



**ESCUELA**

**SUPERIOR**

**POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD SALUD PÚBLICA**

**ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

“RESCATE DE LA CULTURA CULINARIA DEL CANTÓN  
GUAMOTE, PARA EL FORTALECIMIENTO DEL SECTOR  
TURÍSTICO, 2013”

## **TESIS DE GRADO**

**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:**

**LICENCIADO EN GESTIÓN GASTRONÓMICA**

**LUIS NELSON MONTERO ARELLANO**

**RIOBAMBA-ECUADOR**

2014

**CERTIFICACIÓN**

La presente tesis ha sido revisada y autorizada su presentación.

Ing. Natalia Veloz  
**DIRECTORA DE TESIS**

## CERTIFICACIÓN

El tribunal de tesis certifica que: el trabajo de investigación titulado

“RESCATE DE LA CULTURA GASTRONÓMICA DEL CANTÓN GUAMOTE PARA EL FORTALECIMIENTO DEL SECTOR TURÍSTICO, 2013”; de responsabilidad del señor Luis Nelson Montero Arellano ha sido revisado y se autoriza su publicación.

Ing. Natalia Veloz G.  
**DIRECTORA DE TESIS**

.....

Soc. Javier Defranc L.  
**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**  
Riobamba, 16 de julio de 2014

.....

## **AGRADECIMIENTO**

A la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Facultad de Salud Pública. Escuela de Gastronomía por abrirme las puertas de su establecimiento para poder educarme, a las respectivas autoridades de la misma.

A la Ing. Natalia Veloz Directora de Tesis, al Dr. Javier Defranc Miembro de Tesis, un agradecimiento especial por su paciencia, amabilidad, y por ser una verdadera guía en el proceso de la investigación.

Luis Nelson Montero Arellano

## **DEDICATORIA**

Agradezco a Dios por iluminarme y proporcionarme salud y vida para continuar trabajando y luchando por salir adelante.

Dedicado con mucho cariño y amor a toda mi familia y en especial a mis queridos padres, quienes me han brindado su apoyo incondicional, para la culminación de mis estudios.

A todos mis maestros quienes compartieron sus conocimientos, los cuales he aprovechado para aplicar en mi vida profesional.

Luis Nelson Montero Arellano.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

I.INTRODUCCIÓN .....	1
II.OBJETIVOS .....	3
A.GENERAL .....	3
B.ESPECIFICOS .....	3
III.MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL .....	4
A.CULTURA .....	4
B.CULTURA CULINARIA.....	4
C.GASTRONOMÍA.....	5
1.LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL .....	6
1.1.GASTRONOMÍA ECUATORIANA .....	6
1.2.PROVINCIA DEL CHIMBORAZO .....	8
D. CANTÓN GUAMOTE .....	9
a.PARROQUIAS.....	11
1.1 CANTONIZACIÓN DE GUAMOTE.....	11
1.2SITUACIÓN GEOGRÁFICA .....	12
a. UBICACIÓN Y SUPERFICIE .....	12
b. TOPOGRAFÍA.....	13
c. FUENTES HÍDRICAS .....	15
d. SISTEMA HIDROGRÁFICO DE LOS RÍOS CHANCHÁN Y CHIMBO.....	15
f. CLIMA.....	15
1.3 VIALIDAD .....	16
1.4 CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS .....	16
a.Estructura familiar .....	19
b.Composición étnica .....	19
a.POBLACION ECONOMICAMENTE ACTIVA .....	22
b.Actividad comercial del cantón .....	25
c.PRODUCCIÓN AGRÍCOLA DEL CANTON.....	25
d.PRODUCCION PECUARIA.....	27
a.Migración .....	29
1.7 Educación.....	31
1.8 Salud .....	32

a.La Medicina Tradicional .....	32
<b>E.TURISMO .....</b>	<b>33</b>
<b>1. TURISMO DEL CANTON GUAMOTE .....</b>	<b>33</b>
<b>F.FIESTAS DEL CANTÓN GUAMOTE .....</b>	<b>35</b>
a.FIESTAS DE CANTONIZACIÓN .....	35
b.FIESTAS DE SEMANA SANTA .....	35
c.FIESTAS DE CARNAVAL .....	36
<b>G.PRODUCTOS DEL CANTÓN GUAMOTE .....</b>	<b>38</b>
<b>H.COMIDA TÍPICA DE GUAMOTE .....</b>	<b>41</b>
<b>I.GUÍA GASTRONÓMICA .....</b>	<b>45</b>
a.Guía .....	45
b.GUÍA GASTRONÓMICA.....	45
<b>IV.METODOLOGÍA. ....</b>	<b>46</b>
<b>A.LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN .....</b>	<b>46</b>
<b>B.VARIABLES.....</b>	<b>46</b>
1.IDENTIFICACIÓN .....	46
2.DEFINICIÓN .....	46
3.OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	48
<b>C.-TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>49</b>
<b>D.- POBLACIÓN, MUESTRA O GRUPO DE ESTUDIO.....</b>	<b>50</b>
TIPO DE ESTUDIO .....	50
<b>E.- DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO .....</b>	<b>50</b>
TÉCNICAS.....	50
MÉTODOS.....	51
<b>V.RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....</b>	<b>54</b>
1.RESULTADO DE LAS ENCUESTAS .....	54
1.Entradas .....	70
1.1 Sopas.....	77
1.2PLATOS FUERTES:.....	91
1.3POSTRES:.....	98
<b>C.ELABORACIÓN DE UNA GUÍA GASTRONÓMICA DEL CANTÓN GUAMOTE     LLAMADA “ÑUCANCHIG MICUNA” .....</b>	<b>103</b>
<b>VI. CONCLUSIONES .....</b>	<b>104</b>

<b>VII. RECOMENDACIONES</b> .....	105
<b>VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b> .....	106
<b>IX. Anexos</b> .....	109

## ÍNDICE DE TABLAS

TABLA Nº 1 POBLACIÓN POR SEXO EN EL CANTÓN GUAMOTE .....	17
TABLA Nº. 2 IDENTIFICACIÓN DE LA POBLACIÓN .....	20
TABLA Nº .3 USOS DE SUELOS DEL CANTÓN GUAMOTE .....	26
TABLA Nº .4POBLACIÓN DE ESPECIES .....	27
TABLA Nº. 5 POBLACIÓN DE ESPECIES MAYORES .....	28
TABLA Nº .6 MIGRANTES TEMPORALES .....	30
TABLA Nº. 7 MIGRANTES PERMANENTES.....	31
TABLA Nº. 8 OPERALIZACIÓN DE VARIABLES .....	48
TABLA Nº. 9 PRODUCTOA PROPIOS DEL CANTÓN.....	54
TABLA Nº. 10 TIPO DE PRODUCTOS QUE CONSUME.....	56
TABLA Nº. 11 PLATOS TRADICIONALES DEL CANTÓN .....	58
TABLA Nº. 12 PLATOS TRADICIONALES .....	60
TABLA Nº. 13 LUGAR DONDE CONSUME .....	62
TABLA Nº. 14 PLATOS QUE SE ESTAN PERDIENDO.....	64
TABLA Nº. 15 PERDIDA DE PLATOS TRADICIONALES .....	65
TABLA Nº. 16 REEMPLAZO DE PRODUCTOS DEL CANTÓN .....	67
TABLA Nº. 17 PROMACIÓN MEDIANTE UNA GUÍA GASTRÓMICA .....	69

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO Nº. 1 PIRAMIDE DE LA POBLACIÓN .....	18
GRÁFICO Nº. 2 POBLACIÓN ECONÓMICAMENTE ACTIVA SEGÚN EL SEXO .....	23
GRÁFICO Nº. 3 SITUACIÓN DE EMPLEO EN EL CANTÓN GUAMOTE .....	24
GRÁFICO Nº. 4 PRODUCTOS PROPIOS DEL CANTÓN GUAMOTE .....	54
GRÁFICO Nº. 5 PRODUCTOS QUE CONSUME CON MAYOR FRECUENCIA .....	56
GRAFICO Nº. 6 PLATOS TRADICIONALES DEL CANTÓN .....	58
GRÁFICO Nº. 7 PLATOS TRADICIONALES QUE CONSUME DEL CANTÓN GUAMOTE .....	60
GRÁFICO Nº. 8LUGAR DONDE CONSUME.....	62
GRAFICO Nº. 9 PÉRDIDAD DE PLATOS TRADICIONALES.....	65
GRÁFICO Nº. 10 REEMPLAZO DE PRODUCTOS DEL CANTÓN.....	67
GRÁFICO Nº. 11 PROMOCION MEDIANTE GUÍA GASTRONÓMICA .....	69



## ÍNDICE DE RECETAS

RECETA ESTÁNDAR	Nº.1 EMPANADA DE VIENTO .....	70
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 2 HABAS TASHNO .....	72
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 3 CHOCLO CON QUESO .....	73
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 4 TORTILLA DE TRIGO.....	74
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 5 CARIUCHO .....	75
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 6 PAPA YANO.....	76
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 7 CALDO DE PATA.....	78
RECETA ESTÁNDAR	Nº.8 YAHUARLOCRO .....	79
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 9 CALDO DE GALLINA.....	80
RECETA ESTÁNDAR	Nº.10 SOPA DE NABO.....	81
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 11 COLADA DE MACHICA .....	82
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 12 COLADA DE HARINA DE HABA.....	82
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 13 COLADA DE HARINA DE ARVEJA .....	84
RECETA ESTÁNDAR	Nº.14 ARROZ D CEBADA.....	85
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 15 LOCRO DE CUY.....	86
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 16 LOCRO DE OCA .....	87
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 17 COLADA DE HARINA DE MAIZ.....	88
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 18 CALDO DE MONDONGO .....	89
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 19 SOPA DE QUINUA .....	90
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 20 PAPAS CON CUY.....	92
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 21 BORREGO ASADO .....	93
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 22 TRUCHA CON PAPAS .....	94
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 23 FRITADA .....	95
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 24 HORNADO.....	96
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 25 LLAPINGACHOS .....	97
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 26 DULCE DE TRIGO.....	99
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 27 DULCE DE ARROZ DE CEBADA .....	100
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 28 DULCE DE MACHICA .....	101
RECETA ESTÁNDAR	Nº. 29 DULCE DE MOROCHO.....	102

## ÍNDICE DE MAPAS

MAPA 1	MAPA POLITICO DEL CANTÓN GUAMOTE.....	13
--------	---------------------------------------	----

## **RESUMEN**

En este trabajo de tesis, se diseñó una guía gastronómica en donde se pone en manifiesto los productos y platos tradicionales más sobresalientes, del Cantón Guamote, Provincia de Chimborazo con la finalidad de rescatar y difundir de mejor manera la gastronomía Guamoteña.

Se identificaron varios platos que forman parte de la cultura culinaria de las redes sociales, económicas y culturales de las zonas populares de Guamote; con ello se elaboró 29 recetas distribuidas en entradas, sopas, platos fuertes y postres, todo esto se logró con la aplicación de encuestas y entrevistas, a la población de Guamote, posteriormente se elaboró la respectiva estandarización detallando las técnicas de producción.

El diseño de la guía gastronómica es atractivo, incluye fotos de cada uno de los platos preparados, con descripción rápida y clara de las técnicas culinarias más utilizadas, procedimientos, ingredientes e incluso la presentación.

La guía gastronómica documento que servirá para difundir, dar a conocer, informar, de toda la gastronomía que posee el Cantón facilitando su identificación, y que podrá actualizar sus datos ya que será entregado a la Municipalidad del Cantón Guamote para su respectiva difusión, mediante la página web del mismo y ferias gastronómicas que crean convenientes.

## **ABSTRACT**

In this thesis a gastronomic guide was designed where it is put on manifesto the most outstanding products and traditional dishes of the Canton Guamote, Chimborazo Province.

The purpose of rescuing and disseminate the best way of the Guamotena gastronomy. Many dishes were identified as part of the culinary culture of social networks, the economical culture of the popular areas in Guamote: 29 dishes distributed as appetizers, soups, main courses and desserts, all this was achieved with the application of surveys and interviews, to Guamote's population then the respective standardization was drawn detailing production techniques.

The design of the gastronomical guide, includes photos of each of the prepared meal, with fast and clear description of the most used cooking technique procedures, ingredients and even the presentation.

The gastronomic guide document will serve to share, give out report of the food that the city has, facilitating identification and that may update its details as they will be delivered to the Municipality of Canton Guamote its respective diffusion through their website and gastronomic fairs they think appropriate.

## I. INTRODUCCIÓN

El Ecuador posee una gastronomía muy variada, por las aportaciones de las diversas regiones: Costa, Sierra, Oriente y Región Insular, las que tienen diferentes costumbres y tradiciones que varían en función de estas condiciones naturales, los productos que poseemos en su mayoría son únicos, tenemos alimentos que solo en el Ecuador se dan, que no son explotados de manera adecuada por la falta de apoyo para su correcta promoción.

La región andina es poseedora de niveles importantes de biodiversidad silvestre y agro-biodiversidad, por conservar ecosistemas únicos de páramo alto andino, cumbres y valles de gran valor, lo que se complementa con la gastronomía y otras expresiones culturales.

La provincia de Chimborazo, es la capital de las cumbres andinas y fuente de mágicos e inagotables recursos y por ende de una gran diversidad de productos que son utilizados en los platos tradicionales.

El cantón Guamote forma el centro de origen de varias especies que constituyen la base alimentaria de la región, como la papa, habas, ocas, quinua, trigo, cebada, mellocos, cebolla blanca entre otros. Esto se debe a una fuerte influencia en los procesos de domesticación de las especies y del manejo.

La difusión del turismo sobre la autenticidad gastronómica promueve el bienestar comunitario, sin embargo; la sustentabilidad culinaria permite que un

sector sea conocido por su tradición cultural incentivando a un mayor interés por parte de los promotores del sector Turístico.

Lamentablemente, por la falta de difusión cultural, patrimonial y desconocimiento por parte de los promotores turísticos, no se asignan recursos necesarios para buscar alternativas de difusión cultural y gastronómica del cantón Guamote, debido a que en la actualidad no existe un registro gastronómico (guía gastronómica del cantón Guamote), en el cual se destaque la cultura gastronómica que posee el cantón. Lo que ha influenciado directamente que la gastronomía tradicional se pierda, adoptando nuevas tendencias culinarias, generando pérdidas culturales, económicas y agroalimentarias.

La propuesta que genera esta investigación se basa en la elaboración de una guía gastronómica, en la cual se pone en manifiesto los productos propios del Cantón que son la base fundamental en la elaboración de los platos tradicionales, procedencia e ilustración fotográfica de cada uno de ellos. Este instrumento también va ser utilizado como medio de difusión de comunicación con el apoyo del Municipio del Cantón Guamote.

.

## II. **OBJETIVOS**

### **A. GENERAL**

Rescatarla Cultura Culinaria del Cantón Guamote, para el fortalecimiento del sector turístico 2013.

### **B. ESPECIFICOS**

- Identificar los productos propios de la zona y los platos tradicionales.
- Estandarización de los platos tradicionales.
- Realizar una guía gastronómica con los platos más sobresalientes.

### III. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

#### A. CULTURA

La cultura se la entiende como un todo complejo que incluye el conocimiento, creencias, arte, moral, leyes y costumbres, así como cualquier otra habilidad o hábito adquiridos por el hombre como miembro de la sociedad, producto de la interacción del mismo con la naturaleza, es decir, parte de una reacción del hombre hacia la naturaleza, por lo que podríamos decir que lo cultural se opone de cierta manera a lo natural, ya lo “natural” es donde no vemos la acción transformadora del ser humano y en lo “cultural” encontramos generalmente procesos, que si bien son naturales, estos suelen ser producidos, controlados o interpretados por el hombre. Por lo que hay que destacar que la cultura, al ser un cúmulo de experiencias, no es estática y se va desarrollando junto con el hombre<sup>1</sup>.

#### B. CULTURA CULINARIA

Partiendo de las consideraciones anteriores, no cabe duda entonces de que la Gastronomía es un proceso cultural, quizás el más apegado y más dependiente de la naturaleza, ya que responde al instinto de supervivencia, el hombre entonces aprende a alimentarse de una manera determinada primero por el escenario natural donde se desenvuelve, ya que es ahí donde encuentra sus alimentos y luego, el medio cultural, le da una simbología a estos alimentos, por lo que la manera de percibir estos alimentos será diferente en lugares, épocas y

---

<sup>1</sup>GASTRONOMÍA (concepto)  
<http://www.universidadperu.com>

sociedades diferentes, por ejemplo, algunas religiones proscriben el consumo de la carne de algunos animales o plantas, prohibición que se debe a una serie de experiencias acumuladas anteriormente de la interacción con la naturaleza, pero que en algunos casos, al interactuar el hombre con otras culturas o al vivir nuevas experiencias, han desaparecido o han sido atenuadas; igualmente ocurre con ciertas normas sobre la alimentación, que si bien no tienen una base científica, están muy arraigadas en la tradición de una determinada sociedad<sup>2</sup>.

### **C. GASTRONOMÍA**

La gastronomía es el arte de preparar una buena comida, pero también podemos observar, que la gastronomía, no sólo tiene relación con la comida, sino que también con las distintas culturas que existen en la tierra. Ya que la gastronomía, está inexorablemente vinculada, a la cultura de un país. Por lo mismo es que podemos señalar, que cada país posee su propia gastronomía.

Gastronomía es la conjunción de aspectos culinarios con aspectos culturales que hacen a cada sociedad o comunidad. Es por esto que la gastronomía no es simplemente un conjunto de técnicas o métodos de cocción sino también la relación que los individuos establecen con el medio que los rodea, del cual obtienen sus recursos alimenticios, el modo en que los utilizan y todos aquellos fenómenos sociales o culturales que tienen que ver con la consumición de las preparaciones culinarias. Se caracteriza por ser particular y casi privativa de una región en especial, ya que el modo en que algunos platos se preparan en un país

---

<sup>2</sup>GASTRONOMÍA (concepto)<http://www.universidadperu.com>



puede ser completamente diferente en otro país. Muchas veces las diferencias pueden darse dentro de regiones de un mismo país dependiendo del tipo de recursos con los que se cuente.

## **1. LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL**

Gastronomía tradicional es aquel platillo que se prepara en fechas especiales, dependiendo de la región o país, dichas comidas por lo general han pasado de generación en generación sin que varíen sus ingredientes y forma de prepararse<sup>3</sup>.

Existe un arte culinario característico en cada pueblo, cultura y región. Hoy en día con el fenómeno de la globalización, con la continua comunicación de millones de personas y la influencia de los medios de comunicación, así como del comercio han conducido a un mayor conocimiento y aprecio de las cocinas foráneas, y una mayor facilidad para acceder a su preparación. Sin embargo, una gran mayoría de esas recetas y sus variaciones tienen sus orígenes en las cocinas tradicionales desarrolladas a lo largo de mucho tiempo, con rituales de preparación transmitidos a lo largo de muchas generaciones.

### **1.1. GASTRONOMÍA ECUATORIANA**

La gastronomía del Ecuador es una variada forma de preparar platos, que se ve enriquecida por las aportaciones de las diversas regiones que componen el país. Esto se debe a que dentro del país se encuentran cuatro regiones naturales:

---

<sup>3</sup>ECUADOR Y SUS SABORES (RECETAS)<http://pucesi.edu.ec/files/ProductosAndinos.pdf>

Costa, Sierra, Oriente y Región Insular con costumbres y tradiciones diferentes. Los distintos platos típicos y los ingredientes principales varían en función de estas condiciones naturales.

La gastronomía ecuatoriana se ha visto enriquecida por la pluriculturalidad, la diversidad de climas así como la variedad de especias y productos que existen en el país. Además, la herencia tanto indígena como europea ha cimentado un sincretismo que se centra en la sazón y creatividad constantemente renovada a través de las nuevas generaciones de cocineros y comensales. A esta combinación tan singular se la ha definido como Comida Criolla.

Dentro de la cocina ecuatoriana son muy usadas las verduras y las frutas como el plátano. Con el maíz se preparan las sabrosas tortillas, además se usan mucho las papas, cebollas, frijoles, entre otras. Algo típico, son los caldos que se preparan con diferentes verduras y carne de gallina.

**En la región andina o Sierra:** el seco de pollo, el cuy asado, el hornado, el yahuarlocro, quimbolitos, humitas, tamales, llapingachos, tripamishqui, chugchucaras, mote pillo, tostado, entre otros. En licores encontramos a las puntas, o el pájaro azul de Guaranda<sup>4</sup>.

**En la región Costa:** Ceviches de: Camarón, concha, langosta, pescado, pulpo, calamar, ostión, almeja, mejillones, mixtos, etc. Sancocho de pescado: Caldo de pescado, yuca y verde. Pescado: Frito, asado, hornado, sudado, adornado con

---

<sup>4</sup>Romero R., E. Manual de información Cultural. Educativa, Turística, Industrial, Comercial, Agrícola y Ganadera de la República del Ecuador. 2ª ed. Barcelona: Nougralt. 1995

patacones Verde: Bolones con relleno de camarón, corviche, empanadas, chifles, y café con verde asado.

**En la región oriental o Amazónica:** Peces como el Bagre y Piraña, combinados con yuca y plátano, frutas de chontas y otras palmas. También la chonta curos o gusanos de las palmas. Como bebida tradicional esta la chicha de yuca y de chonta Los alimentos ecuatorianos son de una excelente calidad y son consumidos por los turistas ya que tienen un extraordinario sabor además de muy buen aroma.

## **1.2. PROVINCIA DEL CHIMBORAZO**

Ubicada en el centro del Callejón Interandino. Se extiende sobre la hoya del Chambo, la región montañosa de Pallatanga y parte de la hoya del Chanchán. Posee una superficie de 6569km<sup>2</sup>. (Ocupa el décimo lugar entre las provincias más pequeñas del Ecuador).

La provincia también es conocida como “la provincia de las altas cumbres”, debido a que en este lugar encontramos el volcán Chimborazo, el monte más alto del país (6.310m), de majestuosidad y belleza impresionantes. Además el pico Quilimas (4.919m) y el nevado Altar (5.320m), de particular belleza por sus formas<sup>5</sup>.

La provincia está bañada por dos redes hidrográficas de gran importancia. Por un lado está el río Chanchán, al sur de la provincia, que recibe las aguas de los

---

<sup>5</sup>Romero R., E. Manual de información Cultural. Educativa, Turística, Industrial, Comercial, Agrícola y Ganadera de la República del Ecuador. 2ª ed. Barcelona: Nougralt. 1995

ríos Chunchi, Guasuntos, Sibambe y Zula, y desemboca en el río Chimbo. Por otro lado, el río Chambo, que recorre la provincia de sur a norte, se alimenta de los ríos Blanco, Chibunga, Guamote, Pulucate, San Juan y Sicalpa, y se une al Patate para formar el Pastaza. La hidrografía de la provincia se complementa con el complejo lacustre de Ozogoche, formado por varias lagunas que dan origen al río Chambo. Otra laguna de importancia es la de Colta, que se caracteriza por tener abundante vegetación de totoras.

## **D. CANTÓN GUAMOTE**

### **1. ASPECTOS HISTÓRICOS**

“Según el historiador Padre Juan de Velasco, en el actual territorio del cantón Guamote se asentaban varios cacicazgos autodenominados “Guamotis”, “Atapos”, “Pull”, “Tipines”, “Bishudes”, “Basanes”, entre otros, los mismos que formaban parte del pueblo Puruhá. De acuerdo a este historiador, el origen de Guamote es anterior a la conquista de los Incas, lo que lo ubica como un pueblo con una larga historia llena de costumbres y tradiciones Puruháes. Al respecto, cabe mencionar que en la planicie del Tiocajas se desarrollaron cruentas batallas primero en contra de la conquista incásica y luego en contra de la conquista española<sup>6</sup>.

El año de 1797 Villa Riobamba y Guamote fueron asolados por un terremoto de grandes proporciones. Este fenómeno natural casi destruye por completo estos dos centros poblados, y obliga a sus habitantes a que el centro poblado de

---

<sup>6</sup>Albán V. Chimborazo y sus Cantones. Revista ideas Punto. 2005; 1(1):95-10

Guamote se establezca al margen derecho del río, donde actualmente existe el viejo Guamote.

El ferrocarril y la panamericana permitieron que durante varias décadas del siglo XX se asienten en Guamote diversos comercios con múltiples artículos para el consumo local e insumos y herramientas para la agricultura y la ganadería.

La mayor parte del siglo XX, las grandes haciendas de Guamote estuvieron en posesión de terratenientes de la ciudad de Riobamba. De estas se exportaban a la ciudad de Guayaquil grandes cantidades de carne, papas, cebada, trigo, cebolla entre otros productos de la zona. Esta forma de tenencia de tierra provoca que en 1935 se desarrolle la Batalla de Chuquirá, la misma que fue encabezada por el Coronel Ambrosio Lazo (oriundo de Pull), cuyos propósitos eran el alcanzar reivindicaciones sociales y el acceso a la tierra a los indígenas.

En 1938, a partir de la promulgación de la ley de comunas, obtienen su personería jurídica las comunidades de San José de Attilo, Chismaute Alto y Gualpita. Guamote formaba parte del cantón Colta desde el año de 1884, hasta el primero de agosto de 1944, fecha en la que alcanza su cantonización, por el decreto ejecutivo No. 606 dictado por el Dr. José María Velasco Ibarra, y el 21 de Agosto del mismo año se inaugura el Ilustre Concejo Municipal de Guamote. En sus inicios el cantón se integró con las parroquias: Matriz de Guamote y Cebadas y el 7 de agosto de 1946 se decreta la anexión de la parroquia Palmira (perteneciente hasta esa fecha al cantón Alausí)<sup>7</sup>.

---

<sup>7</sup>Albán V. Chimborazo y sus Cantones. Revista ideas Punto. 2005; 1(1):95-10

El 11 de diciembre de 1945 se constituyó el Centro Agrícola del cantón Guamote, el cual en por varias décadas tuvo una importante presencia en el cantón.

#### **a. PARROQUIAS**

El cantón Guamote está conformado por dos parroquias rurales y una urbana:

**Guamote(Matriz).** Se compone por sesenta y dos comunidades, dos asociaciones, ocho barrios y ocho organizaciones de segundo grado.

**Cebadas(rural).** Está compuesta por veinte y ocho comunidades, seis asociaciones y cuatro organizaciones de segundo grado.

**Palmira (rural).** Conformada con treinta y ocho comunidades, diez asociaciones, y cuatro organizaciones de segundo grado.

La arquitectura de los pueblos de este cantón y de sus comunidades indígenas, mantienen características que unen el pasado con el presente. La feria del cantón se realiza el jueves y es algo especial por los elementos culturales y antropológicos que se conjugan ese día.

El mercado de Guamote es muy tradicional para los habitantes de este cantón, cada jueves los pobladores indígenas agrícolas recolectan sus productos para vender y comprar la mercancía necesaria para sus cultivos<sup>8</sup>.

### **1.1 CANTONIZACIÓN DE GUAMOTE**

---

<sup>8</sup>Iturralde D., Campesinos y Comunas, Otavalo, Instituto Otavaleño de Antropología,- Gallo capitán, 1980.

El cantón Guamote formó parte de Villa Riobamba como parroquia eclesiástica hasta el año de 1944 cuando el presidente de la República Dr. José María Velasco Ibarra, establece un nuevo cantón para la Provincia de Chimborazo llamado Guamote. En la actualidad el cantón Guamote está integrado por tres parroquias: La Matriz que lleva su mismo nombre y dos parroquias rurales Cebadas, y Palmira.

En el año de 1.944 Guamote cristaliza su cantonización que desde hace mucho tiempo atrás se venía gestionando, para lo cual se conformó una directiva. Con esta ayuda la delegación, había conseguido el decreto de cantonización de Guamote, con fecha primero de agosto de 1.944<sup>9</sup>.

## **1.2 SITUACIÓN GEOGRÁFICA**

### **a. UBICACIÓN Y SUPERFICIE**

El cantón Guamote se encuentra situado en la parte central del callejón interandino, al sur de la provincia de Chimborazo, junto a la Panamericana Sur que atraviesa el cantón, a 50 Km de la ciudad de Riobamba, se encuentra situado en el centro oriente de la provincia de Chimborazo. Por su cabecera cantonal atraviesa la vía Panamericana que une al norte, centro y sur del Ecuador. Posee un territorio de 122 180, 38 ha que representa el 18.5% del total de la provincia de Chimborazo, por su extensión territorial Guamote se constituye en el segundo cantón más extenso de la provincia.

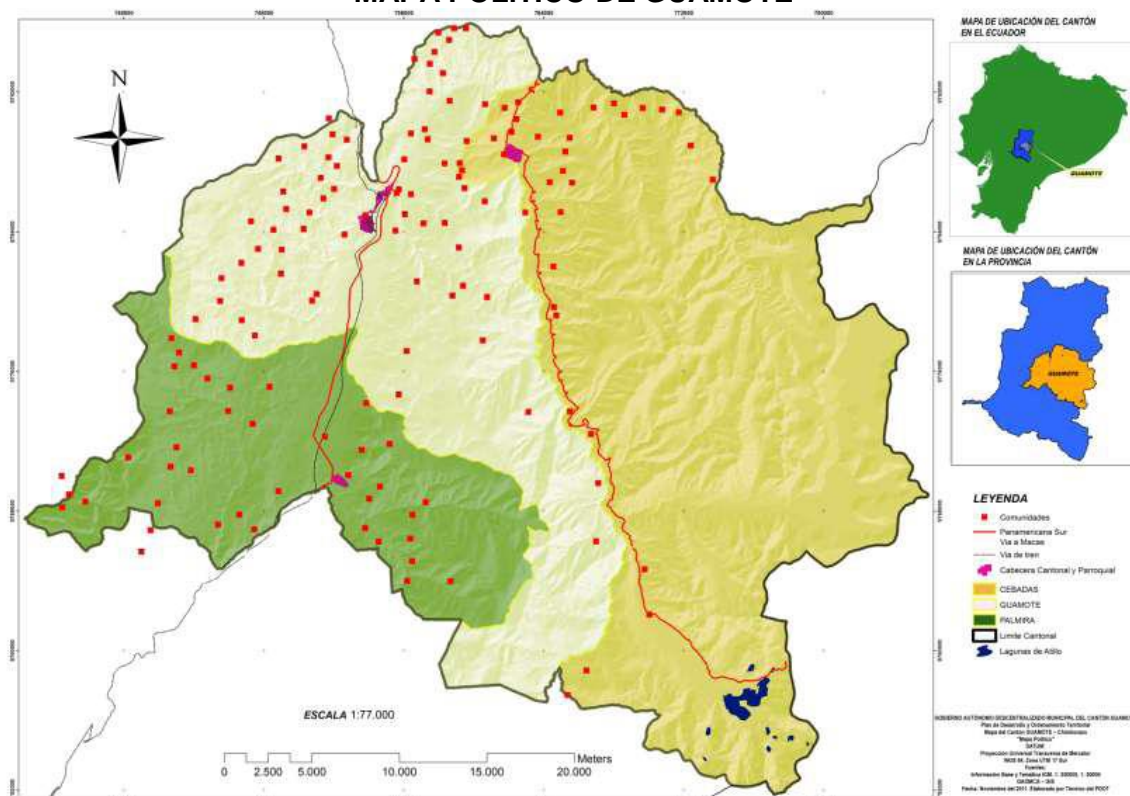
---

<sup>9</sup>Iturralde D., Campesinos y Comunas, Otavalo, Instituto Otavaleño de Antropología,- Gallo capitán, 1980.

Limita al norte con los cantones Riobamba y Colta, por el oeste y sudoeste con el cantón Pallatanga, al sur con Alausí y al este con la provincia de Morona Santiago

**Mapa 1**

**MAPA POLÍTICO DE GUAMOTE**



**Fuente:** IGM 2005  
**Elaborado:** Equipo Técnico PDOT 2011

**b. TOPOGRAFÍA**

El Cantón posee una topografía irregular debido a la influencia de las cordilleras Central y Occidental de los Andes, la mayor parte de los territorios del cantón presentan pendientes pronunciadas, que en algunos casos sobrepasan los 50 grados de inclinación. Los territorios de las comunidades tienen pendientes



superiores a los 15 grados. Este fenómeno natural sumado a la acción fluvial se constituye en las principales causas de la erosión de los suelos, especialmente en la cuenca del río Cebadas.

En función del clima, altitud, temperatura, precipitaciones, tipos de suelos, cobertura vegetal y relieve, se puede identificar dentro del cantón Guamote tres zonas altitudinales claramente diferenciadas<sup>10</sup>:

**Zona Baja.** (2560 a 3000 msnm) ubicada hacia las cuencas hidrográficas de los ríos Cebadas y Guamote, en la cual dispone de recursos hídricos en su mayor parte. Los suelos son de textura mediana, arenosos o arcillosos, con bajos contenidos de materia orgánica y deficiente retención de humedad.

**Zona Media.** (3000 a 3800 msnm) Esta zona abarca parte de las tres parroquias Matriz, Palmira y Cebadas. Se caracteriza en la mayor parte de su superficie por no disponer de recursos hídricos, y los cultivos se encuentran a expensas de las precipitaciones que se producen en esos lugares.

**Zona alta.** (3800 a 4640 msnm) Son suelos de buena calidad, generalmente negros (Negros Andinos) con altos contenidos de materia orgánica, de textura franca, con capacidad de retención de la humedad, de igual forma es un área con gran disponibilidad de agua de riego.

Comprende parte de la parroquia Matriz, Palmira y de manera especial Cebadas. En esta zona se hallan asentadas el 40 % de las comunidades campesinas.

---

<sup>10</sup>Iturralde D., Campesinos y Comunas, Otavalo, Instituto Otavaleño de Antropología, - Gallo capitán, 1980.

### **c. FUENTES HÍDRICAS**

Guamote tiene dos sistemas hídricos, el Pastaza y el Guayas, con las diferentes subcuencas, microcuencas y áreas del sistema, existe 551 captaciones, tanto de riego como consumo humano.

### **d. SISTEMA HIDROGRÁFICO DE LOS RÍOS CHANCHÁN Y CHIMBO**

Toda la cuenca del río Chanchán se ubica en la Provincia de Chimborazo, tiene como sus principales tributarios a los ríos: Guasuntos, Alausí y Sibambe. La margen izquierda de la cuenca del río Chimbo, hasta su desembocadura con el Chanchán también forma parte de la provincia, su principal afluente es el río Pangor.

Los mayores escurrimientos se producen en el mes de abril y los menores entre septiembre y noviembre.

### **f. CLIMA**

Se encuentra a altitud que va desde los 2600 hasta 4500m.s.n.m., su temperatura media anual es de 13,7°C., constituyendo dos tipos de clima: invierno húmedo frío en los meses de octubre a mayo y verano, cálido, seco, ventoso de junio a septiembre<sup>11</sup>.

---

<sup>11</sup>**Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Guamote.** Plan de desarrollo y ordenamiento territorial del cantón Guamote con compromiso y participación ciudadana. 2012-2026. **Guamote:** Talleres Barriales de Diagnóstico

### **1.3 VIALIDAD**

Guamote está conectada por la carretera panamericana que es el principal eje vial del país, de ésta se desprenden accesos a las 144 comunidades localizadas en las tres parroquias, que por lo general son de cuarto orden, es decir de tierra.

En la parroquia La Matriz de las 70 comunidades que conforman las 9 zonas homogéneas tienen una capa de asfalto y casi el 60% son caminos de tierra. Para el transporte de pasajeros el cantón Guamote cuenta con las siguientes cooperativas: hacia el cantón Transportes Línea Gris, Guamote y Ñuca LLacta dentro de la Parroquia Matriz, están Transportes Línea Gris y Ñanta Mañachi, Parroquia Palmira, Transportes Mushug Yuyai, Unidos y Riobamba.

Además se cuenta con las cooperativas de transportes que cubren otros destinos como Alausí, Chunchi y las provincias del sur del país que sirven principalmente a los pobladores de la cabecera cantonal y la cabecera parroquial de Palmira. Se puede encontrar servicio de transporte en la frecuencia Guamote– Riobamba con turnos cada 15 minutos a partir de las 05H00, excepto los días jueves en que la frecuencia es mayor, además todos los días.

### **1.4 CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS**

Según los datos del INEC, VII Censo de Población y VI de Vivienda 2010, nos indica que la población del cantón es de 45153, lo que representaba el 8.7% del total de la población de la provincia de Chimborazo (458.581 habitantes). Se aprecia que en la actualidad el 94% de la población del cantón se asienta en el área rural lo que equivale a 42.505 habitantes mientras que en la urbana

(Cabecera Cantonal) el 6% equivalente a 2.648, con un crecimiento anual de 2,8%

**Tabla N°1**  
**Población por Sexo en el Cantón Guamote.**

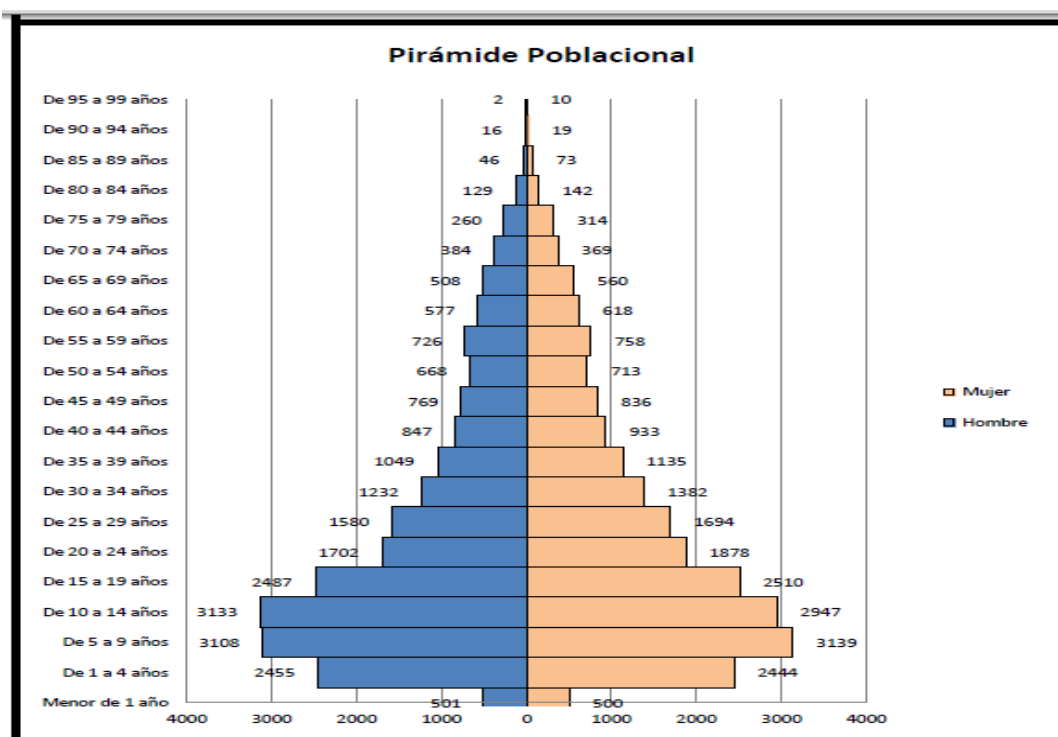
<b>CANTON GUAMOTE</b>	<b>2001</b>	<b>2010</b>
Población total	35210	45153
Población urbana (PU)	1912	2648
Población rural (PR)	33298	42505
Población hombres (PH)	16890	22179
Población mujeres (PM)	18320	22974

**Fuente:** INEC Censo 2001, INEC 2010

**Elaborado:** Equipo Técnico PDOT-GADMCG-2011

La Matriz tiene el mayor peso poblacional con el 54,57%, le sigue Palmira con el 27,23% personas, mientras que Cebadas con el 18,20% habitante siendo la menos poblada.

**Gráfico N°.1**  
**Pirámide de la Población**



Fuente: INEC 2010

Elaboración: Equipo Técnico PDOT, 2011

Una vez analizada la pirámide, el comportamiento de la población se puede calificar como: Sociedades Jóvenes, lo que significa que de un tiempo a esta parte la Juventud, o Culturas Juveniles en nuestra sociedad, han empezado a adquirir un rol protagónico en muchos espacios, básicamente en el campo social<sup>12</sup>.

Según INEC 2010, la población se caracteriza por un grupo extranjero joven que representa el 26,2% de la población total, en este rango se enmarca la población económicamente activa PEA, en esta perspectiva de clasificación la

<sup>12</sup>Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del CantónGuamote. Plan de desarrollo y ordenamiento territorial del cantón Guamote con compromiso y participación ciudadana. 2012-2026. **Guamote:** Talleres Barriales de Diagnóstico

tarea se define como Jóvenes a todas aquellas personas que tienen entre 15 y 29 años, lo que conlleva a que se desarrolle más la producción y el trabajo en el cantón.

Seguido se encuentra la población infanto-juvenil de 2,2%, 24,68% respectivamente finalmente el adulto mayor (66 a más años) representa el 6,3% del total.

#### **a. Estructura familiar**

El Cantón posee un total de 11070 Jefas y Jefes de familia estructuradas en las tres Parroquia, se encuentran en un mayor número en el área rural en un 93% (10305) y en la parte urbana el 7% (765), del total se destacan un 77% de Jefes y solo el 23% son Jefas, en este aspecto se debe tomar en cuenta que por idiosincrasia cultural los hombres son el jefe del hogar, mientras que las mujeres consideradas como jefas de hogar son: madres solteras, viudas, o que por motivos migratorios se han quedado a cargo de la responsabilidad del hogar, lo que ocasiona que el núcleo familiar se vaya desintegrando, y deben ser priorizadas en los programas de desarrollo social, el promedio de personas que integran el grupo familiar son cuatro personas, esta es una estadística que coincide a nivel nacional y que está considerado como una media del País, manteniéndose dentro de los márgenes de crecimiento poblacional del país<sup>13</sup>.

#### **b. Composición étnica**

---

<sup>13</sup> **Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del CantónGuamote.** Plan de desarrollo y ordenamiento territorial del cantón Guamote con compromiso y participación ciudadana. 2012-2026. **Guamote:** Talleres Barriales de Diagnóstico

El Ecuador en sus tres regiones continentales conviven 14 nacionalidades indígenas con tradiciones diversas y su propia cosmovisión, en la serranía ecuatoriana están los kichwas: con pueblos como los otavalos, áreasacas, cañarís y Saraguro En la parte norte se encuentra la comunidad de los awa. En la costa del Pacífico están los chachis, tsáchilas y huancavilcas. En las ciudades y pueblos viven mestizos,

Blancos y Afroecuatorianos, aunque también se dan importantes migraciones del campo a la ciudad, lo cual ha generado problemas como el crecimiento de los suburbios y barrios marginales, falta de viviendas, escuelas y colegios, desempleo, entre otros.

**Tabla Nº. 2**  
**Auto identificación de la Población**

Parroquias	Nro. Familias			
	AUTOIDENTIFICACION			
	INDIGENA	%	MESTIZO	%
<b>MATRIZ</b>	5296	87,7	744	12,3
<b>PALMIRA</b>	2566	96,5	92	3,5
<b>CEBADAS</b>	2056	95,2	113	5,2
<b>TOTAL</b>	9918	91,3	949	8,7

**Fuente:** Talleres Zonales 2011  
**Elaboración:** Mesa de Turismo 2013

En el cantón Guamote el 91,3% de la población se auto identifica como indígena, mientras que el 8,7 % como mestizo, esto se debe a que la población Guamoteña es descendiente de los Puruháes quienes fueron una etnia numerosas de indígenas que ocupaban la provincia de Chimborazo.

La población rural de la Matriz se auto identifica como indígena el 87,7%, y como mestizos el 12,3 sigue la parroquia Palmira con el 96,5 % de indígenas y 3,5 % mestizos, mientras que Cebadas con 95,2% de población indígena, y el 5,2 % de mestizos, no existiendo ninguna otra identificación, debido a que la población rural del Cantón Guamote presenta una identidad cultural propia<sup>14</sup>.

### **1.5. ACTIVIDAD ECONÓMICA DE LA POBLACIÓN**

La población del cantón se dedica en su mayoría a las actividades agropecuarias, las cuales se ven reflejadas los días jueves en la feria Intercultural más grande del País y una de las más reconocidas de Sudamérica, aspectos que se deben fortalecer para lograr un desarrollo económico productivo.

Una actividad ocupacional importante de los guamoteños es el comercio. La estructura de circulación y comercialización es básicamente tradicional y se realiza a través de la feria de Guamote, los días jueves.

Esta feria tiene un carácter provincial y es el principal mercado de la economía cantonal (79%) e indudablemente una de las ferias más grandes de la provincia.

---

<sup>14</sup>**Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Guamote.** Plan de desarrollo y ordenamiento territorial del cantón Guamote con compromiso y participación ciudadana. 2012-2026. **Guamote:** Talleres Barriales de Diagnóstico



Funciona a partir de nueve plazas, donde se comercializan productos agrícolas y pecuarios. Otros mercados de interés son Alausí, Riobamba y Cajabamba.

En los últimos años han surgido microempresas familiares y comunitarias en actividades artesanales, industrialización de productos pecuarios (quesos y embutidos) y piscicultura.

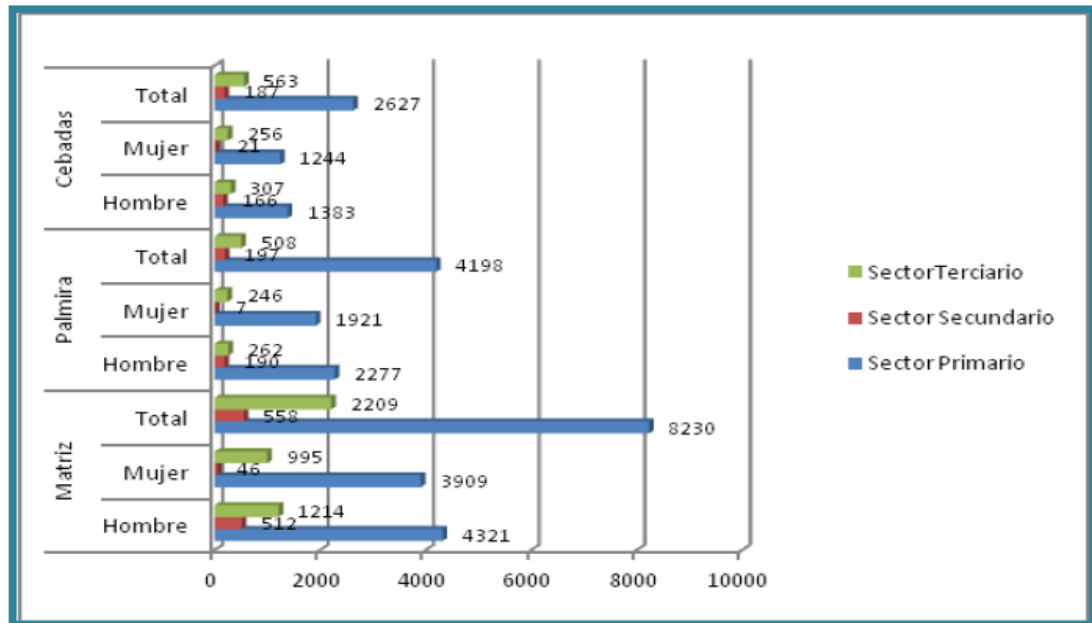
La actividad económica sustentada en la agricultura, ganadería y comercialización en emprendimientos locales no es suficiente para mejorar las condiciones de pobreza y exclusión de los guamoteños; el 89.37% se encuentra bajo la línea de la pobreza y el 69.17% bajo la pobreza extrema. Este fenómeno se agudiza por los bajos ingresos y la falta de fuentes de empleo sobretodo en el ámbito rural. En los últimos años se estima que alrededor del 18% de la población del área rural migra temporal y definitivamente hacia la cabecera provincial y hacia otras provincias del país. Las ciudades de destino son: Quito, Guayaquil, Ambato, Riobamba, Cuenca, Milagro, Naranjito y Machachi.

#### **a. POBLACION ECONOMICAMENTE ACTIVA**

Con la publicación de los datos oficiales del Censo de Población y Vivienda 2010, la Población Económicamente Activa del Cantón Guamote a partir de los 10 años de edad en adelante está constituida por 19277 personas que representa a nivel provincial el 9,64%. El 78,08% de la PEA actual desarrollan actividades agropecuarias que representa a nivel provincial el 18,17%, incidiendo que la actividad que abarca dentro del sector primario de la economía local es la más empleada para el desarrollo sustentable de la economía de las familias en las comunidades, por el cual la parroquia Matriz participa con el 42,68%, la parroquia

Palmira con el 21,78% y la parroquia Cebadas con el 13,62% situaciones relacionadas con el conocimiento ancestral se ha establecido como un eje prioritario en el desarrollo de ésta Actividad.

**Gráfico Nº.2**  
**Población económicamente activa según sexo**



Fuente: INEC 2010

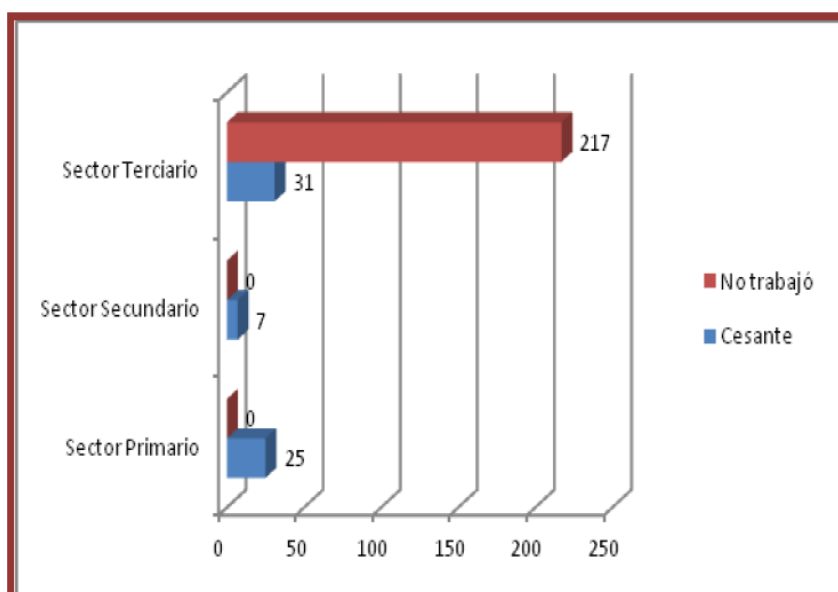
Elaboración: Equipo técnico PDOTG, 2011

Otro aspecto a considerar que ha generado que el desarrollo de la actividad agropecuaria del cantón Guamote esté presente es por los canales de comercialización existente como la feria cantonal que es uno de los escenarios más representativas de la cultura indígena, en donde 924 comerciantes ejercen su actividad económica y acuden a distintos sitios comerciales<sup>15</sup>

<sup>15</sup> Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Guamote. Plan de desarrollo y ordenamiento territorial del cantón Guamote con compromiso y participación ciudadana. 2012-2026. Guamote: Talleres Barriales de Diagnóstico

El género masculino representa el 55,20% de la PEA cantonal, de los cuales el 53,13% participan en el desarrollo de la principal actividad económica, de acuerdo a los datos obtenidos en el censo de población y vivienda 2010, la actividad que tiene mayor participación del género femenino está relacionado al alojamiento y servicio de comidas con una participación del 77,24%, en una misma proporción está la intermediación financiera en un 72,73%, para el resto de actividades el género masculino tiene una mayor intervención en una proporción del 55%.

**Gráfico Nº.3**  
**Situación de Empleo en el Cantón Guamote**



**Fuente:** INEC 2010

**Elaboración:** Equipo técnico PDOTG, 2011

La principal actividad comercial en el cantón Guamote que a nivel de PEA Cantonal contribuye con el 4,06% se desarrolló en la Cabecera cantonal en especial los días jueves en los sectores como:

Mercado Mayorista: Tubérculos, condimentos, legumbres, hortalizas, hierbitas medicinales, frutas, granos secos, carne, queso, comida típica.

#### **b. Actividad comercial del cantón**

Según el departamento de Gestión y Desarrollo Local de GADMCG, existen 20 espacios de comercialización definidos por la comisaria municipal, donde, 924 comerciantes ejercen su actividad económica. Estos grupos corresponden a 40 tipos de actividad comercial que varían desde la venta de pan hasta la venta de zanahoria. El 90% de los comerciantes que participan en la feria son de otros cantones y provincias, por lo que las utilidades generadas no benefician al desarrollo del Cantón. El uso de la vía pública está concentrada en los tres barrios de la zona media (24 de mayo, Central, y palomos).

Existen 351 tiendas que funcionan en la cabecera cantonal, que ejercen 52 tipos de actividades que van desde los abastos, hasta la venta de zapatos y vulcanizadoras.

#### **c. PRODUCCIÓN AGRÍCOLA DEL CANTON**

La principal actividad económica está el sector agropecuario que abarca a nivel cantonal el 78,08%, por el cual la parroquia Matriz participa con el 42,68%, la parroquia Palmira con el 21,78% y la parroquia Cebadas con el 13,62%, que a nivel Provincial representa el 18,17%, situaciones relacionadas con el conocimiento ancestral y de los recursos naturales existentes ha establecido que la actividad agropecuaria sea el principal sustento de la economía cantonal.

En cada una de las zonas tienen similares condiciones de: calidad o tipos de suelos, utilización de diferentes variedades de semillas, cultivos, y transitorios, técnicas o formas de preparación del suelo, diferentes costumbres de siembras, labores culturales, cosechas, y por último la venta o comercialización en los principales mercados a nivel cantonal, provincial u otras maneras de venta o expendio de los variados productos cosechados en cada una de las zonas homogéneas del cantón Guamote.

El Cantón Guamote tiene una extensión territorial de 122.180 ha, de las cuales a nivel cantonal corresponde a: cultivos y en barbecho, 17,9 % Pastos cultivados 10,7%, Pastos naturales 5,8%, Páramos 36,7% Montes y bosques 12,4%, Terrenos para cultivos en proceso de erosión 2,8%, Área Erosionada 10,2%, Zona Poblada 0,2%, Otros Usos 3,3%.

**Tabla N°3**  
**Usos del Suelo en el Cantón Guamote**

PARROQUIAS	Cultivos Transitorios y Barbecho	Pastos Cultivados	Pastos Naturales	Páramos	Montes y Bosques	Terrenos para Cultivos en proceso de erosión	Área Erosionada	Zona Poblada	Otros Usos	Total
Matriz	6097,13	7912	3712	2818	10234	0	7559,97	120	1834	40287,1
Palmira	7764,83	1836	363	5704	3876	921,94	3655,23	45	635	24801
Cebadas	7974,82	3374	2989	36260	1078	2504,59	1254,59	55	1602	57092
Cantonal	21836,78	13122	7064	44782	15188	3426,53	12469,79	220	4071	122180,1
%	17,9	10,7	5,8	36,7	12,4	2,8	10,2	0,2	3,3	100,0

**Fuente:** Talleres Participativos PDOT 2011

**Elaboración:** Equipo técnico PDOT-G. 2011

El destino de la producción agrícola dentro del cantón Guamote varía de una zona a otra, además está relacionado a los volúmenes de producción obtenidos en la parcela, sin embargo, es de mencionar que la venta de producción agrícola

lo realizan principalmente en el mercado cantonal, también un porcentaje menor para el autoconsumo y la utilización como semilla para del próximo año.

#### **d. PRODUCCION PECUARIA**

Referente a la actividad pecuaria la población actual de especies mayores de 215095 que representa entre ganado lechero, carne, ovinos, porcinos, equinos y camélidos, de los cuales la mayor parte son especies criollas y un bajo porcentaje tiene mejoramiento genético. El 55,85% son especies menores entre cuyes, conejos y pollos; la producción pecuaria obtenida de leche es de 69169 litros/día, y lana de 57,7 Tn/año, la producción obtenida tanto de especies mayores y menores se destina a la comercialización y el restante para el autoconsumo.

En tal virtud la producción pecuaria en el Cantón adquiere cada día mayor importancia convirtiéndose en la base del sustento, constituyendo como productos alimenticios de alto valor nutritivo, contribuyendo así a la seguridad alimentaria de la población de las comunidades, el parroquias: La Matriz, Cebadas y Palmira, es netamente Agropecuario.

**Tabla N°4  
Población De Especies.**

<b>ESPECIE</b>	<b>Numero</b>	<b>Porcentaje</b>
Bovinos	33852	35,64
Ovinos	42290	44,53
Porcinos	10844	11,42
Camélidos	2854	3,01
Equinos	5130	5,40
<b>Total</b>	<b>94970</b>	<b>100,00</b>

**Elaboración:** Equipo Técnico PDOT-G. 2011

**Fuente:** Talleres Participativos PDOT 2011.

**Tabla N°5  
Población de Especies Mayores**

MATRIZ	Ganado Vacuno de leche		Ganado Vacuno de Carne		Porcinos		Equinos		Ovinos		Camélidos	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
MATRIZ	7478	33,55	4391	37,97	4055	37,39	2039	39,75	15914	37,63	340	11,91
PALMIR A	4695	21,07	2710	23,43	2496	23,02	1259	24,54	14705	34,77	1643	57,57
CEBADAS	10115	45,38	4463	38,59	4293	39,59	1832	35,71	11671	27,60	871	30,52
SUBTOTAL	22288	100	11564	100	10844	100	5130	100	42290	100	2854	100
Total	33852				10844		5130		42290		2854	

**Fuente:** Talleres Participativos PDOT 2011.

**Elaboración:** Equipo Técnico PDOT-G. 2011

## 1.6. SISTEMA SOCIAL CULTURAL

Guamote está constituida por una población pluricultural que se caracteriza por tener una esencia y una cultura incalculable e intangible, con diversos productos culturales en intelectuales, se encuentra constituido por tres parroquias: Guamote (Matriz), en esta parroquia se asientan las sedes del Municipio de Guamote, del Parlamento Indígena Popular y del Comité de Desarrollo Local, Organizaciones de Segundo Grado, y las parroquias Palmira y Cebadas<sup>16</sup>.

La población del cantón se dedica en su mayoría a las actividades agropecuarias, las cuales se ven reflejadas los días jueves en la feria Intercultural

<sup>16</sup>**Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Guamote.** Plan de desarrollo y ordenamiento territorial del cantón Guamote con compromiso y participación ciudadana. 2012-2026. **Guamote:** Talleres Barriales de Diagnóstico

más grande del País y una de las más reconocidas de Sudamérica, aspectos que se deben fortalecer para lograr un desarrollo económico productivo.

Una característica importante del cantón Guamote es la coexistencia de los grupos poblacionales pertenecientes a la nacionalidad Kichwa descendientes del pueblo Puruhá que comprende el 94% y la población mestiza el 5% y el 1% está entre blancos, mulatos y afroecuatorianos. En su mayoría son bilingüe (Kichwa-Castellano).

#### **a. Migración**

La migración representa uno de los fenómenos más grandes durante la era de la globalización, si bien se han abierto las fronteras para el libre tráfico de capitales, cada vez se facilitan más las fronteras para el tránsito de seres humanos. A pesar de estas limitaciones, el número de personas que deciden cruzar fronteras se incrementa día a día, y en muchos de los casos deciden hacerlo de manera irregular lo que dificulta conocer realmente la cantidad y las características de las personas que se movilizan hacia otros territorios.

En el cantón Guamote se ha visto a lo largo de la historia movimientos esporádicos de personas a nivel nacional e internacional, la movilidad humana se presenta en mayor medida en el ámbito local con el flujo de personas del sector rural al cantón y parroquias y ahí básicamente hacia las grandes ciudades e inclusive a otros países como una de las posibles soluciones a la profunda crisis en la que el país.



La migración temporal está considerada a las personas que viajan a su lugar de trabajo o turismo, por un tiempo aproximado de 15 días a un mes y regresan a su lugar de origen.

**Tabla N°6  
Migrantes Temporales.**

PARROQUIAS	Migrantes Temporales
MATRIZ	1778
CEBADAS	341
PALMIRA	814
TOTAL	2933
%	69

**Fuente:** Talleres Participativos Zonales PDOT 2011

**Elaborado:** Equipo Técnico del PDOT-GADMCG-2011

El Cantón posee un total de 2933 familias que representa el 25% de la emigración interna, que tienen a un miembro de su familia en las diferentes ciudades del país como RIOBAMBA, QUITO, GUAYAQUIL, CUENCA, MACHACHI, MACAS, GUAMOTE, y entre LOJA, ZAMORA, NARANJITO, SANTO DOMINGO, ALAUSI, GALAPAGOS, PUYO, Y SHUSHUFINDI, ciudades que se han convertido en escenarios atractivos para los jóvenes principalmente en busca de fuentes de trabajo.

**La migración permanente.**- en el cantón Guamote se da en un total de 16% de familias. Las ciudades de destino de los emigrantes son: QUITO, GUAYAQUIL,

RIOBAMBA, CUENCA, MACHACHI, AMBATO, NARANJITO, MACAS, TRONCAL, OTAVALO.

En dichas ciudades se dedican a trabajar en la industria de la construcción, en el comercio informal (vendedores ambulantes), acarreando bultos en los mercados, en la agricultura y quehaceres domésticos.

**Tabla N°7  
Migrantes Permanentes**

<b>PARROQUIAS</b>	<b>Migrantes Permanentes</b>
<b>MATRIZ</b>	353
<b>CEBADAS</b>	85
<b>PALMIRA</b>	231
<b>TOTAL</b>	669
<b>%</b>	16

**Fuente:** Talleres Participativos Zonales PDOT 2011

**Elaborado:** Equipo Técnico PDOT 2011

### **1.7 Educación**

La Educación en el cantón Guamote cuenta con 141 establecimientos presentándose con dos Jurisdicciones Hispana y Bilingüe, las cuales se encuentran repartidas en un 79% de establecimientos es de la Jurisdicción Bilingüe con una población total de estudiantes de 11701 en su mayoría se encuentra en Matriz con un 41%, la Jurisdicción Hispana en un 21% contando con una población de 4172, con una mayor población estudiantil en la parroquia Matriz con 2613 estudiantes, existe un analfabetismo del 18% siendo superior a la Provincial que presenta el 13%, dato que se refleja principalmente en las

mujeres en un 62%, que son generalmente en las edades mayores de 15 años de edad, siendo muy significativas en la diferencia por sexo en promedio los hombres tienen más de un año de escolaridad con relación a las mujeres respectivamente. En el cantón existencia de 716 educadores en los diferentes niveles, conforme a estos datos cada maestro trabaja con 16 estudiantes; existe aún escuelas unidocentes en un 15%, lo que nos indica la inadecuada distribución del talento humano, la educación es impartida en el idioma de interculturalidad indígena y bilingüe (Kichwa – Castellano)<sup>17</sup>.

## **1.8 Salud**

En lo que respecta a la infraestructura hospitalaria en el cantón Guamote existe 1 hospital público, dos subcentros de salud, ubicados en las parroquias de Cebadas y Palmira, 6 puestos de salud, además existen 8 dispensarios del Seguro Social Campesino y un consultorio privado a nivel cantonal. De las 114 personas que trabajan en los establecimientos de salud, el 59% se encuentra concentrado en el hospital cantonal, en Palmira el 37% y Cebadas 4%, las enfermeras constituyen la mayoría el 12%, laboran únicamente en el hospital, mientras que en los otros establecimientos existen auxiliares de enfermería y promotores comunitarios.

### **a. La Medicina Tradicional**

La Medicina Tradicional se conserva en las comunidades existiendo un 70% de parteras, 5% de yachaks, 12% de curanderos tradicionales, 9% de promotores

---

<sup>17</sup>Iturralde D., Campesinos y Comunas, Otavalo, Instituto Otavaleño de Antropología, - Gallo capitán, 1980

de salud y el 3% de botiquín comunitario, recurso presente en las propias comunidades lo cual corresponde a su cultura dándose la importancia al uso de las hierbas medicinales, lo que hace más accesible y permite una intercomunicación por el idioma Kichwa.

## **E. TURISMO**

Según la Organización Mundial de Turismo OMT (1999), define “El turismo comprende las actividades que realizan las personas durante sus viajes y estancias en lugares distintos al de su entorno habitual, por un periodo de tiempo consecutivo inferior a un año con fines de ocio, por negocios y otros motivos.

### **1. TURISMO DEL CANTON GUAMOTE**

#### **a. Atractivos turísticos**

- **Refugio alto Andino de montaña Atillo.** Enclavado en el Parque Nacional Sangay. Situado junto al complejo lacustre de Atillo, a 56 km de Guamote. Cuenta con instalaciones para pesca deportiva de trucha, botes, hospedaje, alimentación típica de la región.
- **Complejo lacustre Atillo.** Constituido por un sinnúmero de lagunas de diferente tamaño como la Laguna Negra, Cuyug, y Atillo. En los alrededores de estas lagunas, y entre riachuelos y cascadas, se puede encontrar una gran variedad de flora y fauna. Es una de las entradas más importantes a la Amazonía ecuatoriana.

- **Granja agro turística Totorillas.** Se sitúa a 9 km de la sede cantonal.
- **Camino del Inca.** Por él se puede llegar, atravesando páramos y poblados indígenas hasta las ruinas de Ingapirca.
- **Feria de Guamote.** Sigue las tradiciones del pueblo de los Puruháes, habitantes autóctonos de la zona.
- **Estación de ferrocarril.** Desde Guamote se puede visitar en ferrocarril la Nariz del Diablo.
- **Desierto De Palmira.** Se encuentra en la parroquia llamada Palmira, a 50 minutos al sur de Riobamba. Este desierto es pequeño pero atractivo, pues se asemeja al gran desierto del Sahara. El lugar cuenta con un clima muy agradable y con una temperatura que fluctúa entre los 6° C a 12° C.
- **Iglesia Del Señor De Las Misericordias.** Se encuentra ubicada en la parroquia Palmira a 20 Km. de Guamote, en una quebrada que lleva el mismo nombre. La fuente de agua del Señor de las Misericordias, formada por rocas con abundante vegetación, en ella se realiza baños medicinales.
- **Iglesia De Guamote.** Toda su estructura externa e interna es de piedra labrada, ejecutada magistralmente a través de mingas y por picapedreros del lugar. El material fue extraído del cerro Ushubug<sup>18</sup>.
- **Dunas De Arena.** Se encuentran ubicadas en la comunidad San Miguel de Pomachaca, perteneciente a la parroquia de Palmira. Alcanza

---

<sup>18</sup>Ecuador: Ministerio de Turismo del Cantón Guamote. Memoria Inventario del Cantón Guamote. Quito: MT.2013.

aproximadamente 1 ha, el suelo es arenoso, rocoso con piedrecillas de colores claros.

## **F. FIESTAS DEL CANTÓN GUAMOTE**

Dentro de la fiesta del cantón Guamote tenemos la celebración del aniversario de cantonización, Semana Santa, y el tradicional Carnaval de Guamote como una de sus festividades de mayor importancia y trascendencia dentro del Cantón.

### **a. FIESTAS DE CANTONIZACIÓN**

En la programación de las fiestas de cantonización sobresalen las peleas de gallos, la elección de la reina del Cantón y de la SumakWuarimi, el desfile cívico-militar, la sesión solemne del Municipio, culminando con corridas de toros. Resulta original la construcción de palcos alrededor de la plaza, en los que se exhiben colchas que se lidiarán en cada corrida taurina. La celebración permanece acompañada por las notas musicales de bandas de pueblos y bebidas donadas en cada palco.

### **b. FIESTAS DE SEMANA SANTA**

En Guamote cobra vida la tradición durante la celebración de la Semana Santa. El martes y sábado santo se realizan procesiones con las participaciones de los hermanos de la virgen, mientras que jueves y viernes santo está a cargo de los hermanos del señor o santos varones.

### **c. FIESTAS DE CARNAVAL**

De hecho, la revisión de la información recopilada por Iturralde, en los años setenta, muestra que dos o tres de los cinco o seis anejos que conformaban la Hacienda de San Antonio de Chacaza se encontraban en el área de lo que hoy es el barrio San Juan y que antes esos eran los límites hasta donde se extendía Guamote. La fragmentación de la hacienda, con la consiguiente venta de tierra a los comuneros, facilitó el poblamiento de la zona y su posterior unión con la zona urbana.

El carnaval la fiesta más tradicional de Guamote, inicia el viernes antes del miércoles de ceniza, y culmina el sábado siguientes, es decir la festividad dura 9 días, siendo el carnaval más largo del Ecuador, durante este tiempo se desarrollan un sinnúmero de eventos principalmente culturales que son parte misma de la herencia generacional que año tras año sigue manteniendo este hermoso pueblo de gente bondadosa y acogedora<sup>19</sup>.

Durante la celebración, se desarrollan festivales artísticos-culturales, desfile de comparsas, elección y coronación de reyes, verbenas populares, juegos de gallos, corridas de toros, con la participación de vasallos, embajadores, jochantes, pueblo en general, turistas nacionales y extranjeros.

### **d. PERSONAJES DEL CARNAVAL**

---

<sup>19</sup>Ecuador: Ministerio de Turismo del Cantón Guamote. Memoria Inventario del Cantón Guamote. Quito: MT.2013.

El Rey.- Es el personaje central de la Fiesta del Carnaval de Guamote, con su vestimenta simula a un verdadero Rey; CAPA, CORONA y CETRO; igualmente su caballo es adornado con estirpe real.

Hace muchos años, el guamoteño, más específicamente el morador del Barrio San Juan, acepta ser Rey gracias a una petición verbal de la dirigencia del Barrio. En la actualidad, la fe, la creencia y devoción al Patrono San Carlos es inmensa a tal punto que no hay necesidad de nombrarlos o pedirles que se hagan Rey; se ofrecen voluntariamente. Hay dos reyes para cada año, antes había tres, dos o uno por año.

**Los Embajadores.-** Cada rey elige dos Embajadores; estos personajes son los encargados de ayudar al rey a organizar la fiesta del Carnaval. Se los distingue por lucir una bandera artísticamente confeccionada, la misma que tiene que ir flameando junto al Rey.

**Los Jochantes.-** Juegan un papel muy importante en la realización de estas fiestas pues constituyen un punto de apoyo vital tanto para el rey como para los embajadores. Ya que son los que ofrecen al rey o embajadores diferentes obsequios como bebidas, reses, orquestas, comparsas, entre otras cosas.

**Jochar.-** es un término kichwa que significa “dar un presente o un regalo” , entonces los Jochantes son personas que entregan regalos al rey y a los Embajadores a fin de que éstos no tengan ningún contratiempo en organizar los carnavales y atiendan bien a la gente. Unos dan orquestas, otros reces de matanza, chanchos, bandas de música, bebida, toros de lidia, colchas, comparsas, en fin los componentes que hacen la fiesta.



La celebración culmina con el entierro del mismo carnaval, acto simbólico dónde en un pequeño ataúd, colocan objetos tales como botellas de licor, restos de comida y otros, entre los lamentos y la nostalgia de los carnavaleros hasta que regrese el siguiente año<sup>20</sup>.

## **G. PRODUCTOS DEL CANTÓN GUAMOTE**

**Mashua.** Es una planta originaria de los Andes centrales, de fácil cultivo que puede ser cosechada a los 6 u 8 meses de su siembra, Los tubérculos pueden ser almacenados hasta seis meses en lugares fríos y ventilados, inclusive pueden ser guardados bajo el suelo para ser extraído cuando se necesiten para la preparación de platos típicos.

**Melloco.** La forma más común de consumo, es en forma de ensalada fría aderezada con vinagre, en sopas, donde el tubérculo es utilizado con, o en lugar de la papa. En los páramos andinos es cocido junto a habas tiernas y papas, este plato se denomina "chiriuchu" y es consumido con sal y en algunos lugares con queso.

**Maíz.** Zeamays, comúnmente llamada maíz, choclo (de origen quechua), o elote (de origen náhuatl), es una planta gramínea anual originaria de América introducida en Europa en el siglo XVII. Actualmente, es el cereal con mayor volumen de producción utilizado para la alimentación de los pobladores indígenas

---

<sup>20</sup>Ecuador: Ministerio de Turismo del Cantón Guamote. Memoria Inventario del Cantón Guamote. Quito: MT.2013.

**Alverja.** Se cultiva para obtener sus pequeñas semillas -los guisantes propiamente dichos- y las tiernas vainas que los envuelven, muy apreciados para el consumo humano.

**Cebolla blanca.** Cebolla picante y blanca, utilizado para condimentar los distintos platos del Cantón Guamote.

**Habas.** Planta herbácea leguminosa de flores blancas o rosadas con manchas negras y fruto en vaina larga y gruesa que encierra las semillas en hilera utilizadas en la comida tradicional para los días de trabajo como almuerzo.

**Papas.** Las papas pueden cultivarse con éxito en una diversidad de tipos de suelo, pero prosperan mejor en migajones arenosos, limosos, turbas y suelos orgánicos, es uno de los productos más cultivados dentro del cantón.

**Quinua.** Por sus cualidades alimenticias y medicinales la quinua fue un alimento muy apreciado por nuestras poblaciones aborígenes, que se mantiene hasta la actualidad.

**Lenteja.** Planta de tallos ramosos, hojas, flores blancas con venas moradas y fruto en vaina pequeña, con dos o tres semillas pardas en forma de disco, que sirven como alimento<sup>21</sup>.

**Oca.** La oca es un valioso recurso nutricional de la región andina de gran importancia para la alimentación de los habitantes del cantón.

---

<sup>21</sup>MINISTERIO DE AGRICULTURA, GANADERIA, ACUACULTURA Y PESCA 2013. Productos de la zona Del Cantón Guamote

**Calabazo.** Existen muchas variedades de zapallo que pesan desde medio kilo hasta alcanzar los 50 kilos. Las partes que se utilizan son la semilla, frecuentemente en dulces o sopas.

**Zanahoria blanca.** La zanahoria blanca o arracacha es considerada una de las plantas domesticadas más antiguas de América en virtud de su gran variabilidad y la existencia de formas silvestre, que se puede utilizado como suplemento de la papa.

## **HIERBAS**

**Manzanilla.** La manzanilla es una hierba aromática que ha sido utilizada desde hace siglos con fines medicinales, cultivado en las zonas bajas del cantón.

**Menta.** La menta o también mastranto, es un género de hierbas comestibles apreciadas por su aroma refrescante, utilizado como planta medicinal por los indígenas<sup>22</sup>.

**Toronjil.** El toronjil de olor recibe también el nombre de 'toronjil para la pena', por algunas de sus propiedades medicinales, y se le conoce desde hace miles de años.

**Borraja.** Planta medicinal cultivada en la zona baja y alta del cantón Guamote por los indígenas ya que con estas plantas curaban sus enfermedades y se la guardado con mucho recelo.

---

<sup>22</sup>MINISTERIO DE AGRICULTURA, GANADERIA, ACUACULTURA Y PESCA 2013. Productos de la zona Del Cantón Guamote

**Ortiga.** Las hojas y tallos pueden cortarse en cualquier época del año, con las manos protegidas, la mayor parte de la población la utilizaba como planta medicinal y sus tradiciones indígenas.

**Ortiga blanca.** También llamada ortiga muerta planta utilizada por los pobladores como planta medicinal.

## **H. COMIDA TÍPICA DE GUAMOTE**

La Gastronomía del Cantón se refleja en las fiestas realizadas por tradiciones y costumbres como en los devotos a los santos de su creencia, en las campañas evangélicas, matrimonios, y fechas festivas que poseen en cada una de las comunidades, barrios que posee el Cantón, generalmente comparte los deliciosos platos preparados como: papas con cuy, caldo de gallina, fritada con mote, la chicha, papas, habas, que son amenizadas con la orquesta popular.

La mesa colectiva de las comidas típicas, lo realizan generalmente en las comunidades es de forma organizada y dirigida con la colocación de productos obtenidos de la zona como papas, habas, choclo, y carne de res, cuy, chancho y otros; la gastronomía en el cantón se ha conservado con la preparación de papas con cuy, hornado, morochos con empanadas de viento; a pesar de la introducción de alimentos prefabricados, la reciprocidad, redistribución se practica generalmente en las festividades carnavaleras; el lunte es un obsequio de una bandera o tela se cosen o prenden las ofrendas a entregarse al rey de carnaval, práctica que lo realizan en el carnaval de Guamote. La Jocha es una

práctica que se realiza con frecuencia en los Carnavales de Guamote y lo cual se detalla a continuación.

Esta costumbre y mecanismo social, se asume que es prehispánico, es importantes recalcar que la Parroquia Palmira realiza esta práctica ancestral en un 31%, la jocha consiste es un regalo que se hace al prioste pudiendo ser un toro, un chancho, gallinas, papas, trago, según el deseo o el convenio entre el prioste y el donante, es muy importante la donación negarse a darlas ocasiona que se caiga en desgracia con el prioste o con la comunidad. Por tal razón, y por estima general, quien recibe una jocha procura pagarla con otra de igual o mayor valor que aquella

La institución de la jocha es una de las bases en las que se asienta el desarrollo práctico de la fiesta de Carnaval en Guamote, tanto en sus áreas urbanas, como en sus zonas rurales, pues con seguridad sin el respaldo social y comunal que reciben los reyes y embajadores del carnaval, no se podría hacer una fiesta tan grande cada año.

**Fritada:** Es un plato típico de la gastronomía Guamoteña y se compone principalmente de la carne del cerdo, esta carne es cortada, luego puesta en una paila junto con cebolla blanca para freírla, se acompaña con mote, maduro frito y el curtido.

**Llapingacho:** plato típico de la serranía y principal de Guamote, básicamente son tortillas fritas o asadas, de papas cocinada, luego aplastadas y rellenas de queso, las tortillas pueden ser servidas con chorizo, huevo frito y el curtido.

**Hornado:**Plato típico del cantón, el hornado de chancho empieza su preparación luego de a ver lavado y limpiado al chancho, para que se condimente, para luego llevarlo a un horno donde termina su viaje de preparación, se lo acompaña de mote y el curtido hay variaciones de acuerdo al cantón.

**Caldo de patas:**Plato tradicional, que está hecho con las patas de res como su nombre lo indica caldo de patas, debe lavarse muy bien antes de cocinarlo, su cocción dura aproximadamente 2 horas y se lo acompaña con mote, cebolla, cilantro picado finamente.

**Yaguarlocro:**Es un tradicional compuesto de tripas del borrego, aguacate, cebolla, tomate, papas, acompañado de sangre de borrego refrita. Yahuar es el término quichua que significa 'sangre', entonces yaguarlocro es un locro a base de papa y sangre.

**Caldo de mondongo:** Este caldo se realiza con la cabeza de borrego, el que es chamuscado, lavado, para cocinarlo, se lo acompaña con mote, cebolla blanca y cilantro picados finamente

**Papas con Cuy:** Luego de ser asado para poder degustarlo se acompaña con papa cocidas, salsa de maní y ensalada de lechuga.

**Timbushca** (Papas Hervidas Con Queso).preparación que se la cocina y sirve sin sacarle la cascara, de las habas y las papas que van acompañadas con queso.

**Sopa de Quinua:** luego de obtener la quinua se la lava y deja secar un día para sacar todas las impurezas que pueda tener, se la acompaña con carne de borrego.

**Chicha De quinua:** bebida utilizada por los indígenas para las fiestas y trabajos.

**Sopa de maíz:** se la obtenía del maíz blanco en mazorca para ser molido en piedra y utilizarlo para sopas o tortillas.

**Sopa de trigo:** después de la cosecha se lleva a moler y se obtiene la harina que fue utilizada generalmente en sopas, dulces, bebidas.

**Dulce de trigo:** elaborada con harina de trigo y panela para darle el sabor dulce que era muy apetecido por la población.

**Habas tashno.** (Habas tostadas) son habas secas tostadas en un tiesto para luego ser cocinadas, y se puede acompañar con mellocos o queso.

**Venado asado:** el venado animal que abundaba en los páramos andinos de Guamote, la población lo cazaba y consumía su carne, esta preparación se lo realiza en fiestas populares ya que no tenían el acceso de otras carnes que era servido con papas.

**Pescado de ríos:** El Cantón cuentan con recursos naturales, Guamote cuenta con el río Cebadas el cual es rico en peses, la cercanía y el acceso fácil al mismo, hacía que el pescado sea otra fuente de alimentación, para su consumo lo acompañaban con papas y habas.

**Borrego asado:** El borrego animal domesticado por la gente y la gran mayoría de la población tienen crianza de los borregos, se los podía consumir en fiestas, acompañado de habas y papas hervidas.

**Chicha de jora de maíz con hoja de capulí:** es una bebida que se la servía en fiestas y trabajos.

**Chicha de avena:** bebida obtenida a base de la avena servida en fiestas.

**Melloco frito:** alimento que se le lavaba, se cocinaba para luego ser tostado en el tiesto con un poco de cebolla blanca

## **I. GUÍA GASTRONÓMICA**

### **a. Guía**

Una guía es algo que tutela, rige u orienta. A partir de esta definición, el término puede hacer referencia a múltiples significados de acuerdo al contexto. Una guía puede ser el documento que incluye los principios o procedimientos para encauzar una cosa o el listado con informaciones que se refieren a un asunto específico.

Este término puede tener diversos usos y puede referirse a objetos, seres humanos o elementos simbólicos. En su uso generalizado se conoce como guía tanto el manual o convenio que recopila los principios que hay que tener en cuenta para dirigir algo, como el informe con datos referentes a una cierta temática e incluso el individuo que dirige e instruye a otro para hacer una determinada cosa

### **b. GUÍA GASTRONÓMICA**



Una Guía Gastronómica puede referirse a una publicación impresa o digital que recopila información sobre la gastronomía de algún lugar específico; es una especie de libro o revista con información de interés para el viajero.

#### **IV. METODOLOGÍA.**

##### **A. LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN**

La presente investigación se la desarrolló en el Cantón Guamote Provincia de Chimborazo. Con una duración de 6 meses.

##### **B. VARIABLES**

###### **1. IDENTIFICACIÓN**

**Cultura Culinaria del Cantón Guamote**

**Fortalecimiento del Sector Turístico**

###### **2. DEFINICIÓN**

**Cultura Culinaria**

Partiendo de las consideraciones anteriores, no cabe duda entonces de que la Gastronomía es un proceso cultural, quizás el más apegado y más dependiente de la naturaleza, ya que responde al instinto de supervivencia, el hombre entonces aprende a alimentarse de una manera determinada primero por el

escenario natural donde se desenvuelve, ya que es ahí donde encuentra sus alimentos y luego, el medio cultural, le da una simbología a estos alimentos, por lo que la manera de percibir estos alimentos será diferente en lugares, épocas y sociedades diferentes

### **Fortalecimiento del Sector Turístico**

Aumento de la intensidad dentro del turístico comprende las actividades que realizan las personas durante sus viajes y estancias en lugares distintos al de su entorno habitual, por un período consecutivo inferior a un año y mayor a un día, con fines de ocio, por negocios o por otros motivos, también se lo conoce como el conjunto de los viajes cuyo objeto es el placer o por motivos comerciales o profesionales y otros análogos, y durante los cuales la ausencia de la residencia habitual es temporal.

### 3. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Tabla N°8  
OPERACIONALIZACIÓN

VARIBLES

DIMENSIONES

INDICADORES

---

<b>Cultura culinaria del Cantón Guamote</b>	Identificación de productos propios de la zona	Tipo de producto Papas Habas Mellocos Cebada Trigo Avena Cebolla balaca Zanahoria
	Identificación de platos tradicionales	Consumo Diario Semanal Mensual Fiestas
<b>Fortalecimiento del sector Turístico</b>	Fritada Yaguar loco Caldo de mondongo (cabeza de borrego) Chicha de jora Llapingacho Caldo de patas Papas con cuy Hornado	Actualización
	Guía Gastronómica del Cantón	Semestral Anual
	Difusión cultural por medio del Municipio del Cantón Guamote	Medios de comunicación Página Web del Municipio del Cantón Televisión Prensa Ferias Gastronómicas

### **C.-TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

**Descriptivo; Transversal**

El trabajo de investigación se orientó a través de una metodología participativa con la responsabilidad del investigador y de las unidades de observación (pobladores del Cantón.)

Las técnicas e instrumentos utilizados, se guiaron a través de encuestas y entrevistas que harán presencia en los anexos, y que permitan recoger la información para el análisis empírico, que será dimensionado con la parte teórica.

## **D.- POBLACIÓN, MUESTRA O GRUPO DE ESTUDIO**

### **TIPO DE ESTUDIO**

El trabajo que se presenta es de tipo observacional, pues vamos a fijarnos en las comidas, analizar la situación actual para saber los ingredientes y proceso a realizar, para tener todos y cada uno de los platos típicos del Cantón.

La investigación es de corte transversal, pues su realización tiene una sola fecha de corte o finalización.

## **E.- DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO**

### **TÉCNICAS**

La técnica de investigación se efectuó mediante el análisis de documentos, la aplicación de encuestas, entrevistas aplicadas a los pobladores del Cantón Guamate, donde se obtuvo la información de forma escrita que recopiladas en forma directa del investigador tiene como base, cuestionarios que están relacionados con la variable del tema.

## MÉTODOS

**Método inductivo- deductivo** el método utilizado para este trabajo de investigación es el método inductivo deductivo, que sirvió para identificar la problemática implícita en el objeto de estudio, realizar diversos acercamientos teóricos al mismo, describir la relación existente, al tiempo de seleccionar el problema de mayor importancia.

### DESARROLLO DE LA INVESTIGACION:

El trabajo de investigación se orientó a través de una metodología participativa con la responsabilidad del investigador y de las unidades de observación.

## UNIVERSO Y MUESTRA

### 1. UNIVERSO

El universo estuvo constituido por un segmento de 6.726 habitantes de un rango de 50 a 80 años de edad del Cantón Guamote.

### 2. MUESTRA

Se estableció un muestreo probabilístico para determinar su tamaño y se aplicó el siguiente procedimiento.

#### Formula Estadística

$$n = \frac{m}{e^2(m-1)+1}$$

**Donde**

**n** = tamaño de la muestra

**m** = tamaño de la población

**e** = error admisible

$$n = \frac{6726}{(0.1)^2(6726-1)+1} \qquad n = \frac{6726}{(0.01)*(6725)+1}$$

$$n = \frac{6726}{68.25} \qquad n = 100$$

Se estableció que la muestra es de 100 encuestas a la población del Cantón Guamote Provincia de Chimborazo.

### **INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN O TÉCNICAS A UTILIZARSE**

Los datos recogidos se transformarán mediante una revisión crítica de la información recopilada, la tabulación o cuadros según las variables de la Investigación, y los estudios estadísticos de datos para la presentación de resultados. Para ello se desarrolló las siguientes actividades:

- ❖ Aplicación de encuestas y entrevistas semi- estructuradas dirigida a los ciudadanos del cantón Guamote.
- ❖ Se recepto datos de las encuestas y entrevistas aplicadas a los ciudadanos del cantón Guamote.
- ❖ Visita al Ilustre Municipio del Cantón Guamote para recopilar información.
- ❖ Se realizó un estudio de campo por el Cantón.
- ❖ Se Transcribió la información obtenida a través de las encuestas.
- ❖ Se Clasifico la información obtenida de encuestas según la relevancia.

- ❖ Se realizó un análisis de resultados de cada ítem.
- ❖ Se obtendrán conclusiones por cada uno de los ítems.
- ❖ Los instrumentos que se utilizaron fueron las encuestas que son guías de trabajo, que harán presencia en los anexos, y que permitieron recoger la información para el análisis empírico y que serán dimensionados con la parte teórica.
- ❖ Después del proceso realizado se obtuvo los productos, platos típicos de la gastronomía de Guamote, con las mejores características.
- ❖ Se seleccionó de manera directa los productos, con los cuales se aplicó el estilo de presentación “comida fotografía” para la realización de la guía gastronómica, en la cual se muestra los platos y sus productos tradicionales.
- ❖ Validación de la guía.
- ❖ Publicación de la guía Gastronómica.



## V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 1. RESULTADO DE LAS ENCUESTAS

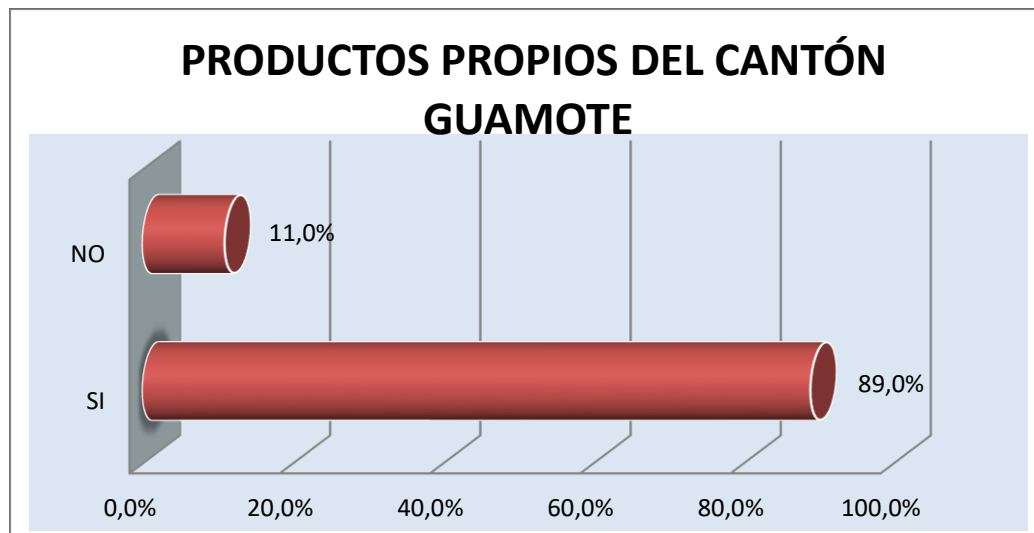
**Pregunta 1:** ¿Sabe usted cuáles son los productos propios del cantón Guamote?

**Tabla Nº.9**

VARIABLE	PRODUCTOS PROPIOS DE CANTÓN
SI	89
NO	11
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>

Fuente y elaboración: Luis Montero

**Gráfico Nº.4**



Fuente y elaboración: Luis Montero

#### **INTERPRETACIÓN:**

Las encuestas realizadas a la población dan como resultado que sin lugar a duda, la mayoría de estas personas conocen los productos del Cantón Guamote,

entre ellos se encuentra un 89 % de los encuestados, es debido a que gran parte trabaja en el campo o la comercialización de los mismos y se encuentran en contacto directo con sus productos, también se debe a que su principal ingreso económico está ligado a la agricultura. Por el otro lado el 11% de la gente no conoce o no está familiarizado con los productos, del Cantón debido a que muchos de ellos emigran, a otras ciudades o provincias del Ecuador toman nuevas formas de alimentarse finalmente la influencia de otras culturas a lo que terminan dejando a un lado sus productos.

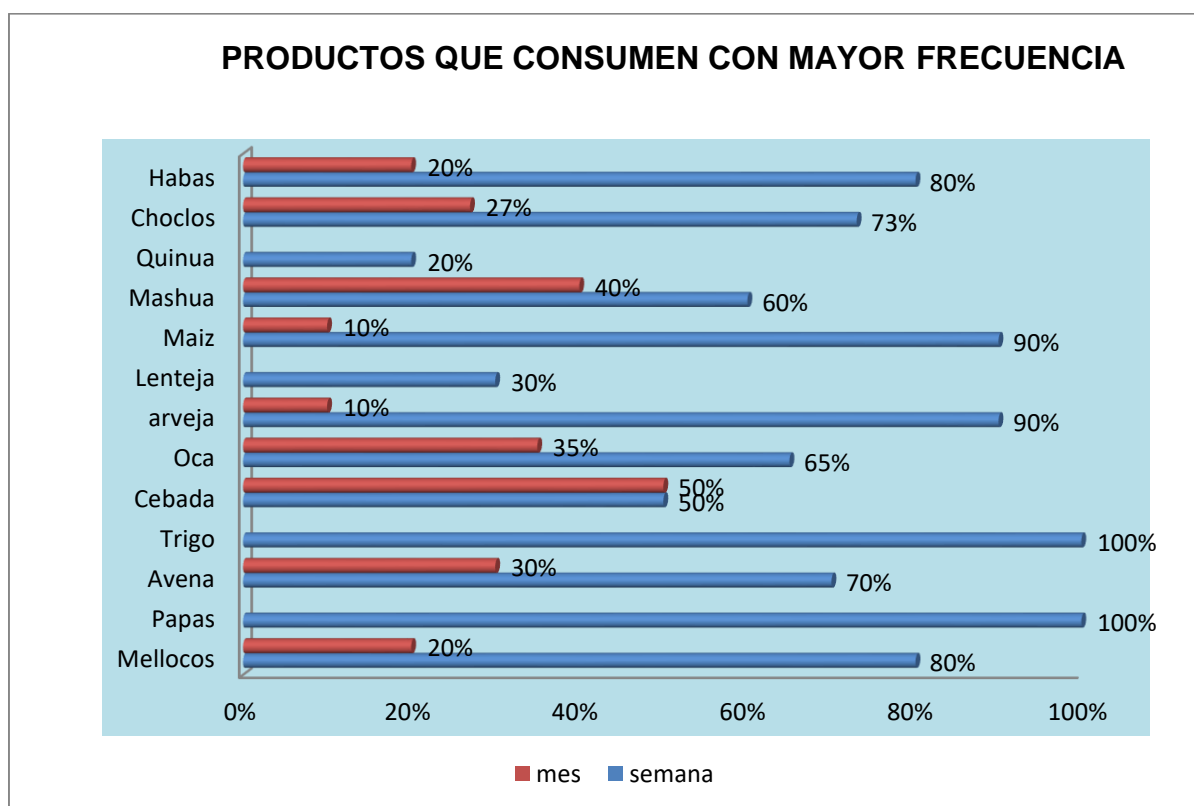
**Pregunta 2:** ¿Qué tipo de productos consume con mayor frecuencia?

**Tabla N°.10**

VARIABLE	TIPO DE PRODUCTO QUE CONSUME	
	Semana	Mes
Producto		
Mellocos	80	20
Papas	100	
Avena	70	30
Trigo	100	
Cebada	50	50
Oca	65	35
Arveja	90	10
Lenteja	30	
Maíz	90	10
Mashua	60	40
Quinua	20	
Choclos	73	27
Habas	80	20

Fuente y elaboración: Luis Montero

**Gráfico N°.5**



Fuente y elaboración: Luis Montero

## **INTERPRETACIÓN:**

Para saber que productos son los de mayor consumo se tomó, las frecuencias de semana y mes sabiendo que semana sería el de mayor consumo, mientras que los que estén en el mes sería los productos que no se consumen con tanta frecuencia, dando como resultado que, el producto de mayor consumo dentro de la frecuencia semana están la papa y el trigo con un 100% debido a que es un alimento casi de uso diario, siguiéndole se encuentra la arveja y el maíz con un porcentaje de 90%, luego tenemos a las habas y mellocos con un porcentaje de 80% siendo los productos que ocupan los primeros lugares, a estos porcentajes les siguen choclos con 73%, Mashua con 60%, cebada con 50%, la lenteja con 30%, la oca 61%, y por último la quinua con 20%.

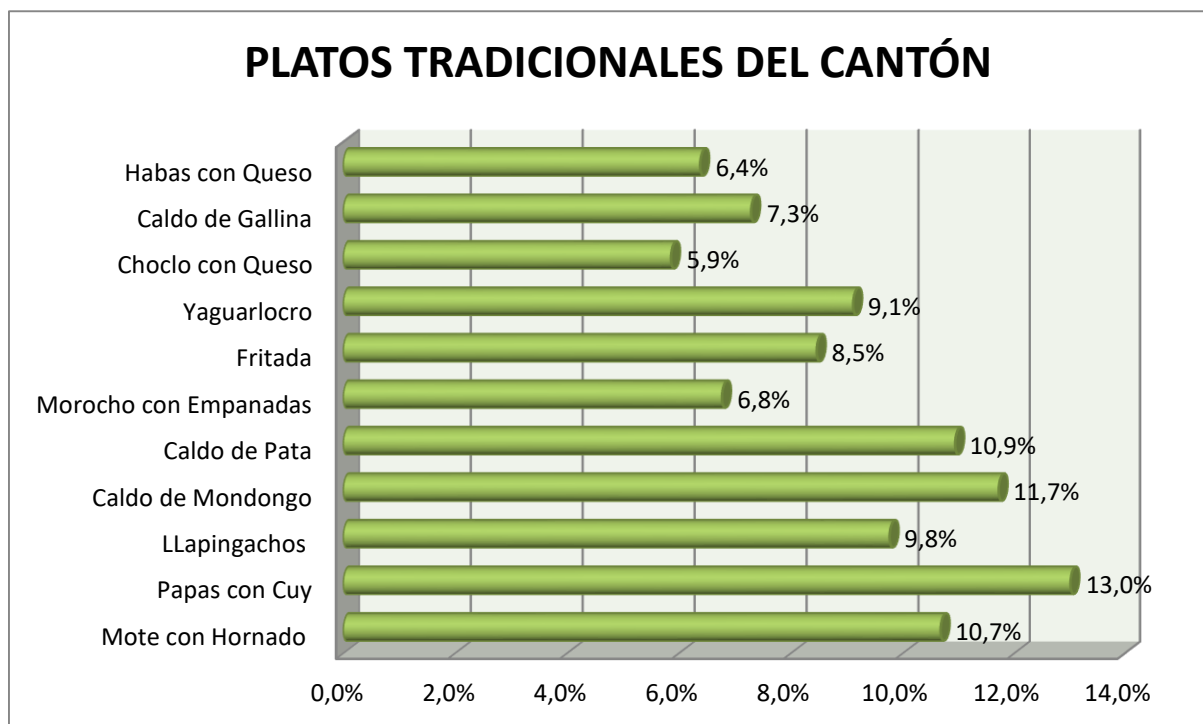
**Pregunta 3:** ¿Cuáles son los platos tradicionales del Cantón?

**Tabla Nº.11**

<b>VARIABLES</b>	<b>PLATOS TRADICIONALES DEL CANTÓN</b>
MOTE CON HORNADO	10,7
PAPAS CON CUY	13,0
LLAPINGACHOS	9,8
CALDO DE MONDONGO	11,7
CALDO DE PATA	10,9
MOROCHO CON EMPANADAS	6,8
FRITADA	8,5
YAGUARLOCRO	9,1
CHOCLO CON QUESO	5,9
CALDO DE GALLINA	7,3
HABAS CON QUESO	6,4
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>

**Fuente y elaboración:** Luis Montero

**Gráfico Nº.6**



**Fuente y elaboración:** Luis Montero

## **INTERPRETACIÓN:**

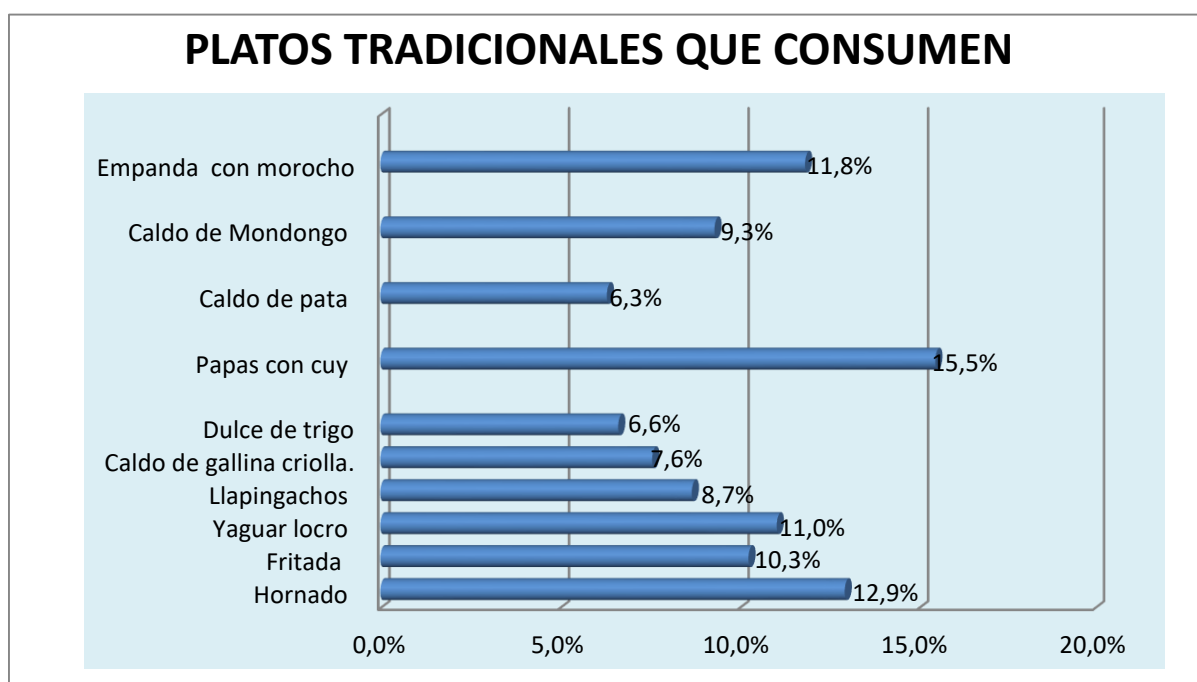
Es importante mencionar que para la gran mayoría de personas encuestadas uno de los Platos Tradicionales más conocido son las papas con cuy, obteniendo un porcentaje de 13%, debido a que los productos como la papa que es un producto que es cultivado en el Cantón, y el cuy que no puede faltar dentro de las familias guamoteñas ya que la crianza viene dándose desde años atrás, formando parte de la identidad de los pueblos del Cantón, como otro plato que la población menciona es el caldo de mondongo (cabeza de borrego) con un 11.7% hay que decir que esto se debe a que la gran mayoría tienen borregos, también a la creencia de que este plato ayuda en dolores musculares, problemas de movilidad siendo una de las comidas preferidas por los pobladores, también mencionan el caldo de pata con un 10.9% y finalmente el mote con hornado con un 10.7% siendo estos los de mayor porcentajes siguiéndoles se encuentra las preparaciones como, el llapingacho con 9.8%, el yaguarlocro con 9.1%, la fritada con 8.5% el caldo de gallina con 7.3%, el morocho con empanada con 6.8% las habas con queso con 6.4%, y finalmente tenemos choclo con queso con 5.9%, esto no quiere decir que no se consuman, sino que hay una deficiencia en la difusión correcta de todos los platos tradicionales que posee el Cantón.

**Pregunta 4:** ¿De las siguientes preparaciones de platos tradicionales del Cantón Guamote cuales consume usted?

**Tabla Nº. 12**

VARIABLE	PLATOS TRADICIONALES
Hornado	12,9
Fritada	10,3
Yaguar loco	11,0
Llapingachos	8,7
Caldo de gallina criolla.	7,6
Dulce de trigo	6,6
Papas con cuy	15,5
Caldo de pata	6,3
Caldo de Mondongo	9,3
Empanda con morocho	11,8
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>

**Gráfico Nº.7**



**Fuente y elaboración:** Luis Montero

## **INTERPRETACIÓN:**

La gran mayoría de personas encuestadas del Cantón Guamote supo mencionar que uno de los Platos Tradicionales más consumido son las papas con cuy, obteniendo un porcentaje de 15.5%, debido a que los productos como la papa y el cuy son los más conocidos en el Cantón, también es un plato ancestral que es utilizado en ceremonias, fiestas de diferente índole siendo el plato principal, como otro plato que la población consume es el hornado con 12.9%, también esta las empanadas con morocho con el 11.8% se lo consume por lo general en la mañana como forma de apalear el frío que golpea a la gente del sector, otro de los productos es el yaguarlocro con el 11%, y finalizando la lista de los que ocupan el mayor porcentaje se encuentra la fritada con el 10.3%, es un plato muy apetecido por los pobladores y las comunidades del Cantón al igual que los mencionados anteriormente, sin olvidarnos de los siguientes platos que les alcanzan tales como caldo de mondongo con 9%, llapingachos 8.7% caldo de gallina 7.6% dulce de trigo 6.6% y por último el caldo de pata 6.3%.

Es importante mencionar que estos resultados arrojados por las encuestas, a mi punto de vista se deben a la falta de información, promoción y conocimiento de dichas preparaciones.



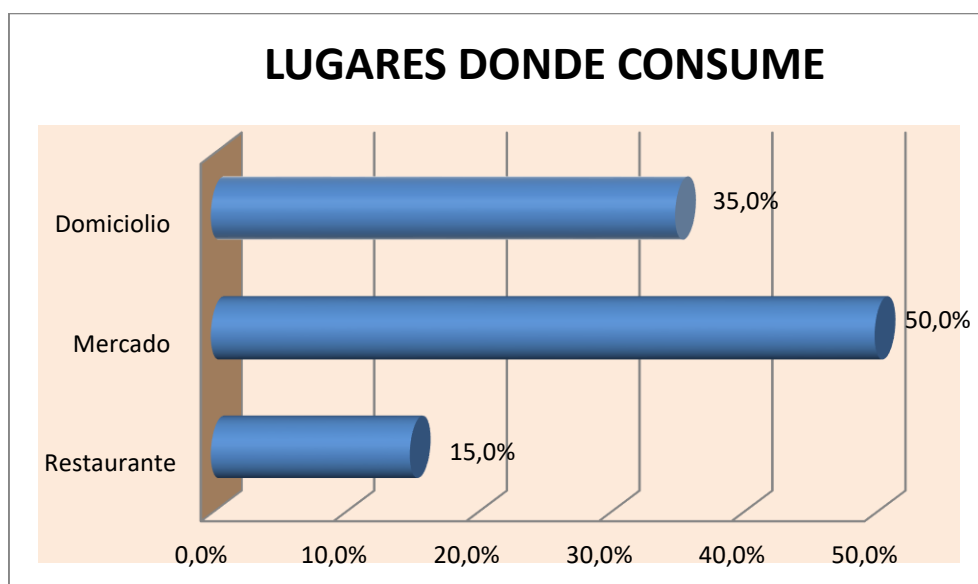
**Pregunta 5:** ¿En qué lugar consume los platos tradicionales de la lista anterior?

**Tabla Nº.13**

<b>VARIABLE</b>	<b>LUGAR DONDE CONSUME</b>
Restaurante	15
Mercado	50
Domicilio	35
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>

**Fuente y elaboración:** Luis Montero

**Gráfico Nº.8**



**Fuente y elaboración:** Luis Montero

### **INTERPRETACIÓN:**

Hay que destacar que la gran mayoría de pobladores del cantón mencionaron que el lugar preferido para consumir los platos tradicionales es el mercado con el 50%, debido a su fácil acceso, así como por ser el lugar en donde realizan la venta de sus productos y la compra de insumos necesarios para su sustento, siguiéndole se encuentra los domicilios con un 35%, esto se debe a que los productos de la zona son cultivados por ellos mismos, teniendo a la mano todo para realizar la preparación

de la gran parte de platos en su propio hogar, finalmente tenemos como tercer lugar el restaurante con un 15%, no tiene tanta acogida debido a los precios manejados dentro de los mismos, como la falta de preparaciones tradicionales y agradables para la población.

**Pregunta 6:** ¿Enumere cuáles son los platos ancestrales que se están perdiendo?

La encuesta realizada a los pobladores del Cantón Guamote solicitándoles que enumeren los platos ancestrales, que ya no se consumían por diversos motivos ya sean estos por falta de productos, abandono de los campos o el cambio de alimentación, arrojo como resultado la siguiente lista:

**Tabla Nº.14**

<b>VARIABLE</b>	<b>PLATOS QUE SE ESTÁN PERDIENDO</b>
Locro de cuy	8,9
Papa yano	8,5
Habas tashno	8,4
Colada de machica	7,4
Colada de harina de haba	7,3
Locro de oca	7,1
Trucha con papas y habas	7
Colada de harina de arveja	7
Cariucho	6,7
Arroz de cebada	5,8
dulce de trigo	5,8
Tortillas en tiesto	5,6
Sopa de quinua	5,2
Colada de harina de maíz	4,9
Sopa de nabo	4,4
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>

**Fuente y elaboración:** Luis Montero

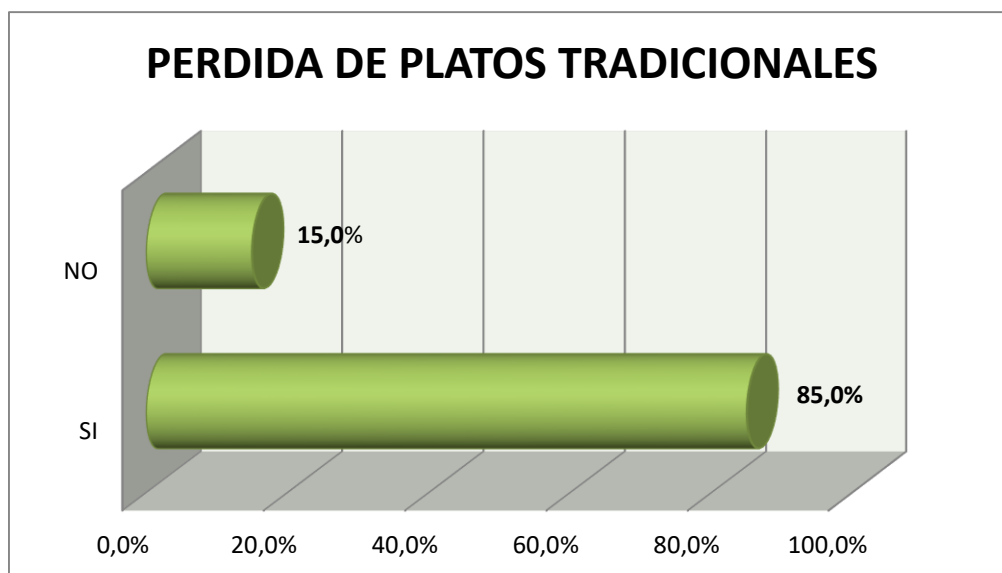
**Pregunta 7:** Piensa que se ha perdido platos tradicionales del cantón Guamote

**Tabla N°.15**

VARIABLE	PERDIDA DE PLATOS TRADICIONALES
SI	85
NO	15
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>

**Fuente y elaboración:** Luis Montero

**Gráfico N°.9**



**Fuente y elaboración:** Luis Montero

**INTERPRETACIÓN:**

Al aplicar la encuesta para saber si se ha perdido los platos tradicionales, dio como resultado un si con 85%, piensa que se están perdiendo debido a que los platos tradicionales están siendo suplantados por productos diferentes, como el arroz ,los fideos, entre otros o por el cambio de alimentación que sufre la población al salir, abandonando sus tierras debido a la baja producción y junto a ello el pago irrisorio de los mismos,haciendo que busque un nivel de vida mejor, así como ingresos económicos mucho mayores y que satisfagan todas sus necesidades,el resto de la

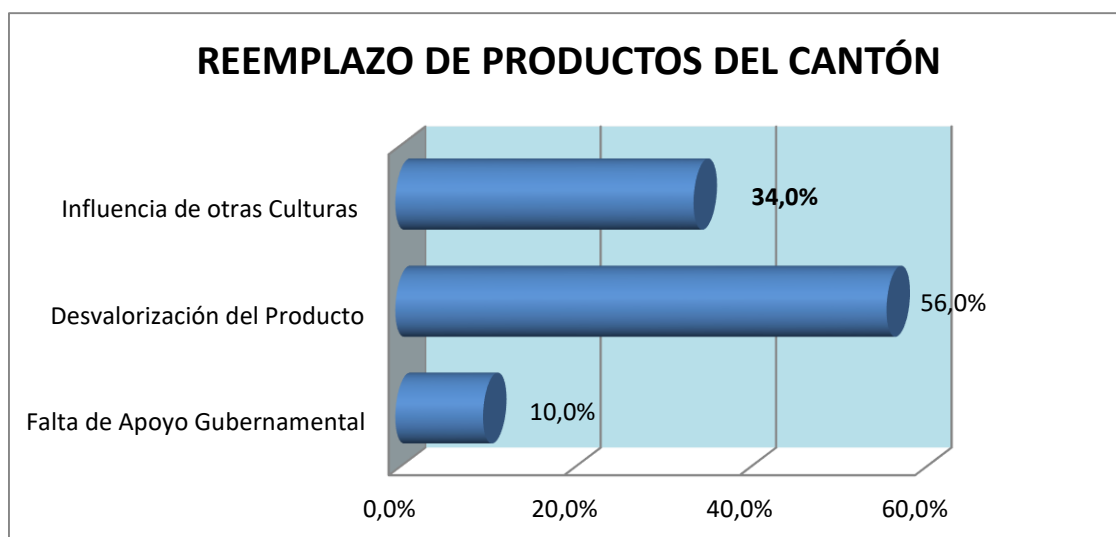
población dice que no con 15%, ya que algunos de los encuestados manifestaba que todavía mantiene esta alimentación debido a que algunas de sus tierras continuaba dándoles de comer, cabe mencionar que la mayoría son personas de la tercera edad, que continua sembrando en sus tierras pero solo para el consumo personal, ya que para ellos no hay una mejor alimentación que la que les provee sus tierras.

**Pregunta 8:** ¿Cuáles son las causas para que se reemplace los productos propios del cantón?

**Tabla Nº.16**

VARIABLE	REEMPLAZO DE PRODUCTOS DEL CANTÓN
Falta de Apoyo Gubernamental	10
Desvalorización del Producto	56
Influencia de otras Culturas	34
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>

**Fuente y elaboración:** Luis Montero  
**Gráfico Nº.10**



**Fuente y elaboración:** Luis Montero

**INTERPRETACIÓN:**

Dentro de la población de Guamote la gran mayoría se dedica a la agricultura, siendo también su medio de sustento, por lo cual se realizó la encuesta para saber el motivo de que sus productos sean reemplazados, ocupando el primer lugar se encuentra la desvalorización del producto con 56%, lo cual ha generado que la gente deje de sembrar los campos, debido a los precios bajos que les pagan por sus productos,

optando por realizar otro tipo de actividad económica dejando así abandonando sus tierras.

En segundo lugar se encuentra la influencia de otras culturas con 34%, este fenómeno se da por la necesidad de salir del campo a otras ciudades del país, para buscar un mejor nivel de vida donde se encuentran con una alimentación distinta, y forma de vida diferente a la cual se acostumbran dejando de lado sus productos. Finalmente encontramos la falta de apoyo gubernamental con 10%, debido a la falta de incentivos por parte del gobierno en ciertos sectores o comunidades del Cantón.

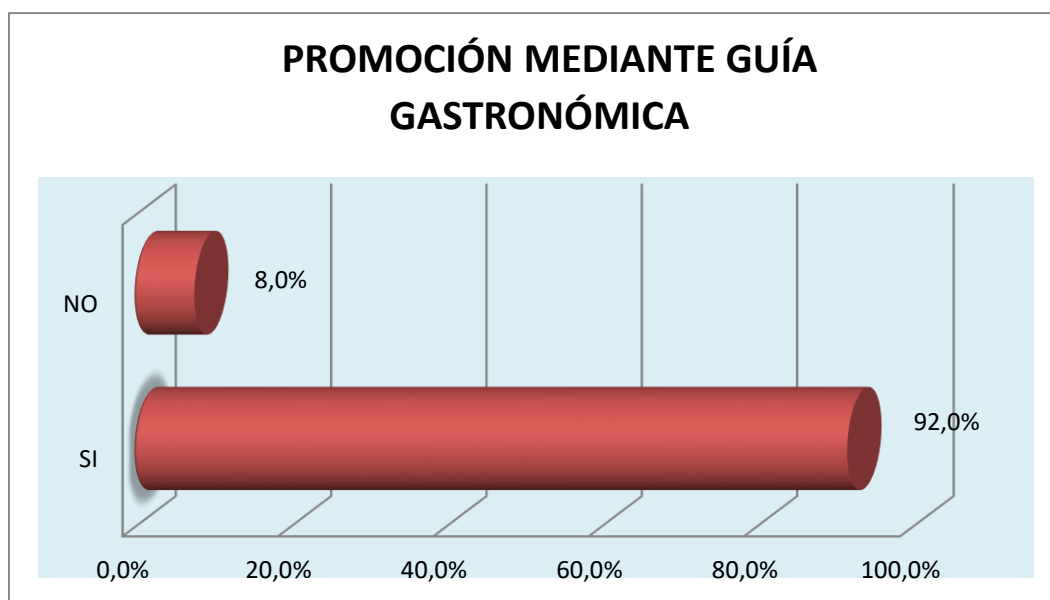
**Pregunta 9:** ¿Usted estaría de acuerdo con la promoción de la gastronomía del cantón Guamote mediante una guía gastronómica?

**Tabla Nº.17**

VARIABLE	PROMOCIÓN MEDIANTE GUÍA GASTRONÓMICA
SI	92
NO	8
TOTAL	100

Fuente y elaboración: Luis Montero

**Gráfico Nº.11**



Fuente y elaboración: El Autor

**INTERPRETACIÓN:**

El propósito principal de esta investigación es plasmar a Guamote y su gastronomía mediante una guía, que sirva para, comunicar, dar a conocer, transmitir, de una manera diferente e innovadora toda la riqueza que posee la cocina Guamoteña.

Por lo tanto tenemos que si con 92%, desean tener una guía Gastronómica del Cantón Guamote con los platos tradicionales del mismo, por otro lado el total de la población encuestada manifestó que no con 8%. Afirmando que muchas veces solo



quedan en promesas que nunca ven cumplidas, siendo testigos de estudios que realizan pero nunca ven la luz, de un trabajo final como por ejemplo una guía gastronómica que tanto le hace falta al Cantón.

### **C. ESTANDARIZACION DE LAS RECETAS GASTRONÓMICAS**


El proceso de estandarización se dio mediante la identificación, de los procedimientos, técnicas que se utilizaba en la elaboración de los platos tradicionales, que simplemente se los seguía trasmitiendo de generación en generación, por ello la necesidad de realizar este proceso en el cual también se agregó el precio de los insumos a utilizarse y de la recetas. La estandarización aporta a la tecnificación de las recetas gastronómicas del Cantón.


De la información recopilada se pudo obtener los siguientes platos tradicionales, se tomó en cuenta el protocolo menú restaurant (entrada, sopa, plato fuerte, postre) teniendo así:

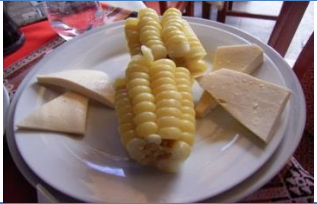
#### **1. Entradas**


- Empanada de viento
- Habas tashno
- Choclo con queso
- Tortilla de trigo
- Cariucho
- Papa yano


<b>RECETA ESTÁNDARNº.1</b>	
<b>Nombre de la Preparación: Empanadas de viento</b>	


<b>Tiempo de Preparación: 30m</b>							
<b>Nº Pax: 5</b>							
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA PRODUCCIÓN	DE Total	
Harina	kg		200	0.50	Tamizada	0.50	
Queso	U		1/2	1.00	Troceado	1.00	
Mantequilla	kg		200	0.50	-	0.50	
Cebolla	U		2	0.30	Picada finamente	0.30	
Azúcar	Kg		200	0.25	-	0.25	
Agua	lt		ctn.	-	-	-	
<b>PREPARACIÓN</b>							
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Preparar la masa mezclando la harina, agregar la mantequilla y el agua fría hasta formar una masa compacta.</li> <li>2. Dejar reposar media hora.</li> <li>3. Amasar y extender con un rodillo sobre una mesa enharinada.</li> <li>4. Formar discos, poner en el centro cebolla blanca picada y el queso desmenuzado.</li> <li>5. Mojar un poco los bordes y replegarlos con un tenedor.</li> <li>6. Freír en abundante aceite y espolvorear con azúcar.</li> </ol>							
<b>COSTO TOTAL</b>							2.55
Costo por Ración							0.51

<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.2</b>						
<b>Nombre de la Preparación: Habas Tashno</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 50m</b>						
<b>Nº Pax: 4</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>		<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA DE PRODUCCIÓN</b>	<b>Total</b>
Habas (secas)	kg		1	2.00	Lavar	2.00
Queso	u		1/2	1.00	Cortar en laminas	1.00
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Lavar las habas y tostarlas en el tiesto durante 30 minutos.						
2. Hacer hervir agua en una cacerola y poner las habas tostadas a cocinar durante 30 minutos más, finalmente servir acompañado de queso.						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>3.00</b>
Costo por Ración						0.75

RECETA ESTÁNDAR Nº.3						
Nombre de la Preparación: Choclo con Queso						
Tiempo de Preparación: 30m						
Nº Pax: 4						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Choclo (tierno)	U		8	2.00	Pelar y cocinar	2.00
Queso	U		1	2.00	Laminas gruesas	2.00
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Poner a cocinar en una cacerola los choclos durante 30 minutos sacar y servir acompañado de queso.						
<b>COSTO TOTAL</b>						4.00
Costo por Ración						1.00

<b>RECETA ESTÁNDAR N°.4</b>						
<b>Nombre de la Preparación: Tortillas de Trigo</b>						
<b>Tiempo de Preparación:</b>						
<b>Nº Pax: 5</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>		<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>		<b>Total</b>
Harina de trigo	gr		400	1.00	Tamizada	1.00
Huevos	U		2	0.24		0.24
Mantequilla	gr		50	0.50		0.50
Queso	u		1	2.00	Rallado	2.00
Sal	ctn.	-		--	-	-
Agua	ctn		-	-	-	-
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Preparar la masa mezclando la harina de trigo, agregar la mantequilla y el agua fría hasta formar una masa compacta.						
2. Dejar reposar media hora.						
3. Amasar y extender con un rodillo sobre una mesa.						
4. Formar discos, poner el queso desmenuzado.						
5. Tostar en un tiesto por ambos lados						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>3.74</b>
Costo por Ración						0.90


<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.5</b>						
<b>Nombre de la Preparación: Cariucho</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 45m</b>						
<b>Nº Pax: 4</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>		<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA DE PRODUCCIÓN</b>	<b>Total</b>
Habas (tiernas)	gr		454	1.00	lavar	1.00
Papas	gr		600	1.25	lavar	1.25
Choclo (tierno)	U		8	1.50		1.50
Queso	U		1	2.00	laminar	2.00
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Poner en una cacerola a cocinar las papas y las habas durante 30 minutos.						
2. En otra cacerola cocinar los choclos hasta su punto.						
3. Finalmente servir todo en un plato acompañado del queso.						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>5.75</b>
Costo por Ración						1.45


<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.6</b>						
<b>Nombre de la Preparación: Papa Yano</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 50m</b>						
<b>Nº Pax: 5</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDA D</b>	<b>CANTI DAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA PRODUCCIÓN</b>	<b>DE</b>	<b>Total</b>
Papas	gr	600	1.25	Lavar		1.25
Habas (tiernas)	gr	454	1.00	Lavar		1.00
Choclo (tierno )	u	10	1.50			1.50
Mel loco	gr	454	1.00	Lavar		1.00
Mashua	gr	454	1.00	Lavar		1.00
Oca	gr	454	1.00	Lavar		1.00
Queso	u	1	1.00	Laminar		1.00
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Poner en una cacerola a cocinar las papas y las habas durante 20 minutos, luego agregamos, la oca, la Mashua y finalmente los mellocos.						
2. En otra cacerola cocinar los choclos hasta su punto.						
3. Finalmente servir todo en un plato acompañado de queso.						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>7.75</b>
Costo por Ración						1.55


## 1.1 SOPAS

- Sopa de quinua
- Caldo de mondongo
- Caldo de pata
- Yahuarlocro
- Caldo de gallina
- Sopa de nabo
- Colada de harina de machica
- Colada de harina de haba
- Colada de harina de arveja
- Arroz de cebada
- Locro de cuy
- Locro de oca
- Colada de harina de maíz



<b>RECETA ESTÁNDAR N°.7</b>						
<b>Nombre de la Preparación: SOPA DE QUINUA</b>						
<b>Tiempo de Preparación:</b>						
<b>N° Pax: 2</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA DE PRODUCCIÓN</b>	<b>Total</b>	
Quinoa	gr	200	1.00	Lavar	1.00	
Carne de chanco	gr	250	1.25	Lavar y picar en cubos	1.25	
Cebolla blanca	u	1	0.15		0.15	
Papas	gr	400	1.00	Lavar y picar en cuartos	1.00	
Manteca (de cerdo)	gr	50	0.50		0.50	
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Hacer un refrito con la cebolla blanca, manteca, sal, después añada dos litro y medio de agua, agregue la carne y la quinua.						
2. Cuando la quinua se haya partido completamente se añade las papas, dejando al fuego bajo hasta que las papas estén suaves.						
3. Se lo puede acompañar con tostado						
<b>COSTO TOTAL</b>					<b>3.90</b>	
Costo por Ración					1.95	

<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.8</b>							
<b>Nombre de la Preparación: CALDO DE MONDONGO</b>							
<b>Tiempo de Preparación: 80</b>							
<b>Nº Pax: 6</b>							
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>		<b>CANTI DAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA PRODUCCIÓN</b>	<b>DE</b>	<b>Total</b>
Cabeza de borrego	u		1	6.00	Chamuscar y lavar		6.00
Cebolla blanca	u		1	0.25	Picada finamente		0.25
Papas	gr		500	1.00	Limpias y cortadas en cuartos		1.00
Cebolla colorada	u		2	0.50	Cortadas en cuartos		0.50
Cilantro	gr		100	0.25	Picado finamente		0.25
Sal	ctn		-	-	-		-
Pimienta	ctn		-	-	-		-
Mote cocinado	gr		500	1.50			1.50
<b>PREPARACIÓN</b>							
1. Chamuscar la cabeza con un cuchillo hasta dejarla sin lana, lavar con abundante agua y con cepillo hasta dejarlo muy limpia y de color blanco, lavar en especial debajo de la nariz.							
2. Mientras tanto cocinar la papa.							
3. Una vez lavado bien la cabeza poner en una olla al fuego con el agua, cebolla, sal, ajo, y las ramas de cilantro, esto se debe hacer hervir por el tiempo de una hora, dependiendo si el borrego ha sido tierno, una vez que este suave la carne se añade las papas en trozos mediano, el mote y cebolla picada para servir							
<b>COSTO TOTAL</b>							<b>9.50</b>
Costo por Ración							1.60

<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.9</b>						
<b>Nombre de la Preparación: CALDO DE PATA</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 45m</b>						
<b>Nº Pax:5</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDA D</b>	<b>CANTI DAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA PRODUCCIÓN</b>	<b>DE</b>	<b>Total</b>
Pata de res	u	2	4.00	Limpiar y lavar		4.00
Mote cocinado	gr	500	2.00	lavar		2.00
Cebolla blanca	u	3	0.25	Repicar		0.25
cilantro	u	3	0.25	Repicar		0.25
Sal	ctn	-	-	-		-
Pimienta	ctn	-	-	-		-
<b>PREPARACIÓN</b>						
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cocinar las patas por 2 horas aproximadamente en abundante agua con pimienta, cebolla blanca.</li> <li>2. Retirar las patas, cortarlas en trozos pequeños y cernir el caldo.</li> <li>3. Llevar nuevamente al fuego las patas y el caldo, agregar el mote con parte del líquido de su cocción. Dejar hervir cerca de 30 minutos más.</li> <li>4. Sazonar con sal y pimienta.</li> <li>5. Picar la cebolla blanca y cilantro, mezclarlos y servirlos sobre cada plato.</li> </ol>						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>6.50</b>
Costo por Ración						1.30

**RECETA ESTÁNDAR Nº.10****Nombre de la Preparación: YAHUARLOCRO****Tiempo de Preparación: 80m****Nº Pax: 5**

INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Menudo de borrego	gr	500	3.00	Lavado y picado en cubos pequeños	3.00
Sangre de borrego	gr	500	3.00	-	3.00
Papas	gr	850	1.50	Peladas y cortadas en cubos pequeños	1.50
Cebolla blanca	gr	200	0.25	Picada finamente	0.25
Cebolla paiteña	gr	200	0.50	Picada finamente	0.50
Cilantro	gr	150	0.25	Repicado finamente	0.25
Hierba buena	gr	200	1.00	Reservar	1.00
Orégano	gr	200	0.50	Trocear	0.50
Achiote	lt	150	0.75	-	0.75
Aguacate	u	1	0.30	Reservar	0.30
Tomate	u	2	0.50	Reservar	0.50
Sal, pimienta	ctn	-	-	-	-

**PREPARACIÓN**


1. Cocinar la panza y las tripas en abundante agua con una cebolla roja o paiteña, dos ajos y una rama de cebolla blanca, hasta que esté muy blanda. Reservar el agua de la cocción.
2. Picar las tripas y la panza en cuadrados pequeños y resévalas.
3. Hacer un refrito con la manteca, achiote, la cebolla blanca, ajo, agregar el orégano. Luego, añadir una parte de las papas, la panza y las tripas; cocer hasta que las papas estén blandas.
4. Luego, poner el resto de las papas y agregar sal, pimienta y culantro muy fino.
5. Con la cebolla paiteña fina, la cebolla blanca, sal y pimienta hacer un refrito para freír la sangre. Al final agregar el culantro.
6. Servir muy caliente y acompañar con un plato aparte con la sangre, el aguacate, la cebolla curtida y el tomate.

**COSTO TOTAL**


11.61


Costo por Ración


2.00

<b>RECETA ESTÁNDAR 11</b>						
<b>Nombre de la Preparación: CALDO DE GALLINA</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 60m</b>						
<b>Nº Pax: 5</b>						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Gallina	u		1	7.50	Lavar y despresar	7.50
Apio	u		3	0.15	Picar finamente	0.15
Zanahoria	u		3	0.50	Picar en cubos	0.50
Papas	gr		400	1.00	Pelar y lavar	1.00
Cebolla blanca	u		3	0.25	Picar finamente	0.25
Cilantro	u		4	0.15	Picar finamente	0.15
Sal	-		-	-	-	-
Pimienta	-		-	-	-	-
Ajo	gr		50	0.20	Machacar	0.20
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Colocar la gallina en una olla, agregar agua, sal, ajo y llevar a hervir por 45 minutos aproximadamente, a fuego medio y con la olla tapada. Retirar la espuma que se vaya formando.						
2. Agregar el apio, zanahoria, las papas enteras. Dejar cocinar, por 5 a 10 minutos más, con la olla destapada. Servir el caldo con la presa de gallina, y 2 papa por persona.						
<b>COSTO TOTAL</b>						9.75
Costo por Ración						1.95


<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.12</b>	
<b>Nombre de la Preparación: SOPA DE NABO</b>	


<b>Tiempo de Preparación: 40m</b>						
<b>Nº Pax: 2</b>						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Papas	gr		400	1.00	Pelar y cortar en cubos	1.00
Nabo	gr		250	1.00	Lavado y troceado	1.00
Queso	gr		150	0.75	Troceado	0.75
Cebolla blanca	U		2	0.25	Repicado finamente	0.25
manteca (chancho)	gr		150	0.25	-	0.25
Sal	ctn		-		-	-
<b>PREPARACIÓN</b>						
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En una olla grande, hacer un sofrito con la cebolla y la manteca</li> <li>2. Poner las papas a hervir con el agua, luego cuando las papas estén cocinado agregar el nabo, dejar 15 minutos más y servir.</li> <li>3. . Añadir sal al gusto.</li> </ol> <p>Nota. Esta preparación en algunas ocasiones va con carne de borrego o carne de cuy dependiendo de la temporada.</p>						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>3.25</b>
Costo por Ración						1.60

<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.13</b>					
<b>Nombre de la Preparación: COLADA DE MCHICA</b>					
<b>Tiempo de Preparación: 40m</b>					
<b>Nº Pax: 4</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA DE PRODUCCIÓN</b>	<b>Total</b>
Papas	gr	400	1.00	Pelar y lavar	1.00
Cuy	u	1	8	Limpio y Lavado	8.00
Cebolla blanca	u	2	0.25	Repicado finamente	0.25
Machica	gr	200	0.50	-	0.50
Manteca	gr	150	0.50	-	0.50
sal	ctn	-		-	-
<b>PREPARACIÓN</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En una olla grande, hacer un sofrito con la cebolla y la manteca</li> <li>2. Poner las papas a hervir con el agua, luego agregue el cuy cortado en presas, cuando la carne de cuy este suave añadir la machica disuelta en un poco de agua, dejar hervir 15 minutos.</li> <li>3. . Añadir sal al gusto.</li> </ol>					
Nota: este plato puede ir acompañado de tostado o mote.					
<b>COSTO TOTAL</b>					<b>10.25</b>
Costo por Ración					2.50


RECETA ESTÁNDAR Nº.14						
Nombre de la Preparación: COLADA DE HARINA DE HABA						
Tiempo de Preparación: 30m						
Nº Pax: 3						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Harina de haba	gr		100	0.75		0.75
Papas	gr		400	1.00	Limpiar y cortar en cubos medianos	1.00
Cebolla blanca	u		2	0.25	Repicar finamente	0.25
Manteca (chancho)	gr		100	1.00		1.00
Sal	-	-		-	-	-
Maíz para tostado	gr		300	0.75	Lavar	0.75
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Hacer un refrito con la cebolla blanca, manteca y agregar sal, luego agregar agua.						
2. Al hervir poner las papas, cuando estén suaves agregar la harina disuelta en un poco de agua, remover constantemente para que no se pegue ni se riegue. Comprobar la sazón y servir con tostado.						
3. En una cacerola poner aceite y agregar el maíz para tostado remover constantemente hasta que tome un color dorado.						
<b>COSTO TOTAL</b>						3.75
Costo por Ración						1.25




<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.15</b>						
<b>Nombre de la Preparación: COLADA DE HARINA DE ARVERJA</b>						
<b>Tiempo de Preparación:30m</b>						
<b>Nº Pax: 3</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDA D</b>	<b>CANTI DAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA PRODUCCIÓN</b>	<b>DE</b>	<b>Total</b>
Harina de alverja	gr	100	0.75			0.75
Papas	gr	400	1.00	Limpiar y cortar en cubos medianos		1.00
Cebolla blanca	u	2	0.25	Repicar finamente		0.25
Manteca (chancho)	gr	100	1.00			1.00
Sal	-		-	-		-
Maíz para tostado	gr	300	0.75	Lavar		0.75
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Hacer un refrito con la cebolla blanca, manteca y agregar sal. Luego agregar agua						
2. Al hervir poner las papas, cuando estén suaves agregar la harina disuelta en un poco de agua, remover constantemente para que no se pegue ni se riegue. Comprobar la sazón y se sirve con tostado						
3. En una cacerola poner aceite y agregar el maíz para tostado remover constantemente hasta que tome un color dorado						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>3.75</b>
Costo por Ración						1.25

RECETA ESTÁNDAR Nº. 16					
Nombre de la Preparación: <b>ARROZ DE CEBADA</b>					
Tiempo de Preparación: 45m					
<b>Nº Pax: 4</b>					
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Arroz de cebada	gr	600	1.50	Dejar en remojo	1.50
Papas	gr	450	1.00	Pelar y cortar en cubos	1.00
Arveja tierna	gr	100	0.50	Lavar	0.50
Carne de chancho	gr	450	2.00	Cortar en cubos medianos	2.00
Cebolla blanca	u	2	0.25	Repicar	0.25
Sal	ctn	-	-	-	-
Pimienta	ctn	-	-	-	-
<b>PREPARACIÓN</b>					
1. En una olla coloque agua y una vez que hierva, añada el arroz de cebada.					
2.- Cuando estén casi suaves, añada la carne, papas y deje cocinar por 25 minutos.					
3.- Agregue arvejas y cocine por 15 minutos más y sirva caliente Sugerencia: Puede usar cilantro picado antes de servir.					
<b>COSTO TOTAL</b>					5.25
Costo por Ración					1.30


RECETA ESTÁNDAR Nº. 17						
Nombre de la Preparación: LOCRO DE CUY						
Tiempo de Preparación: 50m						
Nº Pax: 4						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Cuy (pelado)	u		1	7.00	Lavar y en presas	7.00
Papas	gr		500	1.00	Pelar y cortar en cuartos	1.00
Cebolla blanca	u		2	0.25	Repicar finamente	0.25
Manteca de chancho	gr		100	0.50		0.50
Cilantro	u		3	0.25	Repicar finamente	0.25
Sal	ctn		-			
Pimienta	ctn		-			
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. En una olla grande, hacer un sofrito con la cebolla y la manteca						
2. Poner las papas a hervir con el agua y agregar el cuy en presas, dejar hasta que se cocine.						
3. . Añadir, la sal y pimienta al gusto.						
4. Antes de servir colocar el culantro. Y como sugerencia servir con una porción de tostado.						
<b>COSTO TOTAL</b>						9.00
Costo por Ración						2.25


<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.18</b>						
<b>Nombre de la Preparación: LOCRO DE OCA</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 40m</b>						
<b>Nº Pax: 3</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>		<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA DE PRODUCCIÓN</b>	<b>Total</b>
Oca	gr		600	2.00	Lavar	2.00
Papa	gr		400	1.00	Pelar y cortar en cuartos	1.00
Cebolla blanca	u		2	0.25	Repicar finamente	0.25
Manteca de chancho	gr		100	0.50	-	0.50
Sal	ctn		-	-	-	
Pimienta	ctn		-	-	-	
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. En una cacerola colocar la manteca de chancho y la cebolla freír por 5 minutos, agregar agua y esperar que hierva.						
2. Luego agregar la papa y la oca finalmente comprobar la sazón y servir caliente.						
3. Generalmente el locro lo realizan con carne de cuy o de borrego.						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>3.75</b>
Costo por Ración						1.25

RECETA ESTÁNDAR Nº.19						
Nombre de la Preparación: COLADA DE HARINA DE MAIZ						
Tiempo de Preparación: 30m						
Nº Pax: 4						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Harina de maíz	gr		200	1.00		1.00
Papas	gr		400	1.00	Limpiar y cortar en cubos medianos	1.00
Cebolla blanca	u		2	0.25	Repicar finamente	0.25
Manteca (chancho)	gr		100	1.00		1.00
Sal	-			-	-	-
Maíz para tostado	gr		300	0.75	Lavar	0.75
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Hacer un refrito con la cebolla blanca, manteca y agregar sal. Luego agregar agua.						
2. Al hervir poner las papas, cuando estén suaves agregar la harina disuelta en un poco de agua, remover constantemente para que no se pegue ni se riegue. Comprobar la sazón y se sirve acompañado con tostado.						
3. En una cacerola poner aceite y agregar el maíz para tostado remover constantemente hasta que tome un color dorado.						
<b>COSTO TOTAL</b>						4.00
Costo por Ración						1.00

## **1.2 PLATOS FUERTES:**


- Papas con cuy
- Borrego asado
- Trucha con papas y habas
- Fritada
- Hornado
- Llapingachos


RECETA ESTÁNDAR Nº.20						
Nombre de la Preparación: PAPAS CON CUY						
Tiempo de Preparación: 60m						
Nº Pax: 4						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Cuy (pelado)	u		1	7.00	Lavado y aliñado	7.00
Papas	gr		800	2.00	Peladas y lavadas	2.00
Cebolla blanca	u		2	0.25	Pelada	0.25
Aceite de Achiote	lt		500	1.00		1.00
Lechuga	u		1	0.50	Desojada	0.50
Tomate	u		5	0.50	Picar en cubos pequeños	0.50
Cebolla	u		4	0.25	Cortar en juliana	0.25
Sal	ctn		-	-	-	-
Pimienta	ctn		-	-	-	-
Limón	u		4	0.25		0.25
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Aliñar el cuy con la pimienta y la sal. Dejarlos reposar hasta el día siguiente, bañar con achiote y asar en el carbón hasta que este crujiente.						
2. En una cacerola poner agua a hervir y colocar las papas, cocinar hasta que estén suaves sacar y agregar achiote.						
3. Curtido.- Picar la cebolla y tomate, en un recipiente mezclar conjuntamente con un poco de cilantro y agregar limón.						
4. Finalmente servir el cuy con las papas y el curtido.						
<b>COSTO TOTAL</b>						11.75
Costo por Ración						2.90

<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.21</b>						
<b>Nombre de la Preparación: BORREGO ASADO</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 30m</b>						
<b>Nº Pax: 2</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDA D</b>	<b>CANTI DAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA PRODUCCIÓN</b>	<b>DE</b>	<b>Total</b>
Carne de borrego	kg	1	3.50	Filetear condimentar	y	3.50
Papas	gr	500	1.00	Pelar y lavar		1.00
Sal	ctn	-	-	-		
Pimenta	ctn	-	-	-		
Maní	gr	200	0.50	Pelado		0.50
Cebolla blanca	u	2	0.25	Repicado		.025
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. La carne de borrego condimentar y asarla al carbón durante 30 minutos hasta que quede dorada.						
2. Cocinar las papas en una cacerola agregando sal y una cebolla blanca.						
3. Para la salsa de maní, en una cacerola sofreír la cebolla blanca y luego agregar el maní ya licuado, finalmente agregar sal.						
4. Servir el plato caliente.						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>5.25</b>
Costo por Ración						2.60



RECETA ESTÁNDAR Nº. 22						
Nombre de la Preparación: TRUCHA CON PAPAS						
Tiempo de Preparación: 40m						
Nº Pax: 2						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Trucha	u		2	2.00	Limpia	2.00
Papas	gr		450	1.00	lavadas	1.00
Habas tiernas	gr		450	1.00	lavadas	1.00
Manteca	gr		50	0.25		0.25
Sal	-		-	-		
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. Con la trucha limpia agregar sal y reservar.						
2. Poner agua en una cacerola, dejar hervir y agregar las papas y luego las habas.						
3. Mientras cocina lo anterior poner en la paila o sartén la manteca y asar la trucha.						
4. Servir todo caliente.						
<b>COSTO TOTAL</b>						4.25
Costo por Ración						2.13

<b>RECETA ESTÁNDAR N°.23</b>						
<b>Nombre de la Preparación: FRITADA</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 45m</b>						
<b>Nº Pax: 2</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA DE PRODUCCIÓN</b>	<b>Total</b>	
Carne de cerdo	kg	1.5	3.75	Cortar en trozos grandes	3.75	
Cebolla	u	3	0.50	Picar en juliana	0.50	
Tomate	u	3	0.50	Cortar en cubos pequeños	0.50	
Cilantro	u	5	0.25	Repicar finamente	0.25	
Lechuga	u	1	0.50	Lavar y sacar hojas	0.50	
Mote (cocinado)	gr	500	1.50	-	1.20	
Sal, pimienta	ctn	-	-	-		
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. En una paila grande o cacerola colocar la carne d cerdo con la sal, pimienta, cebolla, dejar cocinar por 25 minutos.						
2. En otro sartén agregar la manteca del cerdo y terminar de dorar la carne.						
3. Para el curtido en un tazón agregar la cebolla picada, el tomate, el cilantro y el jugo de dos limones.						
4. Por lo general este plato se sirve acompañado de una base de lechuga, con mote, maduro frito y al final agregar el curtido.						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>6.30</b>
Costo por Ración						3.15


<b>RECETA ESTÁNDAR N°. 24</b>					
<b>Nombre de la Preparación: HORNADO</b>					
<b>Tiempo de Preparación: 2h.</b>					
<b>N° Pax: 10</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA DE PRODUCCIÓN</b>	<b>Total</b>
Carne de cerdo ( lomo)	kg	5	15.00	Limpiar e incisiones	15.00
Limón	u	10	0.50	Sacar el zumo	0.50
Ajo	gr	100	0.50	Repicado	0.50
Comino	gr	100	0.25	-	0.25
pimienta	gr	100	0.25	-	0.25
Sal	gr	50	0.10	-	0.10
Cerveza	u	2	2.00	-	2.00
Aceite de achiote	lt	200	0.50	-	0.50
Mote (cocinado)	kg	1	2.00	-	2.00
Cebolla	u	6	0.50	Cortado en juliana	0.50
Tomate	u	6	0.50	Cortado en cubos pequeños	0.50
Lechuga	u	2	1.00	Cortada en juliana	1.00
<b>PREPARACIÓN</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lavar la pierna de cerdo, retirar la piel si tiene hágalo con la ayuda de un cuchillo filo, realice incisiones profundas abriendo bien el interior, haga así toda la carne,mezclar la sal pimienta, comino, condimento con esta preparación, introduciendo en cada orificio con los dedos hasta el fondo para que se aliñe bien.</li> <li>2. Después haga lo mismo con el ajo. Deje así este aliño en el refrigerador por 2 horas</li> <li>3. Al poner a cocinar el horno debe estar a una temperatura de 180 grados y colocarlo con todo el jugo por unos 20 a 30 minutos, sacarlo del horno y luego bañarlo en bastante achiote y luego volver a meterlo en el horno hasta que esté totalmente cocido. Se demora aproximadamente 2 horas en estar listo.</li> <li>4. Por lo general el Hornado se sirve con mote, llapingachos de papa, plátanos maduros fritos, tomate, curtido y el agrio.</li> </ol>					
<b>COSTO TOTAL</b>					<b>23.10</b>
Costo por Ración					2.31


<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.25</b>						
<b>Nombre de la Preparación: LLAPINGACHOS</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 60m</b>						
<b>Nº Pax: 3</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA DE PRODUCCIÓN</b>	<b>DE</b>	<b>Total</b>
Papas	gr	450	1.00	Pelar y lavar		1.00
Huevos	u	4	0.50			0.50
Chorizo	u	4	1.00			1.00
Queso	gr	200	1.00	Rallado		1.00
Aceite de achiote	ctn	-	-			
Maní	gr	200	0.40	Pelado		0.40
Lechuga	u	1	0.50	picada en juliana		0.50
Cebolla blanca	u	3	0.25	Repicada finamente		0.25
Tomate	u	2	0.25	Cortado en cuartos		0.25
Sal , pimienta	ctn					
<b>PREPARACIÓN</b>						
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelar las papas y cocerlas en agua con sal.</li> <li>2. Elaborar con estas un puré, agregando el huevo crudo, achiote, sazonar con sal y pimienta.</li> <li>3. Formar las tortillas con la mano, rellenarlas de queso y reservarlas.</li> <li>4. Dorarlas en un sartén o plancha con poco aceite.</li> <li>5. Dorar el chorizo en una sartén y freír los huevos también.</li> <li>6. Elaborar la salsa de maní rehogando la cebolla blanca, en achiote, agregar el maní licuado, un poco de agua, dejar cocer hasta espesar y sazonar con sal y pimienta.</li> <li>7. Servirlas los llapingachos con lechuga picada en juliana, la salsa de maní, huevos fritos y el chorizo.</li> </ol>						
<b>COSTO TOTAL</b>						4.90
Costo por Ración						2.40

## 1.3 POSTRES:


- Dulce de trigo
- Dulce de arroz de cebada
- Dulce de machica
- Dulce de morocho

RECETA ESTÁNDAR Nº.26						
Nombre de la Preparación: <b>DULCE DE TRIGO</b>						
Tiempo de Preparación:40						
Nº Pax: 4						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA PRODUCCIÓN	DE Total
Trigo	Gr		200	1.00	Lavar	1.0
Agua	Lt		1.5	-		-
Panela	Gr		250	1.00	Rallar	1.00
Canela	Gr		50	0.25		0.25
Leche	Lt		100	0.50		0.50
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. En una cacerola cocinar el trigo hasta que este se parta.						
2. Después agregamos la panela, la canela y la leche.						
3. Este dulce de trigo va acompañado de las tortillas en tiesto por lo general.						
<b>COSTO TOTAL</b>						2.75
Costo por Ración						0.70

RECETA ESTÁNDAR Nº.27						
Nombre de la Preparación: DULCE DE ARROZ DE CEBADA						
Tiempo de Preparación: 30						
Nº Pax: 3						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Arroz de cebada	gr		200	1.00	Lavado	1.00
Agua	lt		1	-	--	-
Leche	ml		300	0.40	cernida	0.40
chaguamishque	lt		300	-	0.50	0.50
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. En una cacerola hacer hervir el agua y agregar arroz de cebada, cuando el arroz de cebada este suave poner el chaguarmisque y la leche.						
2. Este dulce de arroz de cebada va acompañado de las tortillas en tiesto por lo general.						
<b>COSTO TOTAL</b>						1.90
Costo por Ración						0.63

<b>RECETA ESTÁNDAR Nº.28</b>						
<b>Nombre de la Preparación: DULCE DE MACHICA</b>						
<b>Tiempo de Preparación: 30m</b>						
<b>Nº Pax: 3</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>VALOR</b>	<b>TÉCNICA DE PRODUCCIÓN</b>	<b>DE</b>	<b>Total</b>
Machica	gr	200	1.00	-		1.00
Agua	lt	1.5	-	-		
Leche	ml	300	0.40	-		0.40
Panela	gr	250	1.00	Rallado		1.00
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. En una cacerola hacer hervir el agua y agregar la machica dejar hervir por 15 minutos.						
2. Después agregamos la panela y la leche, servir caliente.						
3. Este dulce de machica va acompañado de las tortillas en tiesto por lo general.						
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>2.40</b>
Costo por Ración						0.80



RECETA ESTÁNDAR Nº.29						
Nombre de la Preparación: <b>DULCE DE MOROCHO</b>						
Tiempo de Preparación:						
<b>Nº Pax: 3</b>						
INGREDIENTES	UNIDAD		CANTIDAD	VALOR	TÉCNICA DE PRODUCCIÓN	Total
Morocho	gr		300	1.50	Lavar	1.50
Agua	ml		1.5	-	-	-
Leche	ml		500	0.40	-	0.40
Canela	gr		20	0.20	-	0.20
Azúcar	gr		350	0.40	-	0.40
<b>PREPARACIÓN</b>						
1. En una cacerola hacer hervir el agua y agregar el morocho dejar hasta que este blando.						
2. Después agregamos el azúcar y la leche.						
3. Este dulce de machica va acompañado de las empanadas de viento o tortillas en tiesto.						
<b>COSTO TOTAL</b>						2.50
Costo por Ración						0.83

## **ELABORACIÓN DE UNA GUÍA GASTRONÓMICA DEL CANTÓN GUAMOTE LLAMADA “ÑUCANCHIG MICUNA”**

El título de la guía gastronómica “**ÑUCANCHIG MICUNA**”, está en el idioma propio de los pobladores que es el kichwa, su traducción al castellano es “Nuestra Comida”, fue elegido debido a que su población es indígena casi en su totalidad y en su mayoría bilingüe (Kichwa-castellano), de esta manera se conseguirá una mejor aceptación.

Como meta final está la elaboración de una guía gastronómica del Cantón Guamote dentro de la cual constará los platos tradicionales que posee la gastronomía Guamoteña, como , papa yano, cariucho, habas tashno, entre otras, comidas que con el tiempo se van olvidando o simplemente se pierden por la ausencia, escases, de los productos para su elaboración, por tal motivo la creación de esta guía que permite rescatar la gastronomía y fortalecer el sector turístico, ya que el documento será entregado a la Municipalidad del cantón Guamote para su difusión mediante la página web de la misma y las ferias gastronómicas que se realizaran para dar a conocer y fortalecer la cultura gastronómica del cantón Guamote.

Los platos tradicionales estarán divididos tomando en cuenta el protocolo menú restaurant (entradas, sopas, plato fuerte, postre), también contara con la información sobre el Cantón y sus productos más sobresalientes que harán presencia en los anexos.

## VI. CONCLUSIONES

- La presente investigación nos sirvió para identificar los platos tradicionales y productos del Cantón, y de esta manera poder plasmar en la guía gastronómica de Guamote “ÑUCANCHIG MICUNA”.
- No todos los productos nativos del Cantón son consumidos dando como consecuencia la no siembra del mismo y afectando a la gastronomía por la falta o pérdida del producto.
- Dentro del Cantón Guamote existe una variedad y riqueza gastronómica que no es valorada, debido a la falta de programas que rescaten, fomenten el interés por la gastronomía del Cantón, que puede aprovecharse mejor, para recibir mayores visitas y beneficios.
- Se elaboraron 29 recetas que recogen los platos más tradicionales del cantón Guamote, distribuidos en entradas, sopas, platos fuertes y postres, todo esto dentro de una guía gastronomía que facilitara su difusión y garantizara el rescate de la cultura gastronómica, gracias a la guía gastronómica se fortalecerá el sector turístico ya que contiene los platos y productos tradicionales más sobresalientes del Cantón y su difusión será mediante la página web de la Municipalidad de Guamote, así como en ferias gastronómicas organizadas por la misma para dar a conocer la gastronomía Guamoteña.

## VII. RECOMENDACIONES

- Realizar actualizaciones de la guía gastronómica, esto puede hacerse mensual, trimestral o anual, de esta manera poder tener una información actualizada y segura para su mejor aprovechamiento.
- Ejecutar ferias gastronómicas y procesos de difusión radio y TV demostrando la importancia de los productos del Cantón, logrando de esta manera un fortalecimiento de identidad y el mantenimiento de sus costumbres.
- La gastronomía es parte importante de un pueblo, ya que esto lo identifica como tal y lo diferencia de los demás, la gente debería darle más importancia ya que según las encuestas no demuestran mucha importancia por la comida y todo lo que se refiere a ella.
- En la elaboración de platos y postres estén elaborados con ingredientes frescos, garantizando la calidad alimentaria, por lo que se recomienda la diversificación de la gastronomía como un atractivo turístico, dar mayor importancia a la gastronomía de nuestros pueblos ya que mediante ella podemos dar a conocer al Cantón facilitando su identificación del resto.

## VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. **Romero R., E.**Manual de información Cultural. Educativa, Turística, Industrial, Comercial, Agrícola y Ganadera de la República del Ecuador. 2ª ed. Barcelona: Nouogralt. 1995.
2. **Albán V.** Chimborazo y sus Cantones. Revista ideas Punto. 2005; 1(1):95-10.
3. **Bustamante J.** Ecuador Destino Turístico. Revistas Ecuador. 1 (1):120-10.
4. **Ecuador: Ministerio de Turismo del Cantón Guamote.** Memoria Inventario del Cantón Guamote. Quito: MT. 2013.
5. **Ecuador: Ministerio de Agricultura, Ganadería, Acuacultura y Pesca.** Estadísticas de Productos de la zona Del Cantón Guamote. Quito: MAGAP. 2013.
6. **Ecuador: Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Guamote.** Plan de desarrollo y ordenamiento territorial del cantón Guamote con compromiso y participación ciudadana. 2012-2026. Guamote: Equipo Técnico. 2012.
7. **Ecuador: Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Guamote.** Plan de desarrollo y ordenamiento territorial del cantón Guamote con compromiso y participación ciudadana. 2012-2026. Guamote: Talleres Barriales de Diagnóstico. 2012.
8. **Iturralde D.,** Campesinos y Comunas, Otavalo, Instituto Otavaleño de Antropología, - Gallo capitán, 1980.

**9. Rodríguez, R.,** Guamote Ayer y Hoy.Riobamba: Pedagógica Freire.– Ecuador. 2000.

**10. Gallardo C.** Ecuador Culinario. Ediecuatorial. 2012, pp 232-275.

**11. ARTE CULINARIO**

<http://www.universidadperu.com>

2013-9-29

**12. GUAMOTE (CANTÓN)**

<http://www.intisisa.org>

2013-10-25

**13. CANTÓN GUAMOTE (COMIDA TÍPICA)**

<http://www.viajandox.com/>

2014-01-24

**14. CANTÓN GUAMOTE (HISTORIA)**

<http://gladymar22.blogspot.com>

2014-02-05

**15. TURISMO(CONCEPTO)**

<http://definicion.de/turismo/>

2014-02-15

**16. GASTRONOMÍA (CONCEPTO)**

<http://www.universidadperu.com>

2014-02-28

**17. TURISMO ( PROVINCIAS Y CIUDADES)**

<http://www.welcomeecuador.com/>

2014-03-20

**18. GUÍAS (DEFINICIÓN)**

<http://definicion.de/guia-turistica/>

2014-04-15

**19. ECUADOR Y SUS SABORES (RECETAS)**

<http://pucesi.edu.ec/files/ProductosAndinos.pdf>

2014-04-25

IX. **ANEXOS**

**Anexo 1.**

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO  
FACULTAD SALUD PÚBLICA  
ESCUELA GASTRONOMÍA

ENCUESTA

**Objetivo:** es recopilar la información sobre los platos tradicionales del Cantón Guamote Provincia Del Chimborazo. (Conociendo que los platos tradicionales son elaborados a base de ingredientes producidos dentro de la zona caracterizando a un pueblo.) Marque con una **X** la respuesta que crea correcta

**Datos personales**

Masculino  Femenino  Edad

**Lugar y fecha**.....

1. ¿Sabe usted cuáles son los productos propios del cantón Guamote?

Sí  No



2. ¿Qué tipo de productos consume con mayor frecuencia?

<u>Producto</u>	<u>Semana</u>	<u>Mes</u>
Mellocos		
Papas		
Avena		
Trigo		
Cebada		
Oca		
Arveja		
Lenteja		
Maíz		
Mashua		
Quinoa		
Choclos		
Habas		

3. ¿Cuáles son los platos tradicionales del Cantón? Describa la preparación de uno de ellos.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. ¿De las siguientes preparaciones de platos tradicionales cuales consumeusted?

<b>Platos tradicionales</b>	<b>semana</b>	<b>Mes</b>
Cariucho		
Hornado		
Fritada		
Sopa de quinua.		
Yaguar loco		

Arroz de quinua.		
Llapingachos		
Habas tashno.		
Caldo de gallina criolla.		
Sopa de quinua		
Tortillas de melloco		
Chicha de quinua		
Dulce de trigo		
Papas con cuy		
Caldo de pata		
Caldo de cabeza de borrego(mondongo)		
Empanda con morocho		

5. ¿En qué lugar consume los platos tradicionales de la lista anterior?

Restaurante do domicilio

6. Cuáles son los platos ancestrales que se están perdiendo?

Describe su preparación

.....  
.....  
.....  
.....

7. Piensa que se ha perdido platos tradicionales del cantón Guamote

Sí  No

8. ¿Cuáles son las causas para que se reemplace los productos propios del cantón?

Falta de apoyo gubernamental

Desvalorización del producto

Influencia de otras cultura

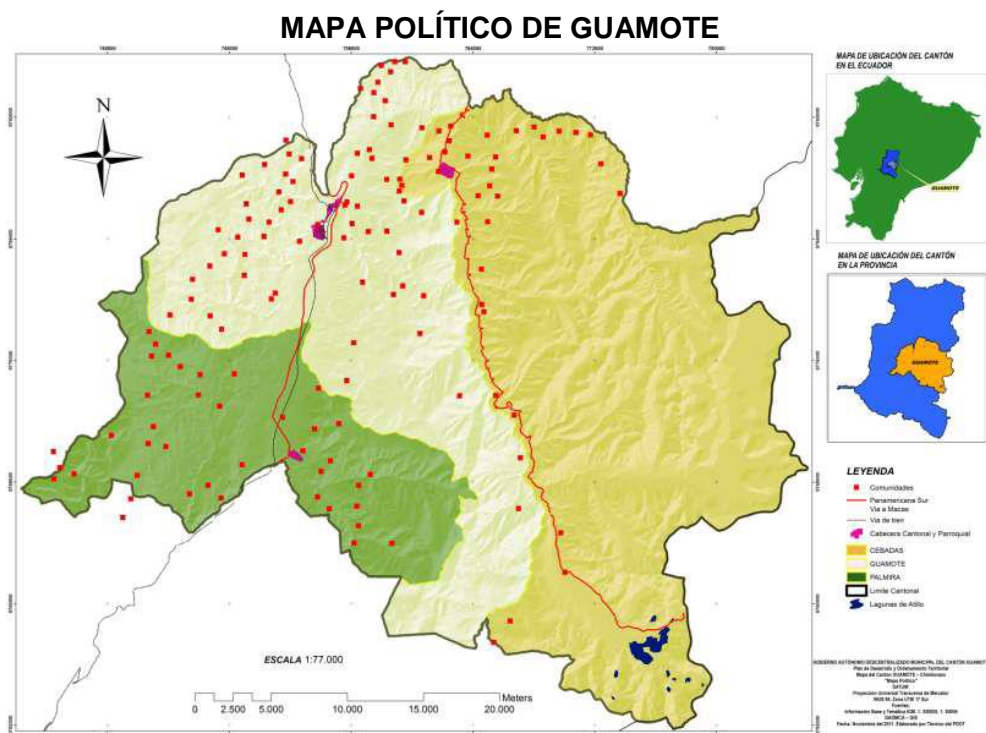
9. ¿Usted estaría de acuerdo con la promoción de la gastronomía del cantón Guamote mediante una guía gastronómica?

SI

NO

.....GRACIAS POR SU COLABORACION.....

## ANEXO 2.



## Anexo 3. MODELO DE RECETA ESTANDAR

RECETA ESTANDAR					
Nombre de la Preparación:					
Tiempo de Preparación:					
Nº Pax:					
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTI DAD	VALOR		Total
Preparación					
<b>COSTO TOTAL</b>					
Costo por Ración					