



**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE SALUD PÚBLICA
ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

**“ELABORACIÓN Y APLICACIÓN DE UNA GUÍA
GASTRONÓMICA DE BUENAS PRACTICAS DE CALIDAD Y
SERVICIO, DE LA COMIDA TÍPICA RIOBAMBEÑA, PARA EL
DESARROLLO DEL TURISMO GASTRONÓMICO”.**

TESIS DE GRADO

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN GESTIÓN GASTRONÓMICA

CRISTIAN EDUARDO ROJAS QUEZADA

**RIOBAMBA – ECUADOR
2014**

II. OBJETIVOS	3
A. OBJETIVO GENERAL	3
B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	3
III. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL	4
A. LA COCINA POPULAR EN LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO	4
1. Introducción	4
B. LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA	6
1. La cocina ecuatoriana tradicional	6
a. No comemos cualquier cosa	7
b. Influencias de la geografía y la historia	9
c. El arribo de los españoles a la tierra americana	11
d. La cocina de la Sierra Ecuatoriana	16
e. La Provincia de Chimborazo	18
C. GASTRONOMÍA Y FOLKLORE	21
1. Alimentación cotidiana	23
2. El pan de cada día	24
3. Las sopas tradicionales	26
a. Caldo de gallina (consomé)	28
b. Caldo de patas	29
c. Aguado de gallina	30
d. Caldo “31”	31
e. Yaguarlocro	32
f. Locro de cuero reventado	34
g. Timbushka	36
h. Ceviche de chochos	37
4. Los “secos” o platos fuertes	38
a. El picante	40
b. Llapingachos con chorizo y huevo	41
c. Fritada serrana	42
d. Hornado riobambeño	43
e. Patas de chancho emborrajadas	45
f. Morcilla	46
g. Tortillas con caucara	48
h. Papas con cuero	49
5. Las bebidas	50
a. Jucho 52	
b. Morocho de leche	53
c. Jugo de frutas	54
6. Las bebidas festivas	55

a.	Chicha de morocho	56
b.	Chicha de quinua.....	57
c.	Chicha de avena.....	57
7.	Platos especiales: manjares.....	58
a.	Humitas.....	59
b.	Empanadas de viento.....	60
c.	Tamales.....	61
d.	Quimbolitos.....	62
e.	Tortillas de maíz	64
f.	Empanadas de morocho	65
g.	Chigüiles	66
h.	Chigüiles de mote.....	67
8.	Platos especiales: dulces	68
a.	Higos con queso.....	69
b.	Helados de paila.....	69
9.	Alimentación festiva.....	70
a.	Fanesca.....	72
b.	Colada morada.....	75
10.	El consumo de carnes y granos	76
a.	Locro de cuy	77
b.	Papas con cuy	78
c.	Ají de cuy	80
	IV. METODOLOGÍA.....	81
	A. LOCALIZACIÓN	81
	B. TEMPORALIZACIÓN.....	81
	C. VARIABLES	81
1.	Identificación.....	81
2.	Definición.....	81
a.	Normas de calidad.....	81
b.	Normas de servicio.....	82
c.	Turismo gastronómico.....	83
	D. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	84
	E. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	85
1.	Tipo de estudio	85
a.	Descriptiva.....	85
2.	Tipo de Investigación.....	85
a.	Transversal.....	85
b.	No experimental	85
	F. POBLACIÓN, MUESTRA O GRUPO DE ESTUDIO	85
1.	Universo y Muestra.....	85
	G. DESCRIPCIÓN DE PROCEDIMIENTOS	87

V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	88
A. SEGMENTACIÓN DEL MERCADO.....	88
1. Resultados obtenidos en la Encuesta	89
B. LAS HUECAS DE RIOBAMBA.....	106
1. Picanterías.....	108
a. Salón “El Cordovez de Las Masabandas”	108
b. Fritadas “Anita”	109
c. Las Fritadas “De La Ayacucho”	110
d. Picantería “Anita”	111
e. Picantería “Cuchifritos”	112
f. Picantería “Carmita”	113
g. “La Candela, el Rincón de Don George”	114
h. Las Tortillas con Caucara “De Doña Magolita”	114
i. Salón “Doña Luna”	116
j. Hornados del “Mercado la Merced”	117
k. Hornados “Carmita”	118
l. Los Hornados de la Venezuela “La Esquina del Sabor”	118
m. Hornados del “Redondel de San Luis”	119
n. Picantería “El Resbalón”	119
o. Las Morcillas “De Doña Ramonita”	120
p. Las Morcillas y el Picante “De doña Lucrecia”	121
q. “Súper Cuy, los Cuyes del Peluquero”	122
r. Asaderos de Cuyes “La Serranita” y “Don Segundito”	123
s. Los Chicharrones De la Colón “Mesón Andino”	124
t. Los Ceviches de Chocho “De Doña Mary”, en la explanada del Coliseo	125
u. Los Ceviches de Chocho “De Doña Charito”, en Villa María	126
v. “Tripa Mishki del Coliseo”	127
2. Cafetería y manjares	127
a. Panadería “Santa Faz”	128
b. Cafetería “La Abuela Rosa”	128
c. “Las Empanadas de Viento” de la Guayaquil	129
d. “La Casa de las Humitas”	130
e. Soda Bar “Hugo’s”	130
f. Fuente de Soda “Hugo’s 2”	131
g. Las Empanadas de Morocho “De la Merced”	132
h. Las tortillas de piedra del redondel del cuartel de “las chicas Andrade”	133
i. “Ricas Tortillas en Piedra de la Vasija”	133
j. Las Tradicionales Tortillas hechas en Piedra “De las Alarconas”	134
3. Jugos, Refrescos y Helados Tradicionales	135
a. “Chicha Especial de Morocho”	135
b. “Los Jugos Rompenucas”, con hielo del Chimborazo	136

c.	“Helados de Paila”	137
d.	Fuente de Soda “De Fabio Cristelok”	138
e.	Helados “San Francisco”	138
4.	Variedades	139
a.	Comercial “Flores”	139
b.	Víveres “Verito”	140
c.	“Los Agachaditos” Del Terminal	140
VI.	CONCLUSIONES	142
VII.	RECOMENDACIONES	143
VIII.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	144
IX.	ANEXOS	145

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1. Operacionalización de variables.....	84
Cuadro 2. Frecuencia de turistas que consumen comidas típicas	89
Cuadro 3. ¿Que busca el cliente cuando consume platos típicos?.....	91
Cuadro 4. Determinar el valor que paga el cliente en relacion a la calidad.....	93
Cuadro 5. Identificación de establecimientos en riobamba	95
Cuadro 6. Importancia de una guía gastronómica de platos típicos.....	97
Cuadro 7. Determinar el medio para los turistas de las huecas de Riobamba.	99
Cuadro 8. Determinar cuánto estaría dispuesto a pagar el turista por una guía gastronómica.....	101

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Frecuencia de turistas que consumen comidas típicas	89
Gráfico 2. ¿Que busca el cliente cuando consume platos típicos?	91
Gráfico 3. ¿Que busca el cliente cuando consume platos típicos?	93
Gráfico 4. Identificación de establecimientos en riobamba	95
Gráfico 5. Importancia de una guía gastronómica de platos típicos.....	97
Gráfico 6. Determinar el medio para los turistas de las huecas de Riobamba ..	99
Gráfico 7. Determinar cuánto estaría dispuesto a pagar el turista por una guía gastronómica.....	101

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Encuesta Dirigida a turistas que visitan la ciudad de Riobamba.....	145
Anexo 2. Encuesta Dirigida a establecimientos y restaurantes de comida típica de la ciudad de Riobamba	147
Anexo 3. Gastos de Investigación.....	148
Anexo 4. Recursos.....	151
Anexo 5. Datos Recolectados del Ministerio de Turismo de Riobamba Zona 3	151
Anexo 6. Elaboración de la Guía Gastronómica	167

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad uno de los principales problema de la cocina popular de Riobamba comienza con la ruptura, de nuestras tradiciones ancestrales; Mientras el indígena campesino basa su alimentación en productos agrícolas sembrados al interior de la parcela, con una preferencia notoria hacia el maíz, la papa, las habas y, últimamente, los fideos; el mestizo incorpora en su dieta, además de estos productos, la harina de trigo, hortalizas, frutas y, especialmente, las carnes. Aunque a lo largo de la provincia se advierte la inserción de nuevas pautas de consumo alimenticio, como la ingesta de gaseosas, hamburguesas o enlatados, la preparación de platos tradicionales entre mestizos e indígenas, sigue vigente. Mediante la transmisión de conocimientos de generación en generación al interior de las unidades domésticas, donde el acto de cocinar, es visto como una actividad femenina, se ha logrado mantener una tradición culinaria, definida por cuatro elementos básicos: la tecnología, la sazón, los “puntos” y los secretos inherentes en el proceso creativo de los platos.

La cocina Riobambeña no ha trascendido por la falta de compromiso de autoridades, estudiantes y ciudadanía de explotar la gran variedad de ingredientes que se cultivan y las verdaderas tradiciones que se han ido perdiendo con el paso del tiempo; como el empleo de cucharas de palo, piedras de moler, ollas de barro, pailas, planchas de piedra y hornos de leña para la

fabricación de platos tradicionales, es poco frecuente entre los habitantes chimboracenses, pese a la introducción masiva de productos industriales.

El presente proyecto será de importancia e influencia gastronómica y turística; trata de una guía que puede resultar útil tanto para turistas nacionales como extranjeros; el mismo podrá encontrar una lista de platos típicos y precios que se los comercializan de una manera formal e informal, en carritos ambulantes y en los mejores restaurantes de la ciudad. Se desea lograr que los visitantes al regresar a su lugar de origen sientan especial orgullo o interés por referir a sus amistades los platos típicos que saboreó y disfrutó.

Por lo tanto es indiscutible que la comida típica de un lugar no se puede comer en cualquier sitio, que no todos la preparan igual, y que los aficionados a la misma buscan lugares especiales que tomen en cuenta todas sus aspiraciones y caprichos con respecto al sabor y los componentes de la misma. Para quienes quieran disfrutar de la comida típica de ésta hermosa provincia en los lugares donde mejor se la representa, a continuación hay un recuento de los sitios de venta con más acogida y buena fama en la ciudad de Riobamba.

II. OBJETIVOS

A. OBJETIVO GENERAL

Elaborar y aplicar una guía gastronómica de buenas prácticas de calidad y servicio, de la comida típica riobambeña, para el desarrollo del turismo gastronómico.

B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Realizar un estudio de las comidas y bebidas tradicionales que se oferten al público y su importancia cultural en la ciudad de Riobamba.
- Elaborar una guía gastronómica de platos típicos, que enfoque buenas prácticas de calidad y servicio de la comida Riobambeña.
- Identificar en un mapa de la ciudad, los lugares de expendio de comidas y bebidas típicas más importantes y visitadas con su historia.

III. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

A. LA COCINA POPULAR EN LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO

1. Introducción

La cocina popular constituye un hecho cultural que da cuenta no únicamente de los alimentos existentes en ecologías diversas, si no del proceso mediante el cual, estos alimentos son transformados por el ser humano bajo determinadas tecnologías, conocimientos y “secretos” aprendidos a lo largo del tiempo. La actividad culinaria, “más que una forma de subsistencia, es un modo de vida”. Es el resultado de un saber, transmitido de generación en generación, que le permite a la persona manipular los alimentos que le ofrece su entorno, para la creación de platos específicos.

En la provincia de Chimborazo, las bases de la cocina popular se registran en las actividades culinarias de la cultura Puruhá - inca. En épocas prehispánicas el producto dominante de la alimentación era el maíz, cultivado no sólo como fines de consumo, sino también como elemento ritual. Los tubérculos, como papas, mellocos, mashua y ocas, entre otros, también constituían un alimento imprescindible. Con la llegada de los españoles, la orientación alimenticia sufre trastornos debido a que gran parte de sus pobladores se orientan al consumo de trigo, cebada y hortalizas variadas, así como de animales domésticos que fueron introducidos por el conquistador. El empleo de determinados alimentos,

condimentos y especias, así como de procedimientos culinarios fue modificándose con el paso del tiempo con la eliminación o aumento de alguno de sus componentes.

La sazón “se vuelve similar a un proceso de creación cualquiera donde los detalles se van añadiendo o eliminando según el desarrollo de la obra”. Por lo general en Chimborazo es común el empleo de condimentos como la sal, el comino y el ajo para la preparación de sopas o secos; de especias como el clavo de olor, canela y pimienta dulce, para la elaboración de bebidas o dulces; y de la manteca de chanco, para mezclas, refritos y/o frituras de diferentes platos. La “pureza” de estos ingredientes es importante, destacándose, por ejemplo, el empleo de ajo puro y no procesado, de manteca de chanco y no vegetal.

Además de la sazón, quien cocina debe conocer exactamente el “punto” de preparación de los alimentos, principalmente a través de su consistencia; este elemento es importante porque permite una lectura de cuán meticulosa es la persona que se dedica a esta tarea. Por ejemplo, un buen locro siempre debe estar espeso, o un dulce de higos nunca debe asentarse en la paila.

Pero también existen “secretos” de cocina que son parte de un saber que simboliza la amalgama de conocimientos adquiridos durante la permanencia de la persona en la actividad culinaria. “Los secretos se callan deliberadamente, siempre se ‘cuidan’ y solo se transmiten a personas selectas tanto para evitar

la competencia cuanto para mantener la tradición al interior de un grupo determinado”. La posesión de secretos confiere cierto poder al cocinero: el poder de un conocimiento no compartido.

Finalmente, se debe mencionar que la preparación de los platos tradicionales en Chimborazo está sujeta a determinados escenarios definidos por un tiempo social, que va desde lo cotidiano hasta lo excepcional, pudiéndose hablar de “comidas del día a día”, “comidas especiales” o fuera de lo común y “comidas de fiesta”, éstas últimas, preparadas en el marco del calendario festivo de la provincia.

B. LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA

1. La cocina ecuatoriana tradicional

Una de las acepciones figuradas de cocina que trae el diccionario dice: “manera especial de guisar de cada país”. Y para que esa manera sea tradicional o característica de algún lugar, debió haberse transmitido y difundido de generación en generación, pues no de otro modo las costumbres se convierten en tradiciones. Y éstas en identidades.

Sin embargo, es muy común entre nosotros oír hablar de comida típica o comida criolla en referencia al conjunto de platos que forman la cocina ecuatoriana. ¿Cambian los adjetivos, más los sabores persisten? Criollos fueron llamados los

descendientes de españoles nacidos en tierra americana. Luego el término pasó a designar lo que es propio de estas naciones. Típico, en cambio, es algo “que incluye en sí la representación o símbolo de otra cosa”. La música típica o la comida típica del Ecuador, contiene elementos que le permite representar al país. Simbolizarlo. Identificarlo. O, más bien, servir como un espejo para reforzar nuestra identidad colectiva.

a. No comemos cualquier cosa

Al estudiar la cocina del Centro Histórico Quiteño, que ha resistido un poco más los embates de la modernidad, María C. Carrillo sostiene que la comida es uno de los últimos aspectos que se pierden de la identidad cultural. Por ello es utilizada “como una metáfora de la tradición”. Es que sabores, texturas, olores y colores responden a esquemas de percepción asimilados a lo largo de los siglos en comarcas más o menos diferenciadas, donde la transmisión verbal de los secretos familiares de cocina y el aprendizaje práctico han reforzado la tradición culinaria.

“Más vale pan con amor que gallina con dolor”, reza el adagio. Y reza bien, pues ingredientes esenciales de la cocina tradicional son el cariño con el que se la brinda y el tiempo dedicado a su preparación. De allí también que ésta comida sea tenida por más alimenticia y sana que los platos impuestos por la cocina moderna. Lo que no siempre es verdad, hay que decirlo, ahora que se mide el colesterol.

En cualquier caso, la cocina es una expresión cultural y un arte que involucra a todos los sentidos. Que la comida entra por los ojos, dicen con razón. Pero antes ya ha entrado por la nariz. Y el tacto pondrá un toque decisivo: nadie ignora que un choclo asado o un muslo de cuy saben mejor si los tomamos directamente con la mano y terminamos chupándonos los dedos. En la historia occidental de las maneras de mesa, el uso regular de los cubiertos es moda reciente. Ese gesto tan refinado de mantener en alto el meñique proviene de la Europa medieval, cuando los nobles comensales mantenían la uña larga del meñique apartada de las viandas, pues servía como una cucharita para coger la sal. Los demás dedos caían sin empacho sobre las perdices y resbalaban sobre los succulentos jabalíes asados.

Cada pueblo, cada región, tiene su forma de cocinar y de comer, un conjunto más o menos riguroso de normas, gustos y ocasiones. Nadie ingiere simplemente proteínas o vitaminas; a la vez consume símbolos, ilusiones, afectos. Y ello se aplica desde la más humilde comida del diario hasta una fanesca de jueves Santo, densa de granos y significados antiguos. Para investigar al cuy como alimento ritual, Eduardo Archetti decía que preguntando cuándo, dónde, qué y cómo se come, es factible definir el concepto (no comemos a cualquier hora), el culinario (no comemos cualquier cosa) y el estético (no comemos de cualquier manera). Antes del desarrollo de caminos y mercados, el nicho ecológico de cada pueblo era necesariamente la fuente primordial de los ingredientes culinarios. Los ciclos de la naturaleza, las variaciones climáticas, el

tipo de terreno y las técnicas agrícolas locales influían directamente en la cocina. Aún hoy, en muchos sectores rurales, se come lo que da la chacra, se enamora a la hija del vecino y la pobreza marca los límites de la tecnología: si estos bueyes tenemos, pues con estos bueyes aramos. Y con estas leñas avivamos el fuego y con estos tiestos cocinamos. Porque los utensilios, las técnicas, los diversos combustibles utilizados, tienen mucho que ver en el asunto. El mismo ají no sabe igual licuado en una Osterizer que molido en piedra y a mano, como Dios manda. Ni las allullas saldrán con igual sabor del viejo horno de ladrillo y ramas de eucalipto que del flamante horno eléctrico.

Conjugando aromas e ideas semejantes, Julio Pazos escribe: “Tersos sabores de féculas de maíz, papa, achira, yuca; terrestres sabores de camotes y zanahorias blancas; fuertes impresiones de carne de puerco, cuy y ají, sabores indefinidos entre lo dulce y salado del plátano, coco y maní se combinan en la cocina ecuatoriana. Esa cocina se forma a raíz de las tradiciones de remotas culturas. América y otros continentes subyacen en los ingredientes y en los tratamientos... Los pueblos se alimentan de lo que tienen. Las viandas que elaboran, además de sus jugos nutritivos, descubre su modo de vivir, su apreciación del paisaje y los antecedentes que han configurado su espíritu...”.

b. Influencias de la geografía y la historia

Es un lugar común recordar nuestra ubicación en el mapamundi a propósito de temas que van desde la macroeconomía hasta el turismo y el folklore. No hay

nada de malo en ello: las tradiciones están hechas precisamente en lugares comunes.

En el caso que nos ocupa, que el Ecuador se halle en la zona tórrida donde el sol pega vertical y sin clemencia, cobra una importancia decisiva. De no ser por los efectos refrescantes de la Cordillera de los Andes y la Corriente de Humboldt, la temperatura media superaría los 50 grados centígrados, como acontece en ciertas zonas de la Amazonía. Los Andes, que atraviesan el país de norte a sur, y alcanzan en ciertos tramos hasta 120 kilómetros de ancho, dividen el territorio continental en Costa, Sierra y Región Amazónica, tres regiones muy diferenciadas en clima, vegetación, población y costumbre. A ellas se añaden las Islas Galápagos, que constituyen un laboratorio en vivo de la evolución de las especies.

Sobre esta accidentada geografía va a desarrollarse la historia de la cocina ecuatoriana, íntimamente ligada a los avatares de la historia general del país, donde entrarán en juego factores como las guerras de conquista y las influencias culturales que, para bien y para mal, van alterando gustos.

A modo de aperitivo veamos la relación de Pedro Valverde, fechada en junio de 1573. Entre otras cosas, se lamenta el español del insatisfactorio resultado de las vidas trasladadas a la Real Audiencia de Quito, pues el vino que producen es ácido desde el mosto, aunque sirva luego para ablandar las carnes y dar sabor a los guisos. Al referirse a llamas y guanacos, aconseja no comer fresca su carne por ser ésta dura y fibrosa. Más recomendable es marinar el corazón de esos

camélidos en vinagreta o jugo de limón y cocerlos al día siguiente.

Además dejó constancia Valverde de que en ese año de 1573 alguien trajo por primera vez los pavos, oriundos de América del Norte, justamente cuando una peste diezmaba a las gallinas.

Así fue enriqueciéndose la cocina criolla en Ecuador y América. Pero tres siglos después, a las elites republicanas les dio por afrancesarse y regenerar de sus orígenes. En las mesas de varios presidentes latinoamericanos del siglo XIX se servía menús exclusivamente franceses. Xavier Domingo descubre allí el deseo aristocrático de afirmar que no se era igual que el pueblo, “que no se estaba hecho de la misma pasta sino de manjares complicados y exquisitos, incomprensibles y pertenecientes a seres superiores, casi de otra especie. Lo propio y local era reducido a vulgaridad despreciable; despreciada en efecto”.

Por desgracia, más allá de que la influencia francesa haya cedido su lugar a la cultura norteamericana, no ha desaparecido esa conducta absurda frente a lo nuestro, hecho que aumenta la necesidad de investigar las tradiciones culinarias, artesanales y musicales, y buscar la forma de mantenerlas con vida.

c. El arribo de los españoles a la tierra americana

Entre los muchos asombros que aguardaban al Gran Almirante de la Mar Océano que desembocaba en una isla del Mar Caribe y tomaba posesión de ella en

nombre de la Corona, no fue el menor hallar mujeres y hombres hermosos y bien alimentados. Esa primera impresión, registrada en su diario, se iría confirmando a medida que los españoles se adentraran en el continente desconocido. No en vano esos hombres, a quienes erróneamente llamaron indios, habían desarrollado avanzadas técnicas agrícolas en los distintos pisos ecológicos, habían domesticado muchas plantas y conocían los secretos de una gran variedad de hierbas, lo que les permitía mantener una dieta balanceada. Aunque las sofisticaciones de la gastronomía estuvieron lejos del alcance de la mayoría, la corte de Moctezuma superaba en riqueza culinaria a la mesa de Carlos V.

Más allá del oro y las joyas que les volvían locos, los peninsulares fueron descubriendo todo un mundo de frutos tropicales, animales mitológicos y granos como el maíz, que podían alimentar a todo un reino.

Pero, ¿desde cuánto tiempo atrás los aborígenes dominaban su cultivo? Ahondando en la historia remota de la agricultura americana, Juan Martínez señala tres grandes centros de domesticación de plantas: el Valle de México, cuna del maíz y el *tchocolath*; las altas regiones de los Andes con los valles fluviales de la costa del Perú y del Ecuador; y zonas privilegiadas de la inmensa Región Amazónica, donde se desarrolló la cerámica y el cultivo de la yuca.

En nuestro país, las huellas de una agricultura temprana se remontan a Las Vegas, en la península de Santa Elena. Adaptándose a los bruscos inviernos, los habitantes de esta región usaron ya los cultivos e aluvión. Más adelante, la

cultura Milagro – Quevedo desarrolló la técnica de los camellones, que permitió combinar siembras.

Eduardo Estrella, investigador de *El Pan de América*, anota en su libro que los diversos pisos ecológicos de la Sierra posibilitaron la variedad de cultivos y la recolección, en los alrededores de las aldeas, de leña, frutos silvestres, plantas medicinales y tintóreas. En las hoyas interandinas se cultivaron, sobre todo, el maíz, la quinua, el fréjol y la papa, mientras en el cálido Valle del Chola crecían el algodón y los apreciados cicales.

La alimentación en las altiplanicies era básicamente vegetal: comían esos pueblos poquísima carne, y la cacería de venados y osos en los altos páramos tenía por objeto conseguir pieles para vestido más que para aprovechar la carne de las presas. Mucho antes de la llegada de los Incas, aquellos hombres ya conocían a la llama y al cuy y solían gustar también los catzos (escarabajitos) y churos (caracoles), costumbre que persiste hasta hoy, tal como se ha mantenido, al interior de las chozas indígenas de barro y paja, el fogón y las tres pulpas o piedras para asentar la olla y el tiesto de barro y hervir granos o tostarlos para obtener harinas.

En la Costa era fácil la caza de animales salvajes y la pesca era abundante. Además de los mariscos y los perros sin pelo, recolectaban frutas fragantes y exquisitas como la papaya, la guayaba, la badea, la guaya y la piña. Se había desarrollado también el culto al *Spondylus princeps*, cuya hermosa concha

rosada guardaba relaciones mágicas con la fertilidad y las lluvias invernales.

Al sur, los Incas dominaban el cultivo en terrazas y los canales de riego, valiéndose de pozos y represas para el manejo del agua. Sin embargo, para convocar a las lluvias en la árida puna de la Sierra peruana los shamanes requerían el poder del *Spondylus*. Esta necesidad impulsó el buceo en las aguas del golfo de Guayaquil y un activo comercio internacional de las rosadas conchas, cuya carne era tenida por manjar delicadísimo. Así lo constató Bartolomé Ruiz en la primera balsa manteño – huancavilca que capturó en nuestras aguas, hacia 1526.

Los manteños solían cavar hondos pozos en busca de agua dulce. Tres siglos y medio después de la expedición pionera de Ruiz, el arzobispo González Suárez registró en su historia la permanencia de magníficos pozos cilíndricos manteños donde “a pesar de las injurias del tiempo y del descuido de los hombres” sigue manando agua.

Tan buscada como el agua era la sal, que obtenían en las pozas donde se evaporaba el agua del mar. Otro tipo de sal era explotado en ciertos sectores de la Sierra, que se convirtieron en polos de atracción y comercio. Los quijos subían de la Amazonía para conseguir la preciada sal a cambio de sus productos, en particular con los nativos de Pimampiro, quienes en trueque podían aceptar muchachas. Y hacia el occidente, desde la misma Sierra Norte partían los mindales o mercaderes que llevaban y traían cosas del Litoral. De esa tradición

proviene tres conocidas poblaciones en el Ecuador que llevan el nombre de Salinas: una en el Chota, otra en las frías montañas de la provincia de Bolívar; y la tercera y más importante, en la Puntilla de Santa Elena.

La sal y el calor se combinaban para secar el pescado y la carne que, en forma de charqui, servía de reserva para viajes, guerras o tiempos adversos. El dios Sol secaba el maíz y otros granos y hacía posible la elaboración de harinas. Aún hoy, mazorcas secas con sus hojas suelen colgar de las vigas del tumbado en los hogares indígenas y campesinos de la sierra, mientras los Huaoranis de la Amazonía siguen valiéndose del humo para preservar a los monos que han derribado de lo alto de los árboles con la cerbatana y que constituyen, para ellos, fuente de proteínas.

Gracias al testimonio de los primeros cronistas sobre la alimentación de los aborígenes nos enteramos que los otavaleños comían maíz, fréjoles, chochos, papas, camotes y unas hierbas llanadas huaca-mullos. La dieta de los indios de Quito era prácticamente la misma, aunque los cronistas destacaban el consumo de la chicha de maíz y el ají y añadía que “todas esas cosas las cogen alrededor de sus casas”. En el caso de los cañaris, además de los vegetales mencionados se hallaban las ocas y zapallos.

En la Costa, específicamente en la isla de Puná, quedó escrito el detalle de una ofrenda del cacique a los conquistadores recién desembarcados: “mucha caza y frutas de muchas maneras, y conejos pequeños y tórtolas y patos, y mucho pan

(de maíz) bizcochado” más habitual era el consumo de pescado, fresco o salado.

Sobre las maneras de mesa cuenta López de Atienza, a mediados del siglo XVI, que “su comer, ordinariamente, es el suelo... Los más notables y señores (se sientan) por grandeza en un dúo; otros que no son tan señores en un manojo de paja... (Colocan) en lugar de manteles un poco de espartilla verde, sobre lo cual se les pone la comida en sus mates, el lugar de platos y escudillas... Convídanse cuando comen juntos, contando con mucho regocijo con la pobreza y miseria que cada uno tiene para sí... No beben hasta haber acabado de comer de propósito, y, cuando lo hacen antes para desayunarse, ayúdanse con un poco de ají y sal, por ser tan apetitosos para ellos”.

Con estos antecedentes, conviene ahora revisar a vuelo de pájaro la otra tradición culinaria que venía al encuentro de la cocina aborígen.

d. La cocina de la Sierra Ecuatoriana

Por motivos históricos, varias de la diez provincias en las que se divide políticamente la región serrana abarcan territorios costeros, incluyendo ciudades grandes como Santo Domingo de los Colorados, que pertenece a Pichincha.

Sin embargo, cuando un ecuatoriano dice Sierra se refiere al callejón interandino y a las frías montañas que lo vigilan, a sus cosas, a su gente, y al viento frío de los páramos, aunque la región está formada también por las estribaciones

subtropicales de las cordilleras y por valles interiores, como aquellos creados por los ríos Chota y Patate, o Yunguillas en el Azuay, que gozan de un clima más cálido gracias a su menor altura y a la influencia de los vientos tropicales, factores que permiten una producción agrícola distinta, generosa en frutales y caña de azúcar.

En rigor, desde la frontera colombiana hasta la zona de Alausí, los Andes forman dos ramales que corren paralelos: la Cordillera Occidental y la Cordillera Oriental, cuyas cumbres más notables son: El Chimborazo (6310 m) y el Cotopaxi (5897 m). En medio de las cordilleras se observa una sucesión de hoyas fértiles, de clima más bien templado, bañadas por ríos que corren hacia la Costa o la Amazonía. Estas hoyas, o grandes valles, que acunan por lo general a una capital de provincia, están separadas por nudos montañosos que suelen sobrepasar los 3000 m de altura. Pero desde Alausí hasta la frontera con el Perú desaparecen los volcanes y los ramales tienden a dispersarse perdiendo altura.

En tal diversidad geográfica es imposible hablar de una temperatura promedio; menos aún al considerar los marcados altibajos del termómetro a lo largo del día. En Quito, por ejemplo, uno puede tiritar en la madrugada a 6 grados centígrados y horas después sudar bajo el sol vertical del medio día, que puede elevar la temperatura a 25 grados.

Las cuatro estaciones de otras zonas del planeta se reducen en la Mitad del Mundo a regímenes de lluvia y estiaje llamados invierno y verano. Pero las

fechas cuando caen del cielo las aguas no son las mismas en la Sierra Norte y en el Austro, y tampoco coinciden en las vertientes oriental y occidental de los Andes.

En la Sierra florecieron varias culturas aborígenes, entre las que se destacan los Caras en la región de Quito y los Cañaris al sur. Desde mediados del siglo XV hasta la llegada de los españoles, la región serrana fue ocupada por los ejércitos del incario, que impuso poco a poco su lengua, el kichwa, estableció un sistema de alianzas locales y unificó las formas de producción comunitaria de los ayllus. La colonización ibérica, a su turno, impulsa el mestizaje racial y cultural, particularmente en las urbes, mientras la población indígena sobrevive a duras penas en las áreas rurales.

En el campo culinario, el lento ir madurando de la cocina criolla tuvo como base la organización de la producción agrícola bajo la temible institución de la “encomienda” de indios, el posterior sistema de hacienda y la producción para el consumo interno. Porque interno fue el destino de los cultivos serranos hasta el reciente auge de las flores de exportación, rosas, sobre todo, que adornan las cenas de manteles largos y perfuman ceremonias religiosas y profanas en países lejanos.

e. La Provincia de Chimborazo

Cuna de los aguerridos puruháes, esta provincia ubicada en el centro del país

tiene una alta concentración de población indígena, cuya dieta es bastante tradicional: cauca de morocho molido en piedra, la colada de oca con raspadura, sango de ocas con harina de maíz, leche, panela y especies olorosas, y el sango de mashuas (*Tropeolum tuberosum*).

Loma arriba de Yaruquíes, en comunas tales como Cacha, hasta los años 60 cerrados al “blanco”, se prepara el locro de cuy para ciertas celebraciones. En general, se corta el cuy en presas, se las adoba y fríe un poco “para quitar la acidez”. En una olla se hace un refrito con ajo, cebolla, comino, sal y pimienta. Se echa las presas y se pone a hervir con papas medianas peladas. Luego se cuece unos minutos más con un poco de leche, culantro y orégano. Al inicio de la temporada de sambos, en Riobamba se come un locro que lleva frijolitos y choclos, además del sambo tierno, cocido y cernido. Otra vianda muy apetecida es la sopa de caucara, en base de la carne dura que se encuentra sobre las costillas de res. Limpiada y aliñada, se pone a cocinar en retazos junto al mote de maíz amarillo con cáscara. Una hoja de lechuga la acompaña a la mesa.

Bocado de *gourmet* es el hornado de chanco, vendido diariamente en el Mercado de la Merced con la salsa llamada “chiriucho”. En las casas se prepara lengua con una salsa blanca que lleva una pizca de maní.

Entre las bebidas, es común la “chicha huevona”, combinación de chicha de jora con azúcar, huevos batidos y aguardiente. Menos común pero más colorida llamada “chicha morada”.

¿Sección Dulces? Los riobambeños gustan mucho del “mojicón”, un bizcocho de harina de trigo, mantequilla, huevos, sal y azúcar, remojado en miel de caña. Pero las joyas de la provincia nacen en Guano: son las “cholitas guaneñas”, unos panes cuya masa incorpora harina de trigo. “harina El Fénix, de Riobamba, con más exactitud”, aclara un heredero de Mariana Guamán, la más conocida panadera de Guano.

Se hace la masa con manteca de chanco, un huevo y siete yemas, levadura, leche, sal y azúcar. El relleno trae raspado de panela y harina negra. De ahí el nombre de “cholitas”, “por la mezcla de harina blanca con negra”, dice María I. Hayek. “El éxito es llevarle al horno de leña. Primero se pone el tuco de eucalipto para que dé suelo; después la chamiza, para que dé cielo”, dice un miembro de la familia Guamán. Se las come calientitas y crocantes. Para las cholas de sal, en lugar de panela se pone queso y color. También elaboran empanadas de pan con relleno de queso. Cuando algún cliente encarga pan de regalo, se utiliza más material, más tiempo de “leudo de masa”, más cuidado.

La forma tradicional de hacer el “zapallo de dulce” es pelar y trocear el fruto y ponerlo a hervir. Luego se añade la harina de maíz tostado, la raspadura y se cocina.

A los pies del Tungurahua, en Penipe y Puela, se vende los domingos “tortillas de piedra”. Se trata, en realidad, de tortillas de maíz asadas sobre una piedra,

plana y delgada, que ha sido traída de la montaña. La clave es “que la piedra no haya cogido sol”, dicen. Para su estreno, es decir, para la primera asada, le untan sebo de res por debajo y manteca de chanco por encima y la colocan sobre un cajón de ladrillo, como si se tratara de una parrilla sobre un fogón, aunque el sabor es distinto al que brinda la plancha metálica o el tiesto.

¿Otro secreto? Antes de ir al molino, al maíz le calientan hasta que se ponga medio amarillito. Una vez molido le ciernen, añaden agua, sal, manteca de chanco y de color y un condumio de queso con refrito de cebolla. En Riobamba solían añadir un poco de harina para que la tortilla “viniera a desmoronarse”.

En Licán, afuerita de Riobamba, solían hacer fritada de llama, dicen quienes la han probado que es una carne gustosa. Y en los páramos vecinos del nevado más alto del Ecuador crece una bromeliácea, el aguarongo, cuyo tallo de jugo dulce es apetecido no solo por algunas personas, sino también por los osos de anteojos, que quiebran el tronco para comer el cogollo. Unos kilómetros hacia el sur, en Calpi, las roscas o rosquillas de pan de maíz son ofrendas a los caciques que presiden las fiestas.

C. GASTRONOMÍA Y FOLKLORE

La gastronomía y el folklore son elementos primordiales en el desenvolvimiento del turismo, estos dos factores son bases primarias, sobre todo en el turismo de esparcimiento y recreación.

Cuando el turista prepara su viaje piensa en cuáles son las especialidades culinarias del sitio elegido como destino turístico e indaga sobre su cultura, costumbres, artesanías, música, etc., o como ocurre generalmente que eligió el destino porque ya sabía de su gastronomía y folklore.

La gastronomía tiene un gran valor en el desarrollo del turismo. Tal vez el mayor descubrimiento que íntimamente más desea el turista es el de conocer el sabor de la cocina del país visitado. Al regresar el turista a su país de origen siente especial orgullo o interés por referir a sus amistades los platos típicos que saboreó y disfrutó; pareciera que cada quien fuera el primer humano de su comarca que los conoce.

Es que a través de los platos de cada región, nos vamos internando en la vida y costumbres de sus habitantes y es que en el fondo esto es lo que desea el turista. Turismo es descubrir, conocer y disfrutar. Indiscutiblemente la gastronomía y el folklore forman parte esencial del turismo.

En un artículo del Dr. Ramón Escobar Salom en su "Ventana de Papel" del diario El Nacional del día lunes 21 de Diciembre de 1987 con el Título de "Historia y Gastronomía" se refiere a lo que significa la gastronomía dentro de la cultura y la economía de los pueblos. Escribe el Dr. Escobar entre otras cosas; "Los vinos de Burdeos y de Borgoña son meridiano auténticos que definen las dos familias más notables de la cultura vinícola, y no sería exagerado expresar que una

prueba inequívoca de sensibilidad es aprender la diferencia entre unos y otros. No es por casualidad que los japoneses, tan ávidos de conocer y entender el mundo global en que se mueve su gran poder económico, se precipitan sobre estas regiones con la atención, el interés y la modestia del que quiere conocer. Sería rústica malicia aldeana creer que esto lo hacen porque quieren copiar o imitar. La intención es más alta. Es que saben que la fuerza económica sin cultura no basta".

Tanto el folklore como gastronomía están por fuerza en la agenda del turista; el folklore le atrae, le divierte, lo acerca al acervo cultural del sitio visitado y la comida le permite el hallazgo del placer que produce lo nuevo, lo desconocido y lo delicioso.

El Doctor Arturo Uslar Pietri en su libro "El Globo de Colores" refiriéndose a la gastronomía nos dice lo siguiente: "Lo que el pueblo come retrata su historia y su psicología. La cocina es una de las más elaboradas formas de la cultura. Algunas salsas significan culturalmente como un estilo arquitectónico o como una forma poética. Algunos vinos están entrañablemente mezclados a una raza y a un suelo como la propia lengua en que se expresan".

1. Alimentación cotidiana

Una comida cotidiana es la comida del día a día, la que se consume en el tiempo rutinario de las unidades familiares domésticas. En la provincia de Chimborazo,

el empleo de alimentos para consumo diario varía cuando de comunidades campesinas indígenas de las áreas rurales, y población urbana mestiza, se trata.

Mientras el mestizo de la ciudad incorpora en su dieta diaria el consumo de pan, lácteos y/o frutas durante la mañana o a media tarde, así como de carne, tubérculos y granos durante el almuerzo y la merienda; el campesino indígena basa su alimentación en productos agrícolas sembrados al interior de la parcela.

Tomando en cuenta estas diferencias de consumo por parte de los sectores sociales mencionados, a continuación se describe algunos alimentos tradicionales que en el ámbito cotidiano son elaborados a lo largo de la provincia.

2. El pan de cada día

El pan constituye un alimento característico a la hora del desayuno o del “café de la tarde” de las familias mestizas. De acuerdo a algunos riobambeños, a inicios del siglo XX, con la instalación de la panadería “La Vienesa”, se introdujo una variedad de panes que hasta el día de hoy son fabricados a lo largo de la provincia, por parte de pequeños negocios de capital reducido; se trata de las “palanquetas” de agua, los “redondos” de manteca y los “muñuelos” rellenos de queso con achiote, entre otros.

Sin embargo, aunque estos panes son muy apetecidos por el habitante chimboracense que acostumbra a ingerirlos durante su primera comida del día,

el pan que identifica tradicionalmente a la provincia es “la chola” de Guano. Se dice que anteriormente, en la localidad, residían unas lindas muchachas “de familia” a quienes se las conocía como “cholas”.

A una de estas jóvenes se le ocurrió rellenar el pan que elaboraban para el consumo diario, con atado de dulce, dando como resultado un exquisito manjar de gran acogida en el mercado local. Varias familias que aprendieron el secreto de la fabricación de este alimento, abrieron sus propios negocios aprovechando la numerosa cantidad de visitantes que acudían al pueblo para adquirir las alfombras. Desde entonces, el pan fue denominado, en honor a sus creadoras, como “cholas de Guano”.

La masa se prepara manualmente con harina de trigo, levadura con azúcar diluida, huevos, manteca de chanco, sal y achiote. Esta masa se la deja reposar durante veinte o treinta minutos para, posteriormente, dividirla en pedazos iguales, empleando para ello un divisor de madera o aluminio. En cada pedazo se da forma a los panes, rellenándolos con atado de caña, y se los deja reposar durante treinta minutos para proceder a hornearlos en hornos de leña o de gas, teniendo cuidado de girarlos cada cierto tiempo a fin de que se horneen uniformemente.

El resultado de esta tradicional labor, aprendida de padres a hijos, es un pan de sabor especial. Quienes lo saben hacer se sienten muy orgullosos de sus conocimientos, guardándose celosamente ciertos “secretos”, sobre todo cuando

de la mezcla del dulce se trata: “la fabricación de la masa es igual a cualquier pan. El secreto está en la preparación del atado, no la manteca de chanco.

Cabe resaltar que en la zona subtropical de la provincia, principalmente en Pallatanga, no se suele consumir pan durante el desayuno. “En el desayuno la gente casi no come pan, sino yucas enteras o bolones de verde... Esto se acompaña con un buen café, el nuestro de Pallatanga”. Dadas las características ecológicas de la zona, así como su cercanía a la provincia del Guayas, donde el consumo de bolones de verde es característico, es comprensible que sus pobladores acostumbren a consumir este plato empleando la receta tradicional costeña: al verde cocinado se lo aplasta formando una especie de tortillas ovaladas, dentro de las cuales se coloca queso; y se las fríe en aceite hirviendo.

3. Las sopas tradicionales

La sopa por lo general está asociada a la idea de alimento nutritivo debido a las oportunidades de variación respecto a los ingredientes que la componen. La elaboración de este plato refleja si la persona sabe realmente cocinar o no, ubicándose en el primer lugar de las preferencias culinarias durante la hora del almuerzo. El saber preparar bien una sopa señala que la mujer, portadora de los conocimientos culinarios, está en capacidad de contraer matrimonio o que, simplemente, ella “es bien mujercita” (Carrillo, 1996).

Las sopas tradicionales más nombradas por nuestros informantes son el locro de cuero, el arroz de cebada, el caldo de patas, la timbushca, el sancocho de arveja y el yahuarlocro, entre los mestizos, y la sopa de quinua, el locro de zambo y el locro de habas, entre los indígenas.

Estas sopas, si bien son características de toda la serranía ecuatoriana, adquieren un matiz particular cuando de los ingredientes, sazón y/o secretos culinarios se trata. Como veremos a continuación, el empleo del espinazo de puerco en el arroz de cebada, de la manteca de chancho para los refritos, y del chicharrón para la timbushca, son ejemplos que hacen distintiva la cocina popular chimboracense, con respecto a otras regiones del país.

En varias comunidades indígenas de Chimborazo, la preparación de sopas es muy común a la hora del almuerzo. En Gusutuz, parroquia Pungalá, cantón Riobamba, se suele preparar una sopa compuesta con quinua, papas, sal y cebolla; todos los ingredientes se cocinan hasta obtener una consistencia espesa.

En Gatazo Grande se acostumbra a ingerir un locro de sambo o de habas. Al sambo se lo trocea en pedazos pequeños, se lo aplasta y se lo cocina con sal y cebolla blanca; a las habas, en cambio, se las cocina enteras (con cáscara) junto con hojas de col y sal. También es común en los sectores indígenas la preparación de arroz de cebada cocinado con nabo, col, papas, mellocos y cebolla blanca. Aunque los mestizos suelen preparar este tipo de platos, ellos lo

hacen sazonándolos con espinazo de puerco o carne de res, siendo estos alimentos prohibitivos para los sectores campesinos indígenas que crían sus pocos animales para la venta o para el consumo festivo.

a. Caldo de gallina (consomé)

Dicen los cronistas que las gallinas llegaron de España en el siglo XVI y que se reprodujeron con extraordinaria celeridad. Antes, en América, reinaban los pavos y de su carne se favorecían los habitantes. Si estos querían cambiar la dieta buscaban los patos silvestres y en las zonas cálidas cazaban gallaretas. Pero la gallina, en la Audiencia de Quito, actual Ecuador, se tomó emblemática. En efecto, no hubo fiesta de importancia que no presentara el caldo de gallina con su respectiva presa.

INGREDIENTES

1 gallina cortada en presas

½ taza de arroz de sopa

2 papa nabos picados

2 ramitas de apio

1 taza de arveja cocinada

4 zanahorias cocinadas y picadas

½ taza de cebolla blanca picada finamente

½ taza de culantro finamente picado

2 libras de papas, Aliños y sal al gusto.

PREPARACIÓN

Se realiza un refrito con la cebolla blanca picada, una cucharadita de manteca de chanco, aliños y sal; se va añadiendo poco a poco 3 litros de agua al refrito; agregamos luego las presas, el arroz, la arveja, la zanahoria, el apio y el papa nabo. Aparte cocine las papas y añada al caldo. Este plato se sirve caliente.

b. Caldo de patas

Digan lo que dijeren sabios nutricionistas, la verdad es ésta: el caldo de pata devuelve el calor al cuerpo, ahuyenta la pesadez de los párpados y mitiga la sorna que produce la espera obligada. El buen caldo de pata es de tradición y por el mote y el achiote es un caldo muy andino.

INGREDIENTES

1 ó 2 patas o manos de res

2 ramas de cebolla blanca

450 g de mote cocido

Manteca de color

2 dientes de ajo

100 g de maní tostado y molido

1 taza de leche

Sal, pimienta, comino y orégano al gusto.

PREPARACIÓN

Chamusque, raspe completamente y pique la pata. Cocine en olla de presión con 2 litros de agua por 1 ½ horas aproximadamente hasta que la carne este suave. Aparte haga un refrito con la manteca, el ajo, el comino, la cebolla y el orégano. Licue el maní con la leche y agregue el caldo conjuntamente con el mote y el refrito. Tape la olla y deje cocinar durante 20 minutos.

c. Aguado de gallina

A diferencia de las definiciones del diccionario, aguado —en Ecuador— cuando va junto a gallina, no significa abstemio ni mezcla ni nada de lo que allí dice. Aguado es espeso, denso, pero no tanto como la polenta o el sango. En Ecuador este potaje se ofrece en lugares de pasada, verbigracia, en donde paran los comerciantes de frutas, hortalizas y panela; lugares en donde descansan los camioneros, que siempre se encuentran al pie de los páramos o en insólitas curvas de la ceja de montaña, y tal vez junto a los estadios en donde consumen esperas interminables empleados municipales y aficionados al fútbol. Fondas famosas cuelgan carteles con los platos de todos los días: seco de carne, aguado de gallina y seco de chivo.

INGREDIENTES

1 gallina
½ libra de arroz de sopa
½ funda de arveja
3 zanahorias amarillas
1 cebolla paiteña
1 pimiento
1 tomate riñón
Condimentos al gusto

PREPARACIÓN

Cortar la gallina en presas y poner a cocinar en agua, luego se agrega el arroz de sopa, zanahoria picada, arveja. Aparte se hace el refrito con la cebolla, el pimiento, ajo y se agrega tomate licuado. Agregar el refrito en el aguado. Cocinar hasta que la carne se desprenda del hueso. Cada plato se sirve con una presa.

d. Caldo “31”

Típico de la provincia de Chimborazo, donde se utiliza los menudos de res para preparar un caldo muy nutritivo que reconforta y llena de energía a quienes lo consumen.

INGREDIENTES

1 menudo de res (shungo blanco, panza, nervio, corazón)

1 taza de leche

2 tazas de mote cocinado

Varias ramas de culantro, albahaca, perejil, hierba buena, cebolla blanca, colorada y apio

Sal al gusto

PREPARACIÓN

Hervir en una cacerola 5 litros de agua; luego agregamos el menudo lavado y los ingredientes anteriormente indicados. Cuando el menudo esté cocinado, sáquelo y córtelo en pedacitos, añada leche, sal al gusto y luego sírvalo caliente acompañado de picadillo (cebolla blanca y culantro picados finamente), una tajita de limón y mote pelado.

e. Yaguarlocro

No se encuentra este potaje en los recetarios que se publicaron antes de 1907. Por el nombre puede deducirse que se originó entre los pastores andinos de ovejas. La ausencia del yahuarlocro en recetarios anteriores a esta época revelaría que el potaje era de consumo campesino. Debió ofrecérselo en los puestos de comida de las ferias. También pudo haber sido plato importante en las casas de los hacendados que conservaron sus propiedades después de la revolución de Alfaro. Hoy en día es un potaje serrano de consumo general, aunque no aparezca en las cartas de los grandes hoteles.

INGREDIENTES

1 menudo de borrego (panza, librillo y tripas)

¼ cucharadita de bicarbonato

2 limones

1 manojo de hierbabuena

4 libras de papas peladas

1 taza de crema de leche

Para cocinar el menudo

2 ramas de culantro, 2 de perejil, 2 de hierbabuena, 2 hojas de laurel

Refrito para el locro

2 cebollas paiteñas picadas

4 ajos machacados

3 cucharadas de culantro

4 cucharadas de hierbabuena

Sal, pimienta, orégano y comino al gusto

1 taza de caldo de los menudos

6 onzas de maní tostado y licuado con 1 taza de leche

Para el picadillo de sangre

1 cucharada de manteca de color

1 litro de sangre fresca de borrego

2 ramas de cebolla blanca larga

2 cucharadas de culantro

1 ají desaguado

8 hojas de lechuga

2 aguacates

Sal, pimienta y comino al gusto

PREPARACIÓN

Limpiar el menudo por dentro y por fuera con agua de bicarbonato, limón en trozos y hierbabuena. Dejarlo toda la noche en agua, jugo de limón y hierbabuena. El olla de presión cocinar el menudo con los ingredientes indicados, por 1 hora o más, hasta que esté suave. Cernir una taza de caldo y sacar aparte los menudos. Hacer un refrito con los ingredientes dados, excepto el maní. Añadir las papas picadas en trozos pequeños y medianos, refreírlas y agregar el agua necesaria para cubrirlas y cocinarlas. Incluir la taza de caldo cernido de los menudos. Cuando las papas comiencen a suavizarse, agregar el maní licuado con leche, los menudos picados y la crema de leche. Rectificar la sazón y hervir por dos minutos.

En la manteca de color refreír la sangre previamente cocida por unos 30 minutos, con agua, sal, ajos y cebolla. Agregar la cebolla blanca, culantro y ají picados. Sazonar con sal, pimienta y comino. Servir el locro adornado de culantro, hierbabuena y ají picados finamente. Aparte pasar una fuente con el picadillo de sangre sobre hojas de lechuga y rajas de aguacate.

f. **Locro de cuero reventado**

Originario de la sierra central, en especial de la provincia de Chimborazo, es muy consumido entre mestizos e indígenas. En Alausí, quizá como resultado de la influencia cañareja, se acostumbra a preparar el locro, además, con mote cocinado. Un buen locro “debe servirse espeso” teniendo cuidado que las papas estén “enteritas” y que los cueros no se “hagan agua”.

INGREDIENTES

2 libras de cuero reventado

3 hojas de col verde picada

½ libra de mote cocinado

2 libras de papas

½ libra de maní

½ libra de cebolla paiteña

1 libra de tomate

1 pimiento

2 dientes de ajo

Perejil, culantro y sal al gusto.

PREPARACIÓN

En una cacerola poner cuatro litros de agua, agregar la cebolla paiteña y dos tomates picados sin cáscara; a los veinte minutos añadir el maní; una vez cocinado poner las papas, la col y el mote; más tarde agregar el cuero reventado cortado en pedazos pequeños y dejar hervir por pocos minutos.

g. Timbushka

La timbushca es un plato que emplea como ingrediente básico, hojas de col de seda. “Una timbushca sin col es como un locro sin papas”, comenta una señora de Penipe.

INGREDIENTES

3 libras de papas peladas
3 hojas de col de seda
1 taza de mote pelado y cocinado
1 taza de chicharrón
1 cebolla blanca
1 diente de ajo
1 rama de culantro
1 taza de leche
2 onzas de maní
Achiote, sal al gusto

PREPARACIÓN

Ponga al fuego un recipiente con un litro y medio de agua, con las papas y hojas de col picadas. Agregue sal al gusto, el culantro picado y el refrito de cebolla y ajo. Cuando estén casi cocinadas las papas y la col ponga el mote cocinado, el chicharrón y el maní licuado con leche, añada achiote para darle color. Sirva el plato con una ensalada de cebolla colorada, aguacate y tomate de carne.

h. Ceviche de chochos

Como resultado de la influencia cultural costeña en la zona subtropical de la provincia, particularmente en Huigra, donde los guayaquileños solían pasar sus vacaciones gracias a la presencia del ferrocarril, varias familias de esta localidad chimboracense aprendieron a preparar cebiches, con una variante particular: el empleo de chochos y cuero de cerdo (oreja de chanco), en lugar de mariscos. Aprovechando el cultivo tradicional del tomate, ingrediente básico de todo cebiche, la zona de Huigra se convirtió en el principal productor de este alimento. En la actualidad este plato se elabora principalmente en los salones y mercados de Riobamba donde un número considerable de mestizos acude a diario para consumirlo a media mañana o a la hora del almuerzo.

INGREDIENTES

½ libra de chochos sin cáscara

1 tomate riñón maduro

3 limones

2 cebollas paiteñas

2 cucharadas de salsa de tomate

1 cucharadita de sal

1 copa de aceite

6 ramitas de culantro

½ libra de maíz tostado

Sal y pimienta al gusto

PREPARACIÓN

Pelar los chochos, lavar, hervirlos por 5 minutos, escurrir, enfriar. Licuar el tomate con el jugo de limón, cortar la paiteña y agregar. Mezclar todos los ingredientes, servir con perejil picado, culantro, maíz tostado y limón. Además se cocina cuero del cerdo hasta que quede blando, se lo deja enfriar y se corta en pedazos pequeños, extrayendo con un cuchillo los pelos y la grasa que le rodea.

4. Los “secos” o platos fuertes

Como complemento de la sopa o del cebiche, de consistencia líquida, el consumo del plato fuerte o seco es común durante el almuerzo del día a día. Es aquí donde la diferencia entre los alimentos preparados por los habitantes de la ciudad y del campo se hace evidente; así, mientras los mestizos ciudadanos suelen ingerir carnes, preferentemente de cerdo, acompañadas con papas, granos o legumbres, los indígenas del campo se limitan a consumir mellocos o habas cocinadas, papas con queso y harina de cebada, entre otros platos, destinando el cuidado de chanchos, cuyes, borregos o conejos para su preparación en épocas festivas o para la venta.

En todos los rincones de la provincia, el puerco es consumido por el mestizo bajo distintas formas, empleándose su grasa, además, para todo tipo de frituras: el puerco constituye el alimento más representativo de la culinaria chimboracense para este grupo social. Así, entre los platos fuertes que el mestizo suele

consumir, el hornado riobambeño, la fritada, el picante de puerco, y las tortillas con chorizo.

En la zona de Alausí, donde la influencia de la provincia del Cañar, en el ámbito de la cocina popular, es evidente, se elaboran las “cuchicaros” a base de la receta tradicional de las “casaritas” cañarejas: al cerdo lo chamuscan sobre leña hasta que su piel quede crocante. Esta piel así cocinada se extrae del cuerpo del animal y se la corta en pedazos pequeños añadiendo sobre ellos sal. Este plato se sirve, preferentemente, con mote cocinado.

Además de estos platos, el consumo de menestras es común al interior de las unidades familiares mestizas. Para su preparación el ama de casa emplea como ingrediente principal, la lenteja o la arveja. Estos granos se cocinan en olla de barro o en olla de presión hasta que adquieran una consistencia suave, cuidando que no se deshagan. Al grano así preparado se le añade un refrito de cebolla con ajo; sal, comino, un poco de leche y maní molido. La menestra se sirve generalmente con arroz y carne frita de res. En algunos poblados del sur, como por ejemplo en La Moya (Alausí), acostumbran a secar la carne al sol con bastante sal y ajo, para que se preserve por algún tiempo. Cuando se la va a comer, se la fríe en un sartén sin necesidad de volver a aliñarla.

El plato fuerte del indígena se prepara con productos agrícolas cosechados al interior de la parcela. Además de las habas tiernas, las mujeres suelen elaborar papas cocidas en agua sal, con achiote; maíz tostado en tiesto de barro, sobre

leña; mellocos cocinados; o el “ají de runa”, este último compuesto de papas enteras cocidas, hojas de col y ají machacado con sal. Por lo general, cuando el hombre trabaja durante todo el día en el campo o sale a la ciudad, lleva con él cualquiera de estos platos para consumirlos a media mañana.

Cabe resaltar, finalmente, que en la zona subtropical de Cumandá, Pallatanga y Huigra, se acostumbra ingerir como plato fuerte, el verde asado o la yuca frita con pescado de río. Al pescado se lo aliña con sal y se lo fríe en bastante aceite.

a. El picante

El picante es un plato tradicional de la zona de Licán en la provincia de Chimborazo, sin embargo su consumo se ha extendido a lo largo de la provincia.

INGREDIENTES

¼ de menudo de chancho

6 ramas de cebolla blanca

3 libras de papas

3 litros de agua

4 onzas de maní

1 taza de leche

10 limones

1 manojo de hierba buena

1 cucharada de manteca de color

1 porción de culantro

Aliños y sal al gusto

PREPARACIÓN

Se lava las tripas, virándolas al revés, con sal, limón y hierba buena, hasta que queden limpias y se las pone a cocinar. Se prepara el refrito en otro recipiente con cebolla blanca, ajo, comino, achiote, culantro y sal y luego se agrega los 3 litros de agua. Una vez cocinado el menudo, se corta en trocitos pequeños, se añade al refrito y se lo cocina por 5 minutos. Con la leche y el maní licuados se prepara una salsa de maní. Se sirve el palto poniendo picante, salsa de maní y papas cocinada.

b. Llapingachos con chorizo y huevo

En la región centro norte de la provincia, desde Guamote hasta Riobamba, la preparación de los llapingachos con chorizo es tradicional. Este plato se solía vender en las estaciones de ferrocarril de las localidades mencionadas, siendo muy apetecido por los visitantes que viajaban en tren desde Guayaquil.

INGREDIENTES

3 libras de papas (de preferencia grandes)

1 ramita de cebolla blanca

¼ de queso

1 libra de chorizo

6 huevos

½ cucharada de manteca de chanco con achiote

Lechuga, remolacha, zanahoria, aguacate, limón, tomate riñón, sal y culantro al gusto.

PREPARACIÓN

Cocinar las papas peladas con sal, luego reducirlas a puré; una vez realizado éste procedimiento añadir a esta masa manteca de color y el queso desmenuzado, moldear en la mano y darle la forma de una tortilla; freír en poca manteca. Servir acompañado de huevo y chorizo fritos, lechuga, ensalada de zanahoria y remolacha, aguacate.

c. Fritada serrana

Su consumo se extiende a lo largo de la sierra, teniendo en cada lugar una característica especial. En la provincia de Chimborazo los comensales acuden especialmente a Guano a consumir la fritada característica de la zona, sin embargo en toda la provincia éste es un plato muy apetecido.

INGREDIENTES

3 libras de carne de chanco

10 dientes enteros de ajo

2 libras de maíz tostado
3 ramas de cebolla blanca, cortada en trozos
3 cucharadas de sal
8 tazas de agua
3 plátanos maduros cortados por la mitad
12 choclos tiernos
2 cebollas paiteñas
2 tomates riñón grandes
2 limones
1 cucharada de condimentos
1 lechuga, culantro finamente picado

PREPARACIÓN

Se pone al fuego una paila con agua, sal, cebolla y ajo picado; se agrega la carne cortada en trozos medianos con los condimentos y se cocina a fuego lento hasta que esté cocinada. Antes de que se dore, se agrega los maduros. Cocinar los choclos. Aparte se prepara el encebollado y se lava bien la lechuga. Se sirve todo en una fuente.

d. Hornado riobambeño

La provincia de Chimborazo, y en especial la ciudad de Riobamba, son conocidos a nivel nacional e internacional por preparar el mejor hornado de chanco. Las vendedoras de hornado en la ciudad guardan celosamente sus

“secretos”, que los días domingos en especial, atraen a personas de todos lados a deleitarse con la deliciosa carne suave y jugosa, acompañada de mote o papas con maní y encebollado con chiriucho.

INGREDIENTES

1 lechón o chancho

12 libras de mote

½ libra de ajo

1 onza de comino

10 ramas de cebolla blanca

3 cebollas coloradas

1 cucharadita de achiote

4 onzas de sal

Ingredientes para el chiriucho

3 limones

5 ramas de cebolla

1 manojo de perejil y culantro

10 ajíes

2 tomates riñón

Sal, chicha agria y sal al gusto

PREPARACIÓN

Lave el chancho y púncelo por todo el cuerpo, licue el ajo, el comino, la cebolla blanca, la cebolla colorada, el achiote y la sal. Vierta esta mezcla en el chancho y deje que repose, mínimo dos horas virado hacia arriba; pasado ése tiempo pásele agua salada y póngalo al horno por tres horas. Sírvalo acompañado con mote y chiriucho.

e. Patas de chancho emborrajadas

Es un plato típico de la sierra, que se consume al paso en ciertas zonas concurridas de la ciudades, o en los partidos de fútbol, donde el estómago ruge de hambre y las vendedoras atraen a los compradores con sus gritos continuos “patitas... patitas...”

INGREDIENTES

6 patas de chancho

½ libra de harina de castilla

3 huevos

½ litro de leche

1 pizca de royal

1 diente de ajo machacado

1 cucharadita de comino

1 cucharadita de orégano

1 libra de cebolla paiteña

1 ½ libra de choclo mote

1 pizca de pimienta, sal y azúcar al gusto.

PREPARACIÓN

Quitamos los cascotes de las patatas, luego las chamuscamos y lavamos; una vez realizado éste procedimiento, aliñe y póngalas a cocinar con sal y cebolla. En un recipiente aparte se baten los huevos, la harina, la leche, royal con sal y azúcar al gusto. Cocinadas las patatas se las parte en cuatro, sazónelas nuevamente de manera que estén listas para bañarlas con el preparado de la harina. En un sartén se pone abundante manteca o aceite, cuando esté bien caliente, se fríen los emborrizados. Se sirve acompañado de choclo mote.

f. Morcilla

Si los viajeros van por los mercados andinos y por las plazas de las poblaciones de la Costa se encontrarán con infinidad de colores y texturas, dentro de éstos la comida que no solo resalta por el color, sino que se adelanta con el olor. Allí están las morcillas: en la Costa, negras; en la Sierra, blancas. Las primeras son las tradicionales europeas. Las segundas son una deliciosa variedad nativa de los Andes. Se ha de saber que para elaborar estas últimas se utilizan tripas frescas de cerdo, lavadas por los dos lados y restregadas con hierba buena. Se consumen a lo largo de la sierra, la gente de Sangolquí, Machachi, Latacunga, Salcedo, Ambato, Chambo, y más al sur, comen este embutido entre las diez de la mañana y las cuatro de la tarde.

INGREDIENTES

1 menudo de chancho

1 col pequeña

1 libra de arroz

1 libra de pasas

1 libra de azúcar

6 huevos

½ libra de manteca de chanco

4 gramos de pimienta blanca molida

1 ½ cebolla paiteña

¼ de libra de maní

½ litro de leche

3 libras de maíz pelado (mote)

Ají, hierba buena, albahaca, orégano, ajo, cebolla blanca y sal al gusto

PREPARACIÓN

Lavar bien el menudo, luego cocer la col en una cacerola y en otra el arroz; para la mezcla la col y el arroz deben estar sin agua. Preparar un refrito de cebolla blanca con todos los aliños; luego procedemos a unir con todos los ingredientes ya indicados. Para embutir el menudo, éste debe estar crudo. Una vez preparada la masa se procede a embutir las tripas y finalmente se cosen en los extremos con un hilo chillo o piola.

Cuando se encuentre cocinada se debe poner en una cacerola amplia para que pueda enfriarse. Una vez fría se la coloca en una paila tortillera con manteca colorada para empezar a freírla. Terminado el proceso de la preparación está

lista para ser servida acompañada de mote, el caldo de la misma morcilla y además se le puede agregar salsa de maní.

g. Tortillas con caucara

Quien sepa de “huecas” para disfrutar las delicias culinarias de la sierra, está muy al tanto de los sitios donde se vende la caucara, carne dura de res cocinada y refreída o preparada “al jugo”, que se sirve acompañada de mote o tortillas de papa y huevo, además del infaltable encebollado.

INGREDIENTES

1 ½ libras de caucara de res

¼ libra de manteca de chanco

2 libras de papas

¼ de queso

½ lechuga

2 limones

½ cucharadita de comino

1 cucharadita de orégano

1 pizca de pimienta de sal molida

Cebolla paiteña, tomate riñón, aceite, vinagre y sal al gusto.

PREPARACIÓN

Lavar y cocinar la caucara con agua, sal y cebolla blanca hasta que quede suave. Aparte cocinar las papas enteras con abundante agua y sal al gusto; cuando estén cocidas, escúrralas y proceda a molerlas; agregue luego el queso, manteca de color y fríalas en un brasero, si no lo tiene a mano, en un sartén con poca manteca y a fuego lento.

Mientras se doran las tortillas, pique en pequeños pedazos la caucara, luego sazónelo y póngalo a freír. Acompañe este plato con lechuga y un buen curtido de cebolla. También se puede optar por combinar el plato con mote en vez de las tortillas.

h. Papas con cuero

Presentes en toda la sierra ecuatoriana, en cada sitio tienen sus características representativas del mismo, y que las hacen atractivas para un cierto tipo de comensal. Se puede encontrar las que llevan papas muy harinosas desboronadas, con mucho achiote, cuero y queso de acompañamiento. También hay las preparadas con papas enteras en una especie de sopa con cebollas y que se sirven con grandes trozos de cuero y choclo mote. Las papas con cuero son infaltables en los estadios, cuando al terminar el primer tiempo de juego, todos los hinchas buscan un alimento que alivie su tensión.

INGREDIENTES

1 libra de cuero de chancho

2 ½ libras de papas

4 cebollas blancas

¼ libra de maní

½ litro de leche

2 dientes de ajo

1 cucharada de aceite

Sal, color y condimentos al gusto.

PREPARACIÓN

Limpiar y lavar bien el cuero, una vez realizado este procedimiento, se pone a cocinar el cuero con sal, cebolla y ajo, hasta que esté suave. Pelar las papas y ponerlas a cocinar con sal y una cebolla blanca picada. Aparte se prepara la salsa de maní: en una olla se fríe la cebolla con aceite y color, agregar después leche, agua, maní tostado y licuado y sal al gusto, el cuero cocinado y cortado en trozos y las papas previamente cocinadas. El plato se sirve acompañado de choclo mote o un trozo de queso.

5. Las bebidas

La preparación de bebidas tradicionales para acompañar los platos fuertes o para ingerirlas a cualquier hora del día, es todavía común en Chimborazo, pese a la introducción masiva de gaseosas que se expenden a lo largo de la provincia. Además de los jugos de fruta o de los tradicionales “raspados de hielo”, los

habitantes de la provincia suelen consumir colada de avena, el morocho de leche y el “jucho”.

Para la colada de avena se cocinan dos o tres naranjillas con canela, clavo de olor y pimienta dulce. Una vez cocinadas, se las cierne en un cedazo grande. Con el líquido que queda se procede a licuar dos tazas de avena, previamente cocida, observando que su consistencia quede más o menos espesa. Finalmente, se deja reposar la bebida en un recipiente grande hasta que enfríe.

En Penipe acostumbran a preparar colada de manzanas cuando hay buena cosecha de esta fruta. A las manzanas las cocinan con canela y clavo de olor, para luego licuarlas con agua y azúcar al gusto. También se puede emplear zapallo, mezclándolo con leche luego de haberlo cocinado con las especias mencionadas. “Las coladas son sumamente nutritivas. En Penipe consumimos estas bebidas muy a menudo, al menos yo en el restaurante siempre preparo para los clientes”, comenta una penipeña.

El champús es una colada espesa que los mestizos la suelen ingerir en cualquier época del año, como un aperitivo de la tarde. Para su elaboración “cocinan el mote fermentado con agua, jugo de naranjilla, miel de panela y canela hervida”.

Cabe destacar, que en el ámbito cotidiano de varias comunidades indígenas de Chimborazo es común la ingesta de colada de ocas dulces o de harina de cebada, y del “chahuarmishque”, bebida agridulce extraída de las hojas de la

cabuya. Los raspados se elaboran con el hielo extraído del volcán Chimborazo, por parte de campesinos indígenas conocidos como los “hieleros del Chimborazo”.

a. Jucho

Del capulí de Sigsipamba o de Penipe se acostumbra a preparar el tradicional jucho, todas las personas que tienen capulíes aprovechan para preparar este postre cuando les da antojo.

INGREDIENTES

4 litros de agua

2 libras de azúcar

4 ramas de canela

8 clavos de olor

8 pimientas dulces

2 ishpingos

Hojas de naranjo, hierva luisa y cedrón

1 taza de arroz de cebada

8 tazas de capulíes

4 manzanas sin semillas peladas y cortadas en trozos largos

8 peras peladas y cortadas en mitades

8 duraznos pelados y con la pulpa cortada en cruz

4 membrillos pelados y cortados en rodajas

PREPARACIÓN

Se pone al fuego el agua con el azúcar, la canela, el clavo de olor, la pimienta de dulce y el ishpingo, cuando tome el sabor de las especias incorpore las hierbas, tape y retire del fuego.

Cierna y vuelva al fuego incorporando el arroz de cebada, deje cocer por unos minutos y añada todas las frutas. Retire el momento en que las frutas estén blandas.

b. Morocho de leche

En la sierra ecuatoriana, y en Riobamba en la provincia de Chimborazo, se utiliza en morocho para hacer la succulenta colada con leche, que dentro de ciertas familias se prepara sin azúcar y se sirve acompañada de “alfeñiques” de Baños, para que quien la bebe remoje dicho manjar en la misma para que vaya soltando su dulce gradualmente en ella.

INGREDIENTES

2 libras de morocho molido

6 litros de leche

Canela, clavo de olor, azúcar

PREPARACIÓN

Cocinar el morocho previamente cernido, cuando esté suave añadir el clavo de olor, leche, canela y azúcar al gusto; dejar que hierva de 10 a 15 minutos. Se puede servir acompañado de empanadas.

c. **Jugo de frutas**

En los mercados públicos y en torno a ellos se venden frescos: en el interior de los mercados durante toda la semana y en sus alrededores en los días de feria y en los festivos. Hileras de frascos gigantes resplandecen en altos mostradores. Detrás de ellos una mujer robusta con delantal y sombrero blanco, promociona a viva voz, los frescos. En las festividades, cuando ríos de gente se queman con el sol de altura, las fresqueras ambulantes no se alcanzan con el negocio. Pero no solo se ofrecen estas delicias. Hay lugares que ofrecen jugo de alfalfa, buenos para los clientes anémicos y en general para los abúlicos, es decir para aquellos que no tienen gusto por nada. A éstos les suministran jugo de alfalfa con huevo. En el mismo sentido, se prepara malta con huevo, bebida muy eficaz que se recomienda a las madres que producen poca leche.

INGREDIENTES

Agua hervida y fría

Frutas solas o combinadas (naranjilla, tamarindo, maracuyá, tomate de árbol, mora, babaco, papaya, melón, piña, frutilla, guayaba, guineo con naranja, etc.)

Azúcar al gusto.

PREPARACIÓN

Lave las frutas, pele y corte la pulpa en cubos; licue con poca agua hervida, cierna y agregue el resto de agua hervida y azúcar al gusto, licue nuevamente.

Sirva enfriado con hielo.

6. Las bebidas festivas

Además de las bebidas alimenticias consumidas a diario, como los jugos o coladas, es costumbre, en Chimborazo, el consumo de bebidas especiales, preparadas en el entorno de las festividades religiosas, bautizos o matrimonios. En la mayoría de localidades de la región los indígenas acostumbran a beber la chicha, sea para establecer un compromiso de compadrazgo, festejar las cosechas, celebrar un matrimonio, o conmemorar la fiesta del Carnaval o de algún santo.

En las fiestas cívicas o en honor a los santos, cuando los mestizos se disponen a participar en las verbenas o en los albazos, para pasar el frío, ingieren canelazos. El canelazo es una preparación alcohólica en base de “puntas”

(aguardiente) a la cual se le agrega zumo de limón; también se lo suele preparar con agua de canela hervida o con jugo de naranja.

Para contextos festivos similares, en Bayushig (Penipe) y Pallatanga se preparan licores de distintas frutas como manzana, claudia y durazno. A la fruta entera, sin pelar, se la cocina en bastante agua para luego colocarla dentro de una damajuana o botellón de vidrio lleno de aguardiente. Por cada litro de trago se colocan dos o tres manzanas, cuatro claudias o cinco duraznos. La fruta debe permanecer dentro de estos recipientes por un lapso aproximado de seis meses hasta que fermente. En Cumandá, en cambio, preparan el licor con cacao o café, cultivos típicos de esta zona.

a. Chicha de morocho

INGREDIENTES

4 onzas de morocho

¼ de panela

4 naranjillas

8 guayabas

Canela, pimienta dulce y clavo de olor al gusto

PREPARACIÓN

Se cocina el morocho durante una hora, luego se le muele y se cierne; el líquido que se produce se vuelve a cocinar con el resto de ingredientes. Se sirve frío.

b. Chicha de quinua

INGREDIENTES

½ libra de quinua

½ libra de azúcar

5 naranjillas

5 guayabas

½ panela

Canela, clavo de olor, pimienta dulce y hierba luisa

Azúcar y hielo al gusto

PREPARACIÓN

Lavar y cocinar la quinua. En otro recipiente cocinar la naranjilla, la guayaba, la canela, el clavo de olor y la hierba luisa, cierna y después mezcle con la quinua cocinada y licue todos los ingredientes. Vuelva a hervir. Servir con hielo.

c. Chicha de avena

INGREDIENTES

1 taza de avena

4 naranjillas

4 guayabas

Canela, pimienta dulce, azúcar al gusto

PREPARACIÓN

Poner a cocinar la naranjilla y la guayaba con la pimienta dulce y la canela en poco agua. Una vez cocinadas las cernimos y el líquido resultante agregamos a la avena cocinada; mecemos y la dejamos reposar durante tres horas; luego la volvemos a hervir y agregamos azúcar al gusto.

7. Platos especiales: manjares

Los acontecimientos fuera de lo común, como una reunión familiar, una visita inesperada de algún compadre o un cumpleaños, marcan la realización de comidas especiales que implican mayor dedicación, tiempo y esmero. Como ocurre en otras provincias de la serranía ecuatoriana, en Chimborazo, la harina de trigo y el maíz, son empleados como materia prima de un buen número de alimentos elaborados bajo la forma de “bocadillos” o manjares de consumo no cotidiano.

Para Navidad, “cuando se reúne toda la familia” se preparan los buñuelos con harina de trigo, polvo de maíz, mantequilla, manteca de chanco y bastantes huevos “para que esponje”. La masa que se forma de la mezcla de estos ingredientes, que “no debe ser ni muy seca, ni muy aguada”, se fríe en porciones pequeñas sobre una paila llena de manteca hirviendo, a fuego lento. Al buñuelo se lo sirve con miel de panela.

a. Humitas

En la zona norte de la provincia, principalmente en Penipe, donde el cultivo del maíz es tradicional, se acostumbra a preparar humitas también llamadas choclotandas o chumales.

INGREDIENTES

20 choclos semi-duros con sus hojas enteras

5 huevos

200 g de mantequilla

4 cucharadas de sal

1 cucharadita de azúcar

250 g de queso

PREPARACIÓN

Desgrane los choclos, muele y cierna; agregue las yemas de los huevos, la mantequilla, la sal, el azúcar y el queso, bata enérgicamente.

Bata las claras a punto de nieve e incorpore suavemente la preparación anterior. Coloque con una cuchara la masa en hojas de choclo bien lavadas, envuelva y cocine en olla al vapor por 20 minutos.

b. Empanadas de viento

Dentro de la provincia, uno de los manjares tradicionales que más acostumbran a consumir las familias mestizas riobambeñas, cuando de alguna ocasión especial se trata, son las empanadas de viento. Para su preparación se suele requerir la colaboración de una o dos personas, sea para desmenuzar el queso del relleno o para moldear las empanadas de acuerdo a las indicaciones de la ama de casa.

INGREDIENTES

½ libra de harina de trigo

1 cucharada de mantequilla

1 cucharada de manteca de chancho

¼ de queso

1 pizca de royal

Aceite

Sal al gusto

PREPARACIÓN

Mezclar la harina, el agua, la mantequilla, la manteca, royal y la sal, hasta obtener una masa compacta, cubra con un mantel y deje reposar 15 minutos. Haga bolitas con la masa y extienda con un bolillo cada bolita; elabore la

empanada con el queso dentro, para luego freír en aceite previamente calentado hasta que se doren.

c. Tamales

En Riobamba, Guano, Penipe y Alausí, los mestizos suelen preparar, en ocasiones especiales, los tamales de pollo o de chicharrón.

INGREDIENTES

1 cebolla blanca

1 taza de caldo de pollo

4 onzas de manteca de chancho

½ cucharadita de azúcar

12 onzas de harina de maíz cernida

1 huevo

2 onzas de mantequilla

Sal al gusto

40 hojas de achira

Relleno

4 onzas de pechugas cocinadas

2 onzas de arvejas tiernas cocinadas

1 zanahoria grande cocinada y picada

1 cebolla blanca

1 cucharada de achiote

1 huevo cocinado

1 pimiento

1 onza de maní

PREPARACIÓN

En una cacerola pique la cebolla blanca, haga un refrito, luego vierta tres tazas de agua y ponga la manteca de chanco; deje hervir por 5 minutos, ponga la sal y el azúcar, vaya agregando poco a poco el harina y meciendo con una cuchara de palo durante por lo menos veinte minutos hasta que la masa tenga consistencia. Luego se deja enfriar al ambiente; más tarde añada a esta masa el huevo, la mantequilla y la manteca restante, bata con la cuchara de palo, pruebe y añada sal si hace falta.

En otro recipiente hacer un refrito con la cebolla blanca, la arveja, la zanahoria, el achiote y los aliños; luego agregue los pedacitos de pechuga y los huevos cortados en rodajitas o en cuadritos.

Colocar dos cucharadas de la masa y un poco del relleno en hojas de achira (previamente lavadas) y ponerlas a cocinar por el lapso de una hora en una olla tamalera.

d. Quimbolitos

Son un manjar muy apreciado en la provincia, tienen especial acogida entre los niños por su dulce sabor y su consistencia esponjosa, suave para cualquier

paladar. La etimología de su nombre es desconocida. Sin embargo, su presencia en las cocinas del Ecuador es inconfundible. Parece ser que en el siglo XIX, la masa se llamaba “de quimbolito” y con ella se hacían tortas de horno.

INGREDIENTES

¼ queso sin sal

12 onzas de harina de trigo

2 onzas de mantequilla

2 huevos

2 onzas de azúcar

½ taza de leche

½ cucharadita de vainilla

¼ cucharada de royal

Pasas al gusto

10 hojas de achira

PREPARACIÓN

En un recipiente grande mezclar las yemas de los huevos, queso desmenuzado, mantequilla, azúcar y vainilla y batir hasta que esté espumoso. Añadir luego la leche y la harina, y batir hasta que la masa esté uniforme. Finalmente añada suavemente las claras de huevo batidas a punto de nieve. Ponga una cucharada de esta masa y una pasa en cada hoja de achira, doble las puntas hacia abajo y póngalo en la tamalera; deje que se cocinen bien tapados por 20 minutos aproximadamente, luego sirva con té o leche caliente.

e. Tortillas de maíz

Las tortillas en piedra son un alimento que debe mencionarse como característico de la zona de Penipe. Las dueñas de varios salones de la localidad suelen prepararlas a diario, ofreciéndolas al habitante penipeño que desea ingerirlas como acompañante del puerco hornado. La gente come tortillas de piedra más por diversión que por hambre. No todos los días se abren los cobertizos de venta. Las tortillas llamadas también “bonitísimas” son apropiadas para los días de feria y tal vez para sábados y domingos.

INGREDIENTES

1 libra de harina de maíz crudo

3 huevos

2 onzas de mantequilla

2 onzas de manteca de chancho

¼ de queso

Achiote, sal.

PREPARACIÓN

En un recipiente amasar la harina con los huevos, agregar el agua tibia con sal al gusto; se añade a esta masa la mantequilla y la manteca de chancho. Cuando la masa esté suave mezclar con el queso y después en tortillas asarlas en un tiesto de barro previamente untado con mantequilla.

f. Empanadas de morocho

Se puede encontrar empanadas de morocho en cualquier ciudad o pueblo de la sierra, siendo éstas muy importantes cuando se trata de partidos de fútbol u otro evento que demande una comida agradable al paladar que además llene el estómago que aguanta los embates del mal genio o la ansiedad que provoque un partido de fútbol.

INGREDIENTES

4 onzas de carne de chanco molida
2 cebollas paiteñas picadas
4 zanahorias cocidas y picadas
4 onzas de arvejas tiernas cocinadas
1 libra de morocho remojado desde la víspera
1 cucharada de manteca de chanco
2 claras de huevo
Sal al gusto
Aceite para freír

PREPARACIÓN

Fría la carne de cerdo en aceite hasta que se dore. Añada la cebolla, la zanahoria y la arveja cocida, sazone y deje cocer por unos minutos. Además se puede agregar arroz cocido y pasas al relleno.

Para la masa cocine el morocho en dos tazas de agua durante ½ hora, escurra y deje enfriar. Muélalo en molino y añada sal, manteca de chanco y claras de huevo. Amase hasta obtener una consistencia uniforme. Forme bolitas del tamaño de un limón y extienda la masa en medio de un plástico ligeramente engrasado. Ponga el relleno, cierre la empanada y fríasalas en aceite caliente.

g. Chigüiles

Dentro de la provincia, para el Domingo de Ramos, en Licán y Sicalpa, los pobladores elaboran los chigüiles en base de harina de maíz. Estos son parte de la tradición de compartir en familia ésta temporada.

INGREDIENTES

2 tazas de agua

225 g de manteca de chanco

500 g de harina de maíz tostado

4 huevos

500 g de queso desmenuzado

1 cucharada de manteca de color

1 cucharadita de sal

Hojas verdes de maíz para envolver

PREPARACIÓN

Hierva el agua con la sal y la mitad de la manteca, añada de un solo golpe la harina trabajando con una cuchara de madera para evitar la formación de grumos. Cocine la masa hasta formar una sola bola, extienda la masa e incorpore uno a uno los huevos y el resto de la manteca, amase con fuerza hasta conseguir una masa compacta.

Pinte el queso con la manteca de color, forme con la masa pequeños panecillos, rellene con el queso y envuelva en hojas de maíz y llévelos a la tamalera hasta que la hoja se torne verde oscura.

h. Chigüiles de mote

Se realizan en la sierra centro y sur, son una variable de los chigüiles de maíz.

INGREDIENTES

½ libra de mote pelado

1 ½ tazas de agua

4 onzas de mantequilla o manteca de chancho

½ cucharadita de sal

2 yemas de huevo

½ taza de queso tierno desmenuzado

½ taza de chicharrones

Hojas de achira

PREPARACIÓN

En una olla ponga a hervir el agua con la sal y la manteca o mantequilla, cuando suelte el vapor y esté derretida la mantequilla, añada el mote molido y cernido; cocínelo por cinco minutos. Retire del fuego, deje que se enfríe un poco y agregue las dos yemas batidas; mezcle bien y luego añádale el queso desmenuzado y los chicharrones. Ponga una cucharada de ésta preparación en cada hoja; doble los costados y las puntas; coloque las hojas rellenas en una tamalera tal como se hace con las humitas. Cocínelas durante una hora. Se acompaña con ají y café tinto.

8. Platos especiales: dulces

Además de los manjares preparados con harina de trigo o maíz, la llegada de un familiar o amigo suele ser un buen pretexto para el consumo de dulces de diferentes frutas. En Riobamba las mujeres mestizas preparan el dulce de higos. En Licto y Penipe, elaboran el dulce de duraznos, peras o manzanas; para ello pelan la fruta, la cocinan hasta reducirla a puré, pasándola por un colador, le agregan a esta preparación azúcar, canela y/o clavo de olor y la cuecen sobre una paila hasta que tome un “punto fuerte”.

a. Higos con queso

INGREDIENTES

20 higos tiernos

1 pizca de bicarbonato de sodio

500 g de panela

Queso tierno sin sal

PREPARACIÓN

En Riobamba las mujeres mestizas preparan el dulce de higos. El día anterior a la preparación, haga cortes en los higos, en forma de cruz (sin llegar a partirlos completamente). Cocine en dos tazas de agua con el bicarbonato por una hora. Escurra y remójelos en otra agua.

Al día siguiente, escurra los higos con cuidado y en esta agua prepare una miel con la panela, añada los higos y cocine por una hora. Al tercer día, vuelva al fogón los higos con su miel y cocínelos por 30 minutos más. Sirva acompañado de tajadas de queso tierno.

b. Helados de paila

INGREDIENTES

1 litro de pulpa de fruta de su preferencia (mora, frutilla, mango)

1 taza de azúcar

2 claras de huevo batidas a punto de nieve

PREPARACIÓN

Sobre una cama de hielo con sal (protegida por la paila), coloque un paila de bronce. Vierta la pulpa de la fruta con el azúcar; bata con una cuchara de madera, haciendo girar la paila, por 15 minutos aproximadamente, cuando empiece a tomar consistencia, agregue las claras sin dejar debatir por 15 minutos más.

9. Alimentación festiva

Los alimentos ceremoniales están rodeados de una serie de connotaciones rituales que demuestran el punto más alto de la preocupación culinaria. En el caso de Chimborazo, como en el resto del país, estos alimentos se preparan en épocas marcadas por el calendario festivo de la provincia o por celebraciones religiosas que señalan el inicio de una nueva etapa de vida (matrimonios o bautizos), evidenciándose, una ruptura total con respecto al comportamiento alimentario del día a día.

En efecto, la fiesta constituye el espacio indicado para elaborar una variedad de alimentos que requieren especial atención. La preparación de carnes y bebidas en grandes cantidades, en el contexto de las fiestas religiosas o del carnaval; así como de la fanesca en Semana Santa y la colada morada en el Día de los Difuntos son ejemplos que evidencian cómo el banquete se convierte en uno de los elementos centrales del rito.

Un aspecto importante que debemos mencionar, es el consumo de carnes en el ámbito festivo de las comunidades indígenas. La carne, ausente en la dieta diaria del indígena, constituye una “auténtica comida ritual” cuando del carnaval o los matrimonios, por ejemplo, se trata. La mujer, responsable de la crianza de sus animales, reserva unos cuantos chanchos, cuyes o conejos para prepararlos durante estas festividades o para donarlos al prioste del Carnaval en caso de que su esposo se haya comprometido en hacerlo, en calidad de “jochante”.

En un matrimonio, el indígena se percatará de que el compadre reciba todas las atenciones a través del mejor plato: si es posible, un cuy, un conejo o una gallina entera. Lo hará porque sabe que a través de este mecanismo su pariente ficticio quedará comprometido con él por el resto de su vida. En el Carnaval, el prioste no escatimará en recursos para satisfacer a los comensales con estos platos que, ajenos en contextos cotidianos, le permitirá en el ámbito festivo, adquirir reconocimiento, consideración y prestigio. Y en los Finados, el indígena no dejará de ofrendar a sus muertos que descansan en el cementerio, además de la colada morada con guaguas de pan, mote o tostado, algún tipo de carne. Compartirán con el muerto, en su honor, alimentos reservados para toda fiesta.

Antes, “las familias indígenas mataban una res o un borrego; ahora, debido a las circunstancias económicas brindan lo que se puede”. Por lo general preparan el cuy en las formas anteriormente mencionadas o, en su defecto, puerco hornado,

gallina estofada o conejo asado, acompañados de papas cocidas con salsa de maní.

Finalmente, cabe mencionar que, en los días de Semana Santa, el acto de comer, como parte fundamental de la celebración, indica la pervivencia de una tradición vernácula entre los mestizos: el banquete como elemento central del culto, a través del consumo de la fanesca, que se consume, por lo general, el Viernes Santo. Resulta interesante que justo en el día que la Iglesia Católica predica abstinencia, se rinda culto a través de un plato succulento.

a. Fanesca

Los historiadores han hablado muy poco de este delicioso potaje; sin embargo algunos afirman que su origen está en las catacumbas romanas, cuando los cristianos, perseguidos por los romanos, almacenaban unos cuantos alimentos de los sembríos y los echaban a una olla común. Esta es una explicación religiosa que muchos cristianos, católicos y evangélicos, le han asignado a la fanesca, pero al ser este un plato ecuatoriano su origen debe estar más cercano a la concepción andina. Al hablar de esta incorporación de las festividades indígenas y su relación con la fiesta católica, podemos darnos cuenta que la preparación de la fanesca es un ritual de combinación de granos en el que aparecen las tres concepciones fundamentales del mundo andino: la comunidad, la reciprocidad y el parentesco. En otro tiempo, después de la fanesca venía el molo, nombre quichua del puré de papas, y por último se presentaba el dulce de

duraznos o de higos adornados con queso; sin embargo, el postre más frecuente era el arroz con leche.

INGREDIENTES

2 ½ libras de zambo tierno picado
1 libra de zapallo tierno picado
1 ½ libras de arvejas tiernas
2 libras de choclo tierno desgranado
1 libra de fréjol tierno
1 ½ libras de habas tiernas peladas
1 libra de chochos pelados
10 hojas grandes de col de seda, finamente picadas
2 libras de bacalao de buena calidad
4 onzas de arroz blanco
½ libra de maní tostado
6 tallos e cebolla blanca, picados muy fino
6 cabezas de ajo molido
6 onzas de mantequilla
2 cucharaditas de achiote
1 taza de nata de leche
3 litros de leche
6 onzas de queso rallado
Sal, pimienta y comino al gusto

PREPARACIÓN

Cocinar el zambo y el zapallo en poquísima cantidad de agua y cuando estén suaves, pasarles por el prensapuré o majarles con una cuchara de madera. Cocinar la col, aplastarla y unirla al puré anterior. Hervir todos los granos por separado.

En una olla grande hacer un buen sofrito con la mantequilla, el achiote, cebolla y ajo; condimentar con sal, pimienta y comino. Sobre este refrito, poner el arroz cocinado y con la cuchara de madera aplastar, formando de ésta manera una salsa espesa. Añadir el puré compuesto por el zambo, el zapallo y la col; agregar un litro de leche y todos los granos cocinados.

Por separado hervir en un litro y medio de leche el bacalao lavado, quitado la piel y las espinas y remojado desde el día anterior. Esta leche y el bacalao ya cocido y cortado en pedazos pequeños poner en la preparación anterior. El maní tostado licuar con dos tazas de leche y poner también en la fanesca que se está preparando. Hervir durante unos diez minutos, revolviendo constantemente para evitar que se queme.

Un momento antes de servir, añadir la nata líquida y el queso rallado; mantener a fuego suave sin dejar de revolver hasta que el queso desaparezca. Adornar cada plato con tajadas de huevo cocido duro, rodajas de maduro frito, pedacitos de ají hervido o pimiento rojo, masitas fritas y hojas de perejil.

NOTA: En la preparación de este plato no se emplea agua, de manera que si la fanesca estuviera muy espesa se aumenta leche. Para hacer más fino el plato, se debe agregar, antes de sacar la olla del fuego, tres yemas de huevo batidas con una taza de leche.

b. Colada morada

Aparte de los licores, existen otras bebidas que son propias de ciertas festividades religiosas, como la colada morada de Finados. Esta bebida ha sido adoptada por todos los estratos sociales de la provincia. La colada morada se sirve con las tradicionales “huahuas de pan” preparadas al interior de las familias o adquiridas en distintas panaderías de la provincia.

INGREDIENTES

4 onzas de maíz negro

¼ de panela

4 astillas de canela

½ piña pelada y finamente picada

¼ de babaco

4 guayabas

4 naranjillas

4 onzas de mora

4 onzas de jugo de mortiño

½ cucharada de pimienta dulce

½ cucharada de clavo de olor

Hojas de hierba luisa y arrayán

6 guaguas de pan

PREPARACIÓN

Ponga a entibiar dos litros de agua en una olla de hierro o de barro, disuelva en el agua el harina de maíz negro, agregue 5 naranjillas previamente lavadas y aplastadas; mezcle. Tape el recipiente y deje reposar la preparación de uno a dos días; al cabo de este tiempo agregue dos litros de agua tibia, mezcle y cierna. Vierta la preparación en un envase grande y póngala a cocinar batiéndola constantemente para evitar la formación de grumos o que se pegue al fondo de la olla. Simultáneamente coloque dos recipientes más en el fuego, en uno cocine el azúcar o la panela junto con dos litros de agua y, en el otro los condimentos con las hierbas. Cierna y agregue a la colada; luego de un momento ponga el jugo de las frutas dejando hervir durante quince minutos más, retire la olla del fuego, deje enfriar la colada y añada la piña y el babaco picados finamente.

10. El consumo de carnes y granos

En la mayoría de festividades de Chimborazo, el consumo de carnes es característico. Aunque en el ámbito cotidiano de los mestizos es común la ingesta del puerco, o la carne de res, las fiestas en honor a los santos o la celebración del carnaval son indicadas para el consumo, en grandes cantidades, de alimentos cárnicos, para cuya preparación, el prioste requiere, no sólo “gastar

más de lo común”, sino una dedicación completa en la que la mujer “debe ingeniarse” para satisfacer a todos los que participan del encuentro. Uno de los priostes de la fiesta en honor a San Luis Rey de Francia, en Guasuntos, por ejemplo, mencionaba: “un prioste que se hace respetar debe invitar a la gente a su casa para comer. La familia hace la matanza de los puercos o de las reses para que las mujeres lo preparen durante todos los días que dura la fiesta. Inclusive cuando el invitado no se avanza a comer todo, los anfitriones les dan una funda para que se lleven a la casa”. Muchas personas, aprovechando la presencia de familiares emigrantes que en ocasión de esta festividad retornan a sus lugares de origen “matan un borrego para festejar el encuentro”.

De igual forma, en el Carnaval de Guamote, la esposa, hijas y sobrinas del prioste tenían la obligación de preparar con las carnes donadas por los jochantes, distintos platos que eran consumidos por quien deseaba participar en la fiesta. Reses enteras, puercos y cuyes estaban a la disposición para ser sacrificados durante los ocho días que duró la fiesta.

De los puercos se suele elaborar fritada, hornado o picante; de las reses, estofado con mote; de los borregos, borrego asado; y de los cuyes, locro de cuy, papas con cuy o ají de cuy.

a. Locro de cuy

INGREDIENTES

1 cuy

3 libras de papas peladas

4 onzas de maní tostado y pelado

1 cebolla blanca y una colorada

2 cucharadas de mantequilla

1 cucharadita de manteca de color

1 pimiento

Leche, ajo, apio, culantro y sal al gusto

PREPARACIÓN

Se lava bien el cuy, las papas y los demás ingredientes; luego en una olla se pone a cocinar las papas; en un sartén se prepara un refrito con la cebolla, pimiento, ajo, comino, mantequilla, achiote, y se añade a la olla de las papas para su cocción.

En otro recipiente se fríen las presas de cuy y una vez fritas se les añade el caldo. Cuando ya casi están cocinadas las papas agregamos el maní licuado con la leche, terminar la cocción. Se sirve caliente.

b. Papas con cuy

INGREDIENTES

- 1 cuy pelado y limpio
- 2 cucharadas de cebolla blanca picada y machacada
- 1 cucharada de ajo machacado
- 1 cucharadita de comino molido
- 1 cucharadita de pimienta molida
- 4 cucharaditas de aceite con achiote
- 1 cucharadita de sal
- 2 libras de papas peladas y cocidas
- 1 lechuga bien lavada y abierta en hojas
- 4 onzas de maní tostado
- ½ taza de cebolla blanca finamente picada
- 5 cucharaditas de aceite
- 3 cucharaditas de culantro finamente picado
- ½ taza de leche

PREPARACIÓN

Lave el cuy y extráigale todas las vísceras. En un recipiente hondo mezcle bien todos los ingredientes: sal, ajo, pimienta, cebolla, etc.; esta preparación unte en el cuy y déjelo reposar hasta el día siguiente. Puede agregarle media taza de vino tinto o chicha de jora para obtener mejor sabor.

Para asar pase longitudinalmente un palo o varilla a través de la cara interior del cuerpo del animal y asegure las patas y la cabeza del animal al palo o varilla.

Áselo sobre carbón encendido colocado a una distancia prudencia, haciéndolo girar constantemente para que se cocine por dentro y por fuera.

c. Ají de cuy

INGREDIENTES

3 cucharadas de salsa de pepa de sambo

4 huevos duros

4 ajíes colorados partidos por la mitad y sin pepas

Sal, pimienta al gusto.

1 ½ cucharada de manteca de color

1 cebolla paiteña finamente picada

2 dientes de ajo molidos

1 cucharadita de comino

6 cabezas de cuy asado

1 kg de papas pequeñas cocinadas con cáscara y peladas

2 ½ taza de agua caliente

PREPARACIÓN

En una olla haga un refrito con la manteca de color, cebolla, ajo, y comino.

Agregue las cabezas de los cuyes, déjelos refreír por diez minutos. Incorpore las papas, la sal, la pimienta y el agua caliente, cocine a fuego lento por media hora aproximadamente. Guise con un poco de leche la salsa de pepa de sambo, mezcle con la preparación anterior y hierva por cinco minutos

IV. METODOLOGÍA

A. LOCALIZACIÓN

La investigación se realizará en Ecuador, provincia de Chimborazo, Ciudad Riobamba.

B. TEMPORALIZACIÓN

Esta investigación se realizará a partir del 1 de Mayo del 2013 al 1 de Octubre del 2013.

C. VARIABLES

1. Identificación

- calidad y servicio
- Turismo gastronómico

2. Definición

a. Normas de calidad

- CALIDAD: Es dar al cliente lo prometido.
- EXCELENCIA: Es sorprender al cliente, dándole más de lo que se merece

b. Normas de servicio

Brindar un buen servicio no es suficiente, si el cliente no lo percibe. Para ello es necesario tener en cuenta los siguientes aspectos que hacen a la atención al público.

- **CORTESÍA:** Se pierden muchos clientes si el personal que los atiende es descortés. El cliente desea siempre ser bien recibido, sentirse importante y que perciba que uno le es útil.
- **ATENCIÓN RÁPIDA:** A nadie le agrada esperar o sentir que se lo ignora. Si llega un cliente y estamos ocupados, dirigirse a él en forma cordial y decirle: “Estaré con usted en un momento”.
- **CONFIABILIDAD:** Los clientes quieren que su experiencia de compra sea lo menos riesgosa posible. Esperan encontrar lo que buscan o que alguien responda a sus preguntas. También esperan que si se les ha prometido algo, esto sea cumplido.
- **ATENCIÓN PERSONAL:** Nos agrada y nos hace sentir importantes la atención personalizada. Nos disgusta sentir que somos un número más. Una forma de personalizar el servicio es llamar al cliente por su nombre.

- **PERSONAL BIEN INFORMADO:** El cliente espera recibir de los empleados encargados de brindar un servicio, información completa y segura respecto a los productos que venden.
- **SIMPATÍA:** El trato comercial con el cliente no debe ser frío y distante sino por el contrario responder a sus necesidades con entusiasmo y cordialidad.

c. Turismo gastronómico

Es una forma de hacer turismo en la que la gastronomía del país visitado es parte de la actividad preponderante durante su visita. El turismo gastronómico es una nueva opción de aventura: la visita de mercados, tiendas de venta de productos alimenticios locales, visita a casas de los lugareños, participación en fiestas locales.

D. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Cuadro 1. Operacionalización de variables

VARIABLE	ESCALA	INDICADOR
Calidad y servicio	Servicio al cliente: Necesidades Actividades Expectativas	Excelente (100%) Bueno (75%) Regular (50%) Malo (25%)
Turismo Gastronómico	Sopas, locros secos, platos fuertes bebidas festivas dulces, postres	Entrevista; Encuesta Observación; Archivo fotográfico

E. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

1. Tipo de estudio

a. Descriptiva

Porqué se analiza y describe cada proceso que se llevó a cabo en la investigación.

2. Tipo de Investigación

a. Transversal

Porque se aplicó en un tiempo de duración y en un campo, se recolectaron datos en un solo momento, en un tiempo único.

b. No experimental

Porque se observaron situaciones ya existentes, no provocadas intencionalmente; es decir las reacciones en un contexto natural para después analizarlos.

F. POBLACIÓN, MUESTRA O GRUPO DE ESTUDIO

1. Universo y Muestra

El universo estuvo representado por 2.244 Turistas que visitaron la ciudad de Riobamba, el periodo está considerado desde enero a diciembre del 2012 según

datos recolectados por el MINISTERIO DE TURISMO ZONA 3, esta es la información más actual que cuenta dicha institución, la misma que se encuentra adjunta en el Anexos

$$n = \frac{N \times Z_{\alpha}^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_{\alpha}^2 \times p \times q}$$

DONDE:

N = tamaño de la población

Z = nivel de confianza (1.96) puesto que la seguridad Z_{α} es del 95% el coeficiente es 1.96

P = probabilidad de éxito, o proporción esperada (0.05)

Q = probabilidad de fracaso (1- p es decir 0.95)

D = precisión (Error máximo admisible en términos de proporción) (0.03)

$$n = \frac{2244 \times 1,96^2 \times 0,05 \times 0,95}{0,03^2 \times (2244 - 1) + 1,96^2 \times 0,05 \times 0,95}$$

$$n = \frac{409,30}{2,19}$$

$$n = 186,89$$

Se requirió encuestar a no menos de 187 turistas que visitan la ciudad de Riobamba, para poder tener una seguridad del 95%.

Desarrollo de la investigación:

Los instrumentos que se utilizaron en esta investigación son: encuestas y fichas de registro de datos, los mismos que se adjuntan en los anexos y que nos permitirán obtener la información necesaria para el análisis.

G. DESCRIPCIÓN DE PROCEDIMIENTOS

- Búsqueda de información acerca de de las comidas y bebidas tradicionales que se ofertan al público en la ciudad de Riobamba.
- Investigar la historia e importancia cultural de cada comida o bebida y los ingredientes que se utilizan para su fabricación.
- Recopilar en un documento la información de los sitios más importantes de venta de comidas y bebidas típicas de la ciudad con su descripción y una breve historia
- Elaboración de la guía gastronómica de buenas prácticas de calidad y servicio, de la comida típica riobambeña
- Presentar en un mapa de la ciudad, las huecas de expendio de comidas y bebidas típicas más importantes y visitadas

V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A. SEGMENTACIÓN DEL MERCADO

Presentación, tabulación y análisis de los datos obtenidos en la investigación de mercado 2.244 Turistas que visitaron la ciudad de Riobamba, el periodo está considerado desde enero a diciembre del 2013.

Mercado. La guía gastronómica está dirigida a turistas que visitan la ciudad de Riobamba

1. Resultados obtenidos en la Encuesta

1.1 ¿Con qué frecuencia visita usted restaurantes y establecimientos de comida típica durante la semana?

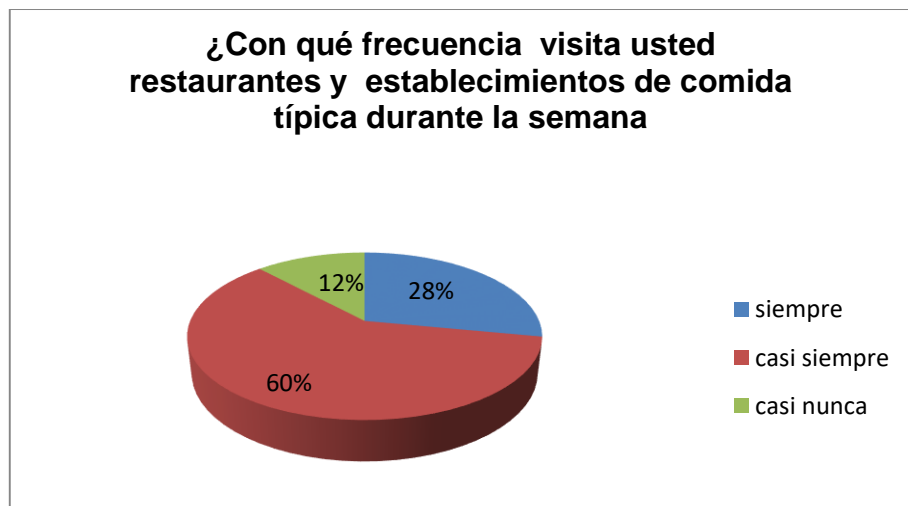
Objetivo: Determinar la frecuencia, con la que turistas visitan la ciudad de Riobamba periódicamente.

Cuadro 2. Frecuencia de turistas que consumen comidas típicas

FRECUENCIA	N° Encuestados	PORCENTAJE
siempre	52	28
casi siempre	112	60
casi nunca	23	12
TOTAL	187	100

Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas, C

Gráfico 1. Frecuencia de turistas que consumen comidas típicas



Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas, C

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

La importancia de esta pregunta es para realizar un sondeo de la frecuencia con la que turistas visitan la ciudad de Riobamba durante ciertos periodos, según las encuestas realizadas en varios lugares del País; Riobamba, Santo Domingo, Ambato y Latacunga, casi siempre; es el porcentaje más alto con el 60% con un promedio de 3 a 5 veces al trimestre los motivos más frecuentes de estos viajes supieron manifestar que es para visitar a familiares y aprovechan para visitar lugares tradicionales de comida como EL MERCADO LA MERCED, casi nunca obtuvo un 12% ya que existen personas que solo han pasado por la ciudad y han hecho una parada para disfrutar de algún plato típico o si no lo han hecho solo en festividades abrileñas, en carnaval y en navidad.

1.2 El momento de degustar un plato típico Riobambeño que es lo más importante:

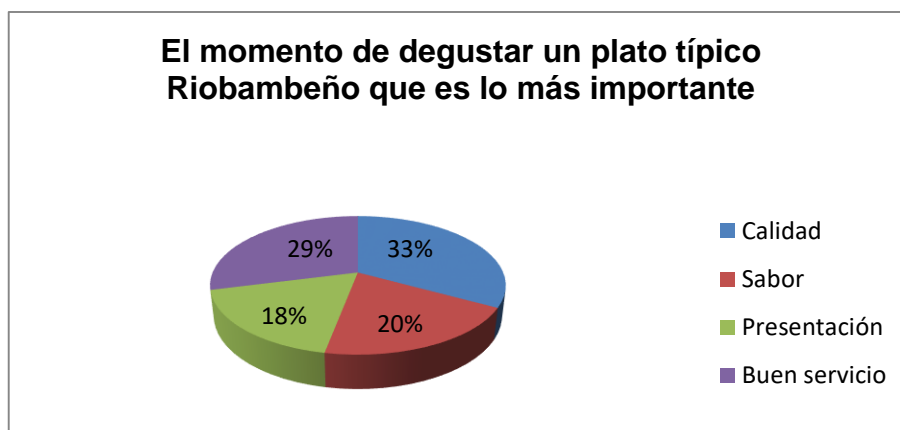
Objetivo: Identificar qué es lo que busca el cliente a la hora de consumir un plato típico.

Cuadro 3. ¿Que busca el cliente cuando consume platos típicos?

ESCALA	N° DE ENCUESTADOS	PORCENTAJE
Calidad	62	33
Sabor	38	20
Presentación	34	18
Buen servicio	53	29
Total	187	100

Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas.C

Gráfico 2. ¿Que busca el cliente cuando consume platos típicos?



Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas, C

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Esta pregunta arrojó resultados ya esperados teniendo en cuenta que la gente lo que desea al pagar por un alimento es un producto de calidad no importa si esto se lo consume en una hueca o un establecimiento al turista le gusta ser tratado como tal con cordialidad es por ello que calidad del producto obtuvo un 33% que en viene a ser un buen porcentaje y otro punto importante y de consideración es el buen servicio ocupando un 29% esto se debe transmitir a los dueños de establecimientos para que ellos los hagan sentir como en casa, el montaje de alimentos en esta guía gastronómica no tiene un papel tan trascendental la persona que llega a consumir un producto desea que sea tal cual como se vería en la guía gastronómica sin técnicas ni montajes extraordinarios prefieren cantidad y calidad.

1.3 El precio que usted paga un plato típico en la ciudad de Riobamba, en relación a su calidad le parece:

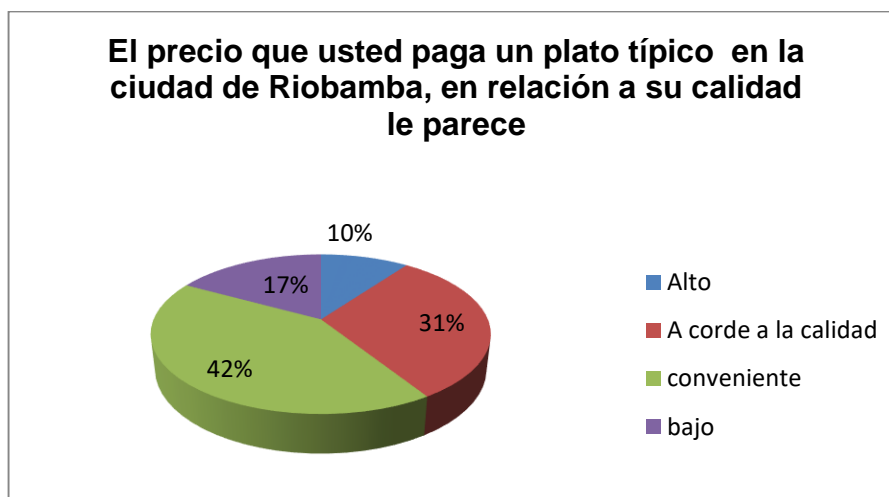
Objetivo: Determinar cualitativamente, el valor que paga el cliente en relación a su calidad.

Cuadro 4. Determinar el valor que paga el cliente en relacion a la calidad

ESCALA	N° Encuestados	PORCENTAJE
Alto	19	10
A corde a la calidad	58	31
conveniente	79	42
Bajo	21	17
Total	187	100

Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas.C

Gráfico 3. Los platos en relación a su calidad



Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas.C

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Según los datos de los encuestados de esta pregunta con un 42% los platos en relación a su calidad le parece conveniente teniendo en cuenta que existe variedad de platos típicos para todos los gustos y exigencias que están en un rango entre \$2.00 a \$3.00 dólares platos fuertes, bebidas tiene como valor máximo de 1.00 lo cual puede ser accesible, entradas y postres alcanzan precios de no más de 1.50 al hacer las entrevistas con los establecimientos se recomendó a los propietarios que se mantengan en estos precios y que si se sube periódicamente los valores de alguno de los productos el servicio sea mucho mejor con eso el cliente recompensara esos centavos con un buen servicio.

1.4. Cuando visita la ciudad de Riobamba, cuál es su fuente de información para visitar establecimientos.

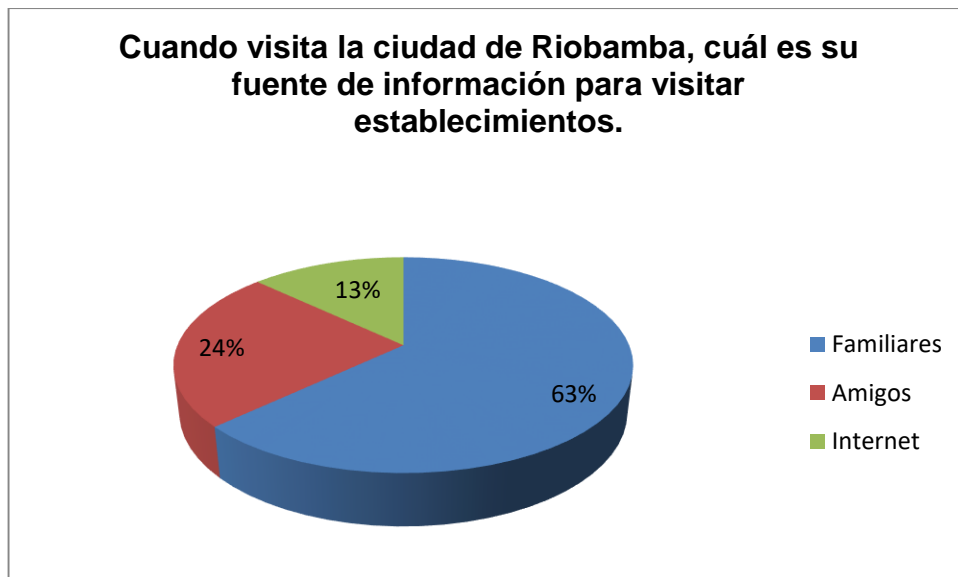
Objetivo: Identificar cual es la fuente, que tienen los visitantes para dar con una hueca o un establecimiento de la ciudad de Riobamba.

Cuadro 5. Identificación de establecimientos en riobamba

ESCALA	N° Encuestados	PORCENTAJE
Familiares	118	63
Amigos	45	24
Internet	24	13
TOTAL	187	100

Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas.C

Gráfico 4. Identificación de establecimientos en riobamba



Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas, C

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Los datos de esta pregunta son de gran importancia en primer lugar porque se supo que la mejor fuente de información de cómo llegar a las Huecas de Riobamba es a través de familiares con un 63% pero se podría potencializar más la gastronomía de la ciudad por medio del internet que hoy en día es la herramienta principal de difusión por lo cual se considerara que la guía gastronómica pueda circular por medio de redes sociales donde no solo turistas nacionales puedan mirar cada uno de nuestros platos sino también tenga un alcance internacional por medio de una página web, o de lo contrario de un blog.

1.5. Considera importante la creación de una guía gastronómica de platos típicos de la ciudad de Riobamba.

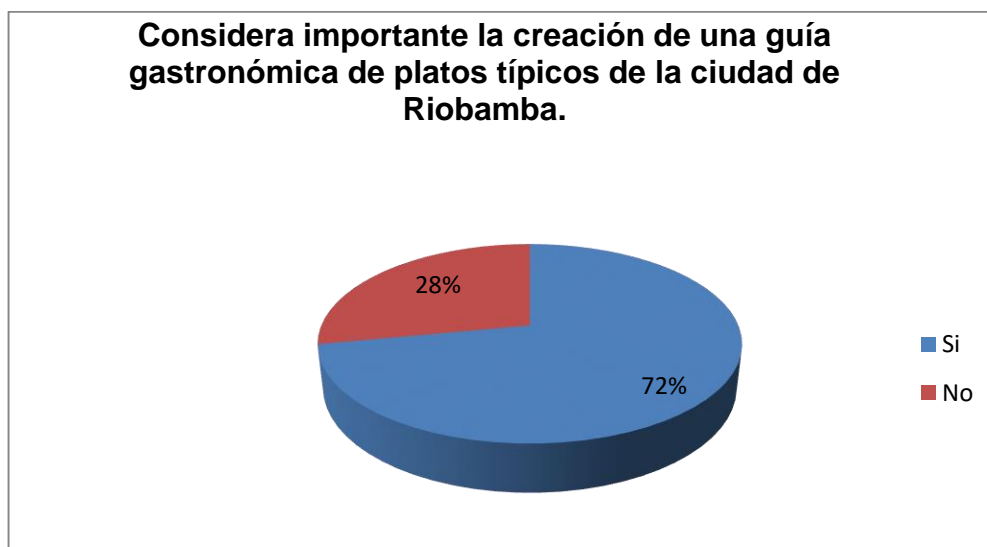
Objetivo: Determinar la aceptabilidad y la importancia de una guía gastronómica de platos típicos de la ciudad de Riobamba.

Cuadro 6. Importancia de una guía gastronómica de platos típicos

ESCALA	N° Encuestados	PORCENTAJE
Si	135	72
No	52	28
TOTAL	187	100

Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas. C

Gráfico 5. Importancia de una guía gastronómica de platos típicos



Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas, C

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El análisis de esta pregunta comenzara por el no que obtuvo el 28% siendo minoritario pero lo poco alentador de esta respuesta fue que la gente tiene un gran desconocimiento de la importancia de la circulación de una guía gastronómica después de conversar mostrarles varias fotografías y datos empezaron recién analizar lo conveniente de tener un material impreso en casa, mientras que el 72% que dijo si apporto con ideas para la presentación de la guía gastronómica como aplicar ciertos términos comunes y cotidianos, colocar los valores de cada uno de los platos para que el momento de visitar un establecimiento no ser sorprendidos por la “viveza criolla” como ellos lo llaman y por último que las fotografías destaquen el producto como es pero que sean bien ilustradas para darle un realce a los platos de la ciudad.

1.6. De qué manera le gustaría que sea distribuida la guía gastronómica en la ciudad de Riobamba?

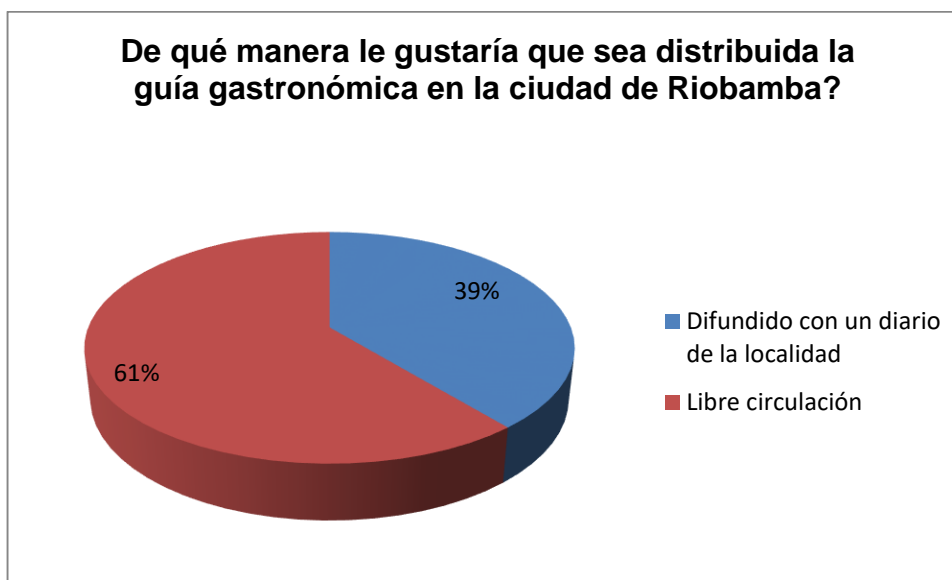
Objetivo: Conocer cuál es el medio de difusión, más viable y de fácil acceso para turistas y visitantes de las Huecas de Riobamba.

Cuadro 7. Determinar el medio para los turistas de las huecas de Riobamba

ESCALA	N° Encuestados	PORCENTAJE
Difundido con un diario de la localidad	73	39
Libre circulación	114	61
TOTAL	187	100

Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas. C

Gráfico 6. Determinar el medio para los turistas de las huecas de Riobamba



Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas, C

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Como resultado final de la pregunta se manejan opiniones muy claras el porcentaje alto corresponde a libre circulación, partiendo de que muchos de las personas que visitan la ciudad no tienen un acceso frecuente a revisar un diario local por lo cual ellos preferirían que la guía se pueda encontrar en lugares comunes y cotidianos como hoteles, restaurantes bares, que puedan expender en los mismos terminales para que al ingreso de la gente a la ciudad pueda ya adquirirlos, mientras los entrevistados que respondieron que les gustaría la circulación de la guía gastronómica con un diario nacional son gente de la ciudad donde tienen facilidad de comprar un periódico.

1.7. Cuál sería el costo, que usted estaría dispuesto a pagar por la guía gastronómica.

Objetivo: Determinar el valor cuantitativo que el turista, estaría dispuesto a pagar por una guía gastronómica.

Cuadro 8. Determinar cuánto estaría dispuesto a pagar el turista por una guía gastronómica

ESCALA	N° Encuestados	PORCENTAJE
De \$ 1.00 a 2.00	58	31
De \$ 2.00 a 3.00	84	45
De \$ 3.00 a 4.00	45	24
TOTAL	187	100

Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas, C

Gráfico 7. Determinar cuánto estaría dispuesto a pagar el turista por una guía gastronómica



Fuente: Turistas que visitan Riobamba
Elaborado por: Rojas, C

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 45%, 84 personas de las encuestadas consideran que el precio a pagar por una guía gastronómica puede ser entre \$2.00 y \$3.00 dólares que no es un valor elevado pero la calidad del producto también debe ser bueno.

Después de conversaciones con el MINISTERIO DE TURISMO, se consideró la posibilidad de hacer la guía gastronómica para el 2014 y ellos se encargarían de realizar las impresiones de la misma en un tiraje de 2.000 ejemplares pero para ello se debe presentar un proyecto previo por lo cual se hizo la pregunta para saber cuál es el valor que la gente estaría dispuesta por pagar este valor en caso que esta gestión no se pudiera dar que es un costo real solo del material que se utilizaría para la elaboración de esta guía gastronómica y un costo adicional para pagar a personas que se encarguen de la comercialización de la guía.

ANÁLISIS GENERAL

La cocina popular constituye un hecho cultural que da cuenta no únicamente de los alimentos existentes en ecologías diversas, si no del proceso mediante el cual, estos alimentos son transformados por el ser humano bajo determinadas tecnologías, conocimientos y “secretos” aprendidos a lo largo del tiempo. La actividad culinaria, “más que una forma de subsistencia, es un modo de vida”. Es el resultado de un saber, transmitido de generación en generación, que le permite a la persona manipular los alimentos que le ofrece su entorno, para la creación de platos específicos.

En la provincia de Chimborazo, las bases de la cocina popular se registran en las actividades culinarias de la cultura Puruhá - inca. En épocas prehispánicas el producto dominante de la alimentación era el maíz, cultivado no sólo como fines de consumo, sino también como elemento ritual. Los tubérculos, como papas, mellocos, mashua y ocas, entre otros, también constituían un alimento imprescindible. Con la llegada de los españoles, la orientación alimenticia sufre trastornos debido a que gran parte de sus pobladores se orientan al consumo de trigo, cebada y hortalizas variadas, así como de animales domésticos que fueron introducidos por el conquistador. El empleo de determinados alimentos, condimentos y especies, así como de procedimientos culinarios fue modificándose con el paso del tiempo con la eliminación o aumento de alguno de sus componentes.

En la actualidad, la cocina popular de Chimborazo debe entenderse a partir de las particularidades adoptadas por los dos grupos sociales que habitan en la región. Mientras el indígena campesino basa su alimentación en productos agrícolas sembrados al interior de la parcela, con una preferencia notoria hacia el maíz, la papa, las habas y, últimamente, los fideos; el mestizo incorpora en su dieta, además de estos productos, la harina de trigo, hortalizas, frutas y, especialmente, la carne de puerco. Ello no quiere decir, sin embargo, que entre estos dos grupos no existan prestaciones e intercambios cuando del empleo de los productos mencionados así como de las formas de preparación se trata. Como veremos, la ingesta diaria de granos preparados como el choclo, las habas cocinadas o el tostado; de la chicha o del cuy en las festividades; y de la colada morada en el Día de los Difuntos, entre otros ejemplos, es compartida por ambos sectores.

Aunque a lo largo de la provincia se advierte la inserción de nuevas pautas de consumo alimenticio, como la ingesta de gaseosas, hamburguesas o enlatados, la preparación de platos tradicionales entre mestizos e indígenas, sigue vigente. Mediante la transmisión de conocimientos de generación en generación al interior de las unidades domésticas, donde el acto de cocinar, es visto como una actividad femenina, se ha logrado mantener una tradición culinaria, definida por cuatro elementos básicos: la tecnología, la sazón, los “puntos” y los secretos inherentes en el proceso creativo de los platos.

El empleo de cucharas de palo, piedras de moler, ollas de barro, pailas, planchas de piedra y hornos de leña para la fabricación de platos tradicionales, es todavía frecuente entre los habitantes chimboracenses, pese a la introducción masiva de productos industriales. Aunque las ollas de barro concentran menos calor que una olla de aluminio, demorando el proceso de cocción de los alimentos, el sabor que proporciona al choclo, las habas o la lenteja, por ejemplo, es “insuperable”. Se dice también que una tortilla de maíz, tostada sobre piedra, no tiene punto de comparación con una tortilla asada en sartén de aluminio, o que el sabor del pan elaborado en horno de leña es mejor que aquel que se prepara en horno de gas. Se advierte así mismo, que las mejores “humitas” son aquellas que se elaboran “a mano”, mediante el empleo de piedras de moler para triturar el choclo, ingrediente básico de este plato.

La sazón “se vuelve similar a un proceso de creación cualquiera donde los detalles se van añadiendo o eliminando según el desarrollo de la obra”. Por lo general en Chimborazo es común el empleo de condimentos como la sal, el comino y el ajo para la preparación de sopas o secos; de especias como el clavo de olor, canela y pimienta dulce, para la elaboración de bebidas o dulces; y de la manteca de chancho, para mezclas, refritos y/o frituras de diferentes platos. La “pureza” de estos ingredientes es importante, destacándose, por ejemplo, el empleo de ajo puro y no procesado, de manteca de chancho y no vegetal.

Además de la sazón, quien cocina debe conocer exactamente el “punto” de preparación de los alimentos, principalmente a través de su consistencia; este

elemento es importante porque permite una lectura de cuán meticulosa es la persona que se dedica a esta tarea. Por ejemplo, un buen locro siempre debe estar espeso, o un dulce de higos nunca debe asentarse en la paila.

Pero también existen “secretos” de cocina que son parte de un saber que simboliza la amalgama de conocimientos adquiridos durante la permanencia de la persona en la actividad culinaria. “Los secretos se callan deliberadamente, siempre se ‘cuidan’ y solo se transmiten a personas selectas tanto para evitar la competencia cuanto para mantener la tradición al interior de un grupo determinado”. La posesión de secretos confiere cierto poder al cocinero: el poder de un conocimiento no compartido.

Finalmente, se debe mencionar que la preparación de los platos tradicionales en Chimborazo está sujeta a determinados escenarios definidos por un tiempo social, que va desde lo cotidiano hasta lo excepcional, pudiéndose hablar de “comidas del día a día”, “comidas especiales” o fuera de lo común y “comidas de fiesta”, éstas últimas, preparadas en el marco del calendario festivo de la provincia.

B. LAS HUECAS DE RIOBAMBA

Uno de los pocos placeres permitidos es el comer, pero hay comidas y comidas. Cada pueblo tiene la suya propia, que le provoca sentimientos de pertenencia y bienestar. Platos que forman parte del ideario popular, que permiten a cocineros y comensales convertirse, día a día, en inventores de la imagen de un lugar.

En los pueblos y ciudades las personas escogen los lugares donde dirigirse a saborear sus comidas favoritas, no sólo por la presencia o ubicación de éstos; se busca más bien otros “detalles” que sólo ciertos lugares abarcan, entre éstos se encuentran los “secretos” de los propietarios, la sazón, el cariño con que atienden, o el simple hecho de que en dichos lugares hay más comensales, lo que indica que la comida es buena.

Es claro que cuando de comida típica se trata la presentación del lugar es lo que menos importa; cabe recalcar que quienes tienen una interminable clientela aclaran que “aunque el lugar sea sólo una casita vieja y algunos clientes tengan que comer parados, lo importante es lo limpio que lo mantienen y lo bien que preparan sus alimentos”. Es curioso que al contrario de lo que se piensa, muchas personas prefieren el “huequito” con la viejecita que nunca cambia el sabor especial de la comida que prepara; y que, cuando los propietarios del lugar, por atraer más clientela lo amplían, arreglan o cambian de lugar, muchos de los fieles clientes que solían asistir a él se sienten decepcionados, piensan que algo ha cambiado además del local y dejan de visitarlo tal vez para siempre.

Por lo tanto es indiscutible que la comida típica de un lugar no se puede comer en cualquier sitio, que no todos la preparan igual, y que los aficionados a la misma buscan lugares especiales que tomen en cuenta todas sus aspiraciones y caprichos con respecto al sabor y los componentes de la misma. Para quienes quieran disfrutar de la comida típica de ésta hermosa provincia en los lugares donde mejor se la representa, a continuación hay un recuento de los sitios de venta con más acogida y buena fama en la ciudad de Riobamba.

1. Picanterías

Lugares de venta de platos fuertes tradicionales, en especial con carne y menudencia de cerdo, res, borrego, cuy; entre ellos: Fritada, Papas con Cuero, Caucara, Hornado, Morcilla, Yaguarlocro, Cuy, Chicharrón, Ceviche de Chochos, Tripa Mishki, etc.

a. **Salón “El Cordovez de Las Masabandas”**

Propietario: Sra. Narcisa Morales de Masabanda

Fundado en: 1.965

Descripción: A partir de las tres de la tarde, de lunes a sábado, se vende las famosas tortillas de papa asadas al carbón con fritada hecha en fogón de leña, mote, choclos, y los deliciosos quimbolitos y humitas que se venden en el salón, el primero que los vendió en la ciudad; que han atraído a través de los años a turistas y personas famosas, como un ex presidente, que la visitó antes de

ejercer su cargo, y en una visita posterior cuando ya era presidente, preguntó a quien le había llevado hacia el lugar, si aún existían las deliciosas tortillas.

Además, llegan frecuentemente al lugar riobambeños que han viajado a otras ciudades del país o al exterior, y al regresar, el primer sitio que visitan es el salón; sumados a ellos los turistas que piden recomendación a los taxistas y éstos los llevan donde las Masabandas, o los que, al estar cerca de la estación del Ferrocarril, llegan por curiosidad.

Un distintivo característico del local, es que aún conserva en funcionamiento una *Rocola* que fue una de las primeras en la ciudad, y se pone en funcionamiento cuando alguno de los comensales lo solicita.

Horario de Atención: De Lunes a Sábado, de 15:00 a 20:00

Dirección: Av. Unidad Nacional 32-07 y Lavalle, atrás de la Estación de Ferrocarril.

Teléfono: (03) 2940850

b. Fritadas “Anita”

Propietario: Sra. Alba Tixe

Fundado en: 1.996

Descripción: En el lugar se vende fritada acompañada de choclos, mote, maduro frito y lechugas con chiriucho; a veces se preparan papas con cuero. Este negocio abre las tardes, durante toda la semana, y se llena de comensales que gustan de la sazón de quienes preparan la fritada. Pocas veces es visitado por turistas, pero los que llegan al lugar se sienten complacidos de disfrutar de un plato típico tan especial.

Horario de Atención: De Lunes a Domingo, de 17:00 a 20:00

Dirección: Carabobo y argentinos, esquina, a dos cuadras del Templo “Loma de Quito”, frente a “Hornados Carmita”.

Teléfono: (03) 2951273

c. Las Fritadas “De La Ayacucho”

Propietario: Sra. Mercedes Allauca

Fundado en: 1.969

Descripción: En el sitio se vende fritada con tortillas de papa, lechuga, salsa de maní, mote, encebollado, picante, maduro frito y, el distintivo del delicioso plato se da por la “guagua mama”, que está conformado por el aparato reproductor de la puerca. La clientela de la picantería la prefiere por la buena preparación y por su especialidad, que no se encuentra en otro sitio de la ciudad. Llegan muchos turistas, a los cuales les recomiendan visitar el lugar, en especial los choferes de los taxis a los cuales preguntan sobre sitios para comer y son llevados a “las fritadas de la Ayacucho”. Hasta hace ocho años funcionaban en la esquina de la

cuadra, después pasaron a funcionar en los bajos de su domicilio, y hace dos años cuentan con un local con todas las comodidades para sus clientes.

Horario de Atención: lunes a domingo de 16:00 21:00

Dirección: Ayacucho 25-40 y García Moreno, a la vuelta de la Clínica Metropolitana.

Teléfono: (03) 2941250 / 084229383

d. Picantería “Anita”

Propietario: Sra. Marta Guamán

Fundado en: 1.975

Descripción: Hace más de 40 años, la señora Ana Guamán, madre de la actual propietaria, tenía un puesto de comida ambulante de venta de papas con cuero, el que atendía junto con sus dos hijas; al pasar el tiempo empezó a delegar el manejo del puesto entre sus hijas, una por semana. Posteriormente cada una puso su propia picantería, cerca la una de la otra. En la picantería Anita los tres platos típicos que se venden en mayor cantidad son: yaguarlocro y papas con cuero, típicos de la ciudad; y arroz con guatita, típico de la costa y que se vende a lo largo del país. Además se vende caldo de patas, llapingachos, mote con chicharrón, caldo de gallina; y para contar con variedad según el gusto de los clientes, se ha sumado al menú variedades costeñas como encebollado, ceviches, banderas y pescado frito. El lugar mantiene una clientela que ha sido estable a lo largo del tiempo; en especial cuando hay fiestas o feriados llegan turistas, en mayor cantidad en carnaval, cuando mucha gente de la costa visita

el lugar, llevados por sus familiares; también llega gente de Ambato, Latacunga, Guaranda y otras ciudades vecinas. La comida que atrae más clientela, según han dicho los comensales a la dueña, es el yaguarlocro, que tiene una sazón especial en la picantería.

Horario de Atención: De Lunes a Domingo, de 9:00 a 20:00

Dirección: Uruguay 17-23 y Colombia, A una cuadra del edificio del Hospital del Seguro.

Teléfono: (03) 2942228 / 095095524

e. Picantería “Cuchifritos”

Propietario: Sra. Blanca Guamán

Fundado en: 1.998

Descripción: Fundado por la hermana de la propietaria del negocio mencionado anteriormente. En el año 1998 se independizó y pasó a funcionar en varios lugares de los alrededores de la ubicación actual, hasta que construyó su propia casa y lo instaló en ella. Se ofrece los mismos platos típicos del anterior, con el distingo de que las papas con cuero las sirven con mote, y hay la opción de pedir tostado. La clientela es constante, y llegan al sitio atraídos por la buena sazón y la atención que se brinda en él. Suelen llegar turistas de otras ciudades llevados por sus familiares residentes en la ciudad. Además es frecuentado por autoridades a menudo.

Horario de Atención: De Lunes a Domingo, de 9:00 a 20:00

Dirección: Chile y Uruguay, esquina. A una cuadra del edificio del Hospital del Seguro.

Teléfono: (03) 2947425 / 098172807

f. Picantería “Carmita”

Propietario: Sra. Carmen Jara

Fundado en: 1.960

Descripción: Ahora atiende Susana Espinoza, hija de la fundadora, Sra. Carmen Jara, la cual ha llegado a sus 80 años y no se encuentra en condiciones de atender el negocio, sin embargo sus hijos quieren evitar que se pierda la tradición. La picantería originalmente funcionaba a una cuadra del actual, frente al Coliseo; pero posteriormente cambió su ubicación más no su clientela, que lo seguirá a donde vaya, por la deliciosa especialidad que en él se vende: papas con cuero y choclo mote, acompañado de un delicioso ají. El local funciona de lunes a sábado, por las tardes, y apenas abre ya hay clientes esperando su plato para disfrutarlo. La clientela aumenta constantemente, debido a la conscripción que se lleva a cabo en la Brigada Blindada Galápagos, en la que por ley, los nuevos conscriptos son informados por los antiguos del platillo que no deben dejar de disfrutar en la ciudad. Además es visitado por turistas que llegan por curiosidad a visitarlo o que son informados de su presencia.

Horario de Atención: De Lunes a Domingo, de 16:00 a 20:00

Dirección: Carabobo 24-19 y Veloz, a media cuadra del Consejo Provincial.

Teléfono: 087875051

g. “La Candela, el Rincón de Don George”

Propietario: Sr. Jorge Gavilánez

Fundado en: 1.978

Descripción: Los clientes del lugar conocen muy bien los horarios en los que se atiende, y el menú que se brinda en el mismo; el cual consiste en: de lunes a viernes se ofrece diferentes platos: delicioso yaguarlocro, patitas de choncho fritas con papas cocinadas y salsa de maní, caldo de nervio, que se prepara con una receta similar a la fanesca, caldo de patas de choncho, papas con cuero y un particular plato, conformado por patas de choncho, menudo de choncho cocinado (guaguamama, lengua, riñones, etc.), chicharrón, maduros y mote; componentes que elige cada cliente a su gusto. Los días de mayor concurrencia son los lunes y jueves, donde los clientes llegan y no se molestan por esperar un poco, con tal de saborear los deliciosos platos típicos. La clientela del sitio ha crecido con los años, y a pesar de su ubicación un poco alejada del centro, cada vez llegan nuevos comensales, gracias a la publicidad que se hace de boca a boca, pues quienes han visitado el lugar lo recomiendan a otros potenciales clientes. Según los propietarios, lo que atrae de su negocio son los precios convenientes y el sabor y cariño con que preparan tan peculiares platos.

Horario de Atención: lunes a viernes, de 18:00 a 22:00

Dirección: Natale Tormen y México, a dos cuadras del parque de Bellavista.

h. Las Tortillas con Cauca “De Doña Magolita”

Propietario: Sra. Victoria Magdalena Sánchez

Fundado en: 1.990

Descripción: De lunes a sábado por las tardes, se vende unas tortillas de papa de especial preparación, combinadas con caucara en jugo, huevo frito para quienes lo pidan, lechuga y encebollado. Al principio el salón no tenía mucha clientela, pero asombrosamente fue creciendo, de manera que a pesar de abrir a las seis de la tarde, máximo a las ocho ya ha agotado todo su producto, situación que se repite todos los días, porque, a decir de la dueña, todos los días llega alguien nuevo al lugar, a quienes ella atiende aún mejor que a sus clientes, para asegurarse de que vuelvan. Además de las exquisitas tortillas, el día sábado en la mañana se vende un igualmente delicioso Yaguarlocro, seco de pollo y el preferido del actual alcalde de la ciudad: seco de chivo. Y los domingos en la mañana su otra especialidad: hornado con mote, papas, salsa de maní, chiriucho y lechuga. Constantemente llegan clientes que traen a su familia que los visita, para que disfruten de la especial sazón de las caucaras que son exquisitas y apetece probarlas una vez tras otra. La dueña se encuentra atendiendo en este momento en un local arrendado pues se encuentra remodelando el local original ubicado en la Almagro y Orozco, el cual abrirá a mediados del año 2012, para ofrecer a su creciente clientela un sitio más amplio, en el que puedan disfrutar de tan singular comida.

Horario de Atención: Lunes a viernes de 18:00 a 20:00. Sábado de 8:00 a 20:00. Domingo de 7:00 a 12:00

Dirección: Diego de Almagro y Veloz, esquina; a una cuadra del Colegio “San Felipe Neri”.

Teléfono: (03) 2964475

i. Salón “Doña Luna”

Propietario: Sra. Luz Luna

Fundado en: 1.945

Descripción: Doña Luz Luna empezó muy joven con su negocio, el cual era el único en la zona; sin embargo ahora hay muchos locales alrededor, pero el suyo fue el primero, y hoy sigue siendo en preferido. En la picantería se venden varios platos típicos de la ciudad, entre ellos el Yaguarlocro, el caldo de patas, y la especialidad de la casa: tortillas de papa con carne de res en jugo, huevo frito, ensalada de lechuga, remolacha, y con la opción de llevar chorizo y arroz colorado. Pero lo que le ha dado fama a través de los años es el insólito y delicioso Jugo de Sal, que como Doña Luz dice, es levantamuertos, y de mucha ayuda para pasar el chuchaqui. Éste es una combinación de un muy bien sazonado jugo de carne con picadillo de cebolla blanca y culantro, dos huevos “pasados”, es decir apenas fritos, y jugo de limón al gusto. Se lo sirve en un vaso profundo que los comensales disfrutan hasta la última gota. A decir de la propietaria, el jugo de sal es el mayor atractivo de su local, puesto que incluso vienen personas de otras ciudades del país como Quito, exclusivamente a saborearlo. El salón atiende todos los días desde la mañana hasta las cuatro de la tarde, también en fechas especiales se vende en la picantería las comidas

rituales asociadas a las mismas, es decir: fanesca en Semana Santa y colada morada en Finados, entre otras.

Horario de Atención: Lunes a Domingo de 8:00 a 16:00

Dirección: Pasaje del mercado “La Merced”.

Teléfono: (03) 2964822

j. Hornados del “Mercado la Merced”

Propietario: Varios propietarios

Fundado en: 1927

Descripción: La hornadera más antigua del mercado es doña María Lucía Campoverde y Herrera, quien tiene su puestito de venta desde antes que existiera la infraestructura del mercado. Hoy, dice doña María, hay muchas que son solo moteras, no son verdaderas hornaderas como yo, y otras personas que estuvieron aquí desde el principio. Nosotros conservamos la calidad de lo que vendemos, por algo el hornado de La Merced es tan famoso a nivel nacional e internacional.

El lugar es visitado por turistas de todas partes que se acercan a saborear el hornado riobambeño, los cuales son muy bien tratados por las vendedoras, que con los más dulces halagos y piropos tratan de atraer su atención y venderles su producto. El famoso hornado de La Merced, brinda a los clientes locales y turistas la posibilidad de llevar en sus paladares el recuerdo de los sabores de una provincia llena de cultura y buen trato.

Horario de Atención: Lunes a Domingo, de 7:00 a 18:00

Dirección: Guayaquil y Colón, mercado La Merced

k. Hornados “Carmita”

Propietario: Sra. Carmita Carrillo

Fundado en: 1.999

Descripción: Se vende hornado con papas, mote, lechugas y chiriucho. La clientela es constante debido a la ubicación del local y la preparación del hornado, siendo frecuentado por todos quienes visitan la Loma de Quito, o quien se dirige hacia el centro y es atraído por el embelesante olor del hornado recién preparado. Los turistas llegan llevados por sus familiares o por recomendaciones de quien visita frecuentemente el lugar.

Horario de Atención: De Lunes a Domingo, de 8:00 a 14:00

Dirección: Carabobo y argentinos, esquina, a dos cuadras del Templo “Loma de Quito”.

Teléfono: (03) 2946838

l. Los Hornados de la Venezuela “La Esquina del Sabor”

Propietario: Sra. Hortensia Vargas

Fundado en: 1.990

Descripción: El kiosco atiende los domingos, se vende hornado con papas, mote, chiriucho, salsa de maní, y lechuga. Existen dos puestos de venta en la

misma esquina, sin embargo, el mencionado es el más visitado, debido a la sazón y el secreto en la preparación.

El sitio tiene buena clientela, llegan muchas personas a comprar grandes cantidades de hornado para llevarlo a sus casas; los clientes lo prefieren porque el lugar es limpio y tiene buena sazón.

Horario de Atención: domingo de 6:00 a 13:00

Dirección: Venezuela y Carabobo, esquina.

Teléfono: 085834626

m. Hornados del “Redondel de San Luis”

Propietario: Varios propietarios

Fundado en: 2005

Descripción: En el lugar se encuentra dos puestos de venta de Hornado con mote, papas, lechuga, salsa de maní y chiriucho; y un puesto de jugos y batidos, que funcionan todos los días, sin embargo el domingo tienen una singular acogida, y son visitados por grandes cantidades de comensales, que no les importa esperar un poco para saborear la agradable sazón de los platos.

Horario de Atención: Lunes a Domingo, de 8:00 a 15:00

Dirección: Avda. Circunvalación, frente al redondel de “San Luis”

n. Picantería “El Resbalón”

Propietario: Sra. Gloria Torres

Fundado en: 1.985

Descripción: En la picantería se vende comidas típicas dentro de las cuales está el Hornado Riobambeño, las Morcillas, el Picante, mote y papas. La especialidad de la casa es un plato mixto que lleva todas las especialidades antes mencionadas juntas, éste es muy apetecido, y debido a él llegan turistas a probarlo, enviados por personas que les recomiendan el lugar. La picantería tiene una clientela que se ha incrementado a través de los años debido a la preparación y el buen gusto de sus comidas. Las recetas de todos los platillos son de creación de la fundadora.

Horario de Atención: De Lunes a Domingo, de 8:00 a 18:00

Dirección: Veloz y Lavalle, a media cuadra de las escalinatas de la Loma de Quito.

Teléfono: (03) 2968122 / 098783696

o. Las Morcillas “De Doña Ramonita”

Propietario: Sr. Jorge Inca

Fundado en: 1945

Descripción: El secreto de la receta estaba en manos de la fundadora del lugar, quien falleció pero heredó el negocio a su hijo y nuera; los cuales conservan el secreto en la preparación de las deliciosas morcillas con picante y mote; que, a decir de quienes llegan de toda la ciudad para probarlo, es el mejor que pueden encontrar por el sabor sin igual que deleita su paladar.

Se atiende dos días a la semana: el lunes y el viernes, días que los comensales esperan para acercarse al lugar y saborear las morcillas. Muchas veces han llegado personas de otras partes del país invitados por sus familiares, o aquellos que han pedido referencia de un lugar para comer y han sido enviados a él también, además las autoridades de la ciudad lo visitan constantemente.

Horario de Atención: lunes y viernes, de 16:00 a 21:00

Dirección: Carabobo entre Ayacucho y Junín, a dos cuadras de convento de los Padres Franciscanos.

Teléfono: (03) 2366557

p. Las Morcillas y el Picante “De doña Lucrecia”

Propietario: Sra. Lucrecia Cajamarca

Fundado en: 1975

Descripción: La especialidad del sitio son las morcillas, que se sirven acompañadas de picante (menudo de chanco), mote y salsa de maní. Los días de atención varían entre dos dueñas, ella y su nuera, la Sra. Antonieta Suarez.

La Sra. Lucrecia atiende los lunes, miércoles y viernes, y su nuera los martes; ésta además tiene otro puesto en el que atiende los días lunes, ubicado en la esquina de las calles Juan Montalvo y argentinos, conocido como “Los picantes de la Loma de Quito”. En ambos lugares también venden hornado los días domingos de mañana. Tienen una clientela fija en ambos lugares de venta,

puesto que las morcillas se fabrican con todos los ingredientes que éstas deben tener.

Horario de Atención: “De doña Lucrecia”: lunes, martes, miércoles y viernes de 16:00 a 21:00, Domingo de 8:00 a 13:00. “De la Loma de Quito”: lunes 16:00 a 21:00, Domingo de 8:00 a 13:00.

Dirección: “De doña Lucrecia”: 5 de Junio y Venezuela, esquina; a dos cuadras del mercado San Alfonso. “De la Loma de Quito”: Juan Montalvo y argentinos, esquina; a una cuadra de la Loma de Quito.

Teléfono: (03) 2948488

q. **“Súper Cuy, los Cuyes del Peluquero”**

Propietario: Sr. Ernesto Ausay

Fundado en: 1976

Descripción: El negocio está abierto los sábados, pero atiende pedidos y prepara platos por encomienda todos los días. Las especialidades son el cuy y conejo con papas, considerados por muchos comensales como los mejores de la ciudad. Además, por pedido se prepara cualquier plato típico como aguado o caldo de gallina, colada morada, pan de casa, chicha de jora (que siempre se entrega con los cuyes para llevar), etc.

Según los propietarios lo que atrae a la clientela es la sazón de sus comidas. Lo que ha dado al negocio la fama suficiente para que ciertos operadores turísticos consideren dentro de sus recorridos una visita al lugar; además de que muchas

personas realizan pedidos del producto para enviarlo a otros países a sus familiares y parientes.

Horario de Atención: sábado, de 9:00 a 15:00

Dirección: España y Carondelet, esquina; a cuatro cuadras del cementerio.

Teléfono: (03) 2962555

r. **Asaderos de Cuyes “La Serranita” y “Don Segundito”**

Propietario: Sr. Segundo Villafuerte y Flia.

Fundado en: 2.003

Descripción: Antes tenían un puesto de venta en el mercado “San Alfonso”, después del cual se ubicaron en las cercanías, con una carpa que se coloca en una esquina los días lunes, miércoles y sábados; días en los que ofrecen la especialidad: cuyes y conejos asados en carbón, con papas cocinadas y salsa de maní. Posterior a esto se ubicaron también en la ubicación del redondel a “San Luis”, donde atienden los domingos, y además de los platos mencionados, ofrecen locro de cuy, caldo de gallina y jugos de frutas. Frecuentemente llegan turistas con sus familias que les llevan al lugar, el cual ha logrado una buena clientela debido a la sazón de los cuyes y conejos que tienen un especial tamaño y sabor.

Horario de Atención: “La Serranita”: lunes, miércoles y sábado, de 9:00 a 15:00.

“Don Segundito”: domingo de 9:00 a 15:00

Dirección: “La Serranita”: Venezuela y Mariana de Jesús, esquina; frente a la Gasolinera San Alfonso. “Don Segundito”: Av. Circunvalación, a 10 metros del redondel a “San Luis”

Teléfono: (03) 2926302 / 087616110

s. Los Chicharrones De la Colón “Mesón Andino”

Propietario: Sra. Marta León Ricaurte

Fundado en: 1.995

Descripción: Aunque hace 3 años se encuentra en una nueva ubicación, los clientes siguen conociendo al lugar como “los chicharrones de la Colón”, pues ese fue el lugar donde inició el negocio; el cual fue abierto por curiosidad por su propietaria, quien conocía las recetas que preparaba su madre, y se aventuró a empezar a prepararla para venta al público. Al pasar el tiempo fue aumentando su clientela y ella sintió mucho gusto por mantener el negocio. En la picantería se vende fritada con mote, tortillas de papa, maduros fritos, encebollado, y el atractivo principal que lo constituyen los chicharrones de chancho y las humitas, que atraen gente de toda la ciudad que se dirige hasta el lugar a disfrutar de ellos. También se realiza por pedido tamales especiales, quimbolitos y varios tipos de comida de fiesta.

A los comensales los atrae la buena sazón de la dueña, además el hecho que los chicharrones son frescos y suaves. Al sitio llegan familiares de riobambeños que son llevados por éstos a saborear los chicharrones, o a la vez hay clientes

que llevan grandes cantidades de los mismos a sus casas para brindarlos a toda su familia.

Horario de Atención: Lunes a sábado, de 17:00 a 22:00

Dirección: 12 de Octubre 25-29 entre García Moreno y España. A una cuadra del Cementerio.

Teléfono: (03) 2969550

t. Los Ceviches de Chocho “De Doña Mary”, en la explanada del Coliseo

Propietario: Sra. María Guamán

Fundado en: 1.990

Descripción: El ceviche de chochos, es una receta que se empezó a preparar hace unos 25 años, antes solo se vendía chochos, que se exhibía en fuentes, junto con cuero picado, tostado, cebolla, zanahoria y limón; pero a partir de esa fecha algunas personas empezaron a innovar en su receta y convertirlo en el ahora conocido ceviche. La propietaria de puesto empezó hace 31 años vendiendo chochos en otra dirección, pasando por algunos sitios hasta establecerse en la actual ubicación, donde recibe todos los días a sus “caseritos” que son los clientes que prefieren el lugar por su sazón y los secretos en la preparación. Es tan apetecido el plato, que algunos clientes lo compran para enviarlo congelado a algunos compatriotas que viven en otros países.

Horario de Atención: Lunes a Domingo de 8:00 a 14:00

Dirección: Veloz y Pichincha, esquina. Explanada del Coliseo.

Teléfono: (03) 2601702

u. Los Ceviches de Chocho “De Doña Charito”, en Villa María

Propietario: Sra. Rosario Guamán

Fundado en: 1.990

Descripción: El lugar atiende de lunes a sábado de 8 de la mañana a 2 y media de la tarde, y los domingos de 9 hasta las 3 de la tarde. El nutritivo y delicioso plato se conforma por jugo de tomate riñón, chochos, tostado, cebollas, hierbitas y cuero u oreja de choncho que debe ser escogida por los comensales; además éstos deben sazonar su propio plato con limón, sal, aceite, pimienta y ají de cebollas o de chocho a su gusto, para lograr el sabor que a cada uno le guste más. Además de los ceviches se vende jugos helados de naranja y tamarindo, que complementan el plato típico.

En la ubicación actual se encuentran hace cuatro años, antes se encontraban en la plaza roja “La Concepción”, lugar del cual fueron reubicados. Sin embargo, a pesar de encontrarse un poco alejados del centro, los comensales siguen llegando, y a éstos también se suman turistas que se son guiados al lugar, o son llevados por sus familiares.

Horario de Atención: Lunes a Sábado de 8:00 a 14:30, Domingo de 9:00 a 15:00

Dirección: Orozco y Loja, esquina. Parque Villa María.

Teléfono: 080450437

v. “Tripa Mishki del Coliseo”

Propietario: Sra. Graciela Uriarte

Fundado en: 1.970

Descripción: El carrito es el más visitado, por la suavidad y la buena preparación de la tripa mishki que, a decir de quienes la consumen, es buena para combatir la gastritis y la úlcera, porque fortalece el estómago e intestinos debilitados. A partir de las cuatro de la tarde, de lunes a sábado, se vende la tripa mishki, junto con mote, papas cocinadas, encurtido de cebollas y ají para quien lo quiera. A disfrutar del plato llegan muchos clientes, turistas que se sienten atraídos por la curiosidad, y otros que tienen familiares en la ciudad y son invitados por éstos a degustar del mismo. Incluso ha habido personas que han comprado cantidades del platillo para enviarlo al extranjero a los familiares que se encuentran allá y añoran disfrutar de los sabores de su tierra, además otros clientes compran el producto crudo, por libras, para asarlo en sus propias casas.

Horario de Atención: De Lunes a Sábado, de 16:00 a 21:00

Dirección: Rocafuerte y Orozco, junto al Coliseo.

Teléfono: 069998069

2. Cafetería y manjares

Tortillas de maíz hechas en piedra, de trigo hechas en tiesto, Humitas, tamales, quimbolitos, sándwiches, pan en horno de leña y variedades de cafetería

a. Panadería “Santa Faz”

Propietario: Sra. María Yaucan

Fundado en: 1.976

Descripción: La panadería se encuentra en el lugar desde que las calles eran aún de tierra, en ése tiempo se llamaba “Panadería Riobamba”. La costumbre viene de una tradición familiar, desde los abuelos del Sr. Miguel Ángel Morocho Godoy, fallecido, esposo de la actual propietaria y fundador de la panadería. El pan se hace en horno de leña, el cual se vislumbra a través de una ventana al entrar en la panadería, la propietaria indica que utiliza materiales de excelente calidad para su fabricación, como huevos frescos, manteca y queso especiales, además que realiza su trabajo con amor, responsabilidad y aseo, lo que hace que su clientela aprecie tanto el producto que incluso le realiza pedidos para enviarlo a sus familiares en el extranjero.

Horario de Atención: De Lunes a Domingo, de 6:00 a 21:00

Dirección: Eplicachima N° 22-60 entre Manuel Elisio Flor y Daniel León Borja.
Frente a KFC

Teléfono: 098028082

b. Cafetería “La Abuela Rosa”

Propietario: Sr. Carlos moreno

Fundado en: 2.006

Descripción: La casa donde funciona la cafetería tiene unos 70 años, y el nombre viene de su dueña original. Aquí se ofrece al público manjares típicos de la sierra y costa como humitas, tamales, quimbolitos, tortillas de maíz y bolones, que se puede acompañar con chocolate cremoso que se sirve con cubitos de queso y malvaviscos, además se ofrece el delicioso pernil de la casa, en sándwiches o en tablita para picar, vino hervido, café pasado, jugos y batidos. Todo esto en medio de un ambiente tradicional, con decoración típica y muy amable atención. Todo cliente antes de hacer su pedido será recibido con la cortesía de la casa, llamada “caca de perro”, que no es más que maíz tostado mezclado con panela, de muy agradable sabor.

Horario de Atención: lunes a sábado, de 16:00 a 21:00

Dirección: Calle Brasil y Esmeraldas, esquina. A dos cuadras de la entrada de emergencia del hospital de IESS

Teléfono: (03) 2944450 / (03) 20945888

c. “Las Empanadas de Viento” de la Guayaquil

Propietario:

Fundado en: 1984

Descripción: El carrito atiende las tardes entre el lunes y el sábado de cada semana. La familia es la primera en la ciudad que se dedicó a la venta de las empanadas de viento. El kiosco es visitado constantemente por turistas, debido a su ubicación en una zona muy concurrida del centro. Según los propietarios lo

que atrae y mantiene a la clientela es la sazón de las empanadas que no se encuentra en otro lugar.

Horario de Atención: lunes a sábado, de 7:00 a 19:00

Dirección: Pichincha y Guayaquil, esquina; junto a Heladería Iglú.

d. “La Casa de las Humitas”

Propietario: Sra. Blanca Asitimbay

Fundado en: 1.995

Descripción: El lugar abre las tardes, de lunes a sábado, todo el tiempo tiene humitas, tamales y quimbolitos; a disposición de quien desee saborearlos. Tiene muy buena clientela, y también llegan turistas al lugar, llevados por sus familias, o por recomendaciones de quienes lo conocen.

Según la propietaria, lo que atrae a la clientela es el especial sabor de las humitas, que no se encuentra en otro sitio de la ciudad. Además la atención que se brinda a los clientes es un toque añadido para que éstos vuelvan al lugar, porque para la propietaria, cada cliente es muy importante y especial, por lo que se merece la mejor atención.

Horario de Atención: lunes a sábado, de 14:00 a 20:00

Dirección: García Moreno 29-15 y Venezuela, a dos cuadras de la Plaza Dávalos.

Teléfono: (03) 2966795

e. Soda Bar “Hugo’s”

Propietario: Sra. Ana Rosero

Fundado en: 1.936

Descripción: En un principio, el padre de los actuales propietarios inició su negocio con un kiosco en la esquina de la Colón y Guayaquil, junto al Mercado “La Merced”, al poco tiempo se instaló en el local que funciona hasta la actualidad. Aquí se vende sándwiches, jugos naturales, batidos, milkshakes, malta de casa (malta lúpulo con dos huevos y azúcar) y la especialidad de la casa: los pickles, que son una ensalada de legumbres en vinagre casero, y se sirven junto con embutidos y pan. Los pickles de Hugo’s son una receta propia de los dueños del local, que ha pasado entre las generaciones a través de los años.

Pocos turistas visitan el negocio, más es visitado por las personas de la ciudad que lo conocen o por quienes son invitados a él por alguien conocido.

Horario de Atención: Lunes a Domingo, de 8:00 a 16:00

Dirección: Pasaje del mercado “La Merced”

Teléfono: (03) 2943130

f. Fuente de Soda “Hugo’s 2”

Propietario: Srs. María Esperanza Torres,

Fundado en: 2.005

Descripción: Este negocio nació a raíz del fallecimiento del esposo de la propietaria, el Sr. Héctor Murillo, fundador de “Soda Bar Hugo’s 1”. Al igual que

el anterior, aquí se vende sándwiches, jugos naturales, batidos, pero a diferencia de aquel, la especialidad de la casa son las tortillas de harina de trigo hechas en tiesto de barro, tradicionales de Guaranda, que sin embargo la propietaria ha adaptado con su toque personal, y son de especial acogida en la ciudad. Todos los ingredientes son naturales, y de calidad cuidando mucho la procedencia de éstos; se utiliza agua purificada para los jugos y frutas en buen estado. Siempre con el objetivo de brindar el mejor producto a su clientela.

Horario de Atención: Lunes a Domingo, de 8:00 a 19:30

Dirección: Calle 5 de junio y primera constituyente, junto al Banco de Fomento.

Teléfono: 087158589

g. Las Empanadas de Morocho “De la Merced”

Propietario: Sra. Teresa Chicaiza

Fundado en: 1955

Descripción: Las empanadas de morocho están a la venta los sábados y domingos, días en que además se vende tamales y chigüiles. El negocio existe desde que se creó el mercado, tiempo en el que ha pasado a manos de una nueva generación de la misma familia; a lo largo de los años, este ha ido ganando clientela gracias a la calidad de su producto.

Las empanadas son llevadas a otras ciudades del Ecuador por turistas nacionales que visitan la ciudad; y también son enviadas al extranjero por riobambeños que tienen parientes fuera del país.

Horario de Atención: Sábado y domingo de 7:00 a 18:00

Dirección: Pasaje del mercado la Merced y Colón, junto a los puestos de venta de hornado.

h. Las tortillas de piedra del redondel del cuartel de “las chicas Andrade”

Propietario: Sra. Yolanda Andrade

Fundado en: 1.999

Descripción: De miércoles a lunes, se vende tortillas de maíz hechas en piedra servidas junto con caucara y café; los domingos se vende además, chicha de jora. El lugar tiene mucha clientela, llegan turistas solos o llevados por sus familiares.

Constantemente preparan pedidos de tortillas que van a ser enviados al exterior, a países como Estados Unidos, Canadá y España. Según las propietarias, el secreto del sabor de sus tortillas se encuentra en la leña de eucalipto que utilizan, y la piedra sobre la cual las asan, que es traída de una mina ubicada entre Guano y San Andrés.

Horario de Atención: De miércoles a lunes, de 8:00 a 20:00

Dirección: México y Av. Antonio José de Sucre, esquina; frente al redondel de la Brigada.

Teléfono: (03) 2360385

i. “Ricas Tortillas en Piedra de la Vasija”

Propietario: Sra. Rosa Guamán

Fundado en: 1.980

Descripción: Se vende las tradicionales tortillas de maíz, asada en piedra; combinadas con hornado y ají. Al lugar llegan más turistas que riobambeños, siendo éstos principalmente de Quito, Guayaquil y el Perú. Lo que los atrae es la preparación de las tortillas; el secreto está en las manos que las hacen, que tienen muchos años de experiencia. El lugar abre de lunes a domingo, todos los días pasan muchos comensales que se dirigen hacia o desde baños o el oriente; o se acercan el negocio directamente, sólo para saborear las sabrosas tortillas.

Horario de Atención: lunes a viernes desde las 16:00, sábados y domingos desde las 12:00

Dirección: Espejo y Circunvalación, esquina; junto a al monumento “la Vasija”, en la salida a Baños.

Teléfono: (03) 2376573

j. Las Tradicionales Tortillas hechas en Piedra “De las Alarconas”

Propietario: Sra. Noemí de Pérez

Fundado en: 1.915

Descripción: El salón ha pertenecido a cinco generaciones de la familia Alarcón, siendo la actual dueña esposa de un descendiente de dicha familia. La

especialidad del lugar son las tortillas de maíz rellenas de queso, asadas en piedra; las cuales se sirven acompañadas de ají.

El local abre sólo los sábados y domingos, teniendo más afluencia de clientes los domingos; día en que llega un alto número de turistas, que han pedido referencias de un sitio para disfrutar comida típica de la provincia, y han sido guiados al lugar. El éxito de las Alarconas, para haber logrado mantener un negocio por tantos años, es el secreto de preparación de las tortillas, además del aseo con que han trabajado siempre, sumados estos dos factores a la amable atención que tienen para con su clientela.

Horario de Atención: sábados y domingos, de 9:00 a 19:30

Dirección: Primera Constituyente 13-49 y Loja, a dos cuadras del parque “Villa María”

Teléfono: (03) 2955076 / (03) 2947692

3. Jugos, Refrescos y Helados Tradicionales

Jugo de frutas enfriado con Hielo del Chimborazo, chicha de morocho, helados.

a. **“Chicha Especial de Morocho”**

Propietario: Sr. Manuel Mariño Soria y Sra. Lola Mariño

Fundado en: 1.957

Descripción: El carrito ha atendido todos los días de la semana durante cincuenta y cuatro años vendiendo chicha helada de morocho a quien quiera

refrescarse en el intenso sol de mediodía; sin embargo antes se vendía más el producto, pero por la variada oferta de bebidas y refrescos artificiales que hay en la actualidad, son pocas las personas que optan por una bebida natural que además de refrescar alimenta y revive recuerdos de la vida pacífica que se disfrutaba en la Riobamba de antes. Los clientes más usuales del carrito son los riobambeños que han salido de la ciudad tiempo atrás, y que al regresar quieren volver a disfrutar de los entrañables sabores de la tierra que dejaron atrás.

Horario de Atención: De Lunes a Domingo, de 8:00 a 16:00

Dirección: Juan Montalvo y Av. Daniel León Borja, esquina; frente a la estación del ferrocarril.

b. “Los Jugos Rompenucas”, con hielo del Chimborazo

Propietario: Sra. Miriam Santillán.

Fundado en: 1927

Descripción: Sus fundadoras fueron las Sras. Beatriz Montalvo y Marina Montenegro. Desde el inicio hasta la actualidad han existido tres puestos de dueños diferentes que trabajan en conjunto ofreciendo los afamados jugos de mora, tomate, naranjilla, coco, alfalfa, borjón, malta con huevo, etc., todos enfriados con Hielo del Chimborazo, que es traído sin falta los días sábados por el último hielero: Baltasar Ushca, quien aún mantiene esta tradición. Funcionan en conjunto con los hornados de la merced, ofreciendo el complemento perfecto para quienes se acercan a saborear un plato de hornado. Este lugar, al ser representativo de la ciudad a nivel nacional e internacional, es constantemente

visitado por gran cantidad de turistas, además los artistas y autoridades de todas partes que llegan a la ciudad, no pueden irse de ella sin saborear un plato de hornado con un vaso de jugo enfriado con hielo del Chimborazo.

Horario de Atención: Lunes a Domingo, de 7:00 a 18:00

Dirección: Guayaquil y Colón, mercado La Merced

Teléfono: 084412289

c. “Helados de Paila”

Propietario: Sr. Ángel Tamayo

Fundado en: 1.983

Descripción: El propietario es de Ambato, aprendió a hacer los helados en Quito y se trasladó a Riobamba donde abrió el negocio en una casa antigua, aledaña a donde funciona actualmente. Se fabrican helados prácticamente de todas las frutas, como guanábana, naranjilla, mora, frutilla, tamarindo, limón, piña, naranja, guayaba; sabores como chocolate, ron pasas, vainilla; frutas de temporada como el mango, etc. Los helados se hacen con frutas frescas, sin ningún aditivo, colorante o conservante; ésta calidad es lo que atrae a la clientela que tiene la heladería. La heladería atiende todos los días de la semana, de mañana a noche.

Horario de Atención: Lunes a Domingo de 9:00 a 20:00

Dirección: Espejo 21-43 y 10 de Agosto, a media cuadra del mercado “La Merced”.

Teléfono: (03) 2953367

d. Fuente de Soda “De Fabio Cristelok”

Propietario: Sra. Sara Solórzano

Fundado en: 1.955

Descripción: Abierta todos los días, es una heladería tradicional de la ciudad, vende helados preparados con crema de leche, se prepara igual que los helados de paila en sabores como ron-pasas, crema-pasas, chicle, taxo, mora, frutilla, mango, etc. La especialidad son los “bombones”, helados fabricados a base de leche, crema de leche, azúcar, sabores de vainilla o frutilla, y un baño de chocolate. El helado es típico del local, nadie más en la ciudad o el país conoce la receta, lo cual atrae a muchos clientes, en especial personas adultas de la ciudad, que cuando fueron niños y jóvenes visitaban incansablemente la heladería, y hoy, que viven fuera de la ciudad o el país, una vez que vuelven a la ciudad no dejan de visitarla y volver a probar los sabores de su infancia.

Horario de Atención: Lunes a Domingo de 8:00 a 19:00

Dirección: 10 de Agosto y 5 de Junio; a media cuadra del edificio del Correo.

Teléfono: (03) 2954625 / 083158318

e. Helados “San Francisco”

Propietario: Sr. Germán Martínez

Fundado en: 1.965

Descripción: Venden los tradicionales helados espumosos hechos de fruta pura, en sabores de mora, taxo, coco y chocolate. El lugar es conocido a nivel

nacional, es visitado por turistas todos los días; además llegan personas que hace muchos años salieron del país, y cuando regresan no dejan de visitar el sitio para probar los deliciosos helados.

Horario de Atención: Lunes a Domingo de 6:00 a 18:00

Dirección: Primera Constituyente y Tarqui, en el Mercado San Francisco.

Teléfono: (03) 2941936

4. Variedades

Tiendas de dulces típicos, tradiciones de fechas festivas, comida variada.

a. **Comercial “Flores”**

Propietario: Sr. Luis Oswaldo Flores, Sra. Dolores Beatriz Cifuentes

Fundado en: 1.954

Descripción: Es una tienda tradicional de Riobamba, visitada por los turistas que llegan a la ciudad debido a los productos que ofrece: velas de colores, granos de todo tipo, nueces, pasas, sahumero, especias, etc. Su principal atracción gastronómica la constituyen las colaciones, dulce tradicional que compran a proveedores de la ciudad que aún las fabrican. Hace 1 año renovaron la estructura, más la esencia de la tienda se mantiene.

Horario de Atención: lunes a sábado, de 7:00 a 19:00

Dirección: Primera Constituyente y Magdalena Dávalos, a media cuadra del Colegio “Nuestra Señora de Fátima”.

Teléfono: (03) 2966795

b. Víveres “Verito”

Propietario: Sra. Verónica Asitimbay

Fundado en: 1.975

Descripción: La propietaria de la tienda pone una mesita afuera de la puerta en la que ubica dos ollas tamaleras, en las cuales se mantienen calientes las humitas, los tamales de pollo y los quimbolitos, además venden higos con miel, chochos, tostado, cuero de chanco reventado, chifles y papitas fritas. Una característica de especial importancia el sitio es la posibilidad de disfrutar en cualquier época del año de dos comidas rituales, que sólo se encuentran en éste lugar fuera de temporada, estas son: la colada morada, propia del día de los difuntos; y los buñuelos, propios de la navidad. Aquí llegan constantemente riobambeños trayendo a sus familias de otros lados del país y del mundo a degustar de los especiales sabores que se preparan y de la atención que brindan las propietarias.

Horario de Atención: lunes a domingo, de 7:00 a 19:00

Dirección: García Moreno y Ayacucho, esquina; a la vuela de la Clínica Metropolitana.

Teléfono: (03) 2961334

c. “Los Agachaditos” Del Terminal

Propietario: Varios propietarios

Fundado en: 1.990

Descripción: Recientemente inaugurado en una explanada junto al terminal, para una mejor atención a sus clientes, antes se encontraban ubicados junto a la estación de Ferrocarril, en el centro de la ciudad. Los agachaditos son un conjunto de kioscos en los cuales se vende una variedad de comidas típicas y convencionales, entre las que se puede mencionar: seco de carne, seco de chivo, pollo frito con menestra, chuletas con menestra, arroz con guatita, caldo de menudo de pollo, caldo de gallina, avena dulce, morocho de leche, etc. El lugar recibe a turistas todos los días; éstos pueden escoger entre todos los kioscos, al que ofrezca mejor comida, o sea más atractivo, sin embargo todos ofrecen comida bien hecha, de buen sabor y en cantidades que satisfacen a estómagos exigentes.

Horario de Atención: De Lunes a Domingo, de 19:00 a 24:00

Dirección: Calle Eplicachima y Rey Cacha, en la parte posterior del Terminal Terrestre

VI. CONCLUSIONES

- Al realizar un estudio de las comidas y bebidas tradicionales que se ofertan en la ciudad de Riobamba se pudo observar la importancia que tiene para el turismo local la visita de turistas a establecimientos populares.
- Se concluyó que la ciudad de Riobamba existía la necesita de una guía gastronómica de platos típicos y de sus huecas con la finalidad de potencializar sus productos y darle la importancia que tiene su gastronómica como patrimonio cultural.
- En la mayoría de establecimientos si existen buenas prácticas de calidad y servicio, mientras que en los locales de expendio más popular y en las calles, se pasan por alto las normas de higiene y buen trato al cliente.
- Fue de gran importancia realizar una ficha informativa de todos los establecimientos para poder identificar, en un mapa de la ciudad donde están ubicados los lugares tradicionales y que tipo de comida se puede encontrar en cada uno de ellos.

VII. RECOMENDACIONES

- Las autoridades de la ciudad deberían darle la importancia que tiene la gastronomía en primer lugar como una forma de atraer turismo y otra como fuente de ingresos que esto representa.
- Se recomienda no solo realizar la guía gastronómica y que el proyecto finalice, más bien esta sea la oportunidad de trabajar juntos por la ciudad, autoridades, profesores y estudiantes para rescatar y mantener tradiciones que se han ido perdiendo.
- Dentro de la cátedra de servicio al cliente en la Escuela de Gastronomía de la Espoch se debería fomentar a los estudiantes para dar cursos gratuitos a los establecimientos sobre buenas normas de calidad y servicio.
- El mapa de las huecas de Riobamba debe difundirse impresamente y también por medio del internet, redes sociales; que este alcance de la ciudadanía riobambeña y todo el país.
- Siempre debemos mantenernos con educación y respeto ante algún tipo de rechazo en cualquier actividad que hagamos y no sea un obstáculo al momento de concluir algo que comenzamos y más bien sea una motivación para seguir haciendo las cosas de la mejor manera.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Obiol, A. Aromas Colores Y Sabores De Un Nuevo Ecuador. Quito - Ecuador: Imprenta Mariscal 2005. 223p.

Wils, F., F Delicias de la Cocina Diaria Ecuatoriana. Bogotá: Círculo de lectores 2001.101p.

Pazos barrera, J. Cocinas Regionales Andinas. Ecuador- Quito 2010. 342p.

Peterson, J. La Cocina Esencial: Una completa: Una completa guía ilustrada de Técnicas de cocina. China: Copyright 2007. 299p.

Rosen, H. Como Crear Decoraciones Culinarias. New Jersey.2002. 96p.

Gutiérrez, X. Asfalto culinario De Arzak. EVEREST. España 2005. 264P.

Revista N° 20, Casa de la Cultura Ecuatoriana “Benjamín Carrión” Núcleo de Chimborazo. Ardilla Editores. Agosto, 1997.

Pazmiño, D. Cárdenas, F. Coplas y Comidas del Carnaval. Casa de la Cultura Ecuatoriana “Benjamín Carrión”, Núcleo de Chimborazo. Editorial Pedagógica Freire. 2005.

IX. ANEXOS



ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE SALUD PÚBLICA
ESCUELA DE GASTRONOMÍA

2013

Anexo 1. Encuesta Dirigida a turistas que visitan la ciudad de Riobamba

Numero de Encuesta _____

Objetivo: Elaborar y aplicar una guía gastronómica de buenas prácticas de calidad y servicio, de la comida típica riobambeña, para el desarrollo del turismo gastronómico

1.- ¿Con qué frecuencia visita usted restaurantes y establecimientos de comida típica durante la semana?

- ✓ Siempre (2 a 3 veces al mes)
- ✓ Casi Siempre (3 a 5 veces al trimestre)
- ✓ Casi Nunca (Solo festividades)

2.- El momento de degustar un plato típico Riobambeño que es lo más importante:

- ✓ Calidad de los alimentos
- ✓ Sabor
- ✓ Presentación
- ✓ Buen servicio

3.- El precio que usted paga un plato típico en la ciudad de Riobamba, en relación a su calidad, le parece:

- ✓ Alto
- ✓ Acorde a la calidad
- ✓ Conveniente
- ✓ Bajo

4.- Cuando visita la ciudad de Riobamba, cuál es su fuente de información para visitar establecimientos

- ✓ Familiares

- ✓ Amigos
- ✓ Internet

5.- Considera importante la creación de una guía gastronómica de platos típicos de la ciudad de Riobamba.

- ✓ Si
- ✓ No

¿Por qué?

.....

.....

.....

.....

6.- De qué manera le gustaría que sea distribuida la guía gastronómica en la ciudad de Riobamba?

- ✓ Difundido con un diario de la localidad
- ✓ Libre circulación

7.- Cual sería el costo, que usted estaría dispuesto a pagar por la guía gastronómica.

De \$ 1.00 a 2.00

De \$ 2.00 a 3.00

De \$ 3.00 a 4.00



**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE SALUD PÚBLICA
ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

Anexo 2. Encuesta Dirigida a establecimientos y restaurantes de comida típica de la ciudad de Riobamba

Numero de Entrevista_____

Agradecemos toda su sinceridad para responder la siguiente ficha de observación, ya que estamos en la fase de Recolección de Información del proyecto **“ELABORACIÓN Y APLICACIÓN DE UNA GUÍA GASTRONOMICA DE BUENAS PRACTICAS DE CALIDAD Y SERVICIO, DE LA COMIDA TIPICA RIOBAMBEÑA, PARA EL DESARROLLO DEL TURISMO GASTRONOMICO”**. Esta información recogida es valiosa para continuar con el desarrollo del proyecto.

1.- Nombre del establecimiento.....

2.- Nombre del propietario del establecimiento
.....

3.- fecha de fundación
.....

4.- Descripción
.....
.....
.....
.....

5.- Horario de atención
.....

6.- Dirección.....

7.- Teléfono.....

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 3. Gastos de Investigación

COSTOS PRODUCCIÓN

Descripción	Costo unitario (cada página)	Costo total (20 paginas)
Fotografía	5,00	100,00
Diagramación	10,00	200,00
Materia Prima para fotografía	10,00	200,00
Refrigerios fotógrafos	2,50	50,00
Libros para investigación	10,00	200,00
Reproducción de 2000 ejemplares	1,19	2830,00
Total	38,69	3130,00
Costo x revista		1,56

TIPO DE PUBLICIDAD	DETALLE	TARGET (25-35)	PRESUPUESTO / ANUAL
Afiches	Tamaño A5 papel bond, blanco y negro 1500 impresiones al año	Promocionar y dar a conocer la importancia de una guía gastronómica	37,50
Radio	Transmisión de lunes a viernes en horarios rotativos , duración de 40 segundos máximo, 10 anuncios diarios durante 3 meses	Atraer a turistas	1008,00
Prensa Escrita	Publicaciones mensuales ,1/8 de página tamaño A4, blanco y negro , 4 veces al mes	Al ser un diario reconocido en la ciudad llegamos a gran cantidad de lectores	1200,00
Televisión	Publicaciones mensuales, con mayor énfasis en los primeros meses luego se realizaran	Visualización cultural de la gastronomía sus principales productos y preparaciones que	2688,00

	paulatinamente. Y en menor tiempo. Se realizaran 6 pautas diarias de lunes a viernes con duración de 30 segundos. Transmitido en programación general. Durante 3 meses	se han ido perdiendo con el paso del tiempo.	
Creación de una Pagina web	En la página se dará a conocer los descuentos, promociones, servicios	Una herramienta fundamental para que cibernautas pueda tener acceso a esta guía gastronómica desde cualquier parte del país y del mundo	0,00
TOTAL			4.933,5

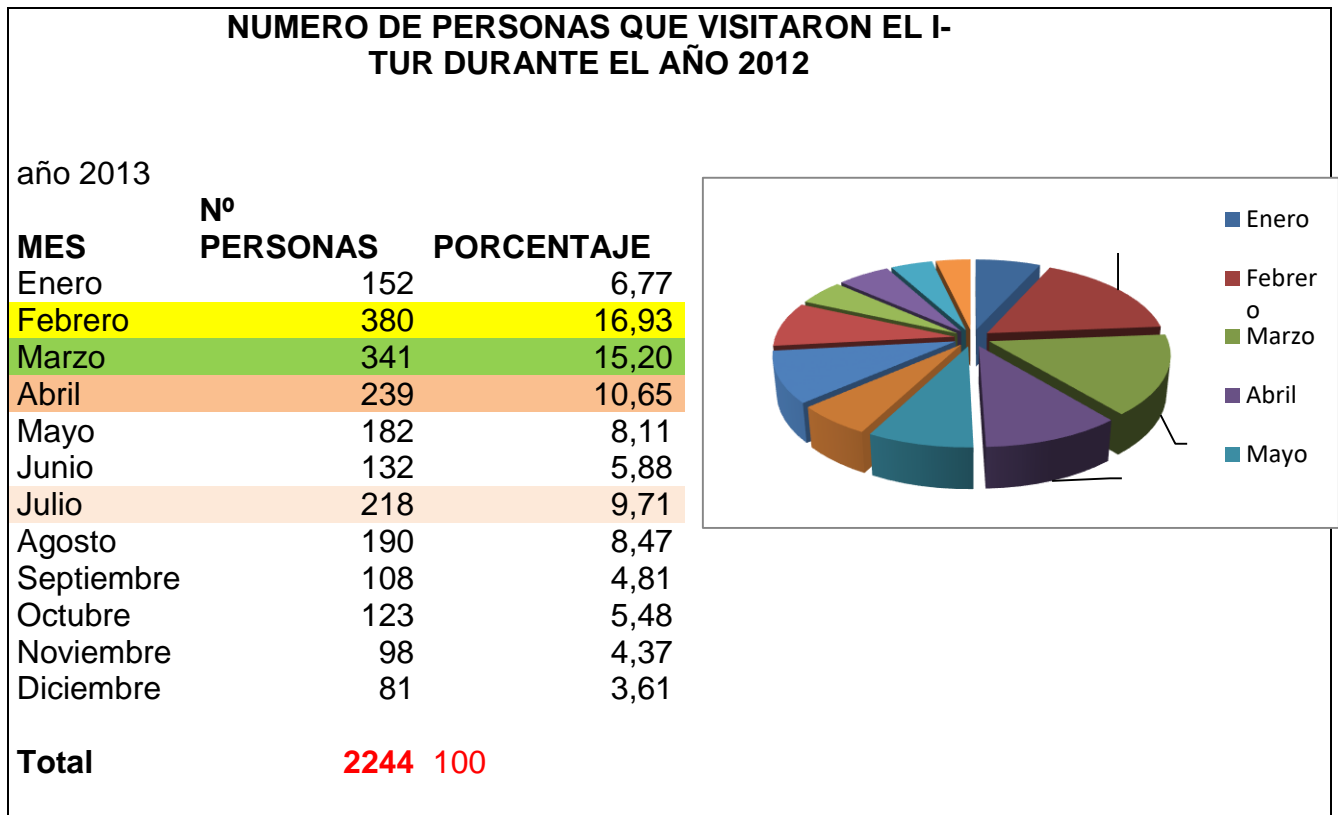
Anexo 4. Recursos

RECURSOS	Nro.	Descripción	Cant.	V. Unitario	V. Total
Materiales de oficina	1	Hojas de Papel (encuestas)	1000	0.01	10,00
		Esferográficos para encuestas	10	0.25	2.50
	2	Material bibliográfico	4	25,00	100,00
Equipo de computo		Internet	1	10,00	10,00
		Copias	-----	-----	10,00
	3	Computador	1	Propio	0,00
	4	Impresora	1	Propio	0,00
	5	Cartuchos negro / color	4	25,00	100,00
Muebles de oficina	6	Sillas	4	Propio	0,00
	7	Escritorio	1	Propio	0,00
Local(oficina) para reuniones del personal de investigación	8	Casa propia	1	Propio	0,00
Refrigerios	9	Encuestadores	4(dos días)	2,00	16,00
Transporte	10	Encuestadores	4(dos días)	1,00	8,00
Capacitación para los encuestadores	11	Encuestadores	1	Propio	0,00
TOTAL					256,50

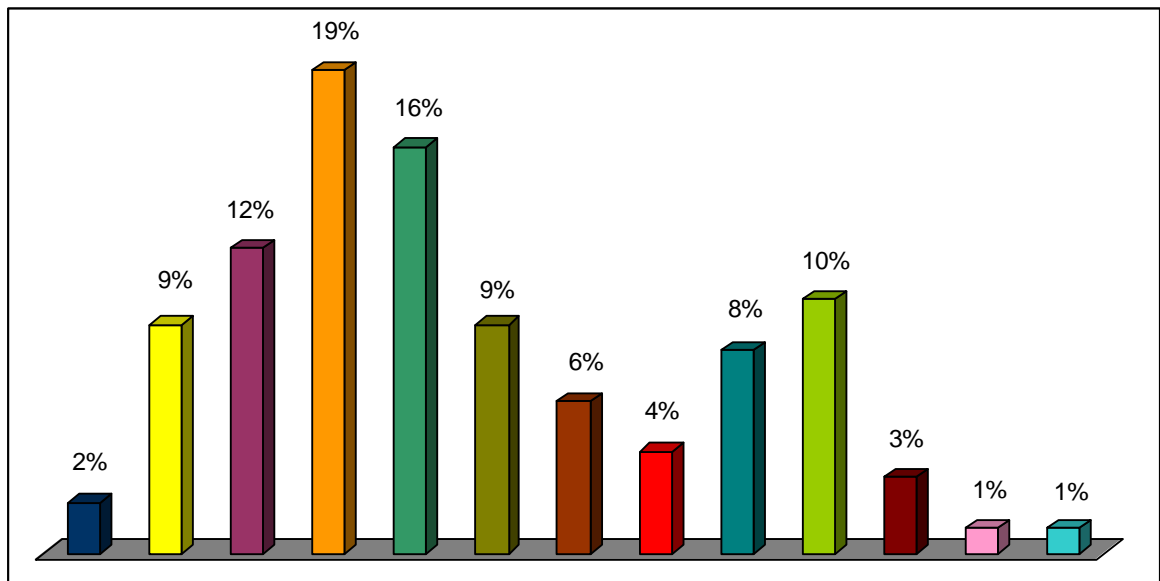
Anexo 5. Datos Recolectados del Ministerio de Turismo de Riobamba Zona

Perfil sociodemográfico

Cuadro Nº 2 Rango de edades



EDADES	NÚMERO
10 15	3
16-20	13
21-25	17
26-30	27
31-35	23
36-40	13
41-45	9
46-50	6
51-55	11
56-60	15
61-65	4
66-70	2
71-75	2
	145



Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza.

FIG Nº 1. Rango de edades de los turistas nacionales e internacionales.

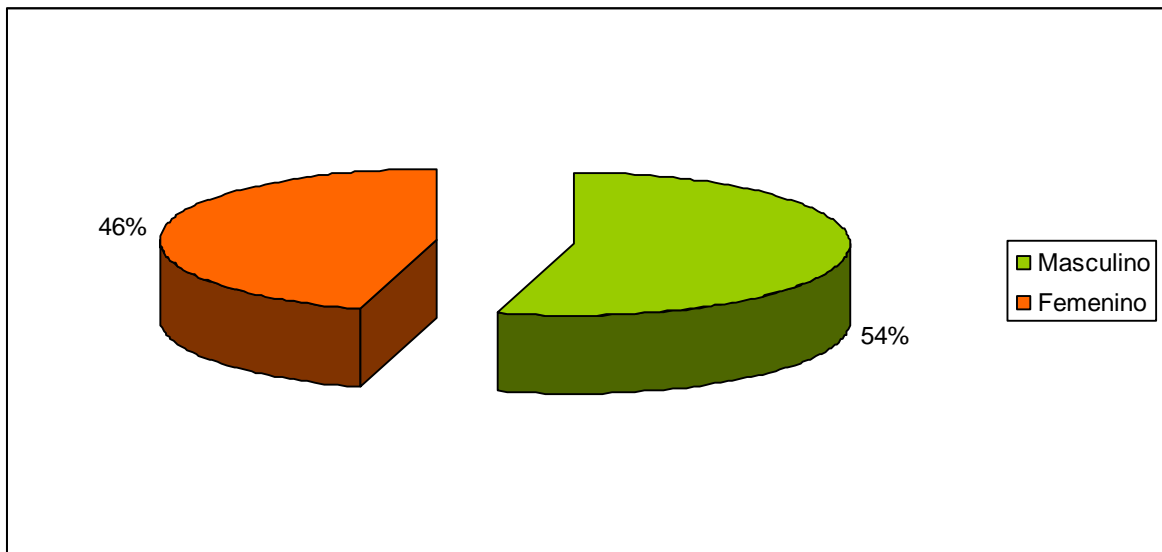
Mayoritariamente encontramos turistas en frecuencias de edades entre 26-30 años con un porcentaje de 19 %, esto quiere decir que el turismo de la provincia está dado por personas jóvenes quienes realizan turismo de aventura.

Y en menor cantidad se encuentran las personas entre 71 y 75 años que corresponde al 1%, para captar más turistas de esta edad sería necesario que conozcan otras alternativas de turismo que existen como: Museos, turismo comunitario, ferias artesanales, gastronomía, etnología.

1) Sexo

CUADRO Nº 3 Sexo de los turistas nacionales e internacionales.

Sexo	Frecuencia
Masculino	79
Femenino	66
Total.	145



Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza.

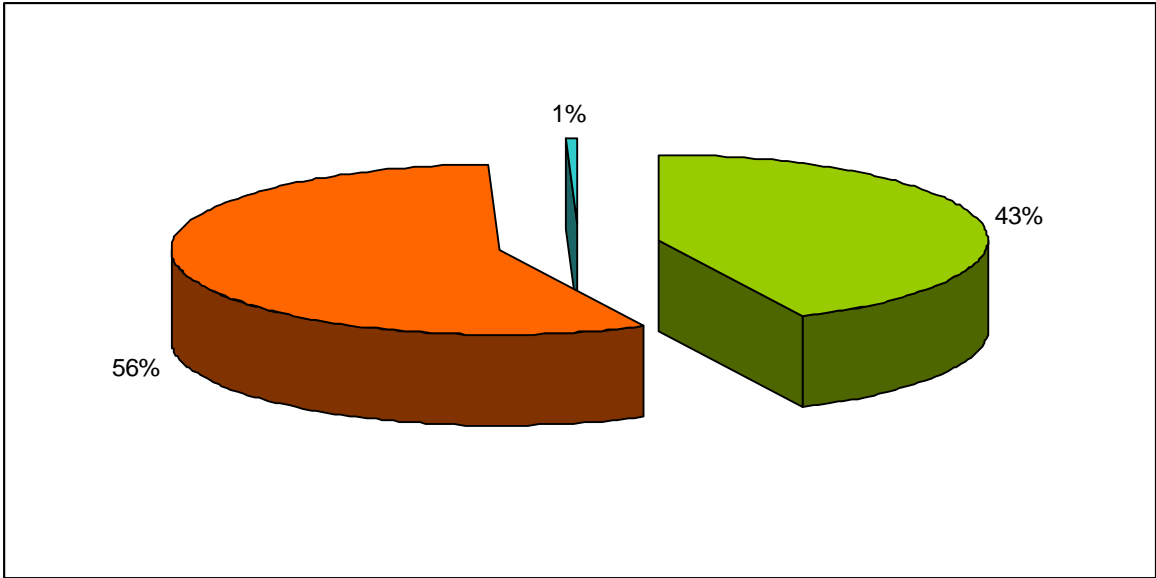
FIG. 2 Sexo de los turistas nacionales e internacionales que visitan la provincia.

En el cuadro 2 figura 2, indica que el 54 % de los turistas nacionales e internacionales son de sexo masculino, y el 46% son de sexo femenino. Las personas a encuestar se seleccionaron aleatoriamente, sin tratar de asegurar una representación proporcionada de ambos sexos dentro de la muestra.

b. Perfil psicografico

CUADRO N° 7. Turistas que han visitado la provincia de Chimborazo.

Categoría	Frecuencia
YES	62
NO	82
NO RESPONDE	1
Total	145



Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza.

FIG. 6 Turistas que han visitado la provincia de Chimborazo.

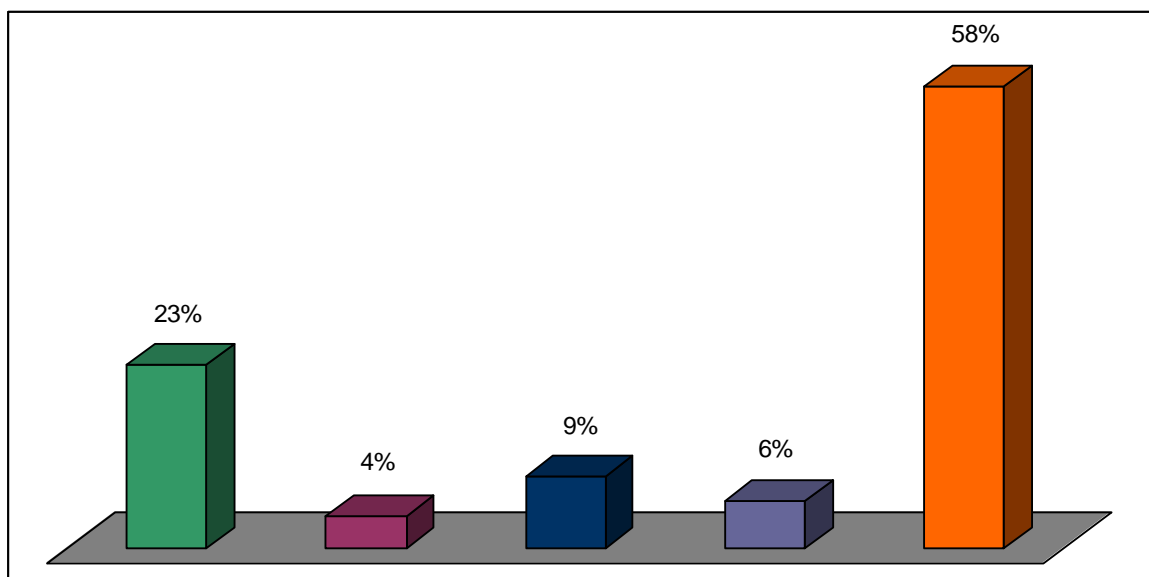
De acuerdo al estudio realizado de los 145 turistas encuestados nacionales y extranjeros, el 43 % de los turistas si han visitado la provincia de Chimborazo anteriormente.

Y en un 56% de los turistas visitaron la provincia de Chimborazo por primera vez. Especificando que geográficamente no existe información adecuada previo

al recorrido por realizarse en el tren ya que los lugares a visitar conforman la provincia de Chimborazo.

CUADRO N° 8. Lugares que han visitado en la provincia de Chimborazo.

Lugar de excursión	Frecuencia
Nariz del diablo	34
Parque Nacional Sangay	6
Ciudad de Riobamba	13
Reserva de Producción Faunística	9
No responde	83
Total	145



Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza.

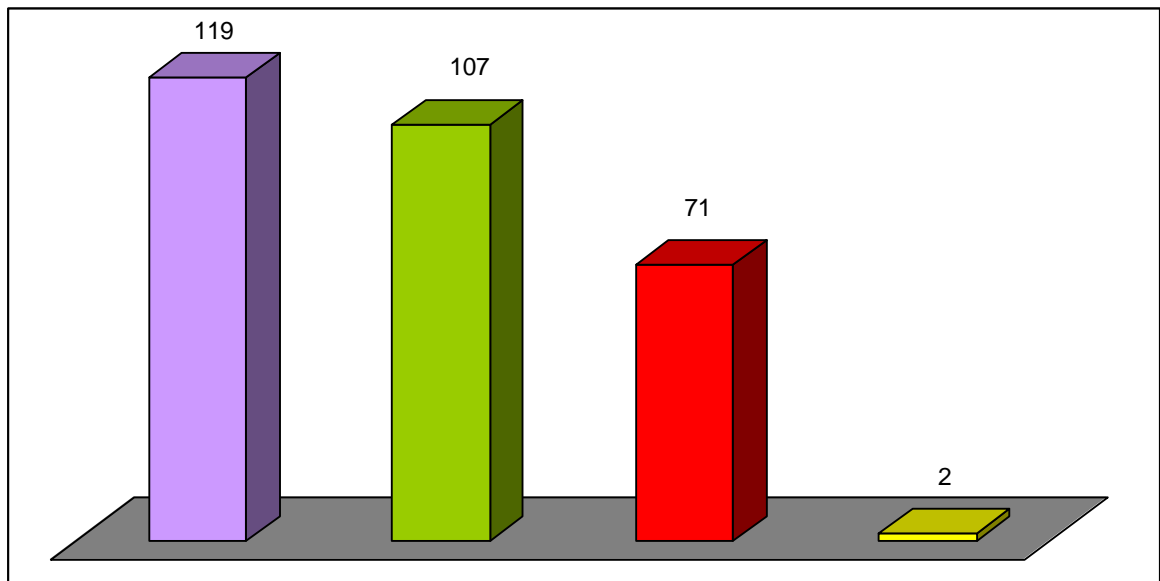
FIG. 7 Lugares que han visitado en la provincia de Chimborazo.

De acuerdo el estudio realizado en el tren a 145 turistas extranjeros y nacionales, indica que los turistas han visitado anteriormente los lugares como; Nariz del Diablo en un 23%, ya que es un atractivo que se vende en su mayoría a turistas extranjeros.

Los turistas que no responden se encuentran en un 58%, esto resalta que no existe una buena promoción de los lugares que se describen en el cuadro. Para lo cual el MINTUR y el I. Municipio, Unidad de Turismo, El H. Consejo provincial, trabajen conjuntamente para el mejoramiento a favor del turismo en la provincia.

Cuadro N° 9. Los lugares turísticos para conocer en orden de frecuencia son.

Lugares	Frecuencia
Natural	119
Cultural	107
Aventura	71
No responde	2
Total	



Fuente: Ministerio de turismo” Zona 3”

Elaborado por: Cecilia Cando, María Chicaiza.

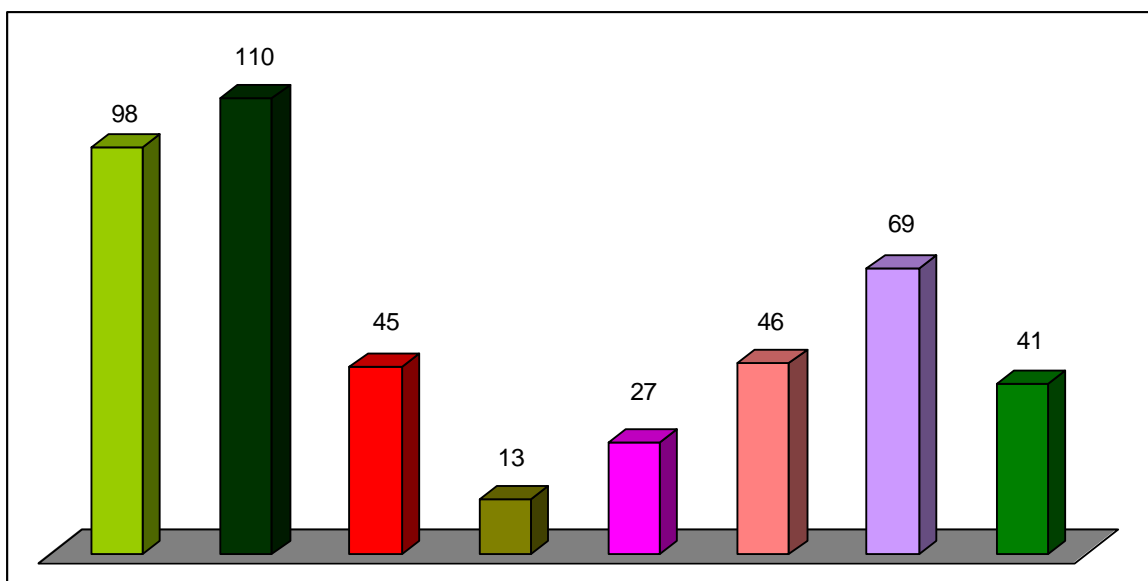
FIG. 8 Lugares de interés para conocer en la provincia de Chimborazo.

Los lugares de mayor interés por conocer es de tipo Natural, por lo tanto la provincia tiene mucho que ofrecer en este ámbito debido a las condiciones geográficas, climáticas que posee.

CUADRO N° 10. Las actividades turísticas en orden de frecuencia.

Motivo	Frecuencia	Porcentaje
Viaje en tren	98	22
Montañismo	110	25
Observación de Flora	45	10
parapente	13	3

Observación de aves	27	6
Ecoturismo	46	10
Treking	69	15
Ciclismo	41	9
Total		100 %



Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza

FIG. 9 Actividades turísticas que les gustaría realizar en la provincia.

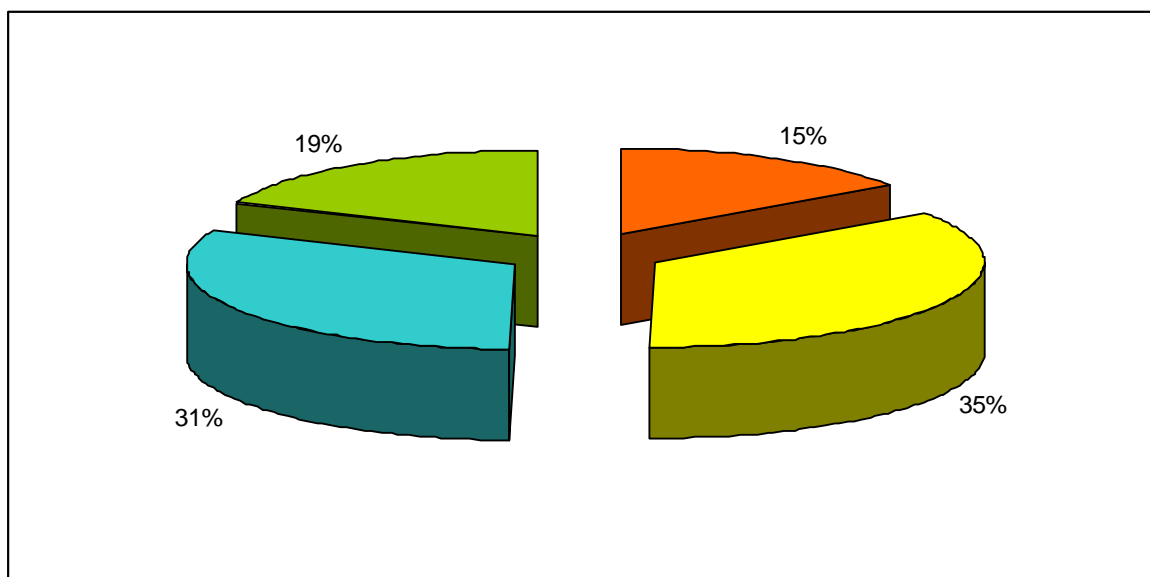
La decisión de los turistas en realizar actividades turísticas, según el orden de frecuencia indica que mayoritariamente prefieren realizar montañismo, y en menor frecuencia esta parapente.

Por lo tanto es importante proporcionar mayor realce a otras actividades que se puede realizar en la provincia.

Adicionalmente a estas actividades sugieren etnología por lo que deberíamos tomar mayor atención a lo que requiere el turista.

CUADRO 11. Viajes de turistas

Categoría	Frecuencia
Solo	22
Amigos	51
Pareja	45
Familia	27
Total	145



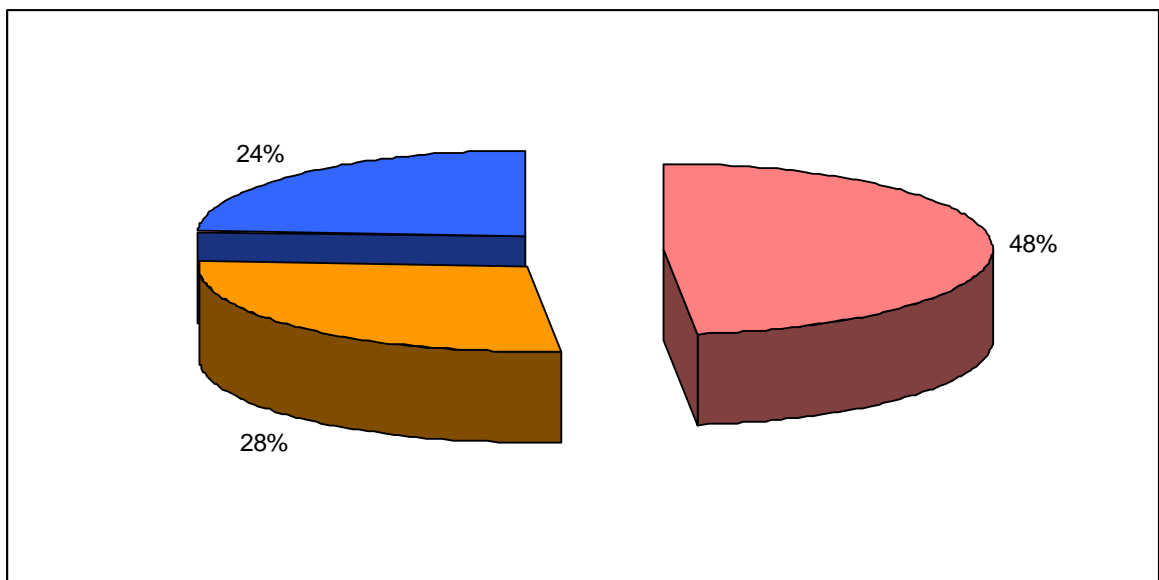
Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza

FIG.10 Viajes de turistas

El análisis de los 145 turistas nacionales y extranjeros indica que el 35%, lo cual indica que principalmente prefieren viajar entre amigos y el 15% de turistas viajan solos.

Cuadro 12. Gastos en actividades turísticas.

Valor	Frecuencia
20USD-40 USD	70
40USD-60 USD	40
Más de 100 USD	35
TOTAL	145



Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza

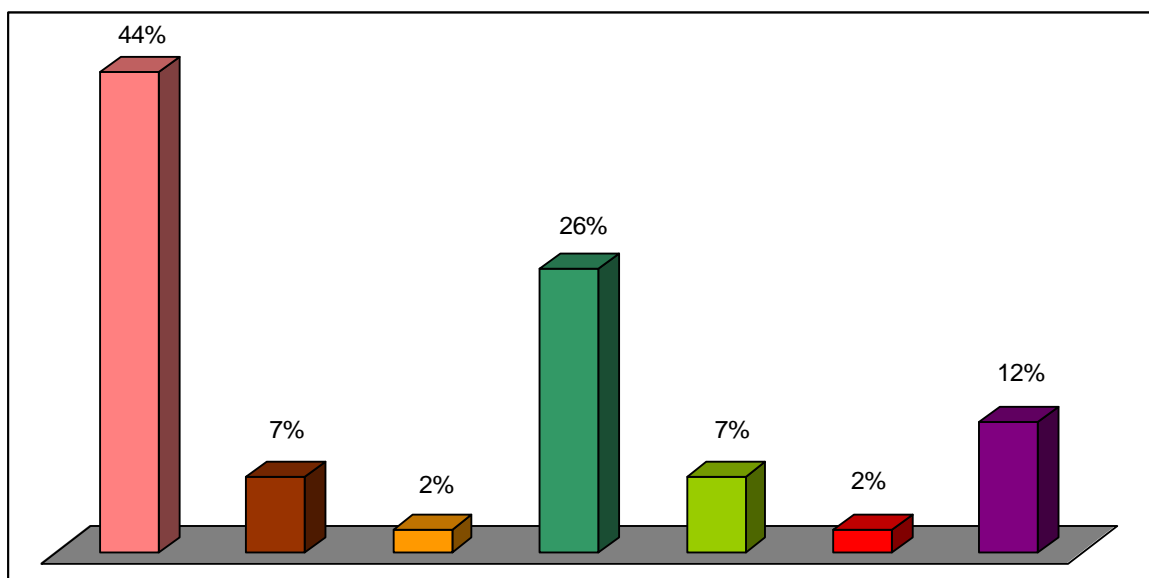
FIG. 11. Gastos en actividades turísticas.

El análisis del total de los encuestados fueron 145 personas que equivale a un 100% de los cuales, el 48% gastan de 20 a 40 dólares, son aquellos turistas que se movilizan sin agencias de viajes y sin el servicio de guías.

El 24% corresponde a turistas quienes gastan más de 100 dólares. Por lo cual indica que son aquellos quienes se movilizan con todos los servicios que requiere el turista para el disfrute del viaje y su estadía.

CUADRO 13. Visita de turistas a otros lugares del Ecuador.

Ciudades	Frecuencia	Porcentaje
Quito	67	44
Guayaquil	10	7
Cuenca	3	2
Baños	37	26
Puyo	10	7
Loja	3	2
Otros	17	12
Total	145	100 %



Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza

FIG. 12 Visita de turistas a otros lugares del Ecuador.

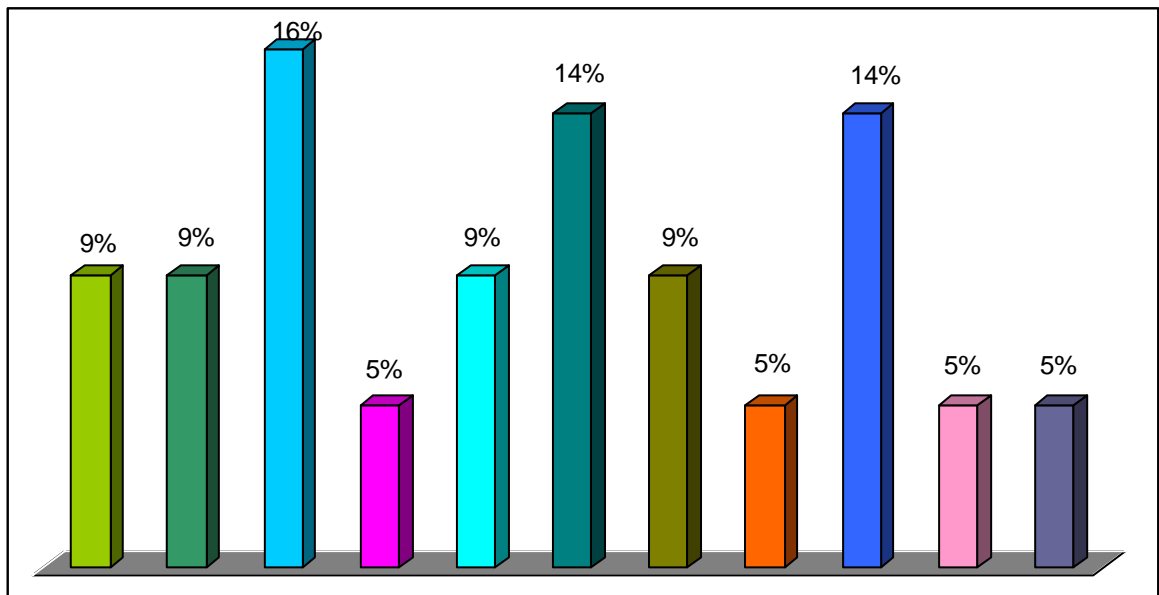
Se puede apreciar que el 44% de los turistas encuestados corresponde a turistas que estuvieron anteriormente en la ciudad de Quito. Ya que es el punto principal de llegada para la región Sierra y por ende es la primera ciudad en ser visitada.

El 2% corresponde a turistas que estuvieron anteriormente en ciudades del sur del país como Loja y Cuenca. Tomando como otra ruta opcional la ciudad de Guayaquil.

CUADRO 15. Operadoras Turísticas con las que viajan.

Tour Operadora	Frecuencia
LATINA AVENTURA	4
LATIN TRINTIERS	4
BAOBAB	7
ZEMITH TRAVEL	2

TOPSALL	4
WORD WOIDE ACTIVE/ AUSTRIA	6
PAPAYA TOURS	4
CAMPOS TRAKING	2
SURTEX	6
JOURNEY LATIN AMÉRICA (UK)	2
GALEXTUR	2
Total	43



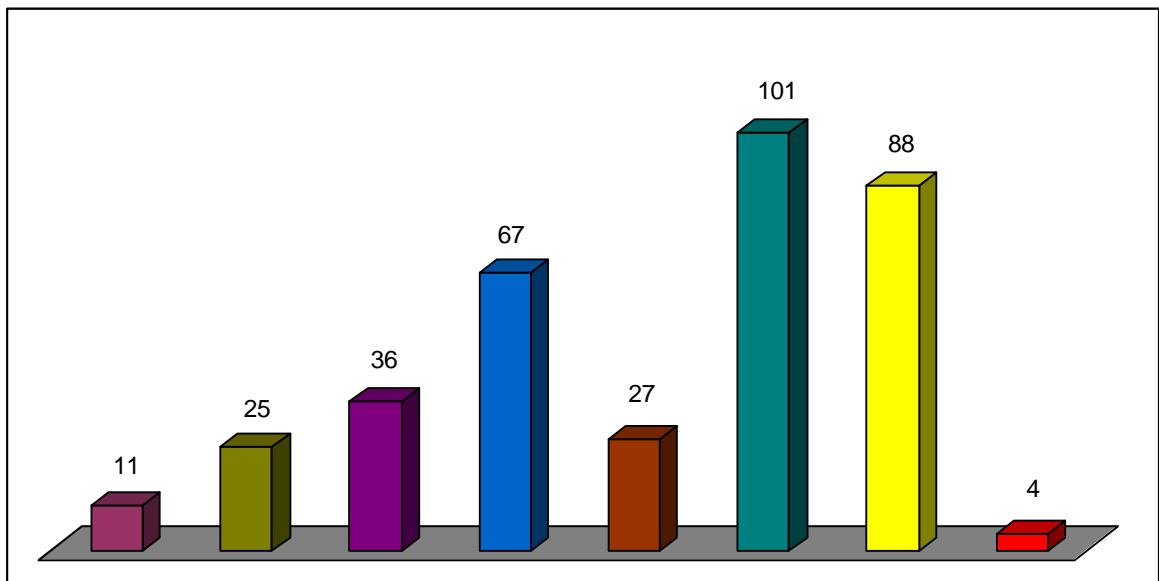
Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza

FIG.14 Operadoras Turísticas con las que viajan.

En la figura que observamos del total de los turistas que viajan con Tour operadora son 43 personas distribuidas el 16% en Baobab, y Galextur con un 5%.

CUADRO 16. Medios de información

Opciones	Frecuencia
Radio	11
Prensa	25
Revistas	36
Amigos	67
TV.	27
Internet	101
Guías	88
Otros	4
TOTAL	



Elaboración: Cecilia Cando, María Chicaiza

FIG. 15 Medios de información.

De acuerdo el estudio realizado en el tren a 145 turistas extranjeros y nacionales, indica que los turistas se informan mayoritariamente por el Internet, en menor cantidad los turistas se informan mediante Tour operadoras, folletos. Para dar mayor realce y promocionar la provincia de Chimborazo se debe realizar convenios con estaciones de radio, televisión, y también realizar más propaganda de folletos, trípticos, guías.

Cuando el turista lo requiere de estos medios de información.

Anexo 6. Elaboración de la Guía Gastronómica



