



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE TURISMO Y HOTELERÍA**  
**MODALIDAD: PRESENCIAL**

**Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Licenciado en Turismo y  
Hotelería**

**TEMA:**

---

**“LA IDENTIDAD GASTRONÓMICA Y LA COCINA LOCAL DEL  
CANTÓN ZAMORA”**

---

**AUTOR:** Malla Gaona Alex Daniel

**TUTOR:** Ing. Santiago Velastegui, Mg.

**Ambato-Ecuador**

**2022**

## **APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN**

### **CERTIFICA:**

Yo, Ing. Rommel Santiago Velastegui Hernández, Mg., con cédula de ciudadanía N° 1804469185 en mi calidad de Tutor del trabajo de Graduación o Titulación sobre el tema: **“LA IDENTIDAD GASTRONÓMICA Y LA COCINA LOCAL DEL CANTÓN ZAMORA”**, desarrollado por el estudiante Alex Daniel Malla Gaona, considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

.....  
Ing. Rommel Santiago Velastegui, Mg.

C.I. 1804469185

**TUTOR**

## **TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN**

### **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, con el tema: **“La Identidad Gastronómica y la cocina local del Cantón Zamora”** quien, basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la Investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.



.....  
Alex Daniel Malla Gaona

C.I: 1900534700

**AUTOR**

## **CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR**

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo de Grado o Titulación sobre el tema: “LA IDENTIDAD GASTRONÓMICA Y LA COCINA LOCAL DEL CANTÓN ZAMORA”. Autorizo su reproducción total o parcial siempre y cuando este dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no sea utilizado con fines de lucro.



.....  
Alex Daniel Malla Gaona

C.I: 1900534700

**AUTOR**

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO**

La comisión de estudio y calificación del Informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“La Identidad Gastronómica y la cocina local del Cantón Zamora”** presentado por el señor Alex Daniel Malla Gaona, Egresado de la carrera de Turismo y Hotelería, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos, técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante el organismo pertinente.

.....

**Mg. Ma. Fernanda Viteri**

**C.C: 180290388-8**

**MIEMBROS DEL TRIBUNAL**

.....

**Mg. Francisco Torres**

**C.C: 1803318169**

**MIEMBROS DEL TRIBUNAL**

## **DEDICATORIA**

Este trabajo de investigación quiero agradecer principalmente a Dios por permitirme llegar  
hasta aquí.

A mis padres y hermanos por ser un pilar importante en mi vida por todo su apoyo  
incondicional.

A mi tía Fanny Malla a quien quiero mucho por siempre estar dispuesta a escucharme y  
ayudarme en cualquier momento.

A todas las personas que, de una forma u otra, han estado conmigo en momentos difíciles.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a los docentes de la Carrera de Turismo y Hotelería integrada por grandes personas y excelentes profesionales quienes me han impartido sus conocimientos a lo largo de este proceso universitario.

## INDICE GENERAL DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN .....	i
TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN .....	ii
AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	ii
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR.....	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO .....	iv
DEDICATORIA .....	v
INDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	vii
INDICE DE TABLAS .....	xii
INDICE DE FIGURAS.....	xii
RESUMEN EJECUTIVO .....	xiv
CAPÍTULO I .....	1
MARCO TEÓRICO.....	1
1.1 Antecedentes Investigativos .....	1
1.2 Variable Independiente: .....	3
Cocina local.....	3
Cocina Tradicional.....	4
Cocina del Cantón Zamora .....	5
Productos típicos del Cantón Zamora .....	6

Platos típicos del Cantón Zamora .....	9
Tilapia frita.....	9
Caldo de corroncho .....	10
Ancas de rana .....	11
Ayampaco .....	12
Caldo de gallina criolla .....	13
Leche de tigre.....	14
7 pingas .....	14
Chicha de chonta.....	15
Figura 8 .....	15
Miel con quesillo.....	16
1.2 Variable Dependiente: .....	17
Identidad Gastronómica .....	17
Cultura.....	17
Gastronomía .....	18
Gastronomía tradicional.....	18
Objetivos .....	20
Objetivo General .....	20
CAPITULO II .....	21
METODOLOGÍA .....	21
2. Materiales.....	21

Recursos humanos.....	22
Recursos institucionales.....	22
Recursos materiales.....	22
Recursos económicos.....	23
Presupuesto.....	23
2.1 Métodos de la investigación.....	24
Nivel o tipo de investigación.....	24
Instrumento de recolección de información.....	24
Entrevista.....	24
Ficha A4 INPC.....	25
Población.....	25
CAPITULOIII.....	26
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	26
3. Análisis y discusión de los resultados.....	26
3.1 preguntas.....	27
Pregunta 1.....	27
Análisis.....	27
Interpretación.....	27
Pregunta 2 ¿Qué platos típicos del Cantón Zamora conoce usted?.....	27
Análisis.....	28
Interpretación.....	28

Pregunta 3 ¿Cuál es el ingrediente base que destaca en la cocina del Cantón Zamora? .....	28
Análisis .....	29
Interpretación .....	29
Pregunta 4: .....	29
Análisis .....	30
Interpretación .....	30
Pregunta 5: .....	30
Análisis .....	30
Interpretación .....	30
Pregunta 6: .....	31
Figura 15.....	31
Análisis .....	31
Interpretación .....	31
Pregunta 7: ¿Conoce algún recetario o guía gastronómica de la comida típica del Cantón Zamora? .....	31
Análisis .....	32
Interpretación .....	32
Pregunta 8: ¿Conoce que las autoridades del Cantón Zamora han realizado alguna actividad para rescatar la Identidad gastronómica? .....	32
Análisis .....	33
Interpretación .....	33

CAPITULO IV.....	34
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	34
Conclusiones .....	34
Recomendaciones.....	34
CAPITULO V .....	35
PROPUESTA .....	35
La identidad gastronómica y la cocina local del Cantón Zamora .....	35
Resumen.....	35
Justificación .....	35
BIBLIOGRAFÍA .....	52
Referencias.....	52
ANEXOS .....	59

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Productos Tipicos del Cantón Zamora.....	6
Tabla 2 Presupuesto .....	23

## INDICE DE FIGURAS

Gráficos 1 Tilapia Frita.....	10
Gráficos 2 Caldo de Corroncho .....	11
Gráficos 3 Ancas de rana .....	12
Gráficos 4 Ayampaco de pezcado.....	13
Gráficos 5 Caldo de gallina Criolla .....	13
Gráficos 6 Leche de Tigre.....	14
Gráficos 7 7 Pingas .....	15
Gráficos 8 Chicha de Chonta .....	16
Gráficos 9 Miel con quesillo.....	16
Gráficos 10 Pregunta 1 ¿Cómo considera usted la gastronomía del Cantón Zamora?	27

Gráficos 11 ¿Qué platos típicos del Cantón Zamora conoce usted? .....	28
Gráficos 12 ¿Cuál es el ingrediente base que destaca en la cocina del Cantón Zamora? .....	29
Gráficos 13 ¿Qué productos gastronómicos autóctonos hay en Zamora? .....	29
Gráficos 14 ¿Cuál es el método o técnica culinaria que utilizan los zamoranos? .....	30
Gráficos 15 ¿Cuál es la actividad económicamente activa que resalta en los pobladores de Zamora? .....	31
Gráficos 16 ¿Conoce algún recetario o guía gastronómica de la comida típica del Cantón Zamora .....	32
Gráficos 17 ¿Conoce que las autoridades del Cantón Zamora han realizado alguna actividad para rescatar la identidad gastronómica?.....	33

## RESUMEN EJECUTIVO

El Presente trabajo de investigación con el título " La identidad gastronómica y la cocina local del Cantón Zamora" se realizó en la provincia de Zamora Chinchipe tiene como objetivo analizar la identidad gastronómica en la cocina local del Cantón Zamora, así mismo se identificó los producto y características principales que utilizan los zamoranos en el ámbito culinario, con el fin de preservar, conservar y difundir la identidad culinaria del Cantón.

La investigación tiene un enfoque cualitativo donde se realizó unas entrevistas estructuradas a 10 personas relacionadas en el ámbito gastronómico del Cantón Zamora, una vez terminada la recolección de información se interpretó en el software NVivo, un programa de análisis de información cualitativa que integra herramientas clave de trabajo con documentos de texto y multimedia, datos de encuestas y datos bibliográficos para hacer más eficiente el trabajo, donde se pudo constatar el desinterés de las autoridades en el ámbito gastronómico.

La cocina local sobresale en los moradores de cualquier comunidad pues se considera una fuente de ingresos directos en las familias que trabajan el ámbito gastronómico promoviendo los platos típicos y sus productos que los identifica. Se pudo constatar que el plato representativo que los identifica a los zamoranos es el Caldo de corroncho, además con las investigaciones de campo se constató el desconocimiento técnico de lo que es una guía gastronómica y recetario culinario por esta razón se propuso realizar un recetario de la comida típica y popular del Cantón Zamora.

**Descriptor:** cultura, gastronomía, cocina local, identidad, gastronomía tradicional, platos típicos del Cantón Zamora.

**ABSTRACT**

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

**TEME:**

**“THE GASTRONOMIC IDENTITY AND THE LOCAL CUISINE OF THE  
ZAMORA CANTON”**

**AUTHOR:** Alex Daniel Malla Gaona

**TUTOR:** Ing, Rommel Santiago Velasteguí, Mg

**AREA :** Gastronomy

**PLACE AND DATE OF PRESENTATION:** Ambato, July 18, 2022

**PERIOD:** April- September 2022

## EXECUTIVE SUMMARY

The present research work with the title "The gastronomic identity and the local cuisine of the Zamora Canton" was carried out in the province of Zamora Chinchipe. Its objective is to analyze the gastronomic identity in the local cuisine of the Zamora Canton, likewise the products and main characteristics used by zamorans in the culinary field, in order to preserve, conserve and spread the culinary identity of the Canton.

The research has a qualitative approach where structured interviews were conducted with 10 people related to the gastronomic field of the Zamora Canton, once the information collection was finished, it was interpreted in the NVivo software, a qualitative information analysis program that integrates key tools of work with text and multimedia documents, survey data and bibliographic data to make the work more efficient, where the disinterest of the authorities in the gastronomic field could be verified.

The local cuisine stands out in the inhabitants of any community because it is considered a source of direct income in the families that work in the gastronomic field, promoting the typical dishes and their products that identify them. It was found that the representative dish that identifies the zamorans is Corroncho broth, in addition to the field investigations it was verified the technical ignorance of what a gastronomic guide and culinary recipe book is, for this reason it was proposed to make a recipe book of the typical and popular food of the Zamora Canton.

**Descriptors:** culture, gastronomy, local cuisine, identity, traditional gastronomy, typical dishes of the Zamora Canton.

# CAPÍTULO I

## MARCO TEÓRICO

### 1.1 Antecedentes Investigativos

En el siguiente trabajo investigativo trata de temas recopilados en base a información previa, se incluyeron distintas referencias relacionadas con el tema de estudio, estas fuentes investigativas se sustentan en diferentes fuentes relacionadas con la misma especialmente de autores que se citará.

La cocina ecuatoriana es un recurso tangible que convive en la historia cultural de las ciudades y comunidades, la gastronomía ecuatoriana se ha enriquecido por la pluriculturalidad, diversidad de climas, así como la variedad de especias y productos que existen en el país. El presente trabajo investigativo de entorno culinario, cultural y social, está planteado en el cantón Zamora provincia de Zamora Chinchipe. La cocina ecuatoriana es muy variada y cada lugar tiene platos representativos en este caso tenemos el caldo de corroncho, la chicha de chonta, el ayampaco, etc.

En el artículo de investigación realizada por **Zurita Polo & Monge Moreno, (2018)** Ecuador es ricamente diverso con una cocina enriquecida por la amplia gama de especias y productos disponibles en el país, su atractivo se centra en las especias y la creatividad se renueva constantemente a través de nuevas generaciones de chefs y comensales.

En la investigación titulada “Gastronomía y construcción de la identidad nacional en Canarias.” concreta que las tradiciones culinarias locales se han convertido en un elemento constitutivo de la identidad regional y en este sentido se ha destacado la riqueza de la naturaleza tropical.

De hecho, la diversidad regional refleja la diversidad de los ecosistemas y las formas de vida que sustentan. Cada plato local se basa en una combinación original de alimentos y los usuarios saben que los ingredientes y los métodos utilizados son específicos de su región, así como la cocina y el estilo de vida que los origina (**Campos, 2020**).

En la investigación titulada “Fortalecimiento de la identidad cultural-gastronómica en la provincia de Los Ríos, Ecuador” tiene como objetivo preservar, conservar y difundir la identidad culinaria a los pueblos de la provincia de Los Ríos, además nos menciona que la gastronomía ecuatoriana es diversa, cada una de sus regiones contribuye a la riqueza de su cultura culinaria con ingredientes que realzan sabores, aromas, texturas y colores. La cocina ecuatoriana ha sido influenciada a lo largo de la historia por los españoles debido a su conquista y otras culturas que han pisado el país (**Triviño, et al., 2020**).

En el artículo de investigación llevado a cabo por **Gutiérrez, (2017)** agrega que una de las características de estas “cocinas” nacionales es que los alimentos, los métodos de preparación y las prácticas asociadas a ellas se consideran normales, propias de un país y estructuran un aspecto más de la identidad nacional.

En la investigación de **Jaramillo & Lozada, (2018)** titulada “Alejados de nuestra identidad culinaria tradicional por las nuevas culturas alimentarias” donde da a conocer que la comida, como elemento de identidad, es uno de los rasgos culturales que puede modificarse a través de la exposición a otros grupos socioculturales, aunque las prácticas culinarias generalmente muestran una variación más lenta que otros elementos de la cultura. Los movimientos migratorios y los hábitos alimentarios permiten observar la adaptación de un grupo étnico a una nueva sociedad y su capacidad de supervivencia a pesar de los cambios ambientales.

## **1.2 Variable Independiente:**

### **Cocina local**

La cocina es considerada un arte con una larga historia, renovándose cada día, siendo explorada por expertos en la materia, descubriendo nuevas técnicas para modificar y presentar los platos, por lo que la cocina no solo se considera en la función de alimentar a las personas sino que también tiene un gran significado en el ámbito gastronómico. Por lo tanto es importante el rescate y conservación de la cocina tradicional local, es necesario conservar los productos autóctonos de cada localidad y así resaltar su importancia dentro de la gastronomía de nuestro país (**Bravo Vega, 2020**).

Según los investigadores **Hernández Rojas & Dancausa Millán, (2018)** la gastronomía local puede ser una parte muy importante de la identidad de un destino turístico, destacando los alimentos que se convierten en recursos turísticos para el desarrollo de la región al resaltar los valores de autenticidad, y diferencia.

La cocina local es bandera de identidad, contiene la historia y esencia de la nación, se ha convertido en uno de los segmentos más importantes. que la humanidad ha heredado desde sus raíces, donde se buscan medios para mantener la pujanza y lograr el desarrollo económico de los pueblos (**González, 2017**) citado en (**Fajardo, 2021**).

En el artículo de investigación titulada “La gastronomía como marca de destino” menciona que la gastronomía es un elemento en el contexto cultural del turismo, es un producto turístico capaz de producir y transformar un lugar desde diferentes ángulos. El alcance de la cocina se extiende más allá de la degustación, contemplando una fantasía que permite la integración entre turistas y la comunidad local. Es una manera de entender la cultura local y lo que significa. Los

visitantes no solo buscan las cocinas y sabores locales, sino que también quieren descubrir los aspectos culturales y sociales que encontramos en la historia de la cocina **(Brito & Botelho, 2018)**

Para muchos visitantes, consumir tradición y ser parte de la cultura gastronómica local es parte fundamental de la experiencia de viaje, buscando restaurantes de referencia o los platos más icónicos de la región. Sin embargo, los turistas no pueden venir solo del exterior, es casi imprescindible que los residentes o ciudadanos locales se identifiquen y conozcan de primera mano la calidad culinaria de su ciudad o región. **(GHL Hoteles, 2020)**

### **Cocina Tradicional**

La cocina tradicional ecuatoriana es una fusión de sabores y saberes ancestrales debido a la riqueza de alimentos que brinda la biodiversidad del Ecuador, dando como resultado una gran variedad de expresiones culinarias, evolucionadas en su técnica de cocción, en la presentación de formas, así como ingredientes, según el lugar de preparación. Es también la homogenización de las dos culturas, es decir, una creación mestiza obtenida de la fusión en el de la dieta prehispánica y la cocina española, creando una transformación cultural en el del periodo de la conquista, creando lo que hoy en día se conoce como cocina criolla. Además, algunas preparaciones se consideran de carácter ceremonial y ceremonial, mientras que otras se procesan en un contexto familiar **(Carvache, et al., 2017)**.

La cocina tradicional y popular ha cobrado protagonismo y visibilidad en el mercado gastronómico, es necesario fortalecer el conocimiento del campo culinario para comprender sus desarrollos y pronósticos, especialmente en el campo de la especialización, y se considera necesaria la actualización , especialmente para el conocimiento culinario en sí mismo, incluso (como visibilidad, preservación de las tradiciones, revaloración), al igual como , la innovación

y la creatividad pueden “seducir” a los comensales, que se han vuelto más exigentes (**López, et al., 2017**).

Toda la comida tradicional ahora ha cambiado con el tiempo, porque es una cultura viva. Por esta razón, los procesos involucrados en el consumo de ciertos alimentos y enmarcan el hecho de que la comida pasa del consumo ceremonial al festivo y este a su vez se vuelve cotidiano o que se crean o repiten nuevas recetas con poco o ningún cambio en sus composiciones (**Pozos Carrillo, 2019**).

### **Cocina del Cantón Zamora**

El Cantón Zamora pertenece a la provincia de Zamora Chinchipe pertenece a la región amazónica, es conocida en el contexto nacional como la capital minera del Ecuador, pero hoy en día ha sido posicionada como una tierra de aves y cascadas, debido a su gran diversidad de aves que se encuentran en la zona y sus imponentes cascadas adornan su paisaje.

La gastronomía del Cantón Zamora tiene valores ancestrales debido a la diversidad cultural gracias a las etnias que se encuentran en este lugar como los Shuar, Saraguro y mestiza, quienes aportan al desarrollo del cantón como fuente turística, los platos típicos que ahora forman parte de la cocina de Zamora son las ancas de rana, las cuales son poco comunes y poco conocidas fuera del Cantón y su consumo es limitado por el desconocimiento de cómo prepararlas y se opta por consumirlas en lugares especializados como hosterías o restaurantes (**Utrera Velásquez & Real Garlobo, 2020**)

## Productos típicos del Cantón Zamora

Productos gastronómicos de Zamora

Tabla 1

Producto	Descripción	Fotografía
<b>Palmito</b>	Es un vegetal que proviene del interior de distintas palmeras, para extraer el corazón es necesario quitarle toda la piel y las capas fibrosas. Se lo puede degustar en ensaladas, acompañado en platos fuertes o directamente.	 <p>Tomada de (Figueira, 2019).</p>
<b>Col de monte</b>	Es utilizado para las ensaladas y diferentes preparaciones. Según Corbin, (2017) Hay diferentes tipos de repollo, y se pueden comer crudos o cocidos. El sabor de estos platos varía, pero son alimentos ricos en vitaminas.	 <p>Tomada de (Carrera, 2016).</p>
<b>Naranjilla</b>	El fruto es agrio y dulce, se caracteriza por su fina piel, su corteza es amarilla cuando madura es su pulpa es blanda y se usa comúnmente para hacer jugos y dulces.	
<b>Corroncho</b>	Pez de agua dulce vive en los ríos, cada temporada está en veda debido a su rareza se caracteriza por un extraordinario valor nutricional "alta concentración de fósforo" y aceite omega 3, (Altamirano, 2019).	

		Tomada de (Alba , et al, 2017).
<b>Chonta</b>	La chonta es una fruta muy nutritiva rica en vitaminas, proteínas, aceites, y minerales. Se puede consumir en una variedad de presentaciones: en coladas o jaleas, chicha, tortas o simplemente con sal acompaña de una buena taza de café (Ministerio de Turismo, 2019).	 Tomada de (MUNDOVISION, 2018).
<b>Rana toro</b>	Es un anfibio grande de color marrón y verde, no solamente en el Cantón se encuentran criaderos de ranas toro, si no en algunas partes de la provincia de Zamora Chinchipe porque su carne es muy buscada en la cocina y actualmente se exportan a Estados Unidos (Altamirano, 2019).	 Tomada de (El Oriente, 2021).
<b>Tilapia</b>	Estos peces tienen características típicas de los cíclidos (familia Cichlidae). Son peces aplanados laterales con línea lateral incompleta, a menudo interrumpida en la aleta dorsal, y de cuerpo profundo. (Sánchez, 2021).	
<b>Camote</b>	También conocida como batata, o papa dulce, es un tubérculo que aporta una gran cantidad de energía, debido a que tiene un alto contenido en hidratos de carbono (Zanin, 2021).	 Tomada de (EL UNIVERSAL, 2021).

<p><b>Yuca</b></p>	<p>La variedad que se produce en el pueblo es la yuca amarilla, un tubérculo que contiene una gran cantidad de almidón.</p>	
<p><b>Cacao</b></p>	<p>Distintos cultivos son parte de la cultura ecuatoriana, pero sin duda el cacao tiene un lugar especial en nuestra historia. Investigaciones arqueológicas revelan el origen y domesticación del mismo en la región amazónica especialmente en Zamora.</p>	 <p>Tomada de (Ekos, 2015).</p>
<p><b>Yarasos o caimito</b></p>	<p>La pulpa blanca es suave, jugosa y fragante, La fruta tiene un sabor dulce, su pulpa se asemeja a la textura de la gelatina. Aunque generalmente se comen frescas.</p>	
<p><b>Motilón</b></p>	<p>El motilón o uva silvestre es un fruto silvestre crece en regiones templadas cuando está adaptado, también se le conoce como uva de árbol o uva silvestre, contiene antocianinas y antioxidantes que ayudan a prevenir el cáncer (Altamirano, 2019).</p>	

## **Platos típicos del Cantón Zamora**

Los platos típicos, son alimentos que muestra los sabores y saberes que representan a cada región, pueblo o localidad. Los platos típicos del Ecuador se basan en productos que se encuentran en algún lugar según su región. La mayoría de platos típicos que existen son la recopilación de saberes culinarios autóctonos adquiridos a lo largo del **tiempo (Acosta & Zambrano, 2018)**.

El Cantón Zamora, cuenta con una variada y deliciosa gastronomía donde los visitantes pueden disfrutar de exóticos platillos y bebidas como:

### **Tilapia frita**

Es un plato representativo del Cantón, es preparado principalmente por la etnia mestiza o colonos, así mismo tiene una gran acogida por parte de las personas que visitan la provincia. se sirve con arroz, yuca o patacones típicos de la región, acompañado de una deliciosa ensalada. Este pez es representativo en todos los cantones de la provincia. La tilapia se caracteriza por tener la carne muy blanca, firme y baja en grasa muy fácil de limpiar.

### **Figura 1**

*Tilapia frita*



*Ilustración 1*

**Nota:** *Tilapia, servida con arroz con coco, ensalada y plátanos. Tomada de (Roldanillo, s/f)*

### **Caldo de corroncho**

Hablamos del caldo de Corroncho y te preguntarás ¿Qué es el Corroncho? Es un pequeño pez de río, de hasta 10 cm de largo, de caparazón rugoso y duro. Los lugareños lo capturan al atardecer cuando se aferra a las rocas, su carne tiene un sabor delicado. El caldo es muy nutritivo porque tiene propiedades del pescado como proteína, fósforo, hierro y calcio, además de vegetales y condimentos que complementan el guiso (**Ramírez, 2019**).

La historia de la preparación del plato se remonta a las comunidades Shuar quienes preparaban este plato para su festividad, y como convivían con los mestizos, les enseñaban las delicias de su cocina, y gracias a ellos ahora podemos disfrutar del gran caldo de Corroncho (**Pacheco, et al., 2017**).

### **Figura 2**

*Caldo de Corroncho*



*Ilustración 2*

Nota: Se sirve con una ración de arroz, quineo verde cocido y yuca de Zamora. Tomada de (Alba , et al., 2017)

### **Ancas de rana**

En Zamora no hay un solo vecino que no haya disfrutado de este manjar. Jóvenes y mayores, no han desaprovechado la oportunidad de disfrutar este exquisito plato; Todos coinciden en que es muy delicada y hasta sabe a pollo, pero su carne es más blanda. Los chefs no tardan más de quince minutos en preparar el plato. No solo ancas de rana a la parrilla, sino que hoy en día hay muchos platos de carne de este anfibio, que incluyen ranas al ajillo salteadas, ranas fritas y sopa de rana que muy pocas personas pueden preparar (El Universo, 2018).

Ancas, denominadas así por las patas traseras de las ranas, son los ingredientes principales de muchos platos populares, las patas son los más utilizados para la alimentación humana, con sabor y aroma similar en textura a la carne pescado, clasificado como carnes blancas debido a su bajo contenido de grasa (Acosta & Zambrano, 2018).

### Figura 3

#### *Plato Ancas de Rana*



*Ilustración 3*

Nota: *ancas de rana broterizadas. Tomada de (AME, 2018).*

### **Ayampaco**

Los ayampacos son parte de la cultura zamorana, pero no es un plato típico de Zamora, ya que se encuentran en la mayor parte del oriente de Ecuador, es una receta del pueblo Shuar, una de las muchas etnias del Ecuador, que originalmente incluía hojas de bijao, yuca y pescado de río. Los Shuar solían hacer lo que se llamaba maito con pescado, pero de manera sencilla, sin sal ni condimentos, y luego este plato se convirtió en lo que hoy es ayampaco. Con el tiempo, los pobladores asimilaron esta cocción en una hoja e introdujeron variaciones como la hoja de plátano, donde en lugar de pescado se agrega, cerdo, pollo, inclusive se puede encontrar ayampacos de corroncho etc. (ENCARNACION , 2018).

#### Figura 4

#### *Ayampaco de Pescado*



*Ilustración 4*

Nota: *Se sirve con yuca, papa china, plátano y ensalada. Tomada de (Amazonía Turística, 2019).*

#### **Caldo de gallina criolla**

Es un plato famoso y se consume a nivel nacional, es tradición mestiza y es muy consumido por su alto valor nutritivo es por ello que la mayor parte de los habitantes de esta zona se dedican a la avicultura. Lo ofrecen en restaurantes, quintas, fiestas etc., que existen en el Cantón.

#### Figura 5

#### *Caldo de gallina criolla*



*Ilustración 5*

*Nota: Se incluye verduras como apio, cebolla, cilantro, etc. Si se desea, en Zamora no puede faltar la yuca o plátano que acompaña esta delicia. Tomada de (Iacomidaecuatoriana, 2020).*

### **Leche de tigre**

La leche de tigre es una bebida típica del Cantón y sus comunidades, es una receta muy fácil de preparar sus ingredientes principales son la leche, canela, aguardiente y canela. Las personas acostumbran a servir esta bebida en las fiestas de cantonización, ferias agropecuarias, en fiestas religiosas o en días festivos como el día de la madre y en especial en reuniones familiares.

### **Figura 6**

*Leche de Tigre*



*Ilustración 6*

*Nota: la leche de tigre una preparación tradicional del Cantón. Tomada de (Álamo, 2018)*

### **7 pingas**

Este licor 7 pingas es tradicional del pueblo zamorano es el resultado del trabajo, la continuidad y la innovación por más de medio siglo empezó como un licor familiar con el transcurso de los años es muy conocido a nivel nacional e inclusive internacional por los miles de compatriotas que se encuentran en diferentes partes del mundo, elaborada a partir del juego de caña de azúcar

de la región, es elaborada artesanalmente con diferentes sabores frutales, ahora producido por Jaramillo Carrión Licores y Compañía (**Cumbaratza Activa, 2016**)

### **Figura 7**

*7 pingas*



*Ilustración 7*

*Nota: El 7 Pingas lo encontramos de diferentes sabores. Tomada de (Cumbaratza Activa, 2016).*

### **Chicha de chonta**

Esta bebida ha sido consumida por el pueblo Shuar desde hace mucho tiempo, es de color amarillo y tiene un gran valor nutritivo, la fiesta de la chonta se realiza una vez al año, ocasión para agradecer a la madre tierra por los frutos muy necesaria para la alimentación del pueblo. Esta bebida se considera una preparación ceremonial ya que solo se consume durante este período cuando el producto abunda por las tierras zamoranas (**Aguilar, 2017**)

### **Figura 8**

*Chicha de chonta*



*Ilustración 8*

Nota: El período de producción de chonta abarca los meses de mayo a agosto. Tomada de (Rojas , 2019).

### **Miel con quesillo**

Plato tradicional de Zamora, muy fácil de preparar entre sus ingredientes principales tenemos la panela hecha naturalmente por quienes la producen y quesillo fresco. Este plato se lo puede servir como postre y es perfecto para aquellos amantes de los dulces.

### **Figura 9**

*Miel con quesillo*



*Gráfico 9*

Nota: Toma tan sólo veinte minutos prepararlo. Tomada de (Tacuri, 2020).

## **1.2 Variable Dependiente:**

### **Identidad Gastronómica**

Las Artes Culinarias es una de las disciplinas más importantes para las personas del siglo XXI, pues es reconocida por su carácter esencial para la salud humana, su aporte a los procesos estéticos y culturales, es parte de una identidad comunitaria que fortalece los lazos sociales. como herramienta para el desarrollo local (**Acle , Santos, & Herrera, 2021**).

Virtud, inspiración, disposición y capacidad de interpretar los alimentos según las características y visiones de un individuo o de una comunidad, para transformarlos en creaciones útiles, gustosas, agradables al paladar, que los caracteriza o distingue consciente o inconscientemente de los demás (**Campione, 2015**).

La comida, como elemento de identidad, es uno de los rasgos culturales que puede modificarse a través de la exposición a otros grupos socioculturales, aunque las prácticas culinarias generalmente muestran una variación más lenta que otros elementos de la cultura. Los movimientos migratorios y los hábitos alimentarios permiten observar la adaptación de un grupo étnico a una nueva sociedad y su capacidad de supervivencia a pesar de las modificaciones del entorno (**Jaramillo & Lozada, 2018**).

### **Cultura**

Los universos culinarios se resumen en una semiótica que permite distinguir una cultura de otra y determinar su valor de identidad. La semiótica se convierte entonces en una herramienta de análisis, necesaria para determinar la capacidad de reproducir, reforzar y mantener viva una

expresión cultural culinaria. Los hallazgos clave de la cultura alimentaria reflejan cómo actuó cada grupo social a la hora de hacer de la comida un plato, incluso con la capacidad de compartir identidad (**Cid Jurado, 2017**).

Según (**Triviño, et al., 2019**) la cultura gastronómica es el nexo entre la tradición y el placer de cocinar, siendo la práctica culinaria un fenómeno cultural de la actualidad, las raíces tradiciones de los pueblos son la mejor arma para ofrecer a los turistas deliciosos alimentos.

La comida es el lenguaje cultural de una comunidad en la que se fusionan valores ancestrales, costumbres, técnicas de antepasados, la historia en contexto y los símbolos que representan la identidad percibida. El patrimonio inmaterial de la cultura es también la comida y en ella la forma de consumir alimentos y bebidas (**Utrera Velásquez & Real Garlobo, 2020**).

### **Gastronomía**

La gastronomía es un símbolo territorial, un patrón cultural y natural que nos define como humanos originarios de un determinado lugar. La cocina distintiva asociada a cada contexto es parte del patrimonio de las sociedades, una huella de su identidad reflejada en su cultura, productos y platos típicos, o en la forma de servirlos y consumirlos. Se considera la comida como uno de los elementos básicos de cualquier cultura (**Fusté , 2016**).

### **Gastronomía tradicional**

Según La cocina tradicional ecuatoriana tiene una gran diversidad a lo largo de la nación y varía según la región en la que se vive, también conocida como cocina criolla o típica, ha formado parte de la forma de vida de las personas como eje tradicional importante de la misma.

Citando a **Utrera Velásquez & Real Garlobo, (2020)** la gastronomía típica es una parte de una región o localidad, con productos autóctonos, con una historia que se remonta a generaciones, sin modificación de técnicas y patrones de consumo desde la preparación hasta la presentación del plato o alimento o bebida, según la costumbre.

La comida es el lenguaje cultural de una comunidad en la que se fusionan valores ancestrales, costumbres, técnicas de antepasados, la historia en contexto y los símbolos que representan la identidad percibida. El patrimonio inmaterial de la cultura es también la comida y en ella la forma de consumir alimentos y bebidas (**Utrera Velásquez & Real Garlobo, 2020**).

## Objetivos

### Objetivo General

- **Analizar la identidad gastronómica en la cocina local del Cantón Zamora**

Este proyecto de tiene por objetivo investigar y conocer elementos culinarios de la gastronomía del Cantón Zamora e identificar los platos típicos y representativos de igual forma determinar las características principales de la cocina local del Cantón Zamora, finalmente proponer una guía culinaria del Cantón Zamora.

### Objetivos Específicos

- **Caracterizar la identidad gastronómica del Cantón Zamora.**

Para desarrollar el primer objetivo se interpretará las características principales de la gastronomía zamorana la cual se realizará un estudio de búsquedas en revistas científicas, libros y repositorios bibliográficos referente al tema planteado logrando un marco teórico desarrollado.

- **Identificar la cocina tradicional del Cantón Zamora.**

Para desarrollar el segundo objetivo se realizará entrevistas a personas que tradicionalmente conocen los, ingredientes, insumos, preparaciones tradicionales del Cantón Zamora.

- **Proponer una guía culinaria del Cantón Zamora.**

Para el cumplimiento del tercer objetivo se tomará información de los objetivos anteriores para elaborar un recetario gastronómico del Cantón Zamora.

## **CAPITULO II**

### **METODOLOGÍA**

Según (Universia, 2020) “es un conjunto coherente y lógico de procedimientos y técnicas que se aplican de manera ordenada y sistemática para realizar una investigación” Esta metodología definirá cómo los investigadores recopilan, organizan y analizan los datos obtenidos.

La metodología es la disciplina que estudia el conjunto de técnicas o métodos que se utilizan en una investigación, para alcanzar los objetivos planteados. Es una parte fundamental de la investigación. Los métodos de investigación proporcionan tanto a estudiantes como a profesionales académicos una gama de herramientas teóricas y prácticas para resolver problemas utilizando el método científico (Maldonado, 2015).

#### **2. Materiales**

Es quizás el epígrafe más importante para evaluar la excelencia de cualquier producto de investigación, ya que informa al lector de los procesos, enfoques, diseños y métodos de control de valor que realizamos en el estudio, lo que ayudaría a replicar los estudios, comprender la linealidad entre el enfoque, objetivo y los resultados obtenidos determinar su adecuación y pertinencia, así como resaltar cualquier desviación en la forma en que se diseñó y llevó a cabo el estudio. La forma en que se desarrolla la investigación siempre debe estar expresada de manera clara y ordenada en el texto, ya que esto permitirá una comprensión directa del diseño de la investigación, alcances, técnicas de recolección de datos, estrategia de investigación y muestreo, período de estudio, entre otros (Romero, 2020).

## **Recursos humanos**

Las personas que participan, contribuyen o colaboran en un proyecto de investigación son un factor activo para asegurar el éxito de los objetivos y resultados de la Actividad de Investigación y Desarrollo. En diferentes niveles, se relacionan con el denominado saber cómo, o conocimiento agregado en las personas, que permitirá captar, analizar, clasificar e interpretar la información obtenida del objeto de investigación y el problema investigado de manera eficaz y diligente (Carvajal, 2022).

Para el estudio propuesto se consideró lo siguiente:

- Investigador: Alex Daniel Malla Gaona
- Tutor de tesis: Ing. Rommel Santiago Velastegui, Mg.
- Docentes evaluadores
- Población: Personas del Cantón Zamora.

## **Recursos institucionales**

Los recursos institucionales son las unidades u organizaciones que brindan la información necesaria durante la ejecución del proyecto. Estos son todos los activos utilizados dentro de una organización para el desarrollo de proyectos en beneficios de la colectividad educativa, cultural y social.

Para desarrollar este proyecto, los estudiantes se apoyaron en:

- Universidad Técnica de Ambato
- Restaurantes de Zamora

## **Recursos materiales**

Según Quiroga (2020), los recursos físicos son todos los insumos, materias primas, herramientas, máquinas, equipos y todos los factores físicos necesarios para llevar a cabo el proceso de producción de la empresa. En este caso se debe manejar los siguientes materiales.

- Computador
- Internet
- Celular

### Recursos económicos

Los recursos económicos son medios físicos o inmateriales que pueden satisfacer determinadas necesidades en el marco de las actividades productivas o comerciales de una empresa. En cualquier investigación es muy importante tener en cuenta los recursos económicos que necesita el proyecto para materializarse. En este caso, se consideran recursos económicos:

### Presupuesto

Un presupuesto de proyecto es un plan que detalla cuánto dinero gastará, en qué y cuándo. Al crear un plan de presupuesto por adelantado y usarlo para controlar los gastos a lo largo de su proyecto, puede reducir el riesgo de quedarse sin recursos o sobrepasar el presupuesto, todo lo cual es muy común en muchas empresas (MacNeil, 2021).

Recursos

*Tabla 2*

Recursos	Detalle	Valor
Humanos	Estudiante	N/A
	Docente tutor del proyecto	N/A
	Docentes evaluadores	N/A
Institucionales	Población del Cantón Zamora	N/A
	Universidad Técnica de Ambato	N/A
	Restaurantes del Cantón Zamora	N/A
Materiales	Insumos de oficina (Papelería, copias, impresiones)	\$6,00
Tecnológicos	Computador	\$420,00
	Internet	\$30,00
	Transporte	\$60,00
Económicos	Viáticos	\$30,00
Total		\$546,00

*Nota: Descripción de los recursos utilizados en la investigación. Elaborado por Malla, A (2022).*

## **2.1 Métodos de la investigación**

Para el siguiente trabajo investigativo se aborda un enfoque cualitativo según plantea **(Hernández Sampieri, 2016)** el enfoque cualitativo es un proceso inductivo contextualizado en el medio natural, esto se debe a que durante la recolección de datos se establecen estrechas relaciones entre los participantes del estudio, sustrayendo sus experiencias e ideologías en detrimento del empleo de un instrumento de medición.

Utiliza una variedad de herramientas para recopilar información, como entrevistas, fotografías, observaciones, historias de vida, que describen hábitos y situaciones problemáticas, así como el significado de la vida de las personas.

### **Nivel o tipo de investigación**

Según **Gallardo Echenique (2017)** “El nivel de investigación es el grado de profundidad con que se aborda un fenómeno o un objeto de estudio” Son aquellas que están orientadas a recolectar información referente al estado real de las personas, objetos, situaciones o fenómenos tal como se presentaron al momento de la recolección con el fin de saber cómo abordar el problema de investigación

### **Instrumento de recolección de información**

#### **Entrevista**

La entrevista es uno de los métodos cualitativos ampliamente utilizados en la investigación. Es por eso que cubriremos los diferentes tipos de entrevistas que puede usar para obtener la información que necesita. La entrevista de investigación es uno de los métodos de recopilación de datos. Este método puede recopilar y analizar una serie de factores: opiniones, actitudes, emociones y desempeño de los entrevistados **(QuestionPro, 2022)**.

#### **Ficha A4 INPC**

Esta herramienta ha sido aplicada a diferentes restaurantes y personas conocedoras de la gastronomía del Cantón Zamora, con esta herramienta y obtener información sobre el conocimiento y técnicas de los platos típicos de ese lugar.

#### **Población**

La población está compuesta por personas que tradicionalmente han destacado su labor culinaria en restaurant u hogares donde preparan la comida típica de Cantón Zamora. A través de las entrevistas se profundiza en las declaraciones realizadas para que luego el investigador ejecute las interpretaciones adecuadas.

## CAPITULO III

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 3. Análisis y discusión de los resultados

Para el análisis y discusión de los resultados se ha utilizado la técnica de recolección de información entrevista estructurada, dicho instrumento fue dirigido a las personas con cierto criterio gastronómico residentes en el Cantón Zamora, independientemente de su edad.

La encuesta se estructuró con ocho preguntas cuyo objetivo fue tener un amplio conocimiento Tema de tesis.

Los datos son netamente cualitativos para lo cual se buscó el apoyo del software en Nvivo, es un programa de análisis de información cualitativa que integra herramientas clave de trabajo con documentos de texto y multimedia, datos de encuestas y datos bibliográficos para hacer más eficiente el trabajo de los investigadores al permitirles gestionar y analizar su información en diferentes formatos desde un solo proyecto.

unas entrevistas a distintas personas del cantón Zamora las cuales respondieron a unas preguntas relacionadas con mi VI: Cocina local y VD: Identidad gastronómica. Luego de completar la recolección de datos correspondiente, se interpretó en el software NVivo, es un programa de análisis de información cualitativa que integra herramientas clave de trabajo con documentos de texto y multimedia, datos de encuestas y datos bibliográficos para hacer más eficiente el trabajo de los investigadores al permitirles gestionar y analizar su información en diferentes formatos desde un solo proyecto.

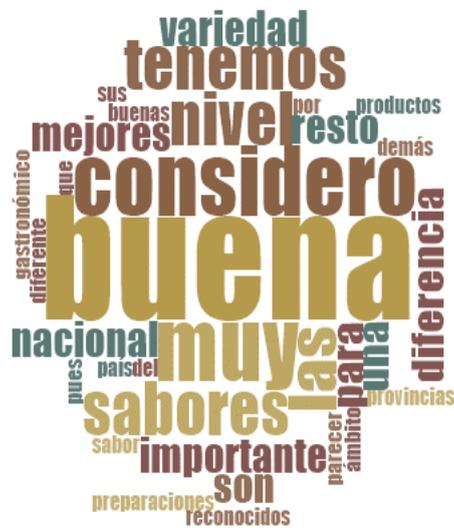
A continuación, se realiza el análisis cualitativo de cada una de las preguntas.

### 3.1 preguntas

**Pregunta 1** ¿Cómo considera usted la gastronomía tradicional del Cantón Zamora?

**Figura 10**

*Nube de palabras*



*Ilustración 10*

Nota: palabras más frecuentes de las respuestas de las entrevistas.

#### **Análisis**

De las 10 personas entrevistadas, el software Nvivo nos arrojó la siguiente información: las palabras que más sobresalen de las respuestas de las entrevistas es: Buena, Importante, Mejores, Variedad, Diferencia.

#### **Interpretación**

El análisis que arrojo el software Nvivo fueron aspectos positivos en las respuestas de los entrevistados, se evidencia que la gastronomía tradicional del Cantón Zamora la consideran buena e importante en su entorno y se diferencia del resto de las provincias.

**Pregunta 2** ¿Qué platos típicos del Cantón Zamora conoce usted?

**Figura 11**

*Nube de palabras*

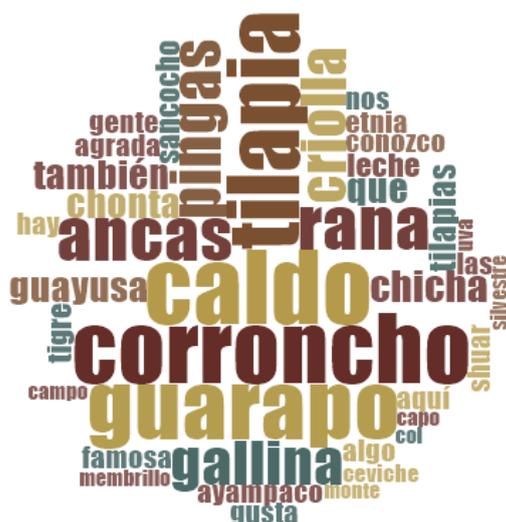


Ilustración 11

Nota: *Palabras más frecuentes de las respuestas*

### **Análisis**

De las 10 personas entrevistadas, el software Nvivo nos arrojó la siguiente información: las palabras que más sobresalen son: Corroncho, Tilapia, gallina criolla, Ancas de rana y unas de las bebidas típicas del Cantón Zamora es el Guarapo, y las 7 pingas.

### **Interpretación**

La respuesta que nos arrojó el programa Nvivo fue que el plato típico que sobresale en el Cantón es el caldo de corroncho pues este es el plato emblemático de los zamoranos, seguido de la tilapia que se prepara en diferentes formas y la bebida que destaca es el guarapo y las 7 pingas.

**Pregunta 3** ¿Cuál es el ingrediente base que destaca en la cocina del Cantón Zamora?

### **Figura 12**

*Nube de palabras*



Ilustración 12

Nota: *Palabras que sobresalen en las respuestas de la pregunta tres.*

### Análisis

De las 10 personas entrevistadas, el software Nvivo nos arrojó la siguiente información: las palabras que más sobresalen en la nube tenemos: Plátano, yuca, quesillo, guineo.

### Interpretación

Se evidencia en los entrevistados que la mayoría considera que el ingrediente principal de Zamora es el plátano, yuca, y el quesillo que lo utilizan en la mayoría de preparaciones.

**Pregunta 4:** ¿Qué productos gastronómicos autóctonos hay en Zamora?

### Figura 13

*Nube de palabras*



Ilustración 13

Nota: *Palabras que sobresalen en las respuestas de la pregunta cuatro.*

### **Análisis**

De las 10 personas entrevistadas, el software Nvivo nos arrojó la siguiente información: las palabras que más sobresalen en la nube son: Cacao, Uva de campo, Membrillo, Col de monte.

### **Interpretación**

Se evidencia en los entrevistados que la mayoría considera que el producto autóctono que hay en Zamora es el cacao seguidamente de la uva de campo.

**Pregunta 5:** ¿Cuál es el método o técnica culinaria que utilizan los zamoranos?

### **Figura 14**

*Nube de palabras*



*Ilustración 14*

*Nota: Palabras que sobresalen de la nube de palabras*

### **Análisis**

De las 10 personas entrevistadas, el software Nvivo nos arrojó la siguiente información: las palabras que más sobresalen en esta pregunta son: Carbón, Gas, Frituras, Braza, Vapor.

### **Interpretación**

Se evidencia en los entrevistados que el método o técnica culinaria que utilizan mayormente los zamoranos es el gas (Hervido), carbón y frituras para la preparación de los alimentos

**Pregunta 6:** ¿Cuál es la actividad económicamente activa que resalta en los pobladores de Zamora?

**Figura15**  
*Nube de palabras*



*Ilustración 15*

*Nota: Palabras que sobresalen en las respuestas de la pregunta seis.*

### **Análisis**

De las 10 personas entrevistadas, el software Nvivo nos arrojó la siguiente información:

Las palabras que más sobresalen en la nube son: Agricultura, Minería, ganadería, Comercio, Turismo.

### **Interpretación**

Se evidencia en los entrevistados que la actividad económica que sobresale en el Cantón Zamora es la agricultura, ganadería y principalmente la minería.

**Pregunta 7:** ¿Conoce algún recetario o guía gastronómica de la comida típica del Cantón Zamora?

**Figura 16**  
*Nube de palabras*





Ilustración 17

Nota: *Palabras más frecuentes de la nube*

### **Análisis**

De las 10 personas entrevistadas, el software Nvivo nos arrojó la siguiente información: las palabras que sobresalen en esta pregunta son: Actividad, Raramente, Autoridades, Ámbito, Realizado.

### **Interpretación**

En el análisis cualitativo del software arrojan respuestas desfavorables relacionadas con la pregunta, dando anotar el desinterés, desconocimiento de las autoridades al realizar este tipo de eventos, se evidencia en los entrevistados su descontento con las autoridades dado que no ven acciones relevantes para rescatar la identidad gastronómica del Cantón.

## **CAPITULO IV**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **Conclusiones**

Mediante a este estudio, es posible ver la importancia que tiene la gastronomía local del Cantón Zamora, se pudo identificar la cocina local de Zamora gracias a investigaciones previas y la recopilación de información mediante las entrevistas, donde se puede destacar la producción de importantes productos que son común en la dieta de los zamoranos como el plátano, yuca, guineo, cacao la producción de quesillo, etc. En las entrevistas realizadas se logró identificar a los platos típicos que destacan en el Cantón Zamora como el caldo de corroncho y se puede aducir que este plato representa la cultura e identidad de Zamora así mismo tiene su relevancia la tilapia frita, las ancas de rana y entre las bebidas que sobresalen se identificó al guarapo y las 7 pingas que destacan en los zamoranos.

#### **Recomendaciones**

Se recomienda la utilización de los productos autóctonos de Zamora puesto que se puede descubrir diferentes preparaciones en el ámbito culinario y así mismo promover sus platos típicos como el caldo de corroncho que es propio de los zamoranos.

Se recomienda a las autoridades de turno enfocarse en el ámbito gastronómico para promocionar y difundir los productos locales que los identifica y así la cocina del Cantón Zamora sea reconocida a nivel nacional y porque no internacionalmente. También enfocarse en los emprendedores que se dedican a la gastronomía brindándoles capacitaciones de técnicas, preparaciones, atención al cliente y desde ahí promover el turismo del cantón etc.

## **CAPITULO V**

### **PROPUESTA**

#### **La identidad gastronómica y la cocina local del Cantón Zamora**

##### **Resumen**

En este recetario se detallan los procedimientos que se deben seguirse para desarrollar correctamente los platos que destacan en la gastronomía del Cantón Zamora. Se utilizan productos locales.

##### **Justificación**

La gastronomía del Cantón Zamora tiene valores ancestrales debido a la diversidad cultural gracias a las etnias que se encuentran en este lugar como los Shuar, Saraguro y mestiza, quienes aportan al desarrollo económico del cantón como fuente turística. Los platos típicos que destacan son el caldo de corroncho que se puede decir que es el plato emblemático de Zamora, las ancas de rana que tiene diferentes formas de preparación como las ancas broster, al ajillo y al vapor donde se puede encontrar en restaurantes de comida típica y hosterías que ofertan el producto todo el año.

Además, la tilapia frita que la ofrecen en la mayoría de restaurante, la preparación de este producto es muy diversa, ya que se puede combinar y presentar con varios acompañantes como la yuca, plátano, guineo y papa china.

En el ámbito de las bebidas se pudo identificar que sobresale el guarapo el jugo de naranjilla y membrillo.



# *Recetario*

LA IDENTIDAD GASTRONÓMICA  
Y LA COCINA LOCAL DEL  
CANTÓN ZAMORA



PLATOS TÍPICOS Y POPULARES  
DEL CANTÓN ZAMORA



# Tilapia Frita

1 comensal  
Tiempo: 15 min  
Plato fuerte  
Dificultad media

## INGREDIENTES

1 Tilapia entera  
Ajo picado al gusto  
Sal al gusto

## PREPARACIÓN

1. Condimentar con sal y ajo machacado.
2. Se deja macerar por algunos minutos
3. En una sartén con aceite caliente se fríe por ambos lados.

## RECOMENDACIÓN:

Se puede acompañar con yuca sancochada, patacones y ensalada de vegetales crudos o cocidos.



# Caldo de Corroncho

Comensale: 3  
Tiempo: 30 min  
Caldo  
Dificultad media

## INGREDIENTES

6 corronchos  
1 Cebolla  
4 Dientes ajo  
2 litros agua  
50 Gramos de maní  
Cilantro  
Sal gusto Sal

## PREPARACIÓN

1. Poner a hervir el agua.
2. Agregar la cebolla y ajo picado finamente.
3. Poner los corroncho .
4. Hervir por 5 minutos
5. Derretir el maní en un poco de agua y agregar.
5. Hervir un par de minutos y rectificar sabores.
6. Servir con hierbitas.

## RECOMENDACIONES:

Se lo puede acompañar con yuca o plátano verde.  
Para saber si ya está listo el corroncho se toma de la aleta si se desprende es porque ya está listo para su degustación.



# Ancas de Rana Frita

Comensale:6  
Tiempo:40 min  
Entrada  
Dificultad media

## INGREDIENTES

24 Ancas de rana  
1 limon  
100 mililitros de aceite  
para freir  
1 pizca de sal  
1 pizca de pimienta  
Harina  
2 Huevos  
1 Rama de perijil

## PREPARACIÓN

1. Agregar salpimienta y deja que se marinen en el zumo de limón durante 15 min aprox
2. Poner en un plato un poco de harina y en otro el huevo batido con el perejil picado.
3. Reboza las ancas de rana pasándolas primero por la harina y después por el huevo.
4. Freir a fuego lento hasta dorar.

## RECOMENDACIONES:

Puedes acompañar las ancas de rana fritas con plato frito, cebolla caramelizada o verduras salteadas.



## Caldo de gallina criolla

Comensale: 10  
Tiempo: 1h 10 min  
Caldo  
Dificultad media

### INGREDIENTES

3 litros de agua  
1 Gallina criolla  
1 Cebolla paiteña  
1 Rama de cebolla blanca  
1 Pimiento  
4 Dientes de ajo  
1 Yuca  
1 Pimiento  
culantro, oregano,  
comino al gusto.  
sal al gusto

### PREPARACIÓN

1. Poner las presas de la gallina en una olla con el agua, sal, cebollas, pimiento, ajo picados y los aliños.
2. Cocinar a fuego bajo, con la olla media tapada hasta que la carne de la gallina esté suave.
4. Cuando la carne este blanda agrega la yuca cortada en cuadritos hasta que esté blanda.
5. Agregar la cebolla blanca y el culantro picados finamente, tapar la olla y apagar el fuego.
6. Servir

### RECOMENDACIONES:

Si se lo prepara en fogón con leña y olla de barro el sabor del caldo será sensacional.

Si el caldo se evapora agregar agua caliente.



# Ayampaco de pescado

Comensale: 3  
Tiempo: 60 min  
Plato fuerte  
Dificultad media

## INGREDIENTES

1 1/3 tz Yuca pelada y cortada en cubos  
2 tz Agua  
1/2 cdta Sal  
1 lb Filete de pescado de río  
1/3 cdta Aji picado fino  
6 Hoja de bijao  
1 cdta Mantequilla  
2 cdas Pimiento picado fino  
1/2 cdta Ajo machacado

## PREPARACIÓN

1. Cocine la yuca con sal, luego aplástela
2. Sazone los filetes de pescado.
3. Lave y seque las hojas de bijao, úntelas con mantequilla.
4. En cada hoja ponga un poco de masa de yuca, aplánela hasta obtener las mismas dimensiones que el filete de pescado.
5. Coloque el filete encima de la yuca.
6. Ponga el aji, el ajo y el pimiento encima del filete para decorarlo.
7. Cierre la hoja y cocine al vapor por 30 minutos
8. Servir

## DEBES SABER:

Los ayampacos son una preparación tradicional de la amazonía, forman parte de una de las experiencias culturales más importantes para quien desee conocer Zamora Chinchipe y sus costumbres



## Rana estofada

Comensale: 3  
Tiempo: 30 min  
Plato fuerte  
Dificultad media

### INGREDIENTES

9 Ancas de rana  
1 Cebolla  
1 ½ Tomate  
5 Ajos  
6 cucharadas de jugo de naranjilla  
1 Papa china

### PREPARACIÓN

1. En una olla sofreímos la cebolla y el ajo.
2. Añadimos las ancas de rana hasta que tomen color.
3. Incorporamos la sal, tomate y zumo naranjilla.
4. Agregamos agua hasta cubrir las ancas.
5. Dejamos hervir le agregamos la papa china picada en cuadritos.
6. Servir.

### RECOMENDACIONES:

Se puede acompañar con arroz y maduro frito con una ensalada a base de lechuga, cebolla y zanahoria condimentada con limón y sal.



## Bistec de res

Comensale: 6  
Tiempo: 50 min  
Plato fuerte  
Dificultad media

### INGREDIENTES

2 Libra de carne de res  
1 Cebolla  
1 pimiento  
1 tomate  
pimienta, comino  
Sal al gusto  
Opcional: arvejas,  
zanahoria.

### PREPARACIÓN

1. Cortar la carne en cubos.
2. Poner la en una olla la cebolla, pimiento y tomate previamente picados .
3. Sofreír bien y agregar la carne
4. Se condimenta al gusto y agregamos agua o caldo.
5. Tapamos y dejamos que se cocine en llama baja aproximadamente unos 40 minutos.
5. Servimos

### RECOMENDACIONES:

En el Cantón Zamora se acostumbra servirse plato se acompaña con yuca o majado.



## Seco de gallina criolla

Comensale: 10  
Tiempo: 40 min  
Plato fuerte  
Dificultad media

### INGREDIENTES

1 Gallina criolla en presas  
1 Cebolla colorada  
¼ taza cebolla blanca  
¼ taza pimienta  
Comino al gusto  
5 Ajos  
Achiote al gusto  
Orégano al gusto  
Sal al gusto  
2 Cucharadas de culantro

### PREPARACIÓN

1. Sofreír en una olla la cebolla, pimienta, ajo y agregar achiote y sal por 5 minutos.
2. Agregar el pollo a los aliños, revolver e ir agregando agua poco a poco.
3. Por último añadir la sal, comino y orégano y dejar cocinar unos 20 minutos.
4. Finalmente agregar el comino, orégano y culantro, revolver y apagar.

### RECOMENDACIONES:

Servir acompañado de una porción de arroz, guineo o yuca cocinada o plátano molido.  
Si se cocina a leña y en olla de barro su sabor será único.



## Sancocho de carne de res

Comensale: 5  
Tiempo: 1 hora  
Caldo  
Dificultad media

### INGREDIENTES

1 kg de hueso carnudo de res  
4 Litros de agua  
3 Choclos tiernos  
1 Plátano verde  
1 Yuca pequeña  
1 Rama de cebolla blanca  
1 Tomate maduro  
2 Ramas de perejil  
1 Cucharadita de orégano

### PREPARACIÓN

1. Poner el hueso en una olla con el agua. Agregar sal, tapar y dejar hasta que esté a punto de hervir.
2. Añadir las ramas de cebolla blanca troceada, el perejil y el tomate sin semillas y rallado
3. Agregar los choclos y dejar cocinar durante 30 minutos aprox.
4. Poner el plátano verde cortados en trozos
5. Agregar la yuca partida cuando el choclo esté casi cocido y continuar con la cocción hasta que esté blanda.
6. Para finalizar rectifique la sazón y agregue el orégano

### RECOMENDACIONES:

Puede servir acompañado con un picadillo de cebolla y perejil.



## Majado de plátano con queso

Comensale: 6  
Tiempo: 45 min  
Plato fuerte  
Dificultad: fácil

### INGREDIENTES

6 Plátanos verdes  
1 Libra de queso  
2 Cucharadas de mantequilla o aceite  
1 Cebolla blanca o perla  
4 Dientes de ajo  
½ Cucharada de achiote  
Sal y pimienta al gusto

### PREPARACIÓN

1. Ponga los plátanos a cocinar en agua hirviendo por 30 minutos o hasta que estén suaves.
2. Triture o aplaste los plátanos con un tenedor o con lo que le resulte fácil.
3. En un sartén agregar el aceite, achiote la cebolla y el ajo previamente picada finamente
4. Cocine hasta que la cebolla este blanda o transparente
4. agregar al majado y rectificar saobre.
5. Servir inmediatamente con el queso rallado.

### RECOMENDACIONES:

También se lo puede acompañar con huevo o bistec de carne.

Este es un plato consumido mayoritariamente en los hogares zamoranos.



# Chicha de chonta

Comensale: 8  
Tiempo: 60 min  
Bebida  
Dificultad media

## INGREDIENTES

30 pepas de Chonta  
1 Taza de azúcar

## PREPARACIÓN

1. Cocine las chontas por 30 minutos
2. Pele y coloque las chontas en el molino o también puede ser molida en una piedra
3. Coloque en un batán el triturado de la fruta.
4. Luego agregue un poco de agua y azúcar.
5. Deje fermentar hasta el día siguiente.

## DEBES SABER:

La chonta es un fruto de gran importancia para las comunidades amazónicas. La chicha de chonta es una bebida fermentada a base de frutos de la chonta y forma parte de un ritual durante la celebración de la fiesta de la chonta que se realiza cada año.



## Leche de tigre

Comensale: 8  
Tiempo: 30 min  
Bebida  
Dificultad media

### INGREDIENTES

1 ½ Litro de leche  
800 mililitros de alcohol  
destilado ( debe ser  
100% puro)  
Azúcar o panela al  
gusto  
canela y esencia de  
vainilla al gusto

### PREPARACIÓN

1. Se hierva la leche
2. agregar las especias y dejar reposar.
3. luego colocar el aguardiente a chorro despacio esto evita que se corte la leche.
4. Finalmente endulzar y disfrutarlo

### DEBES SABER:

Los zamoranos la preparan frecuentemente ya sea en reuniones familiares o festividades del Cantón.



## Jugo de naranjilla

Comensale: 6  
Tiempo: 20 min  
Bebida  
Dificultad: baja

### INGREDIENTES

1 Litro de agua  
1 Taza de azúcar  
6 Naranjillas

### PREPARACIÓN

1. Pele las naranjilla
2. Coloque la fruta con la azúcar y el agua en una licuadora y procese bien.
3. Pase el jugo por un colador
4. Sirva en vasos con abundante hielo.
5. Sirva y disfrute

### DEBES SABER:

También se conoce como lulo, obando, cocona.



## Jugo de membrillo

Comensale: 4  
Tiempo: 30 min  
Bebida  
Dificultad: baja

### INGREDIENTES

- 3 Membrillos maduros
- 3 Cucharadas de azúcar.
- 1 Ramita pequeña de canela.
- 1 Litro de agua

### PREPARACIÓN

1. Lavar los membrillos, pelarlos y cortarlos en gajos.
2. Después, poner en la olla junto a la canela y hervir por media hora.
3. Luego, dejar enfriar y poner en el refrigerador.
4. Finalmente, añadir azúcar y listo.

### DEBES SABER:

Brinda sensación de saciedad.  
Su contenido de potasio ayuda a prevenir calambres



# Dulce de membrillo

Porción: 6  
Tiempo: 1h y 30min  
Postre  
Dificultad media

## INGREDIENTES

1 kilo de membrillos  
1 ½ libras de azúcar  
agua

## PREPARACIÓN

1. Cocinar los membrillos por unos 25 minutos.
2. Quitarles la cáscara, pártelos para que puedas sacarles las pepitas y pícalos en cuadrito.
3. Lícialos con un poco de agua, esta mezcla debe quedar hecho pure y colócalo en una olla.
4. Auméntale el azúcar, una media rodaja de limón y mezcla hasta que quede totalmente parejo
5. Coloca la mezcla a fuego medio, revolviéndolo para que no se te pegue por aproximadamente un hora y media a dos horas hasta que tome un color medio marrón
6. Pon la mezcla en un molde y déjalo reposar de 24 a 48 horas

### TIP:

Puedes envolverlo en azúcar, luego de esto es recomendable dejarlo reposar de 1 a 2 semanas para que tome una mayor concentración.

## BIBLIOGRAFÍA

### Referencias

Acle , R., Santos, J., & Herrera, B. (2021). La gastronomía tradicional como atractivo turístico de la ciudad de Puebla, Mexico. *Revista de Investigación, Desarrollo e innovación*.

Acosta, A., & Zambrano, M. (2018). *Estudio culinario de las ancas de Rana Toro Tesis de licenciatura, [Universidad de Guayaquil]*. Repositorio Institucional.

Aguilar, M. (2017). *Protección y valoración de la gastronomía típica, tradicional y ancestral del Cantón Pangui [Universidad Técnica Particular de Loja]*. Repositorio Institucional.

Álamo, A. (21 de febrero de 2018). *Licor de leche, una bebida deliciosa que puedes preparar en casa [Fotografía]*. Obtenido de BON VIVEUR:

<https://www.bonviveur.es/gastroteca/licor-de-leche-una-bebida-deliciosa-que-puedes-preparar-en-casa>

Alba , C., Villamagua, M., Pachecho, L., & Álvarez, Á. (6 de julio de 2017).

*Gastronomía Zamorana [Fotografía]*. Obtenido de

<https://andres493.wordpress.com/2017/07/06/reportaje-caldo-de-corrongo/>

Altamirano, E. (2019). *RESCATE GASTRONÓMICO CULTURAL EN EL CANTÓN*

*“YANTZAZA” DE LA PROVINCIA DE ZAMORA CHINCHIPE [Universidad*

*Regional Autónoma de los Andes]*. Repositorio institucional.

Amazonía Turística. (2019). *Gastronomía Zamora Chinchipe [Fotografía]*. Obtenido

de amazoniaturistica: [https://amazoniaturistica.org/zamora-chinchipe-2-2/z-](https://amazoniaturistica.org/zamora-chinchipe-2-2/z-gastronomia/)

[gastronomia/](https://amazoniaturistica.org/zamora-chinchipe-2-2/z-gastronomia/)

AME. (16 de enero de 2018). *Las ranas, el plato exótico de Zamora [Fotografía]*.  
Obtenido de AME: <https://ame.gob.ec/las-ranas-plato-exotico-zamora/>

Bravo Vega, J. R. (2020). Las nuevas tendencias en la cocina tradicional. *Vinculando*.

Brito, L., & Botelho, D. (2018). LA GASTRONOMÍA COMO MARCA DE DESTINO. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 390-412.

Campione, A. (15 de febrero de 2015). *angelocampione.com*. Obtenido de <http://www.angelocampione.com/identidad-gastronomica/>

Campos, R. (2020). Cuisine régionale, identité et gastronomie dans le Minas Gerais. *Brésil(s)*.

Carrera, J. (8 de julio de 2016). *Archivo:Col de monte - Javier Carrera.JPG [Fotografía]*. Obtenido de [pwiki.usfq.edu.ec](https://pwiki.usfq.edu.ec):  
[https://pwiki.usfq.edu.ec/mw36/index.php?title=Archivo:Col\\_de\\_monte\\_-\\_Javier\\_Carrera.JPG](https://pwiki.usfq.edu.ec/mw36/index.php?title=Archivo:Col_de_monte_-_Javier_Carrera.JPG)

Carvache, M., Carvanche, W., Zamora, F., & Orden, M. (2017). Satisfacción y Motivación. La Gastronomía de Guayaquil. *Turydes: Turismo y Desarrollo*.

Carvajal, L. (13 de junio de 2022). *Recursos Humanos en la Investigación científica*. Obtenido de [lizardo-carvajal: https://www.lizardo-carvajal.com/recursos-humanos-en-la-investigacion-cientifica/](https://www.lizardo-carvajal.com/recursos-humanos-en-la-investigacion-cientifica/)

Cid Jurado, A. (2017). SÍMIOTICA CULINARIA Y PATRIMONIO CULTURAL. *Conferencia presentada en la Maestría de Artes de la Universidad de Antioquía. Medellín*.

Corbin, J. (7 de marzo de 2017). Obtenido de [psicologiaymente: https://psicologiaymente.com/nutricion/beneficios-col](https://psicologiaymente.com/nutricion/beneficios-col)

Cumbaratza Activa . (24 de mayo de 2016). *El 7 Pingas ya se bebe en Norte Américay Europa [Fotografía]*. Obtenido de cumbaratza: <https://cumbaratza.com/7-pingas-zamora-chinchi-pe-se-bebe-eeuu-mexico-canada-europa-salud/>

Cumbaratza Activa. (2016). *Tradicion zamorana*. Obtenido de Cumbaratza: <https://cumbaratza.com/project/licores-7-pingas/>

Ekos. (octubre de 2015). *Zamora Chinchipe se dinamiza con el cacao [Fotografía]*. Obtenido de Ekos: <https://www.ekosnegocios.com/articulo/zamora-chinchi-pe-se-dinamiza-con-el-cacao>

El Oriente. (22 de abril de 2021). *La rana, una especialidad de Zamora [Fotografía]*. Obtenido de El Oriente : <https://www.eloriente.com/articulo/la-rana-una-especialidad-de-zamora/17323>

EL UNIVERSAL. (12 de octubre de 2021). *Crean calaveritas poblanas de camote para el Día de Muertos [Fotografía]*. Obtenido de EL UNIVERSAL: <https://www.eluniversal.com.mx/menu/crean-las-calamotes-calaveras-de-camote-para-el-dia-de-muertos>

El Universo. (22 de enero de 2018). *Las ancas de rana, plato que atrae a los turistas a Zamora*. Obtenido de El Universo: <https://www.eluniverso.com/noticias/2018/01/22/nota/6579127/ancas-rana-plato-que-atrae-turistas-zamora/>

ENCARNACION , A. (2018). *alexisencarnacion*. Obtenido de <https://alexisencarnacion.wordpress.com/author/alexisencarnacion/>

Fajardo, T. (septiembre de 2021). Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/34021/1/TESIS%20FAJARDO%20TANIA.pdf>

Figueira, N. (30 de enero de 2019). *Receita de Palmito de bananeira em conserva [Fotografía]*. Obtenido de tudoreceitas: <https://www.tudoreceitas.com/receita-de-palmito-de-bananeira-em-conserva-8012.html>

Fusté , F. (2016). Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario. *GHL Hoteles*. (29 de Diciembre de 2020). Obtenido de <https://www.ghlhoteles.com/blog/gastronomia/conoces-la-gastronomia-local-de-tu-ciudad-o-region/>

Gutiérrez , J. (2017). Gastronomía y construcción de la identidad nacional en Canarias. Un estudio de caso a partir de los recetarios del archivo Conde de Siete Fuentes (1880-1930). *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares*, 533-554.

Hernández Rojas, R., & Dancausa Millán, M. G. (2018). Obtenido de [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1851-17322018000200012&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1851-17322018000200012&script=sci_arttext&tlng=en)

Hernández Sampieri. (2016). *Portafolio académico*. Obtenido de <https://portaprodti.wordpress.com/enfoque-cualitativo-y-cuantitativo-segun-hernandez-sampieri/>

Jaramillo, A., & Lozada, M. (diciembre de 2018). “Alejados de nuestra identidad culinaria tradicional por las nuevas culturas alimentarias”. *INNOVA Research Journal*, 189-199.

lacomidaecuatorialiana. (2020). *CONSOMÉ O CALDO DE GALLINA CRIOLLA [Fotografía]*. Obtenido de lacomidaecuatorialiana: <https://lacomidaecuatorialiana.com/consome-caldo-gallina-criolla/>

López, A., Pérez, C., Guzmán , C., & Hernández, R. (2017). Caracterización de las principales tendencias de la gastronomía mexicana en el marco de nuevos escenarios sociales . *Teoría y Praxis* , 91-113.

MacNeil, C. (17 de septiembre de 2021). *Cómo crear y cumplir con el presupuesto de un proyecto*. Obtenido de asana: <https://asana.com/es/resources/project-budget>

Maldonado, J. Á. (21 de septiembre de 2015). *La metodología de la investigación*. Obtenido de gestiopolis: <https://www.gestiopolis.com/la-metodologia-de-la-investigacion/>

Ministerio de Turismo. (4 de abril de 2019). *Fiesta de la Chonta» un ritual entre la naturaleza, danza y gastronomía*. Obtenido de Ministerio de Turismo: <https://www.turismo.gob.ec/fiesta-de-la-chonta-un-ritual-entre-la-naturaleza-danza-y-gastronomia/>

MUNDOVISION. (9 de junio de 2018). *El Ritual de la Chonta 2018 espera atraer miles de visitantes a Logroño*. Obtenido de mundovisiontv: <http://www.mundovisiontv.com/?p=148961>

Pacheco, L., Alba, C., Villamagua, M., & Álvares, Á. (6 de julio de 2017). *Gastronomia Zamorana*. Obtenido de BYLENIN: <https://bylenin.wordpress.com/2017/07/06/periodismo-gastronomico-caldo-de-corrncho/>

Pozos Carrillo, S. M. (2019). *repositorio.uasb.edu.ec*. Obtenido de <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6669/4/PI-2019-02-Pazos-Patrimonio%20cultural.pdf>

QuestionPro. (2022). *Tipos de entrevistas y sus características*. Obtenido de QuestionPro: <https://www.questionpro.com/blog/es/tipos-de-entrevista/>

Quiroga, M. (07 de mayo de 2020). *Recursos materiales*. Obtenido de economipedia: <https://economipedia.com/definiciones/recursos-materiales.html#:~:text=Los%20recursos%20materiales%20son%20todos,de%20producci%C3%B3n%20de%20una%20empresa.>

Ramírez, D. (11 de febrero de 2019). *Gastronomía*. Obtenido de <https://ecuador.gastronomia.com/noticia/8679/sabores-de-la-amazonia-caldo-de-corroncho>

Reyes Lopéz, M., & Martínez Florez, S. (2018). Sobre la composición Nutricional de la Gastronomía Típica Ecuatoriana . *Revista Cubana de Alimentación y Nutrición*.

Rojas , B. (2019). *Gastronomía [Fotografía]*. Obtenido de lugaresmasvisitados: <https://lugaresmasvisitados.wordpress.com/videos/>

Roldanillo . (s/f). *Tilapiafrita [Fotografía]*. Obtenido de macllic: <https://web.macllic.co/es/products/tilapia-frita-yxev/>

Romero, L. (2 de marzo de 2020). Importancia de la sección Materiales y métodos en los artículos científicos . *revistacomunicar*.

Sánchez, N. (2021). *Tilapia: características, reproducción, alimentación, especies*. Obtenido de Lifereder: <https://www.lifereder.com/tilapia/>

Tacuri, M. (2020). *Miel con quesillo [Fotografía]*. Obtenido de origenese: <https://origenesecuador.com/miel-con-quesillo/>

Triviño, K., & Arandia , J. (2019). Fortalecimiento de la Identidad Cultural-Gastronómica en la Provincia de los Rios, Ecuador . *Revista Colón Ciencias, Tecnología y Negocios*. Obtenido de <http://portal.amelica.org/ameli/journal/215/215974010/html/#:~:text=La%20cultura%20gastron%C3%B3mica%20es%20la,al%20turista%20una%20buena%20gastronom%C3%ADa.>

Triviño, K., Arandia, J., Robles , G., & Rivera, G. (2020). Fortalecimiento de la Identidad Cultural-Gastronómica en la Provincia de los Rios, Ecuador. *Revista Colón Ciencias, Tecnología y Negocios*, 45-57.

Universia. (23 de marzo de 2020). *Universia.net*. Obtenido de <https://www.universia.net/mx/actualidad/habilidades/conceptos-fundamentales-metodologia-investigacion-1167677.html>

Utrera Velásquez , A. I., & Real Garlobo, E. (2020). La gastronomía, la cultura y el patrimonio para un turismo sostenible. *Revista Dilemas Contemporáneos*.

Vega, E. (6 de noviembre de 2019). *La revisión bibliográfica*. Obtenido de investsocperu: <https://investsocperu.medium.com/la-revisi%C3%B3n-bibliogr%C3%A1fica-1188b99df9b7>

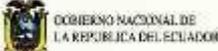
Zanin, T. (julio de 2021). *Camote: qué es, beneficios y cómo consumirlo*. Obtenido de tuasaude: <https://www.tuasaude.com/es/camote/>

Zurita Polo, S. M., & Monge Moreno, P. E. (julio de 2018). *Eumed.net*. Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/07/plataformas-tecnologicas-gastronomia.html>

## ANEXOS

### Anexo 1

#### Fichas INPC

  <b>INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO CULTURAL</b> <b>DIRECCIÓN NACIONAL DE INVENTARIO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL</b> <b>FICHA DE INVENTARIO A4 CONOCIMIENTO Y USOS RELACIONADOS CON LA NATURALEZA Y EL UNIVERSO</b>	
	<b>CÓDIGO</b>
	<b>001</b>
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>	
<b>Provincia: Zamora Chinchipe</b>	<b>Cantón: Zamora</b>
<b>Parroquia: Timbara</b>	<b>Urbana</b> <b>Rural</b>
<b>Localidad: Timbára</b>	
Coordenadas X3CX+H6 Timbara - UTM: -4.0318784,-78.9106638,15z	
<b>2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL</b>	
	

<b>Descripción de la fotografía: Fotografía tomada por Alex Malla en el restaurante Timbarita</b>		
<b>Código fotográfico: IMG_20220702_123657</b>		
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>		
<b>Denominación</b>	<b>Otra (s) denominación (es)</b>	
Restaurant Timbarita	D1	N/A
<b>Grupo social</b>	<b>Lengua (s)</b>	
MESTIZO	L1	ESPAÑOL
<b>Subámbito</b>	<b>Detalle del subámbito</b>	
	N/A	
<b>Breve reseña</b>		
<p>Tilapia es el nombre común que se le da a un grupo de peces nativos de África, que incluye varias especies, algunas de interés económico, del género <i>Oreochromis</i>. Las especies de interés comercial se crían en piscifactorías profesionales en varias partes del mundo. Viven principalmente en regiones tropicales, donde las condiciones son favorables para su reproducción y desarrollo.</p>		
<b>4. DESCRIPCIÓN</b>		
<p>El negocio ofrece diferentes platos como la tilapia frita, chuletas con menestra, almuerzos, etc. En si el local cuenta con un gran equipo de trabajo que vienen trabajando muchos años en este local.</p>		

<b>Fecha o periodo</b>		<b>Detalle de la periodicidad</b>
	Anual	Los dueños ofrece estos productos todo el año
✓	Continua	
	Ocasional	
	Otro	
<b>Alcance</b>		<b>Detalle del alcance</b>
	Local	Menciona que hace envíos dentro del Cantón.

✓	Provincial				
	Regional				
	Nacional				
	Internacional				
<b>Elementos</b>		<b>Tipo</b>	<b>Procedencia</b>	<b>Forma de adquisición</b>	
<b>Herramientas</b>		<b>Tipo</b>	<b>Procedencia</b>	<b>Forma de adquisición</b>	
<b>5. PORTADORES / SOPORTES</b>					
<b>Tipo</b>	<b>Nombre</b>	<b>Edad /Tiempo de actividad</b>	<b>Cargo, función o Actividad</b>	<b>Dirección</b>	<b>Localidad</b>
Individuos	Dani Sánchez	26 años	Administrador	Timbara	Zamora
<b>PROCEDENCIA DEL SABER</b>		<b>DETALLES DE LA PROCEDENCIA</b>			
✓	Padres -Hijos	Empezó como un emprendimiento pues destacan el potencial gastronómico que hay en la provincia de Zamora Chinchipe.			
	Maestro- Aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>TRASMISIÓN DELSABER</b>		<b>DETALLES DE LA TRANSMISIÓN</b>			
✓	Padres -Hijos	Mencionan que es una tradición familiar			
	Maestro- Aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6. VALORACIÓN</b>					
<b>IMPORTANCIA PARA LA COMUNIDAD</b>					

Destaca la importancia del restaurante porque esto ayuda al desarrollo del Cantón y en si al turismo de la provincia.

### 7.INTERLOCUTORES

APELLIDOS Y NOMBRES	DIRECCIÓN	TELEFONO	SEXO	EDAD
Malla Gaona Alex Daniel	Ambato	0996140467	Masculino	29

### 8.ELEMENTOS RELACIONADOS

CODIGO/NOMBRE	ÁMBITO	SUBAMBITO	DETALLE DEL SUBAMBITO

### 9.ANEXOS

TEXTOS	FOTOGRAFIAS	VIDEOS	AUDIO

### 10.OBSERVACIONES

N/a

### 11.DATOS DE CONTROL

Entidad Investigadora: Universidad Técnica de Ambato

Inventariada por: Alex Malla

Fecha de inventario: 02/07/2022

Revisada por:

Fecha de Revisión:

Aprobada por:

Fecha de aprobación:

Registro Fotográfico:

## Anexo 2

### Fichas INPC

 	
<b>INSTITUTO NACIONAL DE PATRIMONIO CULTURAL</b>	
DIRECCIÓN NACIONAL DE INVENTARIO	
PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL	
FICHA DE INVENTARIO	
<b>A4 CONOCIMIENTO Y USOS RELACIONADOS</b>	
<b>CON LA NATURALEZA Y EL UNIVERSO</b>	
<b>CÓDIGO</b>	
<b>002</b>	
<b>1. DATOS DE LOCALIZACIÓN</b>	
<b>Provincia: Zamora Chinchipe</b>	<b>Cantón: Zamora</b>
<b>Parroquia: Cumbaratza</b>	<b>Urbana</b> <b>Rural</b>
<b>Localidad: Arenal</b>	
Coordenadas X4XG+J7 Cumbaratza - UTM: -4.0011174,-78.876914,17z	
<b>2. FOTOGRAFÍA REFERENCIAL</b>	
	

<b>Descripción de la fotografía: Fotografía tomada por Alex Malla en la fábrica siete pingas</b>		
Código fotográfico: IMG_20220702_125238.jpg		
<b>3. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>		
<b>Denominación</b>	<b>Otra (s) denominación (es)</b>	
Fabrica 7 pingas	D1	N/A
<b>Grupo social</b>	<b>Lengua (s)</b>	
MESTIZO	L1	ESPAÑOL
<b>Subámbito</b>	<b>Detalle del subámbito</b>	
	N/A	
<b>Breve reseña</b>		
7 Pingas, es un licor tradicional de Zamora en la provincia de Zamora Chinchipe, famoso por su sabor único, su nombre se debe a los siete ingredientes utilizados en su elaboración, entre los que destacan el Nervio de Toro y la Pata de Res.		
<b>4. DESCRIPCIÓN</b>		
El licor 7 Pingas es el resultado de un trabajo arduo, continuo y creativo, que comenzó en 1967 como un licor familiar y ahora es producido por Jaramillo - Carrión Licores y Compañía		

<b>Fecha o periodo</b>		<b>Detalle de la periodicidad</b>
	Anual	Los dueños ofrece este producto todo el año
✓	Continua	
	Ocasional	
	Otro	
<b>Alcance</b>		<b>Detalle del alcance</b>
	Local	Menciona que hace envíos a cualquier parte del país.

✓	Provincial				
	Regional				
✓	Nacional				
	Internacional				
<b>Elementos</b>		<b>Tipo</b>	<b>Procedencia</b>	<b>Forma de adquisición</b>	
<b>Herramientas</b>		<b>Tipo</b>	<b>Procedencia</b>	<b>Forma de adquisición</b>	
<b>5. PORTADORES / SOPORTES</b>					
<b>Tipo</b>	<b>Nombre</b>	<b>Edad /Tiempo de actividad</b>	<b>Cargo, función o Actividad</b>	<b>Dirección</b>	<b>Localidad</b>
Individuos	Alex Montesinos	26 años	Administrador	El Arenal	Zamora
<b>PROCEDENCIA DEL SABER</b>		<b>DETALLES DE LA PROCEDENCIA</b>			
✓	Padres -Hijos	al principio, se producía en pequeñas cantidades, en realidad se utilizaba para la degustación de personas cercanas al entorno, y la demanda fue paulatina, por lo que la producción aumentó.			
	Maestro- Aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>TRASMISIÓN DELSABER</b>		<b>DETALLES DE LA TRANSMISIÓN</b>			
✓	Padres -Hijos	Su fórmula ha sido heredada de generación en generación.			
	Maestro- Aprendiz				
	Centro de capacitación				
	Otro				
<b>6.VALORACIÓN</b>					
<b>IMPORTANCIA PARA LA COMUNIDAD</b>					

Destaca la importancia de la fábrica porque esto ayuda al desarrollo del Cantón y en si al turismo de la provincia.

### 7.INTERLOCUTORES

APellidos y Nombres	DIRECCIÓN	TELEFONO	SEXO	EDAD
Malla Gaona Alex Daniel	Ambato	0996140467	Masculino	29

### 8.ELEMENTOS RELACIONADOS

CODIGO/NOMBRE	ÁMBITO	SUBAMBITO	DETALLE DEL SUBAMBITO

### 9.ANEXOS

TEXTOS	FOTOGRAFIAS	VIDEOS	AUDIO

### 10.OBSERVACIONES

N/a

### 11.DATOS DE CONTROL

**Entidad Investigadora:** Universidad Técnica de Ambato

**Inventariada por:** Alex Malla

**Fecha de inventario:** 02/07/2022

**Revisada por:**

**Fecha de Revisión:**

**Aprobada por:**

**Fecha de aprobación:**

**Registro Fotográfico:**

## Anexo 3

### Guía de entrevistas

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**GUIA DE ENTREVISTA SOBRE LA IDENTIDAD GASTRONÓMICA Y LA COCINA  
LOCAL DEL CANTÓN “ZAMORA” DE LA PROVINCIA DE ZAMORA CHINCHIPE**

**Objetivo:** Analizar la identidad gastronómica en la cocina local del Cantón Zamora.

**Nombre del entrevistador:**

**Nombre del entrevistado:**

**Ocupación/Cargo:**

**Edad:**

**Preguntas**

1. Conoce usted sobre la gastronomía del Cantón Zamora
  - a) Si
  - b) No
2. ¿Cómo considera usted la gastronomía tradicional del Cantón Zamora?
3. ¿Qué platos típicos del Cantón Zamora conoce usted?
4. ¿Cuál es el ingrediente base que destaca en la cocina del Cantón Zamora?
5. ¿Qué productos gastronómicos autóctonos hay en Zamora?
6. ¿Cuál es el método o técnica culinaria que utilizan los zamoranos?
7. ¿Cuál es la actividad económicamente activa que resalta en los pobladores de Zamora?
8. ¿Conoce algún recetario o guía gastronómica de la comida típica del Cantón Zamora?
9. ¿Conoce que las autoridades del Cantón Zamora han realizado alguna actividad para rescatar la Identidad gastronómica?

## Anexo 4

### Software Nvivo

La Identidad Gastronómica.nvp - NVivo Plus

ARCHIV INICIO CREAR DATOS ANALIZAR CONSULTA EXPLORAR DISEÑO VER

Ir Actualizar Abrir Propiedades Editar Pegar Cortar Copiar Fusionar Portapapeles Formato Párrafo Restablecer configuración Edición Corrección

Recursos

Elementos internos

Nombre	Nodos	Referencias	Creado el	Creado por	Modificado el	Modificado por
Entrevista 1	27	38	13/7/2022 7:49	AM	13/7/2022 7:49	AM
Entrevista 10	25	34	13/7/2022 9:44	AM	13/7/2022 9:56	AM
Entrevista 2	28	42	13/7/2022 7:49	AM	13/7/2022 14:11	AM
Entrevista 3	24	36	13/7/2022 7:49	AM	13/7/2022 14:11	AM
Entrevista 4	24	32	13/7/2022 7:49	AM	13/7/2022 7:49	AM
Entrevista 5	28	42	13/7/2022 7:49	AM	13/7/2022 14:33	AM
Entrevista 6	26	38	13/7/2022 7:49	AM	13/7/2022 7:49	AM
Entrevista 7	23	36	13/7/2022 7:49	AM	13/7/2022 7:49	AM
Entrevista 8	27	38	13/7/2022 7:49	AM	13/7/2022 7:49	AM
Entrevista 9	31	48	13/7/2022 7:49	AM	13/7/2022 7:49	AM

La Identidad Gastronómica del Cantón Zamora.nvp - NVivo Plus

ARCHIV INICIO CREAR DATOS ANALIZAR CONSULTA EXPLORAR DISEÑO VER

Vista de navegación Búsqueda Codificación rápida Vista de detalles Anclar todos Separar todos Cerrar todos Favoritos Diseño Vista de lista Vista de lista Codificación Enlaces Matriz de nodo Clasificación Informe Referencia Anterior Siguiente Esquema de colores

Recursos

Elementos internos

Nombre	Nodos	Referencias
Entrevista 1	7	7
Entrevista 2	0	0
Entrevista 3	0	0
Entrevista 4	0	0
Entrevista 5	0	0
Entrevista 6	0	0

Entrevista 1

Haga clic para editar

DJ LNO

2 ¿Cómo considera usted la gastronomía tradicional del Cantón Zamora?

Buena

3 ¿Qué platos típicos del Cantón Zamora conoce usted?

Conozco algo de la etnia shuar el ayampaco también la famosa chonta que chicha de chonta hay gente que, si le agrada, también la tilapia el caldo de ancas de rana la guayusa.

4 ¿Cuál es el ingrediente base que destaca en la cocina del Cantón Zamora?

Yuca, plátano

5 ¿Qué productos gastronómicos autóctonos hay Zamora?

Densidad de codificación

Entrevista

guayusa

ancas de rana

caldo de corvino

tilapia

chicha de chonta

ayampaco

Codificar en guayusa (Nodos)

6 elementos Nodos: 7 Referencias: 7 Sólo lectura Líneas: 16 Columna: 0

ESP LAA 22:16 11/7/2022

La Identidad Gastronómica.nvp - NVivo Plus

ARCHIV INICIO CREAR DATOS ANALIZAR CONSULTA EXPLORAR DISEÑO VER

Ir Actualizar Abrir Propiedades Editar Pegar Copiar Fusionar Portapapeles Formato Párrafo Estilos Restablecer configuración Edición Corrección

Espacio de trabajo Elemento

Buscar en Nodos Buscar ahora Borrar Búsqueda avanz

**Nodos**

- Nodos
- Casos
- Sentimiento
- Relaciones
- Matrices de nodo

Recursos

- Nodos
- Clasificaciones
- Colecciones
- Consultas
- Informes
- Mapas
- Carpetas

Nombre	Recursos	Referencias	Creado el	Creado por	Modificado el	Modificado por
web		1	13/7/2022 8:26	AM	13/7/2022 8:26	AM
INGREDIENTE BASE		10	25	13/7/2022 8:44	AM	13/7/2022 8:44
guineo		2	2	13/7/2022 8:03	AM	13/7/2022 8:28
plátano		9	10	13/7/2022 7:52	AM	13/7/2022 9:48
quesillo		4	4	13/7/2022 8:07	AM	13/7/2022 9:48
yuca		7	9	13/7/2022 7:52	AM	13/7/2022 9:48
LA ACTIVIDAD ECONÓMICAMENTE ACTIVA		10	39	13/7/2022 8:47	AM	13/7/2022 9:14
agricultura		10	10	13/7/2022 7:55	AM	13/7/2022 9:52
comercio		6	6	13/7/2022 7:54	AM	13/7/2022 8:17
ganadería		8	8	13/7/2022 7:55	AM	13/7/2022 8:29
minería		10	10	13/7/2022 7:54	AM	13/7/2022 9:52
turismo		5	5	13/7/2022 8:12	AM	13/7/2022 9:53
MÉTODO O TÉCNICA CULINARIA		10	26	13/7/2022 8:46	AM	13/7/2022 9:14
braza		1	1	13/7/2022 8:08	AM	13/7/2022 8:08
carbón		9	9	13/7/2022 7:53	AM	13/7/2022 9:50
fritos		1	1	13/7/2022 8:04	AM	13/7/2022 8:04

La Identidad Gastronómica.nvp - NVivo Plus

Herramientas de la nube de pala... NUBE DE PALABRAS

ARCHIV INICIO CREAR DATOS ANALIZAR CONSULTA EXPLORAR DISEÑO VER

Tipos de palabras: ipsum, lorem, dolor, etc.

Buscar en Nodos Buscar ahora Borrar Búsqueda avanz

**Nodos**

- Nodos
- Casos
- Sentimiento
- Relaciones
- Matrices de nodo

Recursos

- Nodos
- Clasificaciones
- Colecciones
- Consultas
- Informes
- Mapas
- Carpetas

**PLATOS TÍPICOS** Resultados de Consulta de fre

Criterios de frecuencia de palabras

Ejecutar consulta Agregar al proyecto...

Buscar en Todos los recurso Elementos seleccionado Carpetas seleccionada Agrupación

Mostrar palabras  1000 más frecuentes  Todo

Con longitud mínima

Agrupación:
 

- Coincidencias exactas (p.
- Con palabras derivadas (l
- Con sinónimos (p. ej., "di
- Con especificaciones (p.
- Con generalizaciones (p.

AM 39 elementos

## Anexo 5

Evidencia fotográfica

