta que tueste.

3

Colocar en el refrito la carne, el vino, agua, salsa de tomate, champiñones y cocinar hasta que la mezcla empiece a espesar. Posteriormente colocar la sal.



4

Llevar la preparación al horno con una temperatura de 170 grados Celsius por 30 minutos

## Preparación

5

Faltando 15 minutos de cocción preparar las tortitas de maíz Chillo, para ello colocar en un bol el harina de maíz Chillo seco, mantequilla y las hierbas.



6

Amasar y luego agregar la leche, sal y pintar con huevo.

7

Extender la masa y cortarla con un cortador circular y pintarlas con huevo.



8

Colocar las masas encima de la preparación en el horno y subir la temperatura a 200 grados Celsius por 12 minutos. Posteriormente sacar del horno y colocar en una cazuela.

## TAMALES DE MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
PECHUGA DE POLLO (DESMENUZADA)	1,2 Kg
AGUA	6 L
CEBOLLA BLANCA (EN TALLOS PEQUEÑOS)	300 g
AJO (DIENTE ENTERO)	4 unidades
SAL	50 g
PIMIENTA	30 g
COMINO	20 g
ACEITE DE ACHIOTE	100 ml
CEBOLLA PERLA (PICADA FINAMENTE)	230 g
ALVERJAS (COCIDAS)	300 g
AJÍ (PICADO FINAMENTE)	60 g
HARINA DE MAÍZ CHILLO SECO	1 kg
HUEVO (BATIDO)	7 unidades
MANTECA DE CERDO	22 g
HOJA DE ACHIRA	10 hojas
HUEVO (COCIDO EN RODAJAS)	3 unidades



## Preparación

1

Preparar un caldo de pollo, para ello colocar en una olla la pechuga de pollo, agua, cebolla blanca, ajo entero y sazonar con sal y pimienta.



2

Cernir el caldo y reservar, luego trocear el pollo.



3

Hacer un refrito con el aceite de achiote, cebolla perla picada, alverjas y el ají.



4

Incorporar el pollo al refrito, rectificar la sal y conservar.



## Preparación

5

Preparar la masa de maíz Chillo, para ello colocar en un bol la harina de maíz Chillo seco, huevo batido y manteca de cerdo.



6

Amasar e ir incorporando poco a poco el caldo de pollo hasta que la masa no se pegue en las manos.

7

Extender la masa en las hojas de achira, colocar el refrito y las pasas como relleno y llevar a la tamalera por 45 minutos a fuego medio.



8

Decorar con el huevo cocido cortado en rodajas y servir.



## Postres

## BRAZO GITANO RELLENO DE CREMA DE PASTA DE MAÍZ CHILLO DULCE, CON CAFÉ Y NUECES

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
HUEVO	10 unidades
CLARA DE HUEVO	225 g
AZÚCAR IMPALPABLE	300 g
LICOR DE CAFÉ	50 g
MANTEQUILLA SIN SAL	60 g
NUECES (PICADAS)	300 g
CREMA DE LECHE	750 ml
AZÚCAR IMPALPABLE	200 g
PASTA DE MAÍZ CHILLO CAO	1,12 kg
LICOR DE CAFÉ	10 ml



## Preparación

1

Precalentar el horno a 200 grados Celsius, luego engrasar el molde con la mantequilla y colocar papel encerado.



2

Verter los huevos, la clara y el azúcar en un bol y batirlos a baño María hasta que espese.



3

Retirar del fuego y añadir el licor de café, la mantequilla y las nueces.



4

Distribuir la masa en el molde y llevar al horno durante 10 a 15 minutos.



## Preparación

5

Espolvorear una hoja de papel encerado con azúcar impalpable y colocarla sobre el bizcocho, recortar los bordes.



6

Para elaborar el relleno en un bol mezclar la crema de leche, azúcar, la pasa de maíz Chillo cao y el resto del licor de café y mezclar todo a baño María.

7

Colocar el relleno sobre el bizcocho y enrollarlo con cuidado, posteriormente taparlo con papel film y llevarlo a refrigeración



8

Retirar del congelador luego de 2 horas y servir.

## BUDÍN DE MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
MANTEQUILLA SIN SAL	49 g
QUESO CREMA	40 g
YEMA DE HUEVO	20 ml
PASTA DE MAÍZ CHILLO CAO	250 g
SAL	3 g
POLVO DE HORNEAR	1 g
CLARA DE HUEVO (BATIDA A PUNTO DE NIEVE)	35 ml
AZÚCAR	100 g
PULPA DE TOMATE DE ÁRBOL (DESCONGELADA)	120 ml



## Preparación

1

En un bol colocar la mantequilla, queso crema y las yemas. Batir hasta que los ingredientes se unan.



2

Agregar la pasta de maíz chillo cao, la sal y el polvo de hornear y batir por 10 minutos.

3

Batir las claras de huevo a punto de nieve.



4

Incorporar las claras batidas a la mezcla anterior de manera envolvente sin batir demasiado.

## Preparación

5

Verter el contenido en moldes de silicona y colocar en el horno a baño María a una temperatura de 150 grados Celsius por 45 minutos.



6

Preparar la salsa de tomate de árbol colocando en una olla el azúcar y la pulpa y cocinar hasta que espese.

7

Desmoldar los budines.



8

Servir con salsa.

## QUESILLO CON HELADO DE MAÍZ CHILLO ACOMPAÑADO DE TIERRA DE CANGUIL CAMELIZADO Y SALSA DE QUESO DE CABRA

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
HUEVOS (BATIDOS)	8 unidades
LECHE CONDENSADA	432 ml
LECHE ENTERA	332 g
PASTA DE MAÍZ CHILLO CAO	400 g
QUESO BLANCO	132 g
PASTA DE MAÍZ CHILLO CAO	550 g
LECHE CONDENSADA	360 ml
SAL	3 g
LECHE ENTERA	340 ml
CREMA DE LECHE	0,5 L
CANELA EN POLVO	1 g
QUESO DE CABRA (RALLADO)	200 g
CREMA DE LECHE	230 ml
AGUA	50 ml
AZÚCAR	750 g
CANGUIL (COCIDO)	100 g



## Preparación

1

Para el quesillo colocar en una licuadora los huevos, la leche condensada, la leche normal, pasta de maíz Chillo cao y el queso fresco rallado.



2

Colocar la mezcla en un pirex y hornear a baño María a 150 grados Celsius por 1 hora.

3

Para preparar el helado licuar la pasta de maíz Chillo cao, la leche condensada, sal, leche, la crema de leche y la canela en polvo.



4

Una vez licuado colocar al congelador por 4 horas.

## Preparación

5

Para elaborar la salsa de queso de cabra mezclar con una batidora de inmersión o con batidora manual el queso de cabra y la crema de leche.



6

Refrigerar la mezcla obtenida por 2 horas.

7

Para la tierra de canguil, elaborar un caramelo con el agua y el azúcar. Colocar los canguiles ya cocidos por 3 minutos en el caramelo.



8

Picar el canguil cuando se haya enfriado para hacer la tierra y unir todos las demás preparaciones.

## ROSEÑO QUITAÑO CON MOTE DE MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
PIÑA (EN CUBOS)	1 kg
BABACO (PICADO)	1,2 kg
FRUTA CHINA (PICADA)	140 g
MOTE CHILLO	450 g
FRUTILLA (EN RODAJAS)	980 g
AZÚCAR	1 kg
ESENCIA DE VAINILLA	14 ml



## Preparación

1

Picar solamente la mitad de la piña y el resto cocinar con agua y azúcar hasta que esté suave, luego licuar y colar.



2

Reservar la mitad del babaco picado y la otra mitad licuar.

3

Cocinar la fruta china en agua y azúcar hasta que suavice, luego almacenar.



4

Picar el mote cocido y reservar.

## Preparación

5

Aromatizar el agua previamente con cáscaras de naranja.



6

Agregar en un recipiente las frutas cocidas, las pulpas de piña y babaco y finalmente las porciones picadas de frutas y el agua aromatizada con esencia de vainilla.



7

Servir frío.

*\*Nota: Se decidió reemplazar el chamburo en esta receta por la fruta china puesto que no fue posible encontrarla debido a que no era la temporada de cosecha. Pese a ello el sabor de la fruta china y el chamburo es muy parecido.*



## Bebidas

### CHOROTE- BEBIDA DE MAÍZ CHILLO SECO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
HARINA DE MAÍZ CHILLO (SECO)	250 g
LECHE ENTERA	1,4 L
PANELA MOLIDA	200 g
MIEL DE ABEJA	40 ml
CACAO FINO DE AROMA EN POLVO (PACARI)	120 g
CANELA (MOLIDA)	10 g



## Preparación

1

En una olla colocar la harina de maíz Chillo tostada y la leche fría, remover y luego cocinar sin dejar de mover por 25 minutos a fuego medio.



2

Incorporar el resto de ingredientes, la panela, miel, el cacao en polvo y la canela.

3

Cocinar por 20 minutos más la colada hasta que esté cocida sin dejar de remover.



4

Servir la bebida caliente.

## CHAMPÚS- BEBIDA DE MAÍZ CHILLO CAO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
MAÍZ CHILLO CAO (DESGRANADO)	500 g
AGUA	2,75 L
PANELA MOLIDA	600 g
ISHPINGO	15 g
HOJAS DE NARANJA	30 g
NARANJILLA	450 g
PIÑA (CORTADA EN CUBOS)	600 g
CANELA ( EN RAMA)	4 g



## Preparación

1

Cocinar el maíz Chillo cao entero en una olla con agua por un tiempo de 40 minutos.



2

Moler el maíz cocido hasta obtener una pasta

3

En otra olla con agua caliente disolver la pasta de maíz Chillo cao y agregar panela, ishpingo, hierba de naranja, la piña y canela.



4

Luego de 10 minutos cernir la naranjilla y colocar la pulpa en la preparación. Servir la bebida fría.

## CHICHA ALOJA CON MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
HARINA DE MAÍZ CHILLO TOSTADA	250 g
AGUA	3 L
HIERBA LUISA	10 g
HOJA DE NARANJA	20 g
ARRAYÁN	9 g
CEDRÓN	10 g
ISHPINGO	15 g
PANELA (RALLADA)	500 g



## Preparación

1

Tostar el maíz Chillo seco hasta que dore, luego molerlo para obtener el harina de maíz chillo tostado.



2

Calentar agua y colocar todas las hierbas aromáticas incluido el ishpingo.



3

Luego de 10 minutos colar el agua y reservar.



4

En otra olla con agua disolver la panela rallada hasta que no quede grumos.

## Preparación

5

Colocar el harina de maíz Chillo tostado y mezclar hasta que no tenga grumos.



6

Incorporar el agua de hierbas aromáticas a la mezcla y cocinar por 20 minutos.

7

Colocar la chicha en un recipiente y tapar con un mantel húmedo.



8

Dejar fermentar por 4 días y luego servir.

## CÓCTEL DE MAÍZ CHILLO

INGREDIENTES	CANTIDAD PARA 10 PERSONAS
MAÍZ CHILLO TIERNO	120 g
AGUA	0,5 L
LECHE ENTERA	0,5 L
LECHE CONDENSADA	200 g
RON	40 ml
GINEBRA	40 ml
AZÚCAR	6 g
GRANADINA	6 ml



## Preparación

1

Cocinar el maíz Chillo tierno en agua por diez minutos.



2

Cernir el agua y licuar el maíz.



3

Volver a cernir y reservar.



4

En una olla calentar la leche y la leche condensada sin dejar que hierva.



## Preparación

5

Enfriar y luego agregar la leche de maíz Chillo junto con los licores.



6

En un shot escarchar con el azúcar y colocar la granadina para decorar. Servir frío.



## Referencias

El Universo. (15 de Abril de 2017). Chefs recuperan uso del maíz chillo para enriquecer a la fanesca. *Diario El Universo*. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/noticias/2017/04/15/nota/6137782/chefs-recuperan-uso-maiz-chillo-enriquecer-fanesca>

Ortiz, G. (2012). *Memorias históricas del cantón Rumiñahui*. Quito: Gobierno autónomo descentralizado del cantón Rumiñahui.

Thimothy, D., Hatheway, W., Grant, U., Torregroza, M., Sarria, D., & Verela, D. (1963). *Races of Maize in Ecuador*. Washington, United States of America: National Academy of Sciences- National Research Council. Obtenido de [https://www.ars.usda.gov/ARUserFiles/50301000/Races\\_of\\_Maize/RoM\\_Ecuador\\_0\\_Book.pdf](https://www.ars.usda.gov/ARUserFiles/50301000/Races_of_Maize/RoM_Ecuador_0_Book.pdf)

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 1.1 Conclusiones

- Existe muy poca información referente al maíz Chillo en bibliotecas y en internet en general. Cada día se está perdiendo el conocimiento de este grano y por consiguiente se están abandonando proyectos que buscaban rescatar este grano.
- En lo referente a la historia resultó difícil rastrear el origen exacto de la variedad Chillos puesto que ningún organismo gubernamental disponía de información relevante para esta investigación.
- Como resultado de las entrevistas realizadas se evidenció la falta de conocimiento que tiene la población acerca de la historia, tradiciones e incluso la taxonomía que tiene el maíz Chillo.
- La introducción de variedades de granos mejoradas que vienen desde el extranjero supone una gran amenaza para los productos autóctonos ya que al ser económicas se están comercializando cada vez más en los mercados de la capital.
- Con respecto a la versatilidad que posee la variedad de maíz Chillo se pudo evidenciar que dependiendo del estado de la mazorca se puede preparar diferentes platos siendo la etapa Cao a la que más técnicas de cocción se le pudo dar.
- Concerniente a la elaboración del recetario resultó fácil encontrar bibliografía que contenga platillos elaborados a base de maíz y por consiguiente se pudieron agregar preparaciones vanguardistas a dicho libro.

## 1.2 Recomendaciones

El presente trabajo de titulación estuvo enfocado en brindar información relevante acerca del origen y tradiciones ligadas al maíz Chillo con el fin de facilitar su uso dentro de la cocina, por todo ello se recomienda no dejar de lado los proyectos que busquen rescatar este tipo de grano ya que toda la información nueva que se pueda generar contribuirá a que más personas usen este maíz.

El nivel actual de conocimiento que tiene la población acerca de la existencia del maíz Chillo evidencia una falta de difusión de información acerca del porque se realizan las fiestas del maíz en Sangolquí, por eso se recomienda a las instituciones estatales y organizadores de eventos relacionados con estos actos proporcionar a la gente recursos actualizados acerca de la existencia de la variedad Chillos.

Ya que las escuelas e instituciones donde se enseña gastronomía actualmente buscan fomentar el uso de ingredientes ancestrales se recomienda incluir dentro de sus mallas de estudio alguna materia que haga referencia a productos que estén en peligro de desaparición y como usarlos en la cocina contemporánea.

Se recomienda finalmente la distribución del recetario realizado en este trabajo puesto que puede convertirse en una herramienta muy útil para las personas e instituciones que estén interesadas en rescatar el uso de alimentos autóctonos ecuatorianos y contribuir a desarrollar una mayor identidad histórica.

## REFERENCIAS

- Absolut Viajes. (2010). Imagen de el asado argentino, entre la leña y el carbón. Obtenido de <https://www.absolutviajes.com/el-asado-argentino-entre-la-lena-y-el-carbon/>
- Aduriz, L. (2011). *Larousse gastronomique en Español*. Barcelona: Larousse Editorial S.L.
- Anónimo. (Siglo XVIII). Codex De Trujillo. *Pintura de Elaboración de Chicha*. Museo De Arte de Lima, Lima.
- Armendáriz, J. (2001). *Procesos De Cocina*. Madrid: S.A. EDICIONES PARANINFO.
- Berchoux, J. (2010). *La gastronomía o Los placeres de la mesa*. Valladolid: MAXTOR.
- Bravo, A. L. (2005). El maíz en el Ecuador. *Semillas en la economía campesina*. Obtenido de <http://www.semillas.org.co/es/el-maz-en-el-ecuador>
- Caviedes, M., & Moreno, F. (1984). *Información Técnica sobre las nuevas variedades de Maíz INIAP-130*. Quito: INIAP.
- Caviedes, M., Yáñez, C., Silva, E., Dobronsky, J., Zambrano, L., Caicedo, M., & Heredia, J. (2002). *Nueva Variedad de Maíz Amarillo Harinoso INIAP-124 "Mishca Mejorado"*. Quito: INIAP. Obtenido de <http://repositorio.iniap.gob.ec/handle/41000/284>
- Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad. (2012). *Biodiversidad Mexicana*. Obtenido de <http://www.biodiversidad.gob.mx/ usos/maices/teocintle2012.html>

- Cuellar, W. (2015). Imagen de Sopa en Piedra. Obtenido de <https://wilmancuellar.com/la-sopa-de-piedras/>
- Dehouve, D. (2009). Cambios y continuidades entre los nahuas de México. 53o *Congreso Internacional de Americanistas*. México.
- Discovery Grupo Educativo. (2015). Las siete técnicas de la cocina molecular más conocidas. Lima, Perú. Obtenido de <https://www.gediscovery.edu.pe/blog/las-siete-tecnicas-de-la-cocina-molecular-mas-conocidas/>
- El Telégrafo. (25 de Mayo de 2014). El sabor de la cocina ancestral. *El Telégrafo*. Obtenido de <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/quito/11/el-sabor-de-la-cocina-ancestral>
- El Universo. (15 de Abril de 2017). Chefs recuperan uso del maíz chillo para enriquecer a la fanesca. *Diario El Universo*. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/noticias/2017/04/15/nota/6137782/chefs-recuperan-uso-maiz-chillo-enriquecer-fanesca>
- Estrella, E. (1988). *El Pan de América- Historia de los Alimentos Aborígenes en el Ecuador*. Quito, Ecuador: ABYA-YALA.
- Familias en Ruta. (2010). Imágen del tostado de cacao fino de aroma. Obtenido de <https://familiasenruta.com/experiencias/famenruta/ecuador-con-ninos-cacao/>
- FAO. (s.f.). *Tipos de Maíz*. Obtenido de <http://www.fao.org/docrep/003/x7650s/x7650s07.htm>
- Foro Global sobre Seguridad Alimentaria y Nutrición. (2013). Métodos indígenas de preparación de alimentos: ¿qué impacto tienen sobre la seguridad

alimentaria y nutrición? *Conferencia de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura* (pág. 2). FAO.org.

Fundación CODESPA. (2015). Imagen de La Pachamanca. Obtenido de <https://www.codespa.org/blog/2015/03/04/la-pachamanca-un-plato-tipico-de-los-andes-peruanos-como-se-prepara/>

Gallardo, C. (2015). *Sabor de mi Ecuador*. Quito: UDLA.

INIAP. (s.f.). Variedad "Chillos Mejorado". Quito, Ecuador. Obtenido de <http://www.iniap.gob.ec/nsite/images/documentos/Variedad%20Chillos%20mejorado..pdf>

Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias (INIAP). (s.f.). *Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias*. Obtenido de <http://www.iniap.gob.ec/nsite/images/documentos/Variedad%20Chillos%20mejorado..pdf>

Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias. (2014). Maíz Duro. Quito, Ecuador.

Jácome, H., & Rodríguez, P. (2017). *Guía Gastronómica y Artesanal del Cantón Rumiñahui*. Sangolquí: Dirección de Comunicación Social Municipio de Rumiñahui.

Kato, T., Mapes, J., & Serratos, R. (2009). *Origen y diversificación del maíz: una revisión analítica*. México: Universidad Autónoma de México, Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad. Obtenido de [http://www.biodiversidad.gob.mx/genes/pdf/origen\\_div\\_maiz.pdf](http://www.biodiversidad.gob.mx/genes/pdf/origen_div_maiz.pdf)

Lalaeo, M. (2015). Imagen de Maito de Tilapia. Obtenido de <http://deliciousohlala.blogspot.com/2015/07/maito-de-tilapia.html>

- Marzo, S. d. (2016). Imagen de la elaboración de ají. Obtenido de <http://elestimulo.com/bienmesabe/top-10-salsas-picantes-mexicanas-que-debes-conocer/>
- Ministerio de Agricultura, Ganadería, Acuacultura y Pesca. (2013). Maíz Duro Seco. Quito, Ecuador. Obtenido de <http://sinagap.agricultura.gob.ec/phocadownloadpap/cultivo/2013/maizduro.pdf>
- Ministerio de Cultura y Patrimonio. (2016). *Patrimonio Alimentario*. Obtenido de [http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/T%C3%A9nicas\\_gastron%C3%B3micas\\_precolombinas](http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/T%C3%A9nicas_gastron%C3%B3micas_precolombinas)
- Myhrvold, N., & Maxime, M. (2011). *Modernist Cuisine* (Vol. I). Estados Unidos: Phaidon.
- Natureduca. (s.f.). Imagen de ahumado de los Alimentos. Obtenido de <https://natureduca.com/tecnologia-industria-alimentaria-03.php>
- Olivas, R. (2015). *Cocina De Los Incas*. Lima: Universidad de San Martín de Porres.
- Ortiz, G. (2009). La conspiración de Chillo. (F. Proaño, Ed.) *AFESE Edición especial Bicentenario*, 51, 94.
- Ortiz, G. (2012). *Memorias históricas del cantón Rumiñahui*. Quito: Gobierno autónomo descentralizado del cantón Rumiñahui.
- Paliwal, R. (2000). *Usos del Maíz*. Obtenido de Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura: <http://www.fao.org/docrep/003/x7650s/x7650s08.htm>

- POPOL MAYAB ORG. (2015). Maíz Tunicado. México. Obtenido de <https://popol-mayab.org/2015/06/24/maiz-tunicado/>
- Posso, M. (2017). *Proyectos, Tesis y Marco Lógico- Planes e informes de Investigación*. Quito: Papiros.
- Poveda, G. (2016). Análisis del mercado del té en Japón. *Revista Observatorio Iberoamericano de la Economía y la Sociedad del Japón*, 1-6.
- Pujol, L. (S.f.). Imagen del Majado de Verde. Obtenido de <https://www.laylita.com/recetas/majado-de-verde/>
- pxhere. (2017). Imagen de molienda con mortero. Obtenido de <https://pxhere.com/es/photo/1398062>
- Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la lengua española* (22.a ed.). Obtenido de <http://dle.rae.es/srv/search?m=30&w=gastronom%C3%ADa>
- Rodríguez, E. (2016). Imagen de la Nixtamalización. Obtenido de <http://www.mexicohazalgo.org/2016/01/desarrollan-proceso-de-nixtamalizacion-sustentable-que-elimina-la-contaminacion-producida-por-agua-residual/>
- Rodriguez, J. (2016). Cocina Modernista. *Publicaciones Didácticas*, 12-14. Obtenido de <http://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/articulo/067004/articulo-pdf>
- Savarín, B. (2001). *La fisiología del gusto* (Primera ed.). Barcelona: Óptima.
- Serratos, J. (Enero de 2009). El origen y la diversidad del maíz en el continente americano. Ciudad de México, México, Estados Unidos Mexicanos.

Thimothy, D., Hatheway, W., Grant, U., Torregroza, M., Sarria, D., & Verela, D. (1963). *Races of Maize in Ecuador*. Washington, United States of America: National Academy of Sciences- Nacional Research Council. Obtenido de [https://www.ars.usda.gov/ARUserFiles/50301000/Races\\_of\\_Maize/RoM\\_Ecuador\\_0\\_Book.pdf](https://www.ars.usda.gov/ARUserFiles/50301000/Races_of_Maize/RoM_Ecuador_0_Book.pdf)

Uribe, P. (2015). LA FANESCA AQUÍ Y ALLÁ. Etnografía migratoria de un plato ecuatoriano. *Antropología Experimental- Universidad de Jaén*(15). doi:10.17561/rae.v0i15.2622

## ANEXOS

## Anexo 1

### Entrevista # 1



### Preguntas Generales:

**Nombre del Entrevistado:** Carlos Sangoquiza

**Edad:** 32 años

**Sexo:** Masculino

**Lugar de nacimiento:** Quito

**Sector donde vive:** Amaguaña

**Tiempo que habita en el sector donde vive:** 32 años

**Ocupación:** Técnico de investigaciones del programa del maíz.

## Preguntas Específicas

Ejes	Preguntas Específicas
<b>1. Conocimiento de la existencia del maíz Chillo</b>	<p><b>1. ¿Conoce usted el maíz Chillo?</b></p> <p><i>El maíz Chillo se ha hecho conocer por poseer una mazorca de gran tamaño de granos igual harinosos que se siembran a nivel del valle de los Chillos muy apetecido en lo que es el proceso para hacer harina y choclo en seco.</i></p> <p><b>2. Sabe usted ¿con qué otro nombre se le conoce al maíz Chillo?</b></p> <p><i>Lo que conozco es que toda la vida se le ha conocido como un material de nombre Chillos que hace referencia al nicho ecológico de donde aparece esta raza de maíz que es el valle de los Chillos.</i></p> <p><b>3. ¿Conoce cómo es la forma, textura y color del grano de este maíz?</b></p> <p><i>Este maíz se caracteriza por poseer un grano de gran tamaño de color amarillo y muy harinoso.</i></p> <p><b>4. ¿Cree usted que el maíz Chillo tiene algún sabor que lo diferencie de otras variedades de maíz?</b></p>

*Se podría decir que el consumo en choclo de esta raza de maíz es un poco dulce digamos del resto de los otros maíces que se consumen en choclo.*

**5. Zonas de cultivo y expendio del maíz Chillo**

**1. ¿Conoce usted en qué zonas se encontraban los cultivos de maíz Chillo en Pichincha?**

*Bueno de lo que se esta raza de maíz Chillo se siembra en lo que es la parroquia de Amaguaña lo que es cantón Rumiñahui y todos sus alrededores a nivel de todo el valle de los Chillos.*

**2. ¿Conoce cuáles son los mercados donde se podría encontrar el maíz Chillo?**

*Por lo general he visto semilla del maíz Chillo en lo que son las ferias de Sangolquí y en lugares de abarrotes de Amaguaña.*

**3. ¿Conoce usted en qué épocas del año se puede cultivar el maíz Chillo?**

*El maíz Chillo las épocas de siembra son a partir del mes de octubre. Entre septiembre y octubre son las épocas de siembra pues alcanzamos que las semillas tengan mayor cantidad de humedad por la presencia de lluvias en esos meses.*

**4. Fiestas y platos ligados al maíz Chillo**

**1. ¿Conoce alguna fiesta que esté relacionada con el maíz en el Ecuador?**

*Conozco la del Inti Raymi que se celebra en la provincia de Imbabura, aquí se promociona muchas razas de maíz en intercambios con agricultores que siembran un tipo de maíz, llevan a hacer intercambios y mejoramos y cuidamos la biodiversidad del maíz.*

**2. ¿Conoce usted qué fiestas se celebran en Sangolquí o el valle de los Chillos?**

*Bueno conozco que se celebra las fiestas del maíz creo que es del turismo y del maíz.*

**3. ¿Conoce usted algún plato que esté relacionado con el maíz Chillo?**

*Si, en lo que más se lo utiliza puede ser en mote, en seco, en tostado o en harinas, pero lo que más conozco es el consumo en mote.*

**4. ¿Sabe cuál era el significado del maíz en la cultura andina?**

*La verdad no mucho.*

**5. ¿Conoce usted el significado del monumento del Choclo situado en Sangolquí?**

*La verdad no. Aunque podría ser tal vez por la gran cantidad que abarca este cultivo a nivel del cantón Rumiñahui.*

**6. Recetas  
ligadas al  
maíz Chillo.**

**1. ¿Conoce usted algún plato típico de Pichincha que contenga maíz como ingrediente principal de su preparación?**

*Podría decir que el plato típico el mote, el tostado, las papas y el hornado se podría decir como plato típico.*

**2. ¿Cuál es su manera preferida de cocinar el maíz?**

*Bueno mi manera preferida sería el consumo más en choclo en tierno.*

**3. ¿Cuál considera usted que debe ser el acompañamiento de un plato típico que contenga maíz?**

*Sería de combinación un mote, un tostado y lo que pueda acompañarse carne o cualquier otro ingrediente.*

**4. ¿Cómo prefiere el consumo del maíz Chillo, en comidas de sal o en comidas de dulce?**

*Les preferiría en comidas de sal se podría hacer procesos agroindustriales como por ejemplo procesar la harina para hacer humitas, coladas, tostados entre otras cosas.*

**5. ¿Cómo preferiría que sea la presentación de un plato que contenga maíz?**

*Por lo general me gustaría más la presentación digamos en choclo es decir artesanalmente porque eso llama más la atención al consumidor.*

Conclusiones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Se ha podido comprobar que existe muy poco conocimiento acerca de la relación que existe con respecto al maíz y la su historia en las culturas Andinas.</li></ul>
Recomendaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Para la presentación de un plato que contenga maíz Chillo la gente prefiere presentaciones más artesanales.</li></ul>

## Anexo 2

### Entrevista # 2



## Preguntas Generales:

**Nombre del Entrevistado:** Blanca Zuquillo.

**Edad:** 53 años.

**Sexo:** Femenino.

**Lugar de nacimiento:** Fajardo- Sangolquí.

**Sector donde vive:** Sangolquí.

**Tiempo que habita en el sector donde vive:** 11 años.

**Ocupación:** Venta de Víveres, Negocio Propio.

## Preguntas Específicas

Ejes	Preguntas Específicas
1. Conocimiento de la existencia del maíz Chillo	<p data-bbox="632 1494 1145 1532"><b>1. ¿Conoce usted el maíz Chillo?</b></p> <p data-bbox="584 1583 1356 1727"><i>Si, está sembrado aquí mismo en Sangolquí y en otros lugares también alrededor hay mucha gente que siembra este maíz.</i></p> <p data-bbox="632 1798 1356 1883"><b>2. Sabe usted ¿con qué otro nombre se le conoce al maíz Chillo?</b></p>

	<p><i>Solo como maíz Chillo la gente pregunta.</i></p> <p><b>3. ¿Conoce cómo es la forma, textura y color del grano de este maíz?</b></p> <p><i>El grano es diferente al otro maíz que se llama peruano, es más grueso y más amarillo.</i></p> <p><b>4. ¿Cree usted que el maíz Chillo tiene algún sabor que lo diferencie de otras variedades de maíz?</b></p> <p><i>Es un poco más duro que el maíz peruano y si creo que tiene otras propiedades.</i></p>
<p><b>2. Zonas de cultivo y expendio del maíz Chillo</b></p>	<p><b>1. ¿Conoce usted en qué zonas se encontraban los cultivos de maíz Chillo en Pichincha?</b></p> <p><i>Todo lo que son los alrededores de Sangolquí, El Quinche, Yaruquí, Tumbaco.</i></p> <p><b>2. ¿Conoce cuáles son los mercados donde se podría encontrar el maíz Chillo?</b></p> <p><i>Yo pienso que más aquí en Sangolquí porque de ahí me parece que no venden en otros lugares y en Quito en difícil de encontrarlo.</i></p> <p><b>3. ¿Conoce usted en qué épocas del año se puede cultivar el maíz Chillo?</b></p>

*Más o menos sale a finales de abril.*

**3. Fiestas y platos ligados al maíz Chillo**

**1. ¿Conoce alguna fiesta que esté relacionada con el maíz en el Ecuador?**

*No, pienso que la fiesta es aquí del maíz no sé si exista en otro lugar.*

**2. ¿Conoce usted qué fiestas se celebran en Sangolquí o el valle de los Chillos?**

*Aquí en Sangolquí precisamente la fiesta del maíz, solo que no me acuerdo la fecha exacta.*

**3. ¿Conoce usted algún plato que esté relacionado con el maíz Chillo?**

*La fritada con tostado que es hecho con el maíz Chillo.*

**4. ¿Sabe cuál era el significado del maíz en la cultura andina?**

*Era el plato principal antes yo pienso, porque antes lo que más comía la gente es maíz, del mismo maíz el mote y el fréjol, las habas es lo que se comía aquí en la zona.*

**5. ¿Conoce usted el significado del monumento del Choclo situado en Sangolquí?**

	<p><i>Pienso que es porque se cultiva aquí.</i></p>
<p><b>4. Recetas ligadas al maíz Chillo.</b></p>	<p><b>1. ¿Conoce usted algún plato típico de Pichincha que contenga maíz como ingrediente principal de su preparación?</b></p> <p><i>La chicha es el ingrediente principal de la chicha.</i></p> <p><b>2. ¿Cuál es su manera preferida de cocinar el maíz?</b></p> <p><i>Tostado, generalmente tostado.</i></p> <p><b>3. ¿Cuál considera usted que debe ser el acompañamiento de un plato típico que contenga maíz?</b></p> <p><i>Con fritada generalmente se come.</i></p> <p><b>4. ¿Cómo prefiere el consumo del maíz Chillo, en comidas de sal o en comidas de dulce?</b></p> <p><i>Comidas de sal más, bueno existe también el maíz negro que se hace por lo general la colada morada con ese maíz negro.</i></p> <p><b>5. ¿Cómo preferiría que sea la presentación de un plato que contenga maíz?</b></p> <p><i>En platos de barro queda excelente, yo he visto. Yo preferiría de manera tradicional.</i></p>

Conclusiones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ El maíz Chillo se diferencia del maíz peruano por su grano que es más grande y amarillo. El maíz peruano es otra variedad de maíz que cada día se va comercializando más y más en los mercados de Quito.</li></ul>
Recomendaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Para el consumo del maíz en la zona se lo suele hacer acompañado de fritada.</li></ul>

### Anexo 3

#### Entrevista # 3



#### Preguntas Generales:

**Nombre del Entrevistado:** Carmela Gualmi.

**Edad:** 74 años.

**Sexo:** Femenino.

**Lugar de nacimiento:** Parroquia de Alangasí.

**Sector donde vive:** Alangasí.

**Tiempo que habita en el sector donde vive:** Toda la vida.

**Ocupación:** Venta de Granos, Negocio Propio.

## Preguntas Específicas

Ejes	Preguntas Específicas
<b>1. Conocimiento de la existencia del maíz Chillo</b>	<p><b>1. ¿Conoce usted el maíz Chillo?</b></p> <p><i>Si lo conozco.</i></p> <p><b>2. Sabe usted ¿con qué otro nombre se le conoce al maíz Chillo?</b></p> <p><i>Aquí solo me preguntan tiene el maíz Chillo, entonces solo lo conozco así nada más.</i></p> <p><b>3. ¿Conoce cómo es la forma, textura y color del grano de este maíz?</b></p> <p><i>El maíz Chillo es Grueso, hecho bola de color amarillo.</i></p> <p><b>4. ¿Cree usted que el maíz Chillo tiene algún sabor que lo diferencie de otras variedades de maíz?</b></p> <p><i>Si, este es más agradable.</i></p>

<b>2. Zonas de cultivo y expendio del maíz Chillo</b>	<p><b>1. ¿Conoce usted en qué zonas se encontraban los cultivos de maíz Chillo en Pichincha?</b></p> <p><i>Aquí en Sangolquí, el valle de los Chillos.</i></p> <p><b>2. ¿Conoce cuáles son los mercados donde se podría encontrar el maíz Chillo?</b></p> <p><i>Aquí, en la plaza César Chiriboga.</i></p> <p><b>3. ¿Conoce usted en qué épocas del año se puede cultivar el maíz Chillo?</b></p> <p><i>Se siembra el 4 de octubre.</i></p>
<b>3. Fiestas y platos ligados al maíz Chillo</b>	<p><b>1. ¿Conoce alguna fiesta que esté relacionada con el maíz en el Ecuador?</b></p> <p><i>Claro, la fiesta del maíz aquí en Sangolquí.</i></p> <p><b>2. ¿Conoce usted qué fiestas se celebran en Sangolquí o el valle de los Chillos?</b></p> <p><i>Las fiestas del maíz.</i></p> <p><b>3. ¿Conoce usted algún plato que esté relacionado con el maíz Chillo?</b></p>

*Tostado con la fritada, sino también le pelan el mote y sale el mote grueso que sale del maíz Chillo.*

**4. ¿Sabe cuál era el significado del maíz en la cultura andina?**

*No sé, solo sé que se llevaban el maíz a San Roque, a Latacunga y Guayaquil.*

**5. ¿Conoce usted el significado del monumento del Choclo situado en Sangolquí?**

*Porque aquí es el maíz, por eso hicieron eso.*

**4. Recetas ligadas al maíz Chillo.**

**1. ¿Conoce usted algún plato típico de Pichincha que contenga maíz como ingrediente principal de su preparación?**

*El maíz por ejemplo con tostado, fritada, un plátano.*

**2. ¿Cuál es su manera preferida de cocinar el maíz?**

*El mote o hacer un tostado también y comerlo con fritada o chicharrón.*

**3. ¿Cuál considera usted que debe ser el acompañamiento de un plato típico que contenga maíz?**

*Tostado, plátano frito, fritada, chocho y las cebollas picadas a un lado.*

**4. ¿Cómo prefiere el consumo del maíz Chillo, en comidas de sal o en comidas de dulce?**

*En comidas de sal.*

**5. ¿Cómo preferiría que sea la presentación de un plato que contenga maíz?**

*Lo hacen en un charolito así que tradicional.*

Conclusiones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ El maíz Chillo de Sangolquí se lo solía comercializar en el pasado en San Roque, Guayaquil, Latacunga.</li></ul>
Recomendaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Al maíz Chillo se lo puede hacer mote, y como resultado se obtiene un mote más grande y grueso que el habitual encontrado en Quito.</li></ul>

## Anexo 4

### Entrevista # 4



### Preguntas Generales:

**Nombre del Entrevistado:** María Clemencia Oña.

**Edad:** 52 años.

**Sexo:** Femenino.

**Lugar de nacimiento:** Cantón Rumiñahui.

**Sector donde vive:** Rumiloma a 10 minutos de Sangolquí.

**Tiempo que habita en el sector donde vive:** Toda la vida.

**Ocupación:** Venta de Chochos y maíz, comerciante.

## Preguntas Específicas

Ejes	Preguntas Específicas
<b>1. Conocimiento de la existencia del maíz Chillo</b>	<p><b>1. ¿Conoce usted el maíz Chillo?</b></p> <p><i>Si lo conozco.</i></p> <p><b>2. Sabe usted ¿con qué otro nombre se le conoce al maíz Chillo?</b></p> <p><i>No, nosotros toda la vida lo conocemos como maíz Chillo.</i></p> <p><b>3. ¿Conoce cómo es la forma, textura y color del grano de este maíz?</b></p> <p><i>La contextura es que es más gruesa y no es alargada sino redonda.</i></p> <p><b>4. ¿Cree usted que el maíz Chillo tiene algún sabor que lo diferencie de otras variedades de maíz?</b></p> <p><i>Si, que el maíz y el choclo es más dulce tanto como el producto en tierno como en seco.</i></p>

**2. Zonas de cultivo y expendio del maíz Chillo**

**1. ¿Conoce usted en qué zonas se encontraban los cultivos de maíz Chillo en Pichincha?**

*No, esto lo encontramos a nivel del valle.*

**2. ¿Conoce cuáles son los mercados donde se podría encontrar el maíz Chillo?**

*Ahorita, en todos los mercados del valle puede encontrarlo.*

**3. ¿Conoce usted en qué épocas del año se puede cultivar el maíz Chillo?**

*Las siembras son a partir de septiembre y octubre y los granos tiernos se dan en marzo. De ahí va pasando el tiempo y a partir de julio comienza a salir el producto en seco*

**3. Fiestas y platos ligados al maíz Chillo**

**1. ¿Conoce alguna fiesta que esté relacionada con el maíz en el Ecuador?**

*En el Ecuador serían las fiestas del Inti Raymi.*

**2. ¿Conoce usted qué fiestas se celebran en Sangolquí o el valle de los Chillos?**

*Las fiestas del maíz y del turismo aquí en el cantón en honor a los productos que se producen aquí que son en julio.*

**3. ¿Conoce usted algún plato que esté relacionado con el maíz Chillo?**

*Aquí realmente el maíz Chillo es un poquito más duro y lo han dejado de consumir ya que está entrando el producto peruano que es más delgado, pero más suave. Y de plato en los cevichochos, en el hornado.*

**4. ¿Sabe cuál era el significado del maíz en la cultura andina?**

*Eso no le podría decir.*

**5. ¿Conoce usted el significado del monumento del Choclo situado en Sangolquí?**

*Ese monumento es en honor a lo que se cultivaba aquí antes el maíz Chillo por eso le pusieron ese monumento.*

**4. Recetas ligadas al maíz Chillo.**

**1. ¿Conoce usted algún plato típico de Pichincha que contenga maíz como ingrediente principal de su preparación?**

*Las tortillas van con el hornado y le ponen una porción del maíz o sea del tostado.*

**2. ¿Cuál es su manera preferida de cocinar el maíz?**

*Lo hacemos el mote, del maíz Chillo lo pelamos y hacemos el mote amarillo.*

**3. ¿Cuál considera usted que debe ser el acompañamiento de un plato típico que contenga maíz?**

*Con hornado y fritada.*

- 4. ¿Cómo prefiere el consumo del maíz Chillo, en comidas de sal o en comidas de dulce?**

*En comidas de sal.*

- 5. ¿Cómo preferiría que sea la presentación de un plato que contenga maíz?**

*En vasijas de barro porque antes aquí se ocupaban esos platos de barro y esa es la tradición de aquí para conservar lo ancestral que era.*

Conclusiones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ El maíz Chillo es un maíz más dulce tanto como tierno o seco y esto lo diferencia de otros maíces.</li></ul>
Recomendaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Al maíz Chillo se lo puede encontrar tierno por el mes de julio, es decir en choclo.</li></ul>

## Anexo 5

### Entrevista # 5



### Preguntas Generales:

**Nombre del Entrevistado:** Fausto Carrera.

**Edad:** 52 años.

**Sexo:** Masculino.

**Lugar de nacimiento:** Sangolquí.

**Sector donde vive:** Inchalillo- Sangolquí.

**Tiempo que habita en el sector donde vive:** Toda la vida.

**Ocupación:** Empleado Público, Administrador del mercado central de Sangolquí.

### Preguntas Específicas

Ejes	Preguntas Específicas
<p><b>1. Conocimiento de la existencia del maíz Chillo</b></p>	<p><b>1. ¿Conoce usted el maíz Chillo?</b></p> <p><i>Claro, es el que sabían anteriormente los antiguos son los que cosechaban las granjas aquí en el valle de los Chillos. A ese le llamaban el maíz Chillo.</i></p> <p><b>2. Sabe usted ¿con qué otro nombre se le conoce al maíz Chillo?</b></p> <p><i>No, solo con ese nombre.</i></p> <p><b>3. ¿Conoce cómo es la forma, textura y color del grano de este maíz?</b></p> <p><i>Que es un poco aplanado y de forma rectangular.</i></p> <p><b>4. ¿Cree usted que el maíz Chillo tiene algún sabor que lo diferencie de otras variedades de maíz?</b></p> <p><i>Si, lo que pasa es que es suave el maíz este.</i></p>
<p><b>2. Zonas de cultivo y expendio del maíz Chillo</b></p>	<p><b>1. ¿Conoce usted en qué zonas se encontraban los cultivos de maíz Chillo en Pichincha?</b></p> <p><i>Aquí en el sector del valle de los Chillos le podría decir, en el sector de Chillo Jijón, Selva Alegre, Fajardo, Chaupitena.</i></p>

**2. ¿Conoce cuáles son los mercados donde se podría encontrar el maíz Chillo?**

*Aquí en la plaza César Chiriboga ya que es el lugar donde más viene la gente de Fajardo y de San Pedro.*

**3. ¿Conoce usted en qué épocas del año se puede cultivar el maíz Chillo?**

*Si, justo es por estas épocas y es constante porque tienen para todo el año ellos.*

**3. Fiestas y platos ligados al maíz Chillo**

**1. ¿Conoce alguna fiesta que esté relacionada con el maíz en el Ecuador?**

*No, no conozco.*

**2. ¿Conoce usted qué fiestas se celebran en Sangolquí o el valle de los Chillos?**

*La fiesta del maíz y del turismo que es aquí en septiembre.*

**3. ¿Conoce usted algún plato que esté relacionado con el maíz Chillo?**

*Se le combina en el hornado, en los chochos.*

**4. ¿Sabe cuál era el significado del maíz en la cultura andina?**

*No lo sé.*

	<p><b>5. ¿Conoce usted el significado del monumento del Choclo situado en Sangolquí?</b></p> <p><i>Es justamente el maíz, las siembras del maíz que había aquí en abundancia.</i></p>
<p><b>4. Recetas ligadas al maíz Chillo.</b></p>	<p><b>1. ¿Conoce usted algún plato típico de Pichincha que contenga maíz como ingrediente principal de su preparación?</b></p> <p><i>No, es más combinados sabía yo, para la fritada, para el hornado.</i></p> <p><b>2. ¿Cuál es su manera preferida de cocinar el maíz?</b></p> <p><i>Se le fríe, de lo que tengo conocimiento se le fríe para que salga tostado.</i></p> <p><b>3. ¿Cuál considera usted que debe ser el acompañamiento de un plato típico que contenga maíz?</b></p> <p><i>Con chochos, fritada y con ceviche.</i></p> <p><b>4. ¿Cómo prefiere el consumo del maíz Chillo, en comidas de sal o en comidas de dulce?</b></p> <p><i>Mezclado, porque si hay de dulce y de sal, las dos tienen sabor preferido, al menos para los niños lo que le decían la caca de perro antiguamente.</i></p> <p><b>5. ¿Cómo preferiría que sea la presentación de un plato que contenga maíz?</b></p>

*Más tradicional y nos pasa porque nosotros nos servimos en Chaupitena donde nos sirven en las vasijas de barro que le dan otro significado y otra textura al maíz.*

Conclusiones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ El maíz Chillo se puede encontrar en diversos sectores del valle de los Chillos, específicamente en los sectores de Chillo Jijón, Selva Alegre, Fajardo, Chaupitena.</li></ul>
Recomendaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ El maíz Chillo se lo puede usar para la elaboración de dulces para niños, como el dulce conocido con el nombre de caca de perro.</li></ul>

## Anexo 6

### Entrevista # 6



## Preguntas Generales:

**Nombre del Entrevistado:** María Lucilda Llumiquinga.

**Edad:** 54 años.

**Sexo:** Femenino.

**Lugar de nacimiento:** Sangolquí.

**Sector donde vive:** Fajardo- Valle de los Chillos.

**Tiempo que habita en el sector donde vive:** Toda la vida.

**Ocupación:** Quehaceres domésticos y agricultura.

## Preguntas Específicas

Ejes	Preguntas Específicas
<b>1. Conocimiento de la existencia del maíz Chillo</b>	<b>1. ¿Conoce usted el maíz Chillo?</b> <i>Si, como le estaba indicando tiene que ser bien amarillo.</i>  <b>2. Sabe usted ¿con qué otro nombre se le conoce al maíz Chillo?</b> <i>No lo sé.</i>

	<p><b>3. ¿Conoce cómo es la forma, textura y color del grano de este maíz?</b></p> <p><i>El grano Chillo tiene color amarillo, grueso y de color brillante.</i></p> <p><b>4. ¿Cree usted que el maíz Chillo tiene algún sabor que lo diferencie de otras variedades de maíz?</b></p> <p><i>Si, tiene un sabor dulce cuando está fresco más que todo.</i></p>
<p><b>2. Zonas de cultivo y expendio del maíz Chillo</b></p>	<p><b>1. ¿Conoce usted en qué zonas se encontraban los cultivos de maíz Chillo en Pichincha?</b></p> <p><i>En todo el valle de los Chillos.</i></p> <p><b>2. ¿Conoce cuáles son los mercados donde se podría encontrar el maíz Chillo?</b></p> <p><i>En el mercado de Sangolquí es más abundante y los jueves y Domingos.</i></p> <p><b>3. ¿Conoce usted en qué épocas del año se puede cultivar el maíz Chillo?</b></p> <p><i>Nosotros cultivamos desde el choclo que viene a ser desde febrero, marzo y abril.</i></p>

**3. Fiestas y platos ligados al maíz Chillo**

**1. ¿Conoce alguna fiesta que esté relacionada con el maíz en el Ecuador?**

*No sabría decirle.*

**2. ¿Conoce usted qué fiestas se celebran en Sangolquí o el valle de los Chillos?**

*La fiesta tradicional de Sangolquí.*

**3. ¿Conoce usted algún plato que esté relacionado con el maíz Chillo?**

*El Hornado.*

**4. ¿Sabe cuál era el significado del maíz en la cultura andina?**

*No he oído eso.*

**5. ¿Conoce usted el significado del monumento del Choclo situado en Sangolquí?**

*Al maíz, la tradición del maíz y del turismo.*

**4. Recetas ligadas al maíz Chillo.**

**1. ¿Conoce usted algún plato típico de Pichincha que contenga maíz como ingrediente principal de su preparación?**

*Las humitas, choclomote.*

**2. ¿Cuál es su manera preferida de cocinar el maíz?**

*En choclo.*

- 3. ¿Cuál considera usted que debe ser el acompañamiento de un plato típico que contenga maíz?**

*Con una fritada.*

- 4. ¿Cómo prefiere el consumo del maíz Chillo, en comidas de sal o en comidas de dulce?**

*En comidas de sal más.*

- 5. ¿Cómo preferiría que sea la presentación de un plato que contenga maíz?**

*Ahorita de manera más nueva, una presentación más moderna.*

Conclusiones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La persona entrevistada era la única que ofrecía el maíz Chillo tierno, es decir en choclo en todo el mercado de Sangolquí.</li></ul>
Recomendaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ El maíz Chillo adquiere un sabor dulce cuando está fresco y es algo a tomar en cuenta al momento de realizar preparaciones de sal o de dulce, ya que dependiendo de la madurez del grano de maíz sirve para la una o la otra.</li></ul>

