



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN

CARRERA DE TURISMO

Proyecto de Investigación previo a la obtención del Título de Licenciado en Turismo.

Tema:

“El arazá y la cocina local de Palora”

Autora: Riera Suarez Zully Thalia

Tutor: Lcdo. Camilo Francisco Torres Oñate, Mg.

Ambato - Ecuador
2022

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Proyecto de Investigación sobre el tema:

“El arazá y la cocina local de Palora” de la alumna Riera Suárez Zully Thalia, estudiante de la carrera de Turismo, considero que dicho proyecto de investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el H. Consejo Directivo de la Facultad.

Ambato, febrero, 2022

EL TUTOR

.....
Lcdo. Camilo Francisco Torres Oñate, Mg.

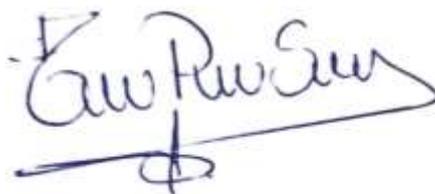
C.C.: 1803318169

AUTORÍA DEL TRABAJO

Los criterios emitidos en el Proyecto de Investigación “**El arazá y la cocina local de Palora**”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autora de este trabajo de grado.

Ambato, febrero, 2022

LA AUTORA



.....
Zully Thalia Riera Suárez

C.C.:0503228520

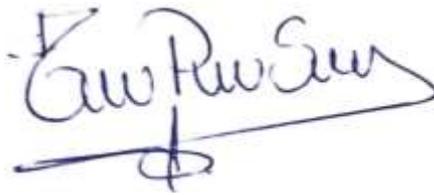
DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de éste Proyecto de Investigación o parte de él un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos patrimoniales de mi Proyecto de Investigación, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora

Ambato, febrero, 2022

LA AUTORA



.....
Zully Thalia Riera Suárez

C.C.:0503228520

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Proyecto de Investigación, sobre el tema **“El arazá y la cocina local de Palora”** de Zully Thalia Riera Suárez, estudiante de la carrera de Turismo, de conformidad con el Reglamento de Graduación para obtener el título terminal de Tercer Nivel de la Universidad Técnica de Ambato.

Ambato, febrero, 2022

Ing. Mg. María Fernanda Viteri Toro
MIEMBRO CALIFICADOR
C.C.: 1802903888

Ing. Diego Fernando Melo Fiallos
MIEMBRO CALIFICADOR
C.C.:1803017365

DEDICATORIA

*Dedico este proyecto de investigación
a mis padres Manuel y Noa que con su sacrificio, amor y apoyo incondicional me
alentaron a seguir y cumplir mis metas a lo largo de mi vida y más aún en este paso
tan importante como es la obtención de mi título profesional.
A Dolly quien fue una parte fundamental en mi día a día.*

Zully Riera

AGRADECIMIENTO

Principalmente agradezco a Dios por permitirme cumplir mis metas con salud y vida.

A mi Universidad Técnica de Ambato y mis profesores por darme la mejor experiencia educativa.

A mi Tutor el Lic. Francisco Torres por ser mi guía en este arduo trabajo con su paciencia y conocimiento.

A mis mejores amigos que fueron una parte indispensable para mi crecimiento personal.

Zully Riera

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO.....	iii
DERECHOS DE AUTOR	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO	vii
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT.....	xii
CAPITULO I.....	1
MARCO TEORICO.....	1
1.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS	1
Arazá.....	1
Cocina local	2
1.2 DESCRIPCION DE OBJETIVOS.....	3
Descripción de objetivo 1. Identificar las propiedades del arazá (Eugenia stipitata).....	3
Objetivo específico 2. Determinar las principales propuestas gastronómicas de la cocina local de Palora.....	7
Objetivo específico 3. Proponer una estrategia de innovación en la cocina local de Palora con el uso del arazá.....	15
CAPITULO II	17
METODOLOGIA	17
2.1 Materiales.....	17
2.2 Métodos.....	18
CAPITULO III.....	20
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	20
3.1 Análisis y discusión de los resultados.....	20
Análisis de fiabilidad	20
Análisis e interpretación de resultados.....	20
Discusión.....	26
3.2 Verificación de hipótesis.....	26
CAPITULO IV	28
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	28
4.1 Conclusiones	28
4.2 Recomendaciones	29

MATERIALES DE REFERENCIA	30
Referencias bibliográficas.....	30
ANEXOS	37

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Factores Nutricionales del Arazá</i>	7
Tabla 2. <i>Equipos y materiales</i>	17
Tabla 3. <i>Equipos, utensilios y materiales</i>	18
Tabla 4. <i>Cuadro estadístico de Alfa de Cronbach.</i>	20

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. <i>Parámetro color</i>	21
Figura 2. <i>Parámetro sabor</i>	22
Figura 3. <i>Parámetro textura</i>	23
Figura 4. <i>Parámetro cuerpo</i>	24
Figura 5. <i>Parámetro aroma</i>	25
Figura 6. <i>Verificación de hipótesis</i>	27
Figura 7. <i>Platos para la evaluación organoléptica</i>	40
Figura 8. <i>Aplicación de la evaluación</i>	40
Figura 9. <i>Degustación de los platos evaluados</i>	41
Figura 10. <i>Degustación de los platos seleccionados</i>	41
Figura 11. <i>Portada del recetario</i>	42
Figura 12. <i>Índice del recetario</i>	42
Figura 14. <i>Portada de los postres</i>	43
Figura 13. <i>Interpretación de símbolos</i>	43
Figura 16. <i>Muchines</i>	44
Figura 15. <i>Espumilla</i>	44
Figura 18. <i>Ceviche de palmito</i>	45
Figura 17. <i>Sex on the beach</i>	45
Figura 19. <i>Plato local</i>	46
Figura 20. <i>Maito</i>	46
Figura 21. <i>Nuevo producto a base de arazá</i>	47
Figura 22. <i>Mojito</i>	47

RESUMEN EJECUTIVO

El presente proyecto de investigación se denomina “El arazá y la cocina local de Palora”, para la elaboración del mismo se buscó y recopiló información en fuentes bibliográficas por medio de páginas oficiales con el fin de obtener información real.

La gastronomía forma parte de la identidad cultural de un pueblo debido a que, por medio de ésta, se transmiten conocimientos ancestrales que hoy en día son puestos en práctica en la preparación de platos típicos, convirtiéndose en un atractivo para los turistas porque aprenden sobre la cultura, la forma de combinar los ingredientes y la razón del porqué usan determinados productos para crear estos platillos.

Esta investigación está encaminada en la búsqueda de alternativas de innovación y exploración de nuevos elementos para la inclusión del arazá en la cocina local de Palora pero manteniendo las técnicas culinarias de éste cantón con el propósito de realzar los sabores de los platos locales y, la creación de nuevos platillos a base de esta fruta que no es aprovechada al máximo a pesar de todos los beneficios y propiedades que brinda; de la misma manera se elaboró un recetario con todos los platos locales y nuevos productos para evidenciar el uso del arazá. También, se realizó una evaluación organoléptica que consistió en valorar 5 parámetros de los platos locales, los cuales fueron degustados por estudiantes y profesores de la Unidad Educativa Pucayacu y, además, se identificó que tan factible es el uso del arazá en la cocina local de Palora mediante la prueba estadística Kolmogorov – Smirnov que concluyó que existe una variabilidad entre los 5 parámetros evaluados.

PALABRAS CLAVES: COCINA LOCAL, ARAZÁ, INNOVACIÓN, INCLUSIÓN, TÉCNICAS CULINARIAS.

ABSTRACT

The present research project is called "The arazá and the local cuisine of Palora", for the elaboration of the same information was sought and compiled in bibliographic sources through official pages in order to obtain real information.

Gastronomy is part of the cultural identity of a people because through it, ancestral knowledge is transmitted that today is put into practice in the preparation of typical dishes, becoming an attraction for tourists because they learn about the culture, the way to combine ingredients and the reason why they use certain products to create these dishes.

This research is aimed at the search for innovation alternatives and exploration of new elements for the inclusion of arazá in the local cuisine of Palora but maintaining the culinary techniques of this canton in order to enhance the flavors of local dishes and the creation of new dishes based on this fruit that is not used to the fullest despite all the benefits and properties it provides; in the same way, a recipe book was developed with all the local dishes and new products to demonstrate the use of arazá. An organoleptic evaluation was also carried out, which consisted of evaluating 5 parameters of the local dishes, which were tasted by students and teachers of the Pucayacu Educational Unit, and also identified the feasibility of using arazá in the local cuisine of Palora using the Kolmogorov - Smirnov statistical test, which concluded that there is variability among the 5 parameters evaluated.

KEYWORDS: LOCAL CUISINE, ARAZÁ, INNOVATION, INCLUSION, CULINARY TECHNIQUE

CAPITULO I

MARCO TEORICO

1.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

La presente investigación titulada “El arazá y la cocina local de Palora”, cuenta con una amplia indagación y recolección de información veraz en diferentes páginas y documentos oficiales que han servido para la elaboración de este proyecto investigativo.

Por medio de la teoría de Cúmulos o también conocido como clúster, es de gran ayuda porque se centra en la competitividad y, ante todo, la innovación para crear nuevos productos que sean llamativos para el turista, por consiguiente estos productos se acoplarán a las necesidades y exigencias del consumidor. Finalmente, alcanzar la expectativa del turista (**Porter, 1999**).

El modelo de la clasificación del turista de Smith, menciona que es indispensable conocer el perfil del turista con el objetivo de brindar el mejor servicio y productos que la localidad ofrece; de esta manera satisfacer las exigencias del turista (**Rosa, 2003**).

La Teoría del Desarrollo Territorial formará parte de esta investigación porque se basa en un proceso para el desarrollo local y permitirá a la localidad beneficiarse directamente gracias a sus propios recursos (**Albuquerque, 2003**).

Arazá

Ecuador posee una gran variedad de frutas pero muchas de ellas no han sido aprovechadas al máximo, debido a la carencia de conocimientos y técnicas gastronómicas para la elaboración de nuevos productos que servirán como acompañantes o principales en un plato y entre estas frutas está el arazá; proveniente de las regiones amazónicas como: Ecuador, Bolivia, Colombia, Brasil y Perú (**Salinas, 2018**).

En Ecuador, el arazá se encuentra en la región amazónica, esta fruta es parte de las mirtáceas, es decir, son plantas tropicales que se desarrollan en climas húmedo-calientes. Además, posee un gran porcentaje de proteínas y vitaminas, contribuyendo a una alimentación saludable; el arazá está compuesto de agua y su porcentaje varía entre un 90% - 94% (**Miranda Narváez & Cruz Valencia, 2017**).

Mediante el estudio titulado **“Análisis de Emprendimiento de Yogurt a base de Arazá en la Ciudad de Guayaquil”** menciona al arazá como una fruta con características únicas, puesto que es considerada una fruta exótica y deseada para la creación de diferentes productos porque contienen componentes nutricionales que benefician al consumidor (**Ponce Arreaga, Fiallos Veintimilla, & Loaiza Massuh, 2018**).

Por medio de la investigación denominada **“Diseño de una línea de producción para una bebida gasificada a base de arazá (Eugenia stipitata)”** alude que en la actualidad el arazá está tomando un impulso hacia nuevos mercados que posibilitarán a la explotación como un producto estrella, este importante paso da lugar a múltiples beneficios; sobre todo en el aspecto económico debido a que se convierte en una fuente económica y dinamizadora para el sector agrícola (**Gallardo, 2019**).

Por medio de la indagación denominada **“Calidad física, evaluación sensorial y aceptabilidad de una bebida sin calorías a base de arazá (Eugenia stipitata)”** hace referencia al arazá como materia prima para la innovación de productos a base de esta fruta que contiene múltiples beneficios que aportan al consumirlos, cabe mencionar que el principal componente del arazá es el agua, convirtiéndole en un elemento principal para la producción de bebidas saludables (**Veloz, Acosta Cervantes, Fonseca Jiménez, & Betancourt Ortiz, 2019**).

Cocina local

La gastronomía cumple un papel fundamental para la dinamización y diversificación del turismo, asimismo aporta en el desarrollo económico de la localidad; la participación de varios sectores profesionales y sobre todo el sector primario. La gastronomía no es solo un grupo de platos típicos de un lugar, más bien, ésta abarca un sinnúmero de elementos que hacen que se distingan de otras por sus costumbres alimentarias, los habitantes, las tradiciones y estilos de vida (**Torres Oñate, Viteri, & Romero Fierro, 2017**).

La gastronomía forma parte de la cultura de cada sociedad y por esta razón, los visitantes o turistas ven como una oportunidad para conocer y sobre todo, aprender de la gastronomía del sitio visitado, esto se convierte en una experiencia enriquecedora debido al valor cultural que trae consigo la cocina local porque es una forma de transmitir conocimientos ancestrales como: forma de sazonar o preparar un plato típico de la localidad, sus ingredientes e historias ocultas (**Oliveira, 2007**).

En relación al estudio de la cocina local se desarrolló la investigación nombrada **“La cocina local como motor turístico y económico sostenible”** en donde establece que la cocina local es un trasmisor cultural de un pueblo porque por medio de ella, los turistas tienen la oportunidad de palpar una cultura que posee tradiciones e historias de la localidad a través de su gastronomía; al mismo tiempo, la cocina local se convierte en un atractivo que genera y dinamiza la economía del sector (**Navajo, 2020**).

Tal es el caso del estudio titulado **“La gastronomía como patrimonio cultural y motor del desarrollo turístico. Un análisis DAFO para Extremadura”** la cocina local hace referencia a un punto de conexión con la autenticidad y la identidad de un pueblo, puesto que la elaboración de platos locales son preparados con técnicas tradicionales y ancestrales, teniendo como resultado una experiencia sensorial y sobre todo cultural. También, estos platillos son producidos con materias primas propias de la localidad y convirtiéndole en una experiencia inigualable para el turista (**Clemente, Hernández, & López, 2013**).

De esta manera, es importante aludir el siguiente estudio **“La gastronomía amazónica”** que hace mención a la riqueza tanto cultural como alimentaria, así mismo a los productos milenarios y técnicas amazónicas. Además, es importante la conservación de los sabores y técnicas tradicionales de la región (**Obiol & Aniceto, 2015**).

1.2 DESCRIPCION DE OBJETIVOS

Descripción de objetivo 1. Identificar las propiedades del arazá (Eugenia stipitata).

El arazá, es un fruto que suele crecer de manera silvestre y principalmente, posee propiedades organolépticas y nutri-medicinales. Hay dos especies, esto depende de la

región, la primera es la *Eugenia Stipitata*, su fruto es estándar y crece en diferentes países de Sudamérica, entre ellos está Ecuador. Por otra parte, la especie *Eugenia Sesoria* sus frutos son pequeños y la diferencia recae en el aroma y el follaje. También, es un árbol perenne, ésta forma una planta con una altura de cuatro metros, posee un tronco delgado e incluso un follaje abundante (**Montes, 2015**).

La familia Mirtáceas, pertenecen a la familia de plantas denominadas arbóreas o también conocidas como arbustivas, pertenecen al orden de las Myrtales. También, son perennifolias, cítrico y sobre todo aromáticas (**Lozada, 2015**).

En la clase magnoliopsida, sus semillas están dentro del fruto y también, estas plantas poseen flores atractivas. Cabe mencionar, poseen plantas con frutos dicotiledóneas, es decir que hay dos cotiledones en su semilla (**Aguirre, 2018**).

El reino plantae también conocido como reino vegetal y hace énfasis a un conjunto de plantas terrestres que adquieren los nutrientes de la tierra. Asimismo, estas plantas realizan la fotosíntesis, contienen clorofila y esto les proporciona el color verde característico de la plantas; son organismos autótrofos (**Alvarado E. , 2020**).

Origen y distribución geográfica

Sudamérica

El arazá es una fruta originaria de Sudamérica y se encuentran en ciertos países como:

En Colombia, ésta fruta está distribuida en la región Amazónica y también, el eje cafetero; específicamente en cuatro departamentos como: Putumayo, Caquetá, Amazonas y Guaviare. Éstos cultivos se desarrollan en un bosque tropical húmedo con una temperatura que oscila entre los 26°C (**Chamorro & García, 2017**).

En Brasil, estos cultivos se desarrollan en el Estado de Acre, Manaus, Pará, Jaboicabal y su floración empieza en la época lluviosa en los meses de noviembre hasta junio. En Manaus, la producción recae en los meses de mayo, noviembre y junio. El arazá, también se desarrolla en Jaboicabal con una temperatura de 22°C. Es importante recalcar que el arazá se puede adaptar a una temperatura que oscila entre los 18°C hasta los 30°C (**Esmeralda & Nazareno, 2018**).

En Perú, las plantaciones están ubicadas en el Departamento de Loreto y en Iquitos, la cosecha se realiza aproximadamente cada dos meses y en invierno también lo realizan ocasionalmente, pero en el mes de julio, los meses de octubre hasta abril aumentan la producción. Así mismo, este fruto se desarrolla en la Selva Baja, siendo esta su hábitat natural, su temperatura varía entre los 25°C hasta los 28°C, es decir, el arazá es de un clima tropical con una gran adaptación a lugares calientes o húmedos **(Esmeralda & Nazareno, 2018)**.

En Ecuador, esta fruta la encuentran en diferentes provincias como: Sucumbíos, Pastaza, Napo y Orellana, pero también existen plantaciones en la región costa, sobre todo en climas tropicales como Pichincha, específicamente el Noroccidente y Santo Domingo. También, existe un porcentaje de cultivos de arazá en la provincia de Los Ríos **(Pazmiño, Loayza, & Yopez, 2014)**.

Generalidades

Denominación

A este fruto también se le conoce como la guayaba amazónica o membrillo y es propio de la Amazonía **(Ruiz, 2018)**.

Historia

Esta planta era considerada como una especie de ambientador debido que proporcionaba un aroma agradable y por tal motivo los habitantes omitían su uso para la alimentación, en sí, cumplía la función de aromatizar ambientes pero durante los años 80's los habitantes decidieron cultivar artesanalmente y descubrieron todos los beneficios tanto medicinales como nutricionales **(Torbay & Paredes, 2016)**.

Características externas

El fruto tiene una forma de baya esferoidal, ésta va cambiando de color según el proceso de maduración, empieza por un color verde hasta conseguir un color amarillo, esta es la señal que la fruta está lista para la cosecha y la piel o cáscara del arazá tiene una textura aterciopelada o exocarpo liso **(Millán, 2015)**.

Propiedades del arazá

Usos

La fruta aporta grandes beneficios tanto en lo gastronómico y medicinal, sus beneficios son los siguientes (**Lescano, 2016**):

Medicinal

El arazá contiene cualidades nutricionales y principalmente, medicinales que son usadas para los beneficios del individuo. Tanto sus hojas, sus raíces y como también, sus frutos son destinados para solucionar varios problemas como: respiratorios, depurativos o digestivos. Este fruto tiene una gran cantidad de minerales y vitaminas. Se realiza una infusión de las raíces y de las hojas para combatir la diarrea, hemorragia y el abundante fluido menstrual.

Gastronómico

En la actualidad esta fruta no es usada con frecuencia para la elaboración de platillos, esto sucede por la escasa información sobre el producto y más aún porque su consumo gira en torno a lo local, es usado para batidos, jugos o mermeladas. Por otra parte, la fruta es congelada y empacada para exportaciones a países como Italia, ahí aprovechan tanto la pulpa como la piel para extraer el aroma y crear perfumes. Cabe destacar, el arazá posee carbohidratos, siendo esto un gran aporte para la alimentación.

Contenido nutricional

Los factores nutricionales del arazá son los siguientes:

Tabla 1. Factores Nutricionales del Arazá

Aporte	Porcentaje
Energía	13.00 %
Ácido ascórbico	74.00 %
Calcio	0.19 %
Carbohidratos	89.00 %
Caroteno	0.40 %
Fibra	6.07 %
Fósforo	0.09 %
Grasa	2.00 %
Hierro	87.00 %
Magnesio	0.10 %
Manganeso	13.00 %
Pectina	3.40 %
Potasio	2.15 %
Proteína	10.10 %
Vitamina A	7.75 %
Vitamina B1	9.84 %
Vitamina C	74.00 %
Zinc	11.00 %

Nota: 100gr de arazá aportan estos beneficios y porcentajes que favorecen a la salud del consumidor (Rosado, 2018).

Cultivo

Para proceder a cultivar se debe realizar antes de los 8 días que se haya conseguido la semilla porque disminuye su potencia germinativa y por este motivo, es recomendable sembrar antes. La semilla debe pasar por un periodo de secado y al tercer o cuarto día se procede a sembrar. Posteriormente, se realizan viveros y se mantienen por cinco a seis meses, cuando la planta crece hasta los 60cm se procede a trasplantar en la zona elegida y ésta será definitiva. Por otra parte, es importante mantener tres metros de distancia entre las plantas. A partir del segundo año, la producción es baja pero al quinto año la producción mejora y las cosechas se realizan cada tres meses (Solorzano & Villamil, 2018).

Objetivo específico 2. Determinar las principales propuestas gastronómicas de la cocina local de Palora.

Cocina local

La cocina local no es solo considerada como una identidad cultura, más bien pueden elaborar nuevos productos propios de la localidad, teniendo como resultado un valor agregado. Cabe enfatizar, la cocina local constituye una gran parte de la identidad de

un destino porque hace énfasis en alimentos que transmiten un valor de autenticidad, diferenciación y ante todo, posicionamiento (**Hernandez & Millán , 2018**).

Cocina tradicional

La cocina tradicional de una región o una zona específica, hace énfasis al conjunto de recetas culinarias que han sido retransmitidas de generación en generación, esto se convierte en una motivación para el turista y ante todo, pueden conocer más de cerca la cultura y la materia prima de la localidad (**Hernandez Rojas, 2018**).

Identidad gastronómica

La identidad gastronómica es un conjunto de aspectos que hacen especial e incomparables un lugar específico con otro, debido a sus técnicas culinarias, los productos a usar para la elaboración de platos típicos de una zona; crea un sentimiento y diferentes emociones que son adquiridos por medio de esa identidad gastronómica (**Troncoso, 2018**).

Gastronomía

La gastronomía es calificada como un atractivo turístico pero intangible de un pueblo, además es una parte fundamental durante la visita a un destino porque crea una interrelación entre el turista y el lugar. Cabe destacar, la gastronomía simboliza uno de los principales puntos dentro del ámbito turístico (**Carvache , Carvache , & Torres, 2017**).

Transferencias de calor

Para la **Asociación de Chefs del Ecuador (2018)**, las transferencias de calor son las siguientes:

Conducción

Esto se da por dos formas, la primera consiste en que el calor es trasladado de forma directa desde un objeto a otro y por contacto. El segundo, el calor es desplazado de un punto a otro del mismo objeto. Cabe destacar, el calor es conducido a velocidades distintas, esto dependerá del material.

Convención

El calor es repartido por la circulación del vapor, aire, líquidos y grasas calientes; la convención se divide en dos: natural y mecánica. La natural, los fluidos y gases calientes suben y mientras tanto, los fríos se mantienen abajo. Finalmente, el mecánico, los encargados de la circulación del calor son los ventiladores, esto es más rápido para que el calor se distribuya eficientemente y sobre todo la cocción de los alimentos es breve.

Radiación

En la cocina pueden encontrar dos tipos de radiación: infrarroja y microondas. Esta radiación sucede cuando la energía es transferida a los alimentos, es decir por ondas. La radiación infrarroja, se obtiene por medio de objetos electrónicos o cerámicas que son calentados hasta llegar a un punto que irradian energía y posteriormente, obteniendo la cocción de los alimentos. También, el microondas produce radiación e impregna parcialmente los alimentos, provocando agitación en las moléculas de agua, esto como resultado se obtiene calor necesario para la cocción de los alimentos.

Métodos de preparación

Son técnicas culinarias que son usadas para transformar alimentos crudos por medio del uso del calor para obtener alimentos que estén listos para el consumo humano. Cabe mencionar, muchos de los alimentos necesitan pasar por una modificación química como también, hay otros que pueden ser ingeridos crudos, pero mediante estos métodos se pueden conseguir mejores resultados y facilitar el proceso de cocción, por tanto, el producto final tendrá una mayor concentración de sabores y texturas, esto dependerá de la técnica de cocción.

Según **Asociación de Chefs del Ecuador (2018)**, los métodos de preparación son:

Cocción en seco, cocción en medio aéreo o por concentración

Sauté

También conocido como salteado, se debe usar un sartén, pero de preferencia un wok porque este facilita el proceso en saltar o saltear los alimentos, para esta técnica la cantidad de aceite es moderado y requiere movimiento constante para una cocción

homogénea. El tipo de calor usado en esta técnica es el calor seco, su mecanismo es la conducción, el medio de transferencia es del metal al aceite y su temperatura oscila entre los 160°C hasta los 230°C.

Fritura en sartén

En esta técnica la cantidad de aceite es mucho mayor a comparación del Sauté, el aceite es indispensable para que el alimento se cocine totalmente. Además, el alimento debe cocerse por los dos lados en un determinado tiempo. El tipo es de calor seco, el mecanismo a usar es de conducción, el medio de transferencia es en aceite y finalmente, la temperatura varía entre los 160°C a los 190°C.

Fritura profunda

Este consiste en hundir totalmente el alimento en aceite y debe estar caliente. Cabe mencionar, usualmente en este tipo de técnicas los alimentos son envueltos en apanadura. El tipo de cocción es en calor seco, el mecanismo a usar puede ser de conducción como también, convección, el medio de transferencia es aceite y la temperatura para esta técnica es de 160°C hasta 190°C.

Grill o parrilla

Para esta técnica se usa una grilla, esta va sobre el carbón o como también puede ser por electricidad o gas. De igual forma, suelen usar una plancha y en esta se incorpora una cantidad de grasa con el objetivo de evitar que se peguen los alimentos, por lo general las planchas son usadas para hacer huevos o pancakes. Se emplea calor seco, su mecanismo es radiación o conducción, el medio de transferencia es aire y la temperatura empleada para esta técnica oscila entre los 160°C hasta los 220°C.

Gratinado

Esta técnica es usada para dorar los alimentos y esto se debe porque el calor se origina de la parte superior del alimento. El tipo de calor que es usado en esta técnica es el seco, el mecanismo es de radiación, el medio de transferencia es el aire y la temperatura establecida para esta técnica es de 220°C a 290°C.

Horneado y rustido

Para esta técnica se usa el aire caliente para la cocción de los alimentos, por ejemplo: horno o fogón. Asimismo, el vocablo rustido es empleado a carnes y aves, mientras que el vocablo horneado es empleado para vegetales, panes, pescados y pasteles.

Cocción en medio líquido o húmedo

Ponchado

Consiste en la cocción de un alimento en agua, generalmente saborizada, la temperatura es baja y esta técnica es perfecta para productos delicados como el pescado. El tipo de calor utilizado es el húmedo, el mecanismo puede ser de conducción o convección, el medio de transferencia utilizado es el agua y la temperatura es de 70°C a 80°C.

Simmer

También conocido como hervor lento, la temperatura es mayor a comparación del ponchado y cuando la temperatura es sobre los 96°C suele oscurecer el agua de la cocción y también puede endurecer los productos. El tipo de calor para esta técnica es el húmedo, el mecanismo puede ser de conducción o convección, el medio de transferencia es por agua y la temperatura fluctúa entre los 85°C a 96°C.

Hervido

En esta técnica dependerá de la altitud donde se cocina, la cocción es a temperatura máxima siempre y cuando el líquido lo permita, es decir, suficiente agua. El tipo de calor usado para los alimentos es el húmedo, el mecanismo puede ser de conducción o convección, el medio de transferencia empleada es el agua y la temperatura es de 100°C.

Al vapor

Para la cocción de alimentos con esta técnica consiste en envolver al producto con el vapor de agua y al condensarse éste le transmite su calor, pero la temperatura puede aumentar siempre y cuando se use vapor a presión. También, es importante destacar, la ebullición del agua penderá de la altitud. El tipo de calor que es usado para los

alimentos, es húmedo, el mecanismo de transferencia es por medio de agua y la temperatura a usar está sobre los 100°C.

Cocción mixta o combinada

Guisado

Esta técnica de cocción es similar a un braseado o a un hervor lento porque a los productos se procede a realizar cortes pequeños y éstos flotan en el agua de cocción.

Brasear

Esta técnica consiste en una fusión entre dorar y el hervor lento. En este proceso aporta al salteado un dorado y con el hervor lento ayuda a suavizar cortes duros y generalmente, el agua de la cocción es usado para la elaboración de una salsa.

Patrimonio culinario

Es una herencia de las antiguas culturas que han sido transmitidas a las generaciones, convirtiéndose en una identidad de un lugar específico como también de una región o país, cabe mencionar que en ámbitos como: políticos, económicos, social o demográficos han influido en ello. La alimentación es reputada como patrimonio cultural e inmaterial porque esto abarca conocimientos, prácticas, tradiciones y preparaciones culinarias (**Troncoso, 2018**).

Patrimonio culinario de Palora

El cantón de Palora es reconocido como el Edén de la Amazonía, su gastronomía es muy variada y sobre todo típica y tradicional. Para la elaboración de estos platos se usan productos locales haciendo de esto exclusivo para propios y extraños. También, el patrimonio culinario es indispensable para Palora porque engloba cultura, creencias, identidad, valores y técnicas culinarias (**Alvarado & Encalada, 2020**).

Entre los platos más representativos del cantón Palora, son:

Coctel de Pitajaya

Esta es una bebida elaborada con una fruta representativa del cantón, la pitajaya es el ingrediente principal, proporciona un sabor exótico y principalmente, es llamativo para los turistas.

Caucho de yuca

Este platillo contiene yuca y está envuelto en hojas propias de la zona, estas se denominan como bijao.

Chorizo de yuca

Este producto tiene una gran similitud con la morcilla, pero utiliza otros elementos para su elaboración como las hojas de yuca y también, lo complementan con condimentos que realzan los sabores.

Ayampaco

Este platillo es el más conocido y especialmente, es originario de la Amazonía puesto que contiene pollo, pescado y posee un relleno de palmitos.

Sancocho Arapiquense

Este plato es típico de la parroquia Arapicos, consiste en un sancocho y contiene carne de res y diferentes especies amazónicas.

Chicha de yuca y chonta

Estas bebidas son tradicionales de la región amazónica, consiste en un fermento tanto de la chonta y la yuca, de esta forma se consigue la bebida.

Materia prima del sector

La materia prima básicamente son los elementos o productos que serán usados para la elaboración de un platillo específico. Además, contiene una serie de subproductos que serán transformados por medio de técnicas de cocción con el objetivo de obtener un producto final (Feijoó, García, & Degrossi, 2009).

Materia prima de Palora.

El cantón Palora tiene una gran diversidad de productos agrícolas y animales que son usados para la preparación de platillos típicos y tradicionales (**Gad Municipal Palora, 2021**).

Entre los productos más destacados están los siguientes:

Yuca

La yuca es un tubérculo y es usado para la elaboración de muchos platillos típicos y además, contiene un gran porcentaje de propiedades y beneficios para el consumidor (**Cevallos, 2019**).

Plátano

También conocido como plátano macho, es reconocido como exótico y étnico en los diferentes mercados internacionales, éste es un elemento perfecto para acompañar diferentes platillos y como ingrediente principal de diferentes comidas típicas y tradicionales (**Quezada & Rodríguez, 2018**).

Pitajaya

Es una fruta exótica y subtropical, la pulpa está cubierta por una cáscara o piel de color amarillo, el sabor de esta fruta es dulce y posee una gran cantidad de ácidos grasos. En la actualidad, esta fruta es una de las favoritas para cultivar y principalmente, comercializar (**Santana, Zabala, Villarroel, & Sarduy, 2020**).

Tilapia

En el cantón Palora, existen estanques piscícolas para la producción de tilapia. Éste es un elemento indispensable para la elaboración de platos principales de la zona. La tilapia tiene grandes beneficios para aquellos que la consumen, contiene proteínas y vitaminas que aportan al sistema nervioso y huesos (**Rizzo & Sumba, 2015**).

Objetivo específico 3. Proponer una estrategia de innovación en la cocina local de Palora con el uso del arazá.

Innovación

En las últimas décadas han existido grandes cambios respecto a la actividad turística debido que los visitantes han despertado una curiosidad sobre conocer y entender las raíces tanto locales como regionales de los pueblos; puesto que esto ha llevado a la innovación de productos turísticos, entre ellos la gastronomía. También, la gastronomía cumple un papel principal en el aumento de la oferta turística, este puede convertirse en un producto principal o como un valor agregado, por tal motivo está asociado con el patrimonio cultural e histórico y sobre todo la utilización de los recursos locales para la preparación de los platos típicos de la localidad (**Fernández Sánchez, Rodríguez Cotilla, Pozo Rodríguez, & Espinosa Manfugás, 2016**).

Recetario

Los manuales de cocina tanto griegos como romanos eran parte de la literatura culinaria, pero existía un mayor número de recetarios griegos a comparación de los romanos, pero si bien es cierto, la gastronomía más distinguida le pertenecía a las élites. Es por eso, que existen recetarios que han servido de inspiración para crear nuevos, pero muchos de ellos no lograron mantenerse hasta la actualidad excepto el recetario de Apicio titulado “De re coquinaria” es un manual de cocina romano que aún pervive y que inspiró para la elaboración de nuevas obras (**Chica Pérez & Mérida García, 2019**).

Los recetarios tratan de plasmar los ingredientes que serán usados durante la elaboración del platillo y a su vez hace referencia al ambiente donde se originan los alimentos, así como también, consta de una explicación detallada de la preparación, es decir las técnicas culinarias que se emplean para lograr un producto final con buena textura y sabor, finalmente los utensilios o herramientas para la creación de los diferentes platos a realizarse (**Vernot, 2019**).

Tipos de recetarios

Los recetarios engloban más que solo instrucciones, éstos albergan un sinfín de conocimientos que han sido desarrollados en el transcurso del tiempo y teniendo como resultado productos experimentados. Cabe mencionar, los recetarios son escritos tangibles que no pueden ser cambiados (**Guía Zaragoza, 2017**).

Cortesianos y conventuales

Los cortesianos, hacen énfasis en la correlación de poder entre el pueblo y la clase alta, estos recetarios tenían dos principales objetivos, el primero era el uso como tal para la elaboración de los platos y segundo, eran usados como una forma de distinción de su clase social y privilegiada. Por otro lado, los conventuales tenían otro enfoque mucho más práctico porque consistía en recopilar costumbres tanto alimentarias como religiosas de una comunidad durante el transcurso del año. Es decir, los conventuales poseen elementos específicos como el calendario litúrgico, el recetario como tal y finalmente, platos típicos que son servidos durante las festividades religiosas, entre otros datos (**García Fernández, 2016**).

Recetarios públicos y privados

Los públicos también conocidos como impresos, tienen como objetivo una visión mercantil porque busca ser vendido y pedagógico porque procura enseñar por medio de la difusión de las recetas. Asimismo, estas recetas tienen un gran alcance en la sociedad. Por otro lado, los privados o recetarios manuscritos tienen como finalidad compilar y conservar las recetas más significativas para el cocinero (a). Cabe mencionar, este recetario sirve de guía para a preparación de platillos y tiene un alcance menor porque recae en lo casero, familiar y, por último, local.

Recetarios en forma de diccionarios

Este tipo de recetario es diferente porque posee instrucciones, cuidados, definiciones e indicaciones sobre productos alimenticios, mas no recetas como tal. Además, los recetarios de esta índole están ordenados de forma alfabética porque beneficia al lector durante la búsqueda de algo específico como los ingredientes y los usos.

CAPITULO II METODOLOGIA

El presente capítulo aborda las técnicas que serán usadas durante la elaboración del proyecto investigativo con la finalidad de obtener y recolectar información de calidad que servirá como soporte en la investigación.

2.1 Materiales

Instrumento de evaluación organoléptica

Este instrumentó facilitó la evaluación sensorial durante la degustación de los platos seleccionados, esta herramienta busca medir las características en los productos preseleccionados, se evalúa diferentes puntos como son: el color, sabor, textura, cuerpo y aroma. Asimismo, cuenta con rangos y cada uno de éstos poseen un valor del escala hedónico que consiste en el grado de satisfacción, dependiendo de la opinión del evaluado; por ejemplo: me gusta mucho (5), me gusta (4), indiferente (3), me disgusta (2) y me disgusta mucho (1); cabe mencionar que 5 es el valor más alto y 1 el más bajo.

Materiales y productos para la preparación de platillos

Tabla 2. *Equipos y materiales*

Equipos	Materiales
Impresora	Esfero
Computadora	Hojas de papel
Software Estadístico SPSS	
CANVAS	

Nota: Datos elaborados por Riera, Z. (2021)

Tabla 3. *Equipos, utensilios y materiales*

Equipos	Utensilios	Materiales
Licuada	Ollas	Arazá
Cocina	Cuartería	Ingredientes complementarios
Refrigeradora	Herramientas de coctelería	
Balanza	Tabla de picar	

Nota: Datos elaborados por Riera, Z. (2021)

2.2 Métodos

Enfoque

El enfoque cuantitativo busca recolectar y a su vez analizar los datos con el fin de dar una respuesta a las distintas preguntas que se generan durante la investigación y asimismo comprobar la hipótesis, para esto se usa la estadística que permite obtener resultados más certeros (**Torres P. , 2016**).

Este trabajo está enfocado en una investigación cuantitativa debido que existe una amplia recolección de datos numéricos e información específica con la ayuda del instrumento seleccionado como la evaluación sensorial. Este instrumento dará como resultado, información exacta porque posee valores numéricos que serán interpretados al momento de la tabulación.

Alcance

El cuasi-experimental tiene una relación directa con los experimentales porque los dos tienen como objetivo comprobar la relación de dos o más variables y además, los cuasi-experimentales no pueden trabajar con una asignación aleatoria más bien, el investigador debe identificar al sujeto de estudio (**Cabré, 2012**)

En el desarrollo del proyecto se hizo uso del cuasi-experimental porque existe una manipulación directa en la variable independiente y como consecuencia de eso se produce un cambio en el resultado. La variable que ha sido manipulada es la cocina local porque se usó el arazá como un ingrediente complementario para la elaboración de los platos locales de Palora y al hacer uso de esta fruta, se detectó cambios en el producto final.

Diseño

Mediante la investigación experimental, el investigador somete a diferentes cambios a la variable dependiente por medio de estímulos o procedimientos con el propósito de observar un cambio en la variable independiente (**Guevara Alban, Verdesoto Arguello, & Castro Molina, 2020**).

Mi investigación es experimental porque usé el arazá como ingrediente complementario para la elaboración de los diferentes platos locales del Cantón Palora y al hacer uso de esta fruta, existió un cambio en los mismos y se vio reflejado tanto en el color, sabor y textura.

Población

Para esta investigación se ha realizado una selección de participantes o evaluadores al azar de la Parroquia Pucayacu y asimismo con un rango de edad que varía entre los 17 a 70 años.

CAPITULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de los resultados

Análisis de fiabilidad

Tabla 4. Cuadro estadístico de Alfa de Cronbach.

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,920	25

Nota: Datos tomados en el programa estadístico SPSS por Riera, Z. (2021)

En el trabajo de investigación se usó el coeficiente de Alfa de Cronbach que busca medir y evaluar la confiabilidad de los ítems de un instrumento concreto y a su vez que tan correlacionados están entre ellos. Cabe mencionar, el mayor valor de Alfa de Cronbach recae en 1 mientras que 0.80 es calificado como un valor aceptable. En la presente tabla se puede apreciar que el valor de Alfa de Cronbach de este proyecto en desarrollo es de 0,920 siendo este resultado catalogado como excelente, es decir tiene una alta fiabilidad.

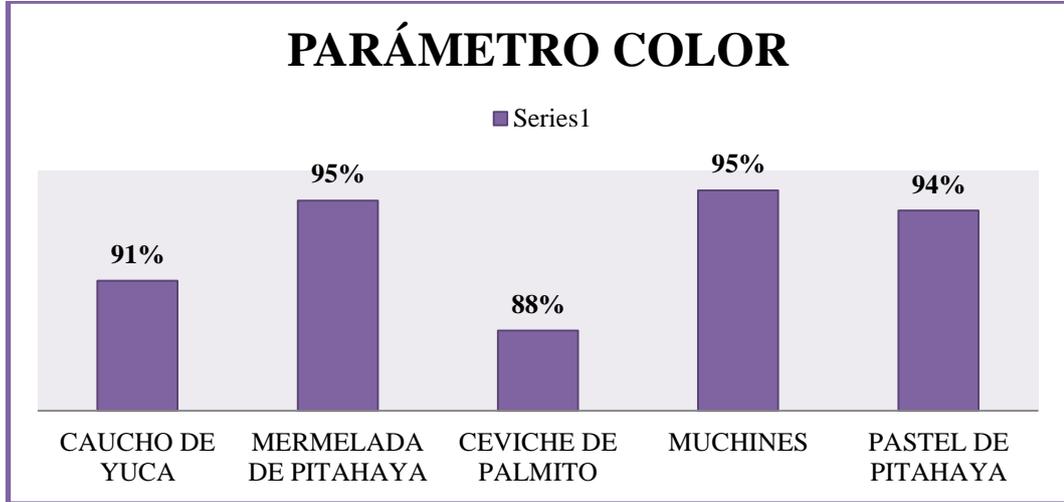
Análisis e interpretación de resultados

Con respecto a la experimentación se eligió y elaboró cinco platos locales del cantón Palora, cada uno de estos platillos contenían arazá. Para el análisis e interpretación se usan los resultados obtenidos por medio de la evaluación organoléptica que constó con cinco parámetros como: color, sabor, textura, cuerpo y aroma. Finalmente, esta evaluación experimental fue empleada a 40 personas.

Evaluación organoléptica

Evaluación del color

Figura 1. Parámetro color



Nota: Resultados obtenidos de la evaluación aplicada en la parroquia Pucayacu por Riera, Z. (2021)

Análisis

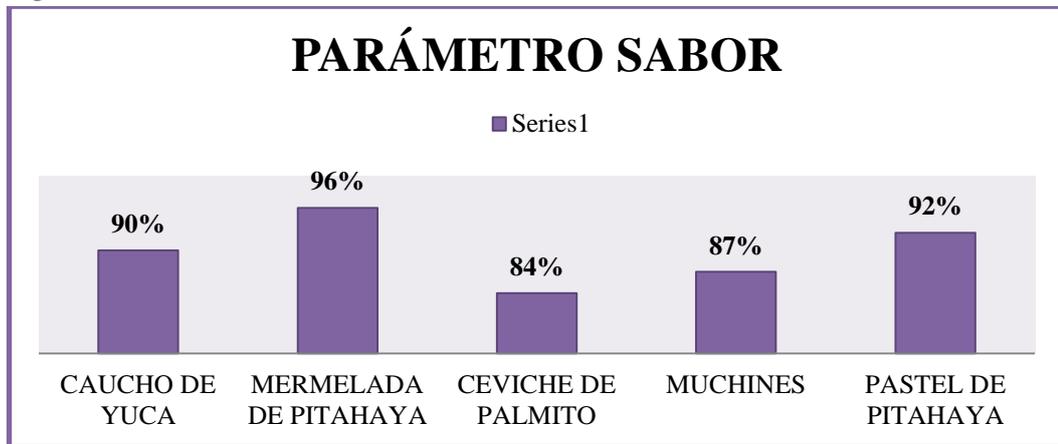
La población evaluada fue de 40 personas y analizando el parámetro color existe una igualdad del 95% entre la mermelada y los muchines, mientras que el 94% recae en el pastel de pitahaya y le sigue con un 91% el caucho de yuca, finalmente el 88% le pertenece al ceviche de palmito.

Interpretación

Se puede observar que hubo una igualdad entre la mermelada y los muchines porque poseían colores llamativos y agradables para los evaluadores mientras que el ceviche de palmito no tuvo una coloración agradable para los participantes porque no les gustó la fusión de colores entre distintos ingredientes.

Parámetro del sabor

Figura 2. Parámetro sabor



Nota: Resultados obtenidos de la evaluación aplicada en la parroquia Pucayacu por Riera, Z. (2021)

Análisis

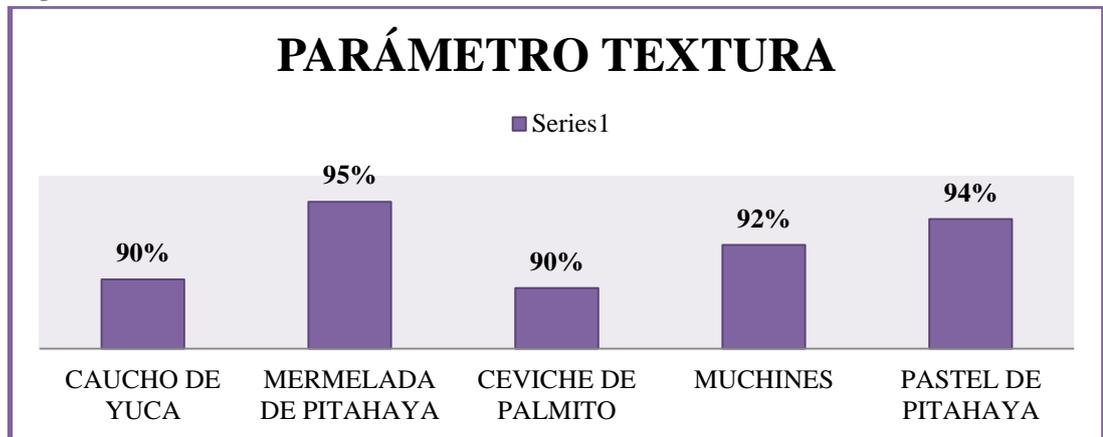
La población evaluada fue de 40 participantes y al analizar el parámetro sabor se puede comprobar que el porcentaje más alto recae en a mermelada de pitahaya con un 96%, mientras que el 92% y 90% recae en el pastel de pitahaya y el caucho de yuca, por otro lado, los muchines con un 87% y el ceviche con un 84%.

Interpretación

Como resultado obtenido de la evaluación, se puede evidenciar que la mermelada tuvo la mejor aceptación en cuanto al parámetro sabor por la combinación de ingredientes y el toque cítrico que proporciona el arazá, este sabor fue el que más destacó y el menos apetecible fue el ceviche porque el palmito tenía un sabor insípido.

Parámetro de textura

Figura 3. Parámetro textura



Nota: Resultados obtenidos de la evaluación aplicada en la parroquia Pucayacu por Riera, Z. (2021)

Análisis

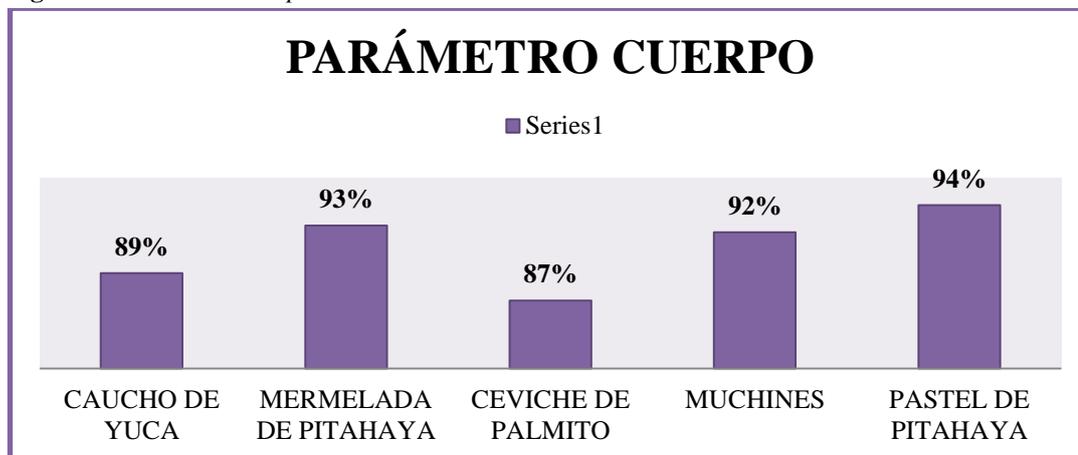
La población evaluada fue de 40 personas y analizando el parámetro textura concluyeron que la mermelada tuvo un 95% de aceptabilidad mientras que el pastel de pitahaya posee un 94%, los muchines un 92% y finalmente, hay una igualdad entre el caucho de yuca y el ceviche de almito con un 90%.

Interpretación

El producto con mayor aceptación fue la mermelada de pitahaya porque tenía una buena consistencia, pero por otro lado hubo una igualdad entre dos productos como el caucho de yuca, este era algo duro y por esta razón no fue apetecible para los participantes y el ceviche de palmito porque contenía ingredientes como la cebolla y el palmito y esta combinación de texturas no fue agradable para ellos.

Parámetro cuerpo

Figura 4. Parámetro cuerpo



Nota: Resultados obtenidos de la evaluación aplicada en la parroquia Pucayacu por Riera, Z. (2021)

Análisis

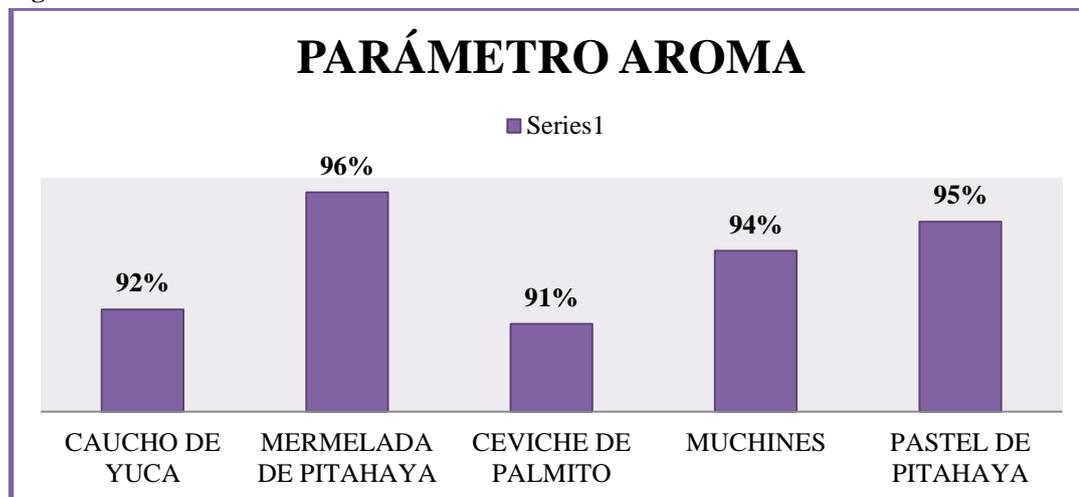
La población evaluada fue de 40 personas y analizando el parámetro cuerpo el pastel de pitahaya posee el 94%, el que le sigue es la mermelada de pitahaya con un 93%, los muchines con un 92%, el caucho de yuca con un 89% y finalmente, el porcentaje más bajo recae en el ceviche de palmito con un 87%.

Interpretación

Para los participantes el producto con mejor cuerpo, es decir, estructura fue el pastel de pitahaya porque estéticamente se veía bien y durante la evaluación ellos pudieron evidenciarlo, por otro lado, a los evaluadores no les gustó el cuerpo del ceviche de palmito porque no tenían una buena visualización del producto.

Parámetro aroma

Figura 5. Parámetro aroma



Nota: Resultados obtenidos de la evaluación aplicada en la parroquia Pucayacu por Riera, Z.(2021)

Análisis

La población evaluada fue de 40 personas y analizando el parámetro aroma el producto con mayor porcentaje fue la mermelada de pitahaya con un 96%, el pastel de pitahaya con un 95%, los muchines con un 94%, el caucho de yuca con un 92% y el porcentaje más bajo fue del ceviche de palmito con un 91%.

Interpretación

Como resultado obtenido del parámetro aroma se pudo evidenciar que el producto con mejor aceptación fue la mermelada de pitahaya porque poseía un aroma suave y agradable mientras que el caucho de yuca no tuvo la aprobación esperada porque los participantes mencionaron que el olor era muy neutro.

Discusión

Según **Ruiz (2018)**, hay un alto potencial en la industria de alimentos y bebidas en Ecuador porque hay mucho que explorar para crear nuevos productos que generen realzar la gastronomía de un lugar específico. Se determina que la cocina local de Palora puede ser fusionada con el arazá para crear nuevos platos y realzar la gastronomía de este lugar, pero buscando la manera adecuada para ejecutarlo y obtener buenos resultados como cocteles, postres y comida salada.

Como menciona **Hernández & Dancausa (2018)** el turismo tiene una relación directa con la gastronomía porque los turistas pueden experimentar emociones y sensaciones a través de la comida, además pueden generar conocimientos sobre la cultura, las tradiciones que giran en torno a la cocina local de una región. Esta información se afirma porque en Palora existen platos peculiares con técnicas culinarias muy propias del lugar que generan una experiencia inigualable para el visitante como el porqué de la presencia de la hoja de bijao en ciertos platillos.

Para **Gomez (2020)**, menciona que la cocina local forma parte de las tradiciones como también, costumbres de una localidad y que implica una manera específica de elaborar, condimenta y consumir un plato local o típico. Afirmando esta investigación, la cocina local de Palora se destaca por su forma única de preparar sus platillos porque aprovechan al máximo productos propios de la zona. También, sus conocimientos gastronómicos han sido heredados de generación en generación con el objetivo de mantener su legado que les caracteriza en el ámbito gastronómico.

3.2 Verificación de hipótesis

Fórmula estadística de Kolmogorov – Smirnov

$$|D_n| = \textit{máxima} |F_s(X) - S(X)|$$

Kolmogorov-Smirnov es una prueba para una muestra que admite medir el grado de relación que existe entre la asignación de un conjunto de datos y una asignación teórica específica (**Ramírez Ríos & Polack , 2020**).

Figura 6. Verificación de hipótesis

Resumen de prueba de hipótesis				
	Hipótesis nula	Test	Sig.	Decisión
1	La distribución de COLOR es normal con la media 23,100 y la desviación típica 1,88.	Prueba Kolmogorov-Smirnov de una muestra	,203	Retener la hipótesis nula.
2	La distribución de SABOR es normal con la media 22,350 y la desviación típica 2,84.	Prueba Kolmogorov-Smirnov de una muestra	,170	Retener la hipótesis nula.
3	La distribución de TEXTURA es normal con la media 22,975 y la desviación típica 1,91.	Prueba Kolmogorov-Smirnov de una muestra	,030	Rechazar la hipótesis nula.
4	La distribución de CUERPO es normal con la media 22,725 y la desviación típica 2,26.	Prueba Kolmogorov-Smirnov de una muestra	,103	Retener la hipótesis nula.
5	La distribución de AROMA es normal con la media 23,300 y la desviación típica 1,99.	Prueba Kolmogorov-Smirnov de una muestra	,031	Rechazar la hipótesis nula.

Se muestran las significancias asintóticas. El nivel de significancia es ,05

Nota: Datos tomados en el programa estadístico SPSS por Riera, Z. (2021)

Mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov logramos identificar una variabilidad entre los parámetros que fueron evaluados, tanto el parámetro color, sabor, y cuerpo obtuvieron un valor mayor a 0,05 que significa que se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la nula, mientras que el parámetro textura y aroma mantuvo un puntaje bajo dentro del nivel de significancia, es decir menor a 0,05 que significa que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna. Entonces, concluimos que el arazá no se relaciona con la cocina local de Palora debido que no existió una aceptación total de los productos que fueron evaluados por parte de los estudiantes y docentes de Unidad Educativa Pucayacu.

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- Se concluye que el consumo del arazá aporta grandes beneficios a la salud del consumidor porque contiene un alto índice de factores nutricionales como la vitamina A, B1 y C, también, aporta calcio, energía entre otros factores. Cabe mencionar que posee otros beneficios en el ámbito gastronómico porque se pueden elaborar diferentes productos a base de arazá como postres, bebidas y preparaciones saladas.
- Mediante la investigación y recolección de información se concluye que el cantón Palora posee platos locales que son representativos de esta zona porque transmiten un valor de autenticidad por su forma de preparar sus alimentos y sobre todo, los elementos que usan para la elaboración como la hoja de bijao, hoja plátano, verde, yuca, papa china, condimentos propios de la zona entre otros ingredientes que están presentes en muchos de sus platos locales como el maito, ayampaco, muchines, mermelada de pitahaya y otros platillos típicos de la localidad que hacen que su gastronomía transmita su cultura y tradición.
- Durante la elaboración de este proyecto se pudo elegir una adecuada estrategia para innovar la cocina local del cantón Palora mediante la creación de un recetario que permitirá compartir información detallada sobre las preparaciones de los platos locales con la inclusión del arazá, además una recopilación fotográfica de las preparaciones tanto de platos locales y nuevos que han sido incorporados con el fin de demostrar la versatilidad de esta fruta.

- El recetario está estructurado de una manera fácil de entender porque contiene el grado de dificultad, el tiempo aproximado, las porciones y el tipo de plato, pero esto está representado en símbolos que pueden ser interpretados fácilmente con la ayuda de la guía que facilitará este paso, igualmente consta con los ingredientes y la cantidad exacta, el procedimiento y finalmente, una fotografía del resultado.

4.2 Recomendaciones

- Socializar a los habitantes sobre el uso del arazá con la finalidad de incentivarles al consumo de esta fruta para que puedan sacar provecho de sus beneficios tanto en el ámbito medicinal y gastronómico, además de esto compartir información sobre el origen y generalidades del arazá para que puedan comprender la importancia de esta fruta.
- Se recomienda promover la cocina local con la ayuda del GAD Municipal del cantón Palora con el objetivo de dar a conocer todos los platos locales de este lugar. Además, cuidar y respetar las técnicas culinarias que han sido transmitidas a las generaciones para preservar la cultura que es fundamental dentro una sociedad.
- Socializar el recetario por medio de entidades públicas y privadas para promover el uso del arazá como ingrediente complementario de platos locales o para la creación de nuevos platillos a base de arazá, esto tiene como fin, incentivar a la población del cantón Palora a explorar y explotar de forma consiente este recurso que juega un papel indispensable dentro de la gastronomía pero siempre manteniendo y respetando las tradiciones culinarias de Palora para no perder la esencia de la cocina local.
- Buscar nuevos productos que puedan ser fusionados con la cocina local del Cantón Palora con el fin de innovar la gastronomía y, sobre todo, aprovechar los recursos naturales que produce el cantón.

MATERIALES DE REFERENCIA

Referencias Bibliográficas

- Guía Zaragoza, J. (Abril de 2017). Propuesta metodológica de clasificación y. *Revista virtual especializada en Gastronomía*, 13, 43 - 86.
- Aguirre, Z. (Abril de 2018). *Principios para el estudio de las familias botánicas del Ecuador*. Obtenido de Universidad Nacional de Loja: https://www.researchgate.net/profile/Zhofre-Aguirre/publication/344753433_GUIA_PARA_IDENTIFICAR_LAS_FAMILIAS_BOTANICAS_DEL_ECUADOR/links/5f8ddc08458515b7cf8db644/GUIA-PARA-IDENTIFICAR-LAS-FAMILIAS-BOTANICAS-DEL-ECUADOR.pdf
- Albuquerque, F. (24 de Agosto de 2003). *Teoría y práctica del enfoque del desarrollo local*. Recuperado el 5 de Junio de 2021, de Consejo Superior de Investigaciones Científicas: https://www.flacsoandes.edu.ec/sites/default/files/agora/files/1251476959.albuquerque_et_al_2003_teorias_y_practica_del_enfoque_de_desarrollo_local_0.pdf
- Alvarado, E. (2020). Características del reino vegetal. *Vida Científica Boletín de la Escuela Preparatoria No. 4*, 8(15), 23-24.
- Alvarado, M., & Encalada, V. (27 de Enero de 2020). *Potencial Turístico del Cantón Palora para la creación de una Ruta Agroturística Amazonía - Ecuador*. Obtenido de Universidad Estatal Amazónica: <https://repositorio.uea.edu.ec/handle/123456789/787>
- Arcangeli, J., Boujbel, C., & Leriche, S. (2015). Automatic deployment of distributed software systems: Definitions and state of the art. *El Sevier*, 103, 198-218. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0164121215000308>
- Asociación de chefs del Ecuador. (2018). Guía de Técnicas Culinarias. En W. chefs, *Guía de Técnicas Culinarias* (págs. 01-141). Quito, Pichincha, Ecuador.
- Balderas, A., Paterson, I., & Leeson, G. (2019). Senior Foodies: A developing niche market in gastronomic tourism. *El sevier*, 16, 100152. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878450X18301495>
- Bas, S. (22 de Marzo de 2015). *Chef GMcash*. Obtenido de Chef GMcash: <https://www.grosmercat.es/blog/tecnicas-basicas-de-empleado>

- Bernat, G. (2019). The interphase between science and gastronomy, a case example of gastronomic research based on fermentation – Tempeto and its derivatives. *El Sevier*, 15, 15-21. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878450X18301318>
- Cabré, R. B. (12 de Septiembre de 2012). *Universidad de Barcelona*. Obtenido de Diseños cuasi-experimentales y longitudinales: <http://hdl.handle.net/2445/30783>
- Carvache , M., Carvache , W., & Torres, M. (2017). Análisis de satisfacción. La gastronomía de Samborondón-Ecuador. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 26(3), 731-745.
- Casacuberta, D., & Bellonzi, B. (2016). E-Pintxo. *Gulalab*, 2.
- Cevallos, H. (2019). *Presentación del cultivo de la yuca*. Obtenido de International Center for Tropical Agriculture: <https://cgspace.cgiar.org/handle/10568/105745>
- Chamorro , B., & García, A. (29 de Marzo de 2017). *Plan de producción y comercialización de mermelada artesanal a base de la fruta arazá*. Obtenido de Universidad Autónoma de Occidente: <http://hdl.handle.net/10614/9521>
- Chang, R. (2017). Understanding gastronomic image from tourists' perspective: A repertory grid approach. *EL SEVIER*, 89-100.
- Chang, R., & Mak, A. (2018). Understanding gastronomic image from tourists' perspective: A repertory grid approach. *El Sevier*, 68, 89-100. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0261517718300487>
- Chica Pérez, A., & Mérida García, J. (2019). *Creando redes doctorales* (Vol. VII). Córdoba: Universidad de Córdoba.
- Clemente, E., Hernández, J., & López, T. (30 de Octubre de 2013). *La gastronomía como patrimonio cultural y motor del desarrollo turístico. Un análisis DAFO para Extremadura*. Obtenido de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5385975>
- Esmeralda, G., & Nazareno, J. (2018). *Estudio bromatológico de la especie ecuatoriana arazá (Eugenia stipitata) de diferente origen geográfico*. Obtenido de Repositorio Universidad de Guayaquil: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/33634>
- Feijoó, J., García, L., & Degrossi, M. (2009). Alimentos y bebidas. España: Lectorum.

- Fernández Sánchez, L., Rodríguez Cotilla, Z., Pozo Rodríguez, J., & Espinosa Manfugás, M. (2016). Estrategias para el Fortalecimiento del Turismo Gastronómico en el Cantón Pastaza, Ecuador. *Revista Amazónica Ciencia y Tecnología*, 5(2), 118-136.
- Fooladi, E., Hopia, A., Lasa, D., & Arbolea, J. (2019). Chefs and researchers: Culinary practitioners' views on interaction between gastronomy and sciences. *El Sevier*, 15, 6-14. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878450X18301471>
- Gad Municipal Palora. (2021). *Turismo*. Recuperado el 5 de Junio de 2021, de Agricultura e Industria: <https://www.palora.gob.ec/web/nosotros>
- Gallardo, D. (2019). *Diseño de una línea de producción para una bebida gasificada a base de arazá (eugenia stipitata)*. Obtenido de Repositorio Digital Universidad De Las Américas: <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/10714>
- García Fernández, M. (2016). *La cultura material en los recetarios y libros de cocina*. Barcelona, España: Fundación Española de Historia Moderna,.
- Gomez Rosas, A. F. (2020). UNAB. Obtenido de Rescate de las tradiciones y técnicas ancestrales gastronómicas en el programa profesional de gastronomía y alta cocina de la UNAB para el fortalecimiento del patrimonio cultural colombiano: <http://hdl.handle.net/20.500.12749/11811>
- Guevara Alban, G., Verdesoto Arguello, A., & Castro Molina, N. (Julio de 2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 163-173.
- Hernandez Rojas, R. D. (2018). El turismo gastronómico en Andalucía: Factores de análisis. *Revista Espacios*, 39(22), 15.
- Hernandez, R., & Millán, M. (2018). La gastronomía tradicional de Córdoba (España). *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 27(2), 413-430.
- Kuhrmann, M., Diebold, P., & Münch, J. (2016). Software process improvement: a systematic mapping study on the state of the art. *Software Engineering*, 8, 62. Obtenido de https://peerj.com/articles/cs-62/?utm_source=TrendMD&utm_campaign=PeerJ_TrendMD_1&utm_medium=TrendMD
- Lescano, M. (2016). *Evaluación de las propiedades funcionales del Arazá (Eugenia stipitata) en diferentes pisos climáticos*. Obtenido de Universidad Estatal Amazónica: <https://repositorio.uea.edu.ec/handle/123456789/665>

- Lozada, S. (8 de Julio de 2015). *Especies de la familia Myrtaceae, alternativa para el control de Sitophilus oryzae L.(Coleoptera: Curculionidae)*. Obtenido de Repositorio institucional UCLV: <https://dspace.uclv.edu.cu/bitstream/handle/123456789/2093/Tesis%20de%20Sahily%2028.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mejía, L., & Hernández, R. (2016). Cocina y arte: La doble significacion de la gastronomía. *Culinaria*, 6, 07-22. Obtenido de http://web.uaemex.mx/Culinaria/seis_ne/PDF%20finales%206/cocina%20y%20arte%20ok.pdf
- Millán, C. (15 de Febrero de 2015). *Fenología intrafloral en materiales seleccionados de la especie nativa Psidium Cattleyanum sabine," Arazá"(Myrtaceae)*. Obtenido de Universidad de la República Uruguay: <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/8355/1/uy24-17885.pdf>
- Miranda Narváez, M., & Cruz Valencia, A. (3 de Marzo de 2017). *Estudio de factibilidad para la creación de una empresa productora y comercializadora de mermelada, dulce y helado de arazá en la Ciudad de Ibarra, Provincia de Imbabura*. Obtenido de Repositorio Digital Universidad Técnica del Norte : <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/6719>
- Montes, G. (21 de Mayo de 2015). *Análisis económico - financiero de las exportaciones de pulpa de arazá*. Obtenido de Repositorio Universidad de Guayaquil: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/8334>
- Navajo, J. (2 de Marzo de 2020). *The conversation*. Obtenido de <https://theconversation.com/la-cocina-local-como-motor-turistico-y-economico-sostenible-131870>
- Nelly, F. (martes de Mayo de 2016). *lagastr*. Obtenido de lagastr.blogspot.com/p/blog-page_22.html
- Oliveira, S. (Julio de 2007). La importancia de la gastronomía en el turismo. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 16(3), 261-280.
- Otero, J. (2018). High-status food is changing: New gastronomic perspectives. *El Sevier*, 11, 35-40. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878450X17300616>
- Patrimonio, M. d. (2017). Patrimonio Alimentario del Ecuador. *Ministerio de Cultura y Patrimonio*, 16, 167-200. Obtenido de http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/ecuador/index.php/P%C3%A1gina_principal

- Pazmiño, I., Loayza, G., & Yopez, A. (2014). *Fruta amazónica arazá*. Obtenido de Revista Caribeña de Ciencias Sociales: <https://www.eumed.net/rev/caribe/2014/09/fruta-araza.pdf>
- Ponce Arreaga, H., Fiallos Veintimilla, H., & Loaiza Massuh, E. (15 de Febrero de 2018). Análisis de Emprendimiento de Yogurt a base de Arazá en la Ciudad de. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 2, 847-876.
- Porter, M. (1999). Los "clusters" y la nueva economía de competencia. *Palmas*, XX(4), 65.
- Quezada, P., & Rodríguez, K. (Agosto de 2018). *Propuesta de exportación de snack de plátano verde al mercado de Buenos Aires, Argentina*. Obtenido de Universidad de Guayaquil Facultad de Ciencias Administrativas: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/35282>
- Rizzo, J., & Sumba, L. (2015). *Plan operativo anual para la Asociación Jimbitono 26 de Agosto del cantón Morona, de la provincia de Morona Santiago, período 2014-2015*. Obtenido de Escuela Superior Politécnica de Chimborazo: <http://dspace.esPOCH.edu.ec/handle/123456789/11088>
- Roisin, B., Hervé, T., & Alan, L. (2016). Molecular Gastronomy. *El Savier*, 52, 56. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780081005965033023>
- Rojas Salinas, V. (2018). *Repositorio Digital Universidad De Las Américas*. Obtenido de Métodos de conservación y aplicación técnica gastronómica del arazá: <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/9380>
- Roque, J., Guastavino, C., & Fernandez, P. (2018). Plating influences diner perception of culinary creativity. *El Sevier*, 11, 55-62. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878450X17300677#!>
- Roque, J., Gustavino, C., Lafraire, J., & Fernandez, P. (2018). Plating influences diner perception of culinary creativity. *EL SEVIER*, 11, 55-62. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878450X17300677>
- Rosa, B. M. (26 de Enero de 2003). Host and Guests Revisited: Tourism Issues of the 21 st Century. *Pasos*, 1, 4.
- Rosado, A. (2018). *Diseño de un plan estratégico de marketing para la comercialización del Yogurt de Arazá en la ciudad de Guayaquil*. Obtenido de Universidad de Guayaquil: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/29779/1/Angeline%20Rosado%20%20-%20A1%20paso%20yogurt.pdf>

- Ruiz Ramos, G. (28 de Febrero de 2018). *Escuela Superior Politécnica de Chimborazo*. Obtenido de Utilización de arazá (*Eugenia stipitata*) como ingrediente principal para la elaboración de un tipo de licor artesanal: <http://dspace.espoch.edu.ec/handle/123456789/14081>
- Ruiz, G. (28 de Febrero de 2018). *Utilización de arazá (Eugenia stipitata) como ingrediente principal para la elaboración de un tipo de licor artesanal*. Obtenido de Escuela Superior Politécnica de Chimborazo: <http://dspace.espoch.edu.ec/handle/123456789/14081>
- Salinas, V. R. (2018). *Métodos de conservación y aplicación técnica gastronómica del arazá*. Obtenido de Trabajos de titulación udla: <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/9380>
- Santana, K., Zabala, A., Villarroel, K., & Sarduy, L. (2020). Evaluación del impacto ambiental del cultivo de la pitahaya, Cantón Palora, Ecuador. *TecnoLógicos*, 23(49), 113-128.
- Segarra, J., Hidalgo, M., & Rodriguez, E. (2015). La gastronomía como Industria Creativa en un contexto digital. Análisis de webs y redes sociales de los restaurantes españoles con estrella Michelin. *RUA*, 154, 10. Obtenido de <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/51956>
- Solorzano, P., & Villamil, J. (Septiembre de 2018). *Mejorar la calidad de vida del pequeño productor del arazá de la Amazonía Ecuatoriana*. Obtenido de Repositorio Universidad de Guayaquil: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/33029>
- Sulca, D. (12 de Junio de 2020). Software Art para emprender en la cocina. (D. Sulca, Entrevistador) Ambato, Tungurahua, Ecuador.
- Torbay, R. A., & Paredes, R. B. (2016). *Exportación de yogurt de arazá al mercado Santiago de Chile*. Obtenido de Repositorio Digital ULVR: <http://repositorio.ulvr.edu.ec/handle/44000/1085>
- Torres Oñate, F., Viteri, M., & Romero Fierro, J. (2017). Diversidad gastronómica y su aporte a la identidad cultural. *Revista de Comunicación de la SEECI*, 01-13.
- Torres, F. (2017). Clase magistral Cocina Nacional. Ambato, Ecuador: Universidad Tecnica de Ambato.
- Torres, P. (Abril de 2016). Acerca de los enfoques cuantitativo y cualitativo en la investigación educativa cubana actual. *Atenas*, 2(34), 1-15.
- Troncoso, C. (29 de Mayo de 2018). *Patrimonio gastronómico en personas mayores*. Recuperado el 5 de Julio de 2021, de Humanidades médicas:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-81202018000200171&script=sci_arttext&tlng=pt

- Veloz, M. L., Acosta Cervantes, J., Fonseca Jiménez, J., & Betancourt Ortiz, S. (2019). Calidad física, evaluación sensorial y aceptabilidad de una bebida sin calorías a base de arazá (*Eugenia stipitata*). *Revista de la Asociación Colombiana de Ciencia y Tecnología de Alimentos*, 27(46), 14.
- Vernot, D. (Diciembre de 2019). Los recetarios de cocina en América Latina:. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 34(58), 94-107.
- Youssef, J., Chulia, C., Woods, A., & Spence, C. (2018). “Jastrow's Bistable Bite”: What happens when visual Bistable illusion meets the culinary arts? *EL SEVIER*, 13, 16-24. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878450X18300167>

ANEXOS

Anexo 1. Carta de compromiso

Ambato, 19 de octubre de 2021

Doctor
Marcelo Núñez Espinoza
Presidente
Unidad de Titulación
Carrera de Turismo
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación

Wilmer Rodrigo Barrera Hoyos en mi calidad de gerente de la Finca Sefora, me permito poner en su conocimiento la aceptación y respaldo para el desarrollo del Trabajo de Integración Curricular bajo el Tema: "EL ARAZÁ Y LA COCINA LOCAL DE PALORA" propuesto por la estudiante Riera Suárez Zully Thalia, portadora de la cédula de ciudadanía 050322852-0, estudiante de la Carrera de Turismo Facultad de las Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

A nombre de la entidad privada a la cual represento, me comprometo a apoyar en el desarrollo del proyecto.

Particular que comunico a usted para los fines pertinentes.

Atentamente.



Nombre del gerente: Wilmer Barrera
Cédula de Ciudadanía: 1600345662
No teléfono convencional: 032312590
No teléfono celular: 0984322076
Correo electrónico: Wrbarrera77@gmail.com

Anexo 2. Ficha de evaluación organoléptica

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE TURISMO



Producto: A base de arazá

Ficha establecida para la evaluación organoléptica para determinar atributos como: color, sabor, textura, cuerpo y aroma.

APELLIDO Y NOMBRE:

FECHA: _____ **EDAD:** _____ **SEXO:** M _____ F _____

INSTRUCCIONES:

Marque con una X en el cuadro que crea correspondiente.

La siguiente evaluación organoléptica medirá atributos en los productos a base de arazá como: color, sabor, textura cuerpo y aroma. Basándose en la escala hedónica en 5 puntos.

Valor de la escala hedónica: me gusta mucho (5); me gusta (4); indiferente (3); me gusta (2); me disgusta mucho (1).

1. Evaluación del color:

Pruebas	Caucho de yuca	Mermelada de Pitahaya	Ceviche de palmito	Muchines	Pastel de pitahaya
Me gusta mucho					
Me gusta					
Indiferente					
Me disgusta					
Me disgusta mucho					

2. Evaluación del sabor

Pruebas	Caucho de yuca	Mermelada de Pitahaya	Ceviche de palmito	Muchines	Pastel de pitahaya
Me gusta mucho					
Me gusta					
Indiferente					
Me disgusta					
Me disgusta mucho					

3. Evaluación de la textura

Pruebas	Caucho de yuca	Mermelada de Pitahaya	Ceviche de palmito	Muchines	Pastel de pitahaya
Me gusta mucho					
Me gusta					
Indiferente					
Me disgusta					
Me disgusta mucho					

4. Evaluación del cuerpo

Pruebas	Caucho de yuca	Mermelada de Pitahaya	Ceviche de palmito	Muchines	Pastel de pitahaya
Me gusta mucho					
Me gusta					
Indiferente					
Me disgusta					
Me disgusta mucho					

5. Evaluación del aroma

Pruebas	Caucho de yuca	Mermelada de Pitahaya	Ceviche de palmito	Muchines	Pastel de pitahaya
Me gusta mucho					
Me gusta					
Indiferente					
Me disgusta					
Me disgusta mucho					

Anexo 2. Evidencia de la aplicación de la evaluación organoléptica a un grupo de personas de 16 a 59 años de edad en la Parroquia Pucayacu.

Figura 7. *Platos para la evaluación organoléptica*



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 8. *Aplicación de la evaluación*



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 9. *Degustación de los platos evaluados*



Elaborado por: Riera, Z (2021).

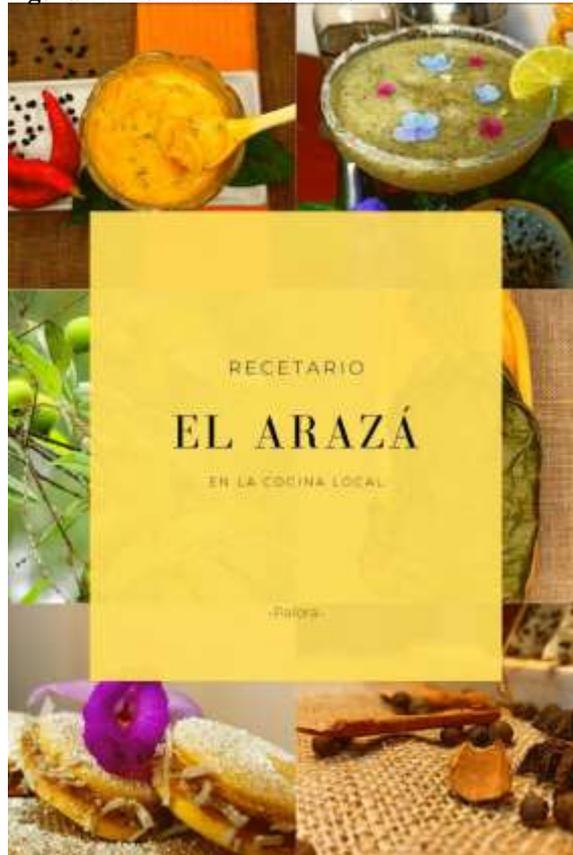
Figura 10. *Degustación de los platos seleccionados*



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Anexo 3. Elaboración de un recetario con platos locales y nuevos platillos con la inclusión del arazá.

Figura 11. Portada del recetario



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 12. Índice del recetario

Índice

▶ CARACTERÍSTICAS GENERALES DE PALORA	2
▶ CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL ARAZÁ	4
▶ INTERPRETACIÓN DE SÍMBOLOS	6
▶ PLATOS LOCALES Y NUEVOS PLATILLOS	
▶ PLATOS TIPIALES	
Ayampaco	10
Caucho de yuca	12
Ceviche de palmito	14
Morte	16
Muchinos	18
Sarecho arapiquesa	20
▶ ACOMPAÑANTES	
Aji	24
Mermelada de pitahaya	26

Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 13. Portada de los postres



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 14. Interpretación de símbolos



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 16. *Espumilla*



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 15. *Muchines*



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 18.*Sex on the beach*



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 17.*Ceviche de palmito*



Elaborado por: Riera, Z (2021).

Figura 19. Plato local

Maito

Dificultad	Tiempo	Porciones	Tipo
▲	🕒	3	🐟 y 🍷

Ingredientes

500g tilapia	Curtido	
8g comino	1 U cebolla pataña grande en pluma	
4 U ajo picado	1 U tomate grande en brunoisa	
12g orégano	1 U limón	
0.63g cúrcuma	2 U ramita de perejil	
1oz pulpa de araza	Sal	
1 U cebolla de rama	1/2 limón	
3 U perejil de monte		
200g yuca		
200g verde		
Sal y pimienta		

Procedimiento

- 1 Cocinamos el verde y la yuca por separado, cuando estén suaves, escurimos el agua y reservamos.
- 2 En un recipiente agregamos la cebolla y cortamos con limón por unos 5 minutos, pasado este tiempo lavamos muy bien.
- 3 Luego agregamos el tomate, el perejil, limón y sal al gusto y reservamos.
- 4 Al pescado lo condimentamos con ajo, comino, orégano, cúrcuma, pulpa de araza, sal y pimienta lo mezclamos muy bien y agregamos el perejil de monte y la cebolla de rama dentro del pescado.
- 5 Para armar el maito primero limpiamos la hoja de plátano con un limpión para proceder a suavizarlo con la ayuda del fuego, un minuto aproximadamente por cada lado.
- 6 Finalmente se envuelve doblando las partes laterales y los extremos de las hojas, se lo amarra con una fibra natural y se cocina a la brasa por unos 20 a 25 minutos aproximadamente.

Nota

Esto se sirve con la yuca y el plátano.
También, se le acompaña con el curtido.





Elaborado por: Riera, Z (2022)

Figura 20. Maito



Elaborado por: Riera, Z (2022)

Figura 21. Nuevo producto a base de arazá

Majito

Dificultad: Tiempo: Porciones: **1** Tipo:

Ingredientes

- 2 oz ron blanco
- 3 oz agua con gas
- 2 oz pulpa de arazá
- 1 limón pequeño
- 2 cucharadas (coctelería) de azúcar
- 5-10 hojas de hierbabuena
- Hielo

Procedimiento

- 1 Al limón se le corta en partes pequeñas y lo agregamos al vaso.
- 2 Después, colocamos los otros ingredientes como las hojas de hierbabuena, la pulpa de arazá y el azúcar.
- 3 Con la ayuda de un mortero procedemos a macerar para extraer al máximo los sabores de los ingredientes.
- 4 Finalmente, a esta mezcla se agrega el vodka, el agua con gas y el hielo; para mezclar e integrar correctamente los sabores usamos una cuchara de coctelería.

Nota

Puedes decorar con una rodaja de limón y hojas de hierbabuena para darle un toque de frescura.

Elaborado por: Riera, Z (2022)

Figura 22. Mojito



Elaborado por: Riera, Z (2022)