



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA EQUINOCCIAL

FACULTAD DE TURISMO, HOTELERÍA Y GASTRONOMÍA

CARRERA DE GASTRONOMÍA

TESIS PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE ADMINISTRADOR

GASTRONÓMICO

TEMA: INVESTIGACIÓN DE LA GASTRONOMÍA PREHISPÁNICA EN LO QUE HOY

REPRESENTA LA PROVINCIA DE PICHINCHA

Línea de Investigación: Cultura y Salud: Investigación de las culturas gastronómicas, sus tradiciones, aporte al desarrollo cultural y turístico.

Autor: Martínez Moncayo Eduardo Andrés

Director:

Chef Juan Pablo Holguín

Abril - 2015

QUITO - ECUADOR

AUTORÍA

El contenido de la presente tesis, es responsabilidad del autor.

Eduardo Andrés Martínez Moncayo

C.C. 1716796709

AUTOR

CERTIFICACIÓN

Certifico que la presente tesis ha sido desarrollada en su totalidad por el señor Eduardo Andrés Martínez Moncayo, bajo mi supervisión.

Chef Juan Pablo Holguín

DIRECTOR

AGRADECIMIENTO

“Nuestros ancestros, nuestra cultura... Preservando nuestros alimentos”

(V Congreso Mundial de la Quinua)

La oportunidad única de crecer como persona y profesional, me la ha dado la Universidad Tecnológica Equinoccial, todos mis maestros que supieron impartir sus conocimientos y llegar con todo ese bagaje para con sus estudiantes.

Así mismo, a mi Director de Tesis, el Chef Juan Pablo Holguín, que con toda su predisposición, amplios conocimientos y mucha paciencia, me motivó para culminar este trabajo de investigación.

A mis padres y hermano:

Porque ellos día a día me dieron ánimo y lograron que perseverara para cumplir con este sueño realizado.

A mi madre en especial, porque ha sido el pilar fundamental que me ha sostenido, apoyado e inspirado para culminar mi carrera con éxito.

Eduardo Andrés Martínez Moncayo

DEDICATORIA

A mi madre:

Este trabajo va especialmente dedicado a mi madre. Esa mujer fuerte y segura, madre y amiga, que me ayudó a crecer como persona y a alcanzar mis objetivos profesionales.

A ella, una mujer maravillosa, le dedico este trabajo.

A mi padre:

Quien con su tesón y perseverancia, siempre me alentó a continuar por este camino.

A mi hermano Juan Pablo:

A ese pequeño que con tranquilidad y sabiduría me dio el empuje necesario para culminar mi carrera.

Eduardo Andrés Martínez Moncayo

INDICE

GENERALIDADES	xxix
1. Problema	xxx
2. Antecedentes	xxx
3. Justificación e Importancia	xxi
4. Delimitación del tema	xxxii
4.1.Delimitación espacial	xxxii
4.2.Delimitación temporal	xxxii
5. Objetivos de la investigación	xxxii
5.1.Objetivo general	xxxii
5.2.Objetivos específicos	xxxii
6. Marco referencial	xxxiii
6.1.Marco teórico	xxxiii
6.2.Marco conceptual	xlviii
7. Metodología de la investigación	liii
7.1.Métodos	liii
7.2.Técnicas	liii
CAPÍTULO I	
1. Antecedentes generales	1
1.1.Antecedentes geográficos	1
1.1.1. La hoya de Guayllabamba	2
1.1.2. Volcanes	4

1.1.3. Valles y altiplanos	6
1.1.4. El Noroccidente	6
1.1.5. Ríos de la provincia	7
1.2. Antecedentes cronológicos	8
1.2.1. Período Paleoindio	8
El Inga	11
1.2.2. Período Formativo	12
Cotocollao	14
1.2.3. Período de Desarrollo Regional	16
Panzaleo o Cosanga	19
1.2.4. Período de Integración	21
Quitú-Cara	24
Tulipe, Complejo Arqueológico	27
Cultura Yumbo	28
Cochasquí, Complejo Arqueológico	29
Caranquis	32
Chaupicruz – La Florida	34
1.2.5. El Tawantinsuyo del actual territorio del Ecuador	35
1.3. Antecedentes políticos	40
1.3.1. El Reino de Quito	41
1.3.2. La conquista Inca	43
1.4. Antecedentes culturales	47
1.5. Antecedentes socioculturales	52

CAPÍTULO II

2. Antecedentes gastronómicos prehispánicos	54
2.1. Costumbres	54
2.2. Ritos y tradiciones	57
2.2.1. El conocimiento del universo y la tradición oral	57
2.2.2. Calendario de celebraciones por mes	59
2.2.3. Origen, significado y celebraciones del Inti Raymi	60
2.2.4. Mushuc Nina	63
2.2.5. El Pawkar Raymi	63
2.2.6. Coya Raymi – Fiesta de la Jora	65
2.2.7. Capac Raymi – La fiesta de la masculinidad	66
2.2.8. Día de los Difuntos – Colada morada	67
2.3. Productos	68
2.3.1. Cereales	69
2.3.2. Pseudocereales	74
2.3.3. Leguminosas	77
2.3.4. Tubérculos	80
2.3.5. Raíces y Rizomas	86
2.3.6. Hortalizas y verduras	91
2.3.7. Condimentos y colorantes	104
2.3.8. Principales frutas nativas	110
2.3.9. Animales domésticos	125
2.4. Comercio	134

2.4.1. Intercambio local	134
2.4.2. Intercambio interregional	136
2.4.3. Intercambio de productos a larga distancia	138
2.5. Técnicas	139
2.5.1. Tecnologías relacionadas con la alimentación	139
2.5.2. Formas de desarrollo agrícola	140
2.5.3. Conservación de los alimentos	145
2.5.4. Almacenamiento de alimentos	149
2.6. Herramientas	150
2.7. Utensilios de Cocina	152
2.8. Preparaciones	155

CAPÍTULO III

3. Investigación de campo	185
3.1. Parque Arqueológico Rumipamba	185
3.1.1. Vivienda	186
3.1.2. Cocina	189
3.1.3. Cerámica	190
3.1.4. Tumbas mortuorias	191
3.1.5. Flora y Fauna	192
3.2. Museo Casa del Alabado	193
3.2.1. Cocina	195
3.2.2. Cerámica	195
3.2.3. Producción textil	197

3.3. Museo de la Ciudad	198
3.3.1. Vivienda	200
3.3.2. Cocina	200
3.3.3. Cerámica	202
3.3.4. Fauna y Flora	202
3.4. Museo de Sitio Intiñán (Mitad del Mundo)	203
3.4.1. Vivienda	204
3.4.2. Cocina	205
3.4.3. Cerámica	206
3.4.4. Tumbas mortuorias	206
3.5. Museo de Sitio Tulipe	207
3.5.1. Vivienda	209
3.5.2. Cocina	209
3.5.3. Cerámica	210
3.6. Museo de Sitio Cotocollao	211
3.6.1. Vivienda	212
3.6.2. Cocina	213
3.6.3. Cerámica	213
3.6.4. Tumbas mortuorias	215
3.7. Entrevistas	216

CAPÍTULO IV

4. Mapas y fichas gastronómicas	217
4.1. Fichas gastronómicas	217

4.1.1. El Inga (12.000 a 4.000 años a.C.)	217
4.1.2. Locro, ruqru o luqru	219
4.1.3. Mazamorra o colada	221
4.1.4. Guisos	223
4.1.5. Tubérculos cocidos	225
4.1.6. Asados	227
4.1.7. Tostado	229
4.1.8. Chicha	231
CAPITULO V	
5. Análisis de Impactos	233
5.1.1. Introducción	233
5.1.2. Impacto cultural	234
5.1.3. Impacto educativo	235
5.1.4. Impacto general	236
5.1.5. Conclusión	237
CONCLUSIONES	238
RECOMENDACIONES	239
BIBLIOGRAFÍA	240
ANEXOS	245

ÍNDICE DE IMÁGENES

Imagen No. 1	Cantones de la Provincia de Pichincha	XVI
Imagen No. 2	Provincia de Pichincha	1
Imagen No. 3	La Hoya de Guayllabamba	3
Imagen No. 4	Volcanes de la provincia de Pichincha	4
Imagen No. 5	Ríos de la provincia de Pichincha	7
Imagen No. 6	Período Paleoindio	9
Imagen No. 7	Mapa de culturas del período Paleoindio	10
Imagen No. 8	Ubicación geográfica de El Inga	11
Imagen No. 9	Restos arqueológicos de El Inga	12
Imagen No. 10	Mapa culturas del Período Formativo	12
Imagen No. 11	Modo de vida en el Período Formativo	13
Imagen No. 12	Ubicación Geográfica Cultura Cotocollao	14
Imagen No. 13	Lítica de la cultura Cotocollao	15
Imagen No. 14	Mapa Período de Desarrollo Regional	16
Imagen No. 15	Tumba Período Desarrollo Regional	17
Imagen No. 16	Mapa de Ubicación de la Cultura Panzaleo	19
Imagen No. 17	Figura de cerámica Cultura Cozanga	21
Imagen No. 18	Mapa culturas Período de Integración	22
Imagen No. 19	Pirámides de Cochasquí	22
Imagen No. 20	Ubicación geográfica cultura Quitu-Cara	24
Imagen No. 21	Cultura Quitu-Cara	25
Imagen No. 22	Mapa ubicación Tulipe complejo arqueológico	27
Imagen No. 23	Sitio arqueológico cultura Yumbo	28

Imagen No. 24	Mapa de ubicación Cochasquí	29
Imagen No. 25	Vasijas cultura Cochasquí	31
Imagen No. 26	Territorio Cayambe-Caranqui	32
Imagen No. 27	Cerámica Cultura Caranqui	33
Imagen No. 28	Mapa de ubicación culturas Chaupicruz-La Florida	34
Imagen No. 29	Sitio arqueológico La Florida	35
Imagen No. 30	Mapa ubicación de El Tahuantinsuyo	35
Imagen No. 31	Inti, Dios del Sol	36
Imagen No. 32	Metalurgia Incaica	38
Imagen No. 33	Gastronomía Inca	39
Imagen No. 34	Territorios del Reino de Quito	42
Imagen No. 35	La conquista Inca	43
Imagen No. 36	Batalla de Yaguarcocha	44
Imagen No. 37	Sitio arqueológico Pucará de Rumicucho	45
Imagen No. 38	Identidad cultural	47
Imagen No. 39	Etnias del Ecuador	48
Imagen No. 40	Lenguas del Ecuador	49
Imagen No. 41	Llacta	49
Imagen No. 42	Señorío étnico Cochasquí	50
Imagen No. 43	Comida típica del Ecuador	51
Imagen No. 44	Formas de vida: cazadores y recolectores.	53
Imagen No. 45	Gastronomía prehispánica	54
Imagen No. 46	Condimentos en la gastronomía prehispánica	56
Imagen No. 47	Chamán	58
Imagen No. 48	Inti Raymi	60

Imagen No. 49	Mushuk Nina	63
Imagen No. 50	Pawkar Raymi	64
Imagen No. 51	Coya Raymi	65
Imagen No. 52	Capac Raymi	67
Imagen No. 53	Día de los difuntos	67
Imagen No. 54	Maíz	70
Imagen No. 55	Técnicas ancestrales del cultivo del maíz	71
Imagen No. 56	Herramientas prehispánicas	72
Imagen No. 57	Tortillas de maíz en tiesto	73
Imagen No. 58	Quinua	74
Imagen No. 59	Chicha de quinua	75
Imagen No. 60	Amaranto	76
Imagen No. 61	Fréjol	77
Imagen No. 62	Chocho	78
Imagen No. 63	Maní	79
Imagen No. 64	Papa	81
Imagen No. 65	Melloco	82
Imagen No. 66	Oca	83
Imagen No. 67	Mashua	84
Imagen No. 68	Miso o Tazo	85
Imagen No. 69	Camote	87
Imagen No. 70	Zanahoria blanca	88
Imagen No. 71	Jícama	89
Imagen No. 72	Achera o Achira	90
Imagen No. 73	Ají	94

Imagen No. 74	Penco negro	95
Imagen No. 75	Paico	99
Imagen No. 76	Tomate	100
Imagen No. 77	Lengua de vaca	101
Imagen No. 78	Ashpa quinua	101
Imagen No. 79	Berro	102
Imagen No. 80	Chulco	103
Imagen No. 81	Ishpingo	105
Imagen No. 82	Molle	106
Imagen No. 83	Poleo	107
Imagen No. 84	Asnac Yuyo	107
Imagen No. 85	Achiote	108
Imagen No. 86	Chirimoya	112
Imagen No. 87	Aguacate	113
Imagen No. 88	Mora	114
Imagen No. 89	Capulí	115
Imagen No. 90	Guaba	116
Imagen No. 91	Ciruela-Claudia	117
Imagen No. 92	Taxo	118
Imagen No. 93	Hobo	118
Imagen No. 94	Granadilla	119
Imagen No. 95	Mortiño	119
Imagen No. 96	Naranjilla	121
Imagen No. 97	Piña	122
Imagen No. 98	Cacao	123

Imagen No. 99	Lima ácida-limón	124
Imagen No. 100	Tocte	124
Imagen No. 101	Llama	127
Imagen No. 102	Cuy	128
Imagen No. 103	Churo (caracol)	129
Imagen No. 104	Catzo	131
Imagen No. 105	Venado	131
Imagen No. 106	Conejo	132
Imagen No. 107	Pato	133
Imagen No. 108	Intercambio de alimentos	135
Imagen No. 109	Intercambio interregional	136
Imagen No. 110	Intercambio a larga distancia	138
Imagen No. 111	Agricultura	139
Imagen No. 112	Camellones incas	141
Imagen No. 113	Acueducto inca	142
Imagen No. 114	Terrazas incas	144
Imagen No. 115	Asoleo	146
Imagen No. 116	Salado-Asoleo	147
Imagen No. 117	Salado-Ahumado	148
Imagen No. 118	Collcas o bodegas de alimentos	149
Imagen No. 119	Herramientas de labranza	150
Imagen No. 120	Utensilios de cocina	152
Imagen No. 121	Ollas que se ponían al fuego	153
Imagen No. 122	Utensilios que no entraban en contacto con el fuego	153
Imagen No. 123	Locro-ruqru de papas	156

Imagen No. 124	Locro con carne de conejo	157
Imagen No. 125	Locro de fréjol	158
Imagen No. 126	Locro de ocas	158
Imagen No. 127	Locro de mellocos	159
Imagen No. 128	Locro de mashua	160
Imagen No. 129	Locro de arrachas o zanahoria blanca	160
Imagen No. 130	Locro de zapallo	161
Imagen No. 131	Locro de paico	161
Imagen No. 132	Locro de yuyuslluto	162
Imagen No. 133	Locro de yuca	163
Imagen No. 134	Locro de quinua	163
Imagen No. 135	Locro de camote	164
Imagen No. 136	Locro con tomate	164
Imagen No. 137	Locro de achogchas	165
Imagen No. 138	Locro de llullucha	165
Imagen No. 139	Locro de yerbas	166
Imagen No. 140	Mazamorra de maíz	167
Imagen No. 141	Mazamorra de quinua	167
Imagen No. 142	Colada de churos	168
Imagen No. 143	Chuchuca	169
Imagen No. 144	Uchucuta o fanesca	170
Imagen No. 145	Cuy asado	171
Imagen No. 146	Ushpacancha	172
Imagen No. 147	Quinua cocida como arroz	173
Imagen No. 148	Enteras	173

Imagen No. 149	Asados	174
Imagen No. 150	Tostado	175
Imagen No. 151	Chichas	176
Imagen No. 152	Chicha de yuca	178
Imagen No. 153	Colada de Mashua	181
Imagen No. 154	Champús	181
Imagen No. 155	Chicha de jora	182
Imagen No. 156	Chaguarmishqui	183
Imagen No. 157	Forma de vida Parque Arqueológico Rumipamba	185
Imagen No. 158	Huecos de poste para vivienda	186
Imagen No. 159 y 160	Vivienda circular con techo de paja	187
Imagen No. 161	Muros de piedra	187
Imagen No. 162	Muro formado por dos hileras de piedra	188
Imagen No. 163	Excavaciones arqueológicas	188
Imagen No. 164 y 165	Fogón circular y cocina	189
Imagen No. 166 y 167	Vasijas, cuencos y morteros	189
Imagen No. 168 y 169	Secado de maíz y cabuya	189
Imagen No. 170	Piso de barro cocido en forma elipsoidal	190
Imagen No. 171 y 172	Acumulaciones de cerámica cultura Jama Coaque II	191
Imagen No. 173, 174 y 175	Tumbas Parque Arqueológico Rumipamba	192
Imagen No. 176 y 177	Aves endémicas de la zona	193
Imagen No. 178 y 179	Fauna asociada: conejos y venados	193
Imagen No. 180 y 181	Exposición permanente Museo Casa del Alabado	194
Imagen No. 182	Vínculos históricos en la alimentación	195
Imagen No. 183 y 184	Piezas de oro	196

Imagen No. 185 y 186	Cerámica cultura Cosanga	196
Imagen No. 187	Kero ceremonial Inca	197
Imagen No. 188	Preparación de tintes para los tejidos	198
Imagen No. 189	Forma de vida precolombina Museo de la Ciudad	199
Imagen No. 190	Vivienda	200
Imagen No. 191 y 192	Cocina prehispánica	201
Imagen No. 193 y 194	Mazorcas y carne colgada en cuerdas de cabuya	201
Imagen No. 195 y 196	Mortero y batea	201
Imagen No. 197 y 198	Tintes y cerámica	202
Imagen No. 199	Fauna y flora	202
Imagen No. 200	Museo de Sitio Intiñán (Mitad del Mundo)	203
Imagen No. 201 y 202	Cilindro y reloj solar	204
Imagen No. 203 y 204	Choza y cama rústica	205
Imagen No. 205 y 206	Cocina prehispánica	205
Imagen No. 207 y 208	Vasijas, tamices, mates	205
Imagen No. 209 y 210	Mortero y cuyes criados dentro de la choza	206
Imagen No. 211	Cerámica	206
Imagen No. 212 y 213	Tola funeraria y momia con labios cocidos	207
Imagen No. 214 y 215	Piscinas ceremoniales y petroglifos pueblo Yumbo	208
Imagen No. 216	Yumbada (ceremonia pueblo Yumbo)	209
Imagen No. 217	Choza Yumbo	209
Imagen No. 218 y 219	Vasijas y cestas de transporte	210
Imagen No. 220 y 221	Cerámica de la cultura Yumbo	210
Imagen No. 222	Asentamiento cultura Cotocollao	211
Imagen No. 223 y 224	Piedra de moler y vasija de asa	213

Imagen No. 225	Cerámica cultura Cotocollao	214
Imagen No. 226 y 227	Mortero y vasija con asa	214
Imagen No. 228	Tumba individual	215
Imagen No. 229	Enterramiento posición flexionada	215
Imagen No. 230	Mapa de ubicación cultura El Inga	217
Imagen No. 231	Mapa gastronómico del loco	219
Imagen No. 232	Mapa gastronómico de la mazamorra o colada	221
Imagen No. 233	Mapa gastronómico de los guisos	223
Imagen No. 234	Mapa gastronómico de los tubérculos cocidos	225
Imagen No. 235	Mapa gastronómico de los asados	227
Imagen No. 236	Mapa gastronómico del tostado	229
Imagen No. 237	Mapa gastronómico de la chicha	231

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1	Cereales	69
Tabla No. 2	Leguminosas	77
Tabla No. 3	Tubérculos	80
Tabla No. 4	Raíces y Rizomas	86
Tabla No. 5	Hortalizas y verduras	91
Tabla No. 6	Condimentos y colorantes	104
Tabla No. 7	Principales frutas nativas	111
Tabla No. 8	Animales domésticos	126
Tabla No. 9	Ficha gastronómica de la cultura El Inga	218
Tabla No. 10	Ficha gastronómica del Locro	220
Tabla No. 11	Ficha gastronómica de la Mazamorra o colada	222
Tabla No. 12	Ficha gastronómica de los Guisos	224
Tabla No. 13	Ficha gastronómica de los tubérculos cocidos	226
Tabla No. 13	Ficha gastronómica de los asados	228
Tabla No. 14	Ficha gastronómica del tostado	230
Tabla No. 15	Ficha gastronómica de la chicha	232
Tabla No. 16	Análisis de impactos	233
Tabla No. 17	Impacto cultural	234
Tabla No. 18	Impacto educativo	235
Tabla No. 19	Impacto general	236

GENERALIDADES

El Ecuador es un país megadiverso, así como diversas son sus costumbres, tanto en la costa, sierra, oriente y galápagos, cada zona ha sido influenciada por el clima, la biodiversidad, la altura, factores que han dejado sus huellas a través de la historia.

En este documento, se va a estudiar a profundidad la historia prehispánica de la provincia de Pichincha, con su capital Quito, donde se asentaron en el pasado importantes culturas ancestrales y que fue y es capital de todos los ecuatorianos.

Se analizarán sus costumbres, sus ritos, su alimentación, basados en estudios arqueológicos y trabajos bibliográficos que se han hecho en los últimos años, a pesar de no tener un bagaje extenso de conocimientos de nuestra historia prehispánica, me ha sido posible recuperar las bases de nuestra cultura alimentaria que en gran medida coexiste hasta la actualidad con la modernidad de la gastronomía.

Se puede por ejemplo encontrar platos tan antiguos como la colada de churos, el loco que es un ícono no solo en la provincia de Pichincha, sino en otras provincias de la sierra ecuatoriana, el consumo del maíz, ya sea cocinado, asado, en sopas, en tortillas, humitas, tortillas de tiesto, tostado, etc.

1. PROBLEMA

La gastronomía autóctona propia del Ecuador con el paso de los años ha desaparecido y ha creado un vacío en la memoria de las personas.

En la búsqueda de afianzar la identidad propia del Ecuador se ha planteado el rescate cultural y gastronómico ancestral sin ningún éxito, ya que muchas veces se confunde este concepto o simplemente la falta de fuentes de información primaria limita a los investigadores.

Las culturas nativas de la Provincia de Pichincha fueron ricas en productos, técnicas y desarrollo de nuevos sabores, que con la colonización y la introducción de productos y animales traídos desde Europa, cambiaron la gastronomía del Ecuador antiguo, por esto es necesario dar a conocer la verdadera gastronomía ancestral de la propia de Pichincha.

2. ANTECEDENTES

La presente investigación abarca desde el período Paleoindio (12000 AC) hasta la conquista Inca (1534 DC) donde existieron diez culturas que estuvieron asentadas en la provincia de Pichincha.

La evolución del hombre, viene desde El Inga quienes eran nómadas cazadores recolectores, luego con la especialización y agricultura, se da inicio a los asentamientos o pueblos donde existen evidencias sólidas sobre sus costumbres, para finalmente llegar al período de la conquista Inca que termina con la conquista española.

Debido a los cambios que ha sufrido el Ecuador con el paso de los siglos, las culturas que han sido introducidas y el abandono por parte de los ecuatorianos de sus raíces, ha quedado en el olvido gran parte de la cultura ancestral.

El desconocimiento que se ha dado sobre las cualidades de los productos nativos y de su gran variedad ha conducido a su desaparición y extinción.

El daño sufrido en la memoria de los ecuatorianos a lo largo de los siglos ha creado un pensamiento errado sobre los productos denominados autóctonos siendo así que se piensa que animales como el cerdo o la vaca y árboles como el eucalipto son nativos del territorio ecuatoriano.

3. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

Esta investigación tiene como finalidad realizar una recopilación de información sobre la gastronomía ancestral de la Provincia de Pichincha, la misma que permitirá tomar conciencia sobre las culturas y tradiciones. Siendo ésta una investigación de carácter socio-cultural ayudará como fuente de consulta para las carreras afines con el tema, incentivando la investigación y aplicación práctica de los conocimientos gastronómicos puntualizados en este trabajo.

Las fuentes de información son bastante limitadas, sin embargo, existen en forma de testimonios, información museológica y en comunidades milenarias que se han mantenido en el tiempo, por lo tanto mi trabajo será realizado en gran parte guiado por mis experiencias y conocimientos adquiridos en una investigación anterior sobre el mismo tema.

4. DELIMITACIÓN DEL TEMA

4.1 Delimitación espacial

La investigación sobre la Gastronomía Prehispánica se llevará a cabo en lo que hoy representa la Provincia de Pichincha.

4.2 Delimitación temporal

La investigación sobre la Gastronomía Prehispánica se llevará a cabo en el lapso de seis meses a partir de la fecha de la asignación del(la) sr(a) director(a) de tesis.

5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

5.1 Objetivo general

Investigar la gastronomía prehispánica en la Provincia de Pichincha, con el fin de conocer sus orígenes, características y cultura gastronómica.

5.2 Objetivos específicos

- Investigar el contexto histórico de lo que hoy representa la provincia de Pichincha sus antecedentes cronológicos, geográficos, políticos, culturales y socioculturales para dar a conocer sobre las diferentes culturas y asentamientos indígenas.
- Identificar la cultura gastronómica ancestral, sus ritos, productos, técnicas, utensilios, costumbres y preparaciones para darla a conocer y enfocar su importancia actual.
- Analizar la información recolectada en los sitios arqueológicos, museos, bibliotecas de la provincia de Pichincha, para organizarla de acuerdo al tipo de preparación o ingredientes.
- Elaborar mapas y fichas gastronómicas basadas en la información encontrada sobre cada cultura.

- Realizar un análisis de los impactos social, cultural y gastronómico de la herencia culinaria prehispánica para definir su importancia a futuro.

6. MARCO REFERENCIAL

6.1 Marco teórico

Generalidades de la provincia de Pichincha

Oficialmente llamada Provincia de Pichincha, es una de las 24 provincias que conforman la República del Ecuador. Se encuentra ubicada al norte del país, en la región geográfica conocida como sierra. La ciudad de Quito es su capital administrativa y también es la ciudad más poblada de su región.

La provincia de Pichincha fue creada el 25 de Junio de 1824 y su capital Quito el 6 de Diciembre de 1535. Tiene una población de 2'796.838 habitantes y una extensión de 9.612 Km². Su nombre se debe al volcán activo Pichincha ubicado al centro norte de Quito, la capital del Ecuador.

Los límites de la provincia son: NORTE: Imbabura y Esmeraldas; SUR: Cotopaxi; ESTE: Sucumbíos y Napo; OESTE: Santo Domingo de los Tsáchilas.

La provincia es administrada por el Gobierno Autónomo Descentralizado de la Provincia de Pichincha desde su capital. Es la segunda más poblada del Ecuador, tras la provincia del Guayas.

(www.pichincha.gob.ec, 2014)

Geografía

La provincia de Pichincha está situada en la región central o sierra, hacia el norte del territorio. Esta ubicación geográfica le confiere las siguientes características:

Es ecuatorial pues le atraviesa la línea equinoccial; es andina por encontrarse entre las dos cordilleras de los Andes, en la hoya del río Guayllabamba; es también volcánica por situarse cerca del macizo montañoso del Pichincha.

La hoya del Guayllabamba

La provincia se encuentra ubicada dentro de la hoya del río Guayllabamba, que abre una brecha en la cordillera para avanzar hasta el Pacífico. La hoya está rodeada de un imponente cinturón de volcanes como: Cotopaxi, Antisana, Sincholagua y Cayambe en la cordillera oriental. En la occidental: el Iliniza, Atacazo, Pichincha y Pululagua, que fueron volcanes activos hasta no hace mucho.

El Guagua-Pichincha todavía presenta huellas de actividad post-eruptiva y se encuentra sometido a continua investigación. Al sureste del Cayambe se levanta el Saraurco que no tiene caracteres volcánicos. Los nudos que encierran a la hoya por el norte y por el sur están formados por los volcanes apagados: Rumiñahui y Pasochoa ubicados al sur en el nudo de Tiopullo y el Fuya-Fuya y Colongal al norte en el nudo de Mojanda. En el centro de la hoya se levanta un montículo de formación volcánica, el Ilaló, en cuyas faldas se encuentran fuentes termales, que se han aprovechado para los balnearios de El Tingo, Alangasí y Cununyacu.

Volcanes

El soberbio Pichincha

Es un monte histórico, en sus faldas se selló definitivamente la Independencia con la célebre batalla del 24 de Mayo de 1822. Por esta razón, Juan León Mera lo menciona en la letra del himno nacional.

El Pichincha es un macizo volcánico, a cuyo pie oriental se asienta la ciudad de Quito. "El macizo está representado por el volcán doble de Rucu-Pichincha (4.698 m.) y Guagua-Pichincha (4.784 m.) de los cuales el primero es el más antiguo" (Prof. Francisco Terán).

Una de las estribaciones meridionales del Rucu es el cerro Ungüi y el volcán parásito de su pie oriental, el Panecillo o Yavirac. Desde el punto de vista turístico, la subida de este macizo constituye una grata experiencia para las personas que ya tienen cierto entrenamiento de montaña. Se aconseja no aventurarse en la montaña sin una persona conocedora. Desde la primera elevación (Cruz-loma), se tiene una visión panorámica de la ciudad de Quito. Desde allí se puede escalar al Rucu-Pichincha. También es posible llegar al cráter del Guagua-Pichincha, por el sector de Lloa.

El Iliniza

Es uno de los volcanes más singulares del mundo, debido a su forma característica de doble cima, es decir tiene dos picos piramidales empinados que pueden ser escalados. Está situado al occidente del nudo de Tiopullo.

El meridional tiene 5.266 m. de altura. El geógrafo Manuel Villavicencio cree que las dos puntas piramidales, son producto de los restos de un volcán destruido. Las puntas de esta montaña fueron medidas por Bouguer, uno de los académicos franceses.

El Antisana

La cima más alta septentrional tiene 5.075 m. y la más baja forma la parte elevada de un cono. Ambas cimas están unidas por una ensillada poco profunda. En sus faldas están más de cuatro cráteres apagados. El Antisana extiende sus faldas hacia la región oriental y de sus deshielos nacen los ríos que van hacia el Napo. En las faldas del Antisana existen sitios privilegiados para el paseo. Esta última se la encuentra en la laguna de la Mica, que está ubicada en una hacienda de propiedad particular.

El Cayambe

Este volcán tiene 5.790 m. de altura, un poco menos que el Chimborazo. De él escribió Humboldt: "Esta montaña es una de las más bellas que se puede ver y una de las más altas del mundo. Puede considerarse como uno de los monumentos eternos, con que la naturaleza ha marcado las grandes divisiones del globo terrestre".

Valles y altiplanos

La hoya del Guayllabamba comprende numerosos valles como: El Cayambe (frío), Guayllabamba (cálido), Puéllaro, Puenbo, el altiplano de Malchinguí, Tabacundo, situados al norte y el Turubamba y Chillogallo al suroeste.

En la historia de la geografía es célebre la llanura de Yaruquí al noroeste de Quito, donde se levantaron las pirámides de Caraburo y Oyanbaro, que señalan los extremos de las mediciones efectuadas por la Misión Geodésica francesa, que vino en la Colonia para medir un arco de meridiano.

Del macizo de la cordillera occidental se desprenden estribaciones que descienden a la costa. Dentro de la provincia de Pichincha estas estribaciones son las montañas de Nanegal, Mindo, Saloya, Tandapi y al sur la cordillera de Chugchilán.

La de Mindo, es quizás la de mayor importancia por estar muy cerca del mar en Esmeraldas. Esta cordillera denominada también Piruasí-San Tadeo comienza en las alturas de Nono y desciende a la llanura donde confluyen los ríos Blanco, Caoní y Silanchi.

A partir de 1974 con la fundación de Puerto Quito, la zona del noroccidente se integra a la provincia. El río Caoní tiene interés turístico y en Puerto Quito existe una playa pública. Desde la capital se puede estar en dos horas en estas playas.

La zona de Puerto Quito es rica en la producción de café, arroz, cacao y es privilegiada para la ganadería. En el campo agrícola se produce limón real, que es un injerto con mandarina.

El sector del noroccidente más próximo a Quito es el de Nono, región que se presta para el turismo ecológico (botánica, zoología, arqueología). La hostería San Jorge que se encuentra en el camino a Nono (vía occidental) se especializa en paseos guiados a sus huéspedes, por diversos lugares del sector.

Ríos de la Provincia

El Guayllabamba

Es el eje hidrográfico de la hoya con sus principales afluentes: San Pedro, Pita y Pisque. Desde el sur el río Guayllabamba recoge las aguas interiores de la hoya y, se estrecha en un gran cañón que rompe la cordillera occidental precipitándose hacia la costa, para desaguar en el río Esmeraldas.

El San Pedro

Nace al suroeste de la hoya, atraviesa el valle de Machachi, llega al valle de los Chillos, donde cerca de Sangolquí recibe pequeños afluentes; poco antes de Conocoto recoge las aguas del Capelo. Su principal afluente es el río Pita que nace al sureste de los deshielos del Cotopaxi, con el nombre de Pedregal. Este río atraviesa todo el valle de los Chillos y, casi al pie del Ilaló se une con el San Pedro.

El Pisque

Este es el mayor afluente del Guayllabamba. Nace en el noreste de la hoya, avanza hacia el oeste y recibe las aguas de los ríos Granobles y Guachalá.

El Blanco

Nace en los contrafuertes occidentales del Pichincha, recibe varios afluentes, (Mindo, Nambilla, Saloya, Cinto) y luego de coger el Yambi y el Malaule se une con el río Toachi que nace en la cordillera de Chugchilán.

La gastronomía ecuatoriana desde sus orígenes siempre ha sido rica, abundante y variada, además de ser una auténtica mezcla de sabores y saberes ancestrales, algunos de ellos se conservan hasta hoy tales como las tortillas de tiesto, el tostado y muchas otras, perdidas en el tiempo.

El antropólogo dice que “solo la observación etnográfica puede precisar lo que cada una (cada cultura) entiende por crudo, cocido o podrido, y no hay razón de que sea lo mismo para todas”.

(Lévi-Strauss, 1970,p 417).

Evolución de sus hábitos y costumbres

Remontándonos muchos siglos atrás, cuando el hombre era nómada, vagaba de un lado a otro en busca de alimentos principalmente, hasta que dentro de esa búsqueda, llegaron a valles donde encontraron abundante cacería y tierra fértil y propicias para la agricultura, lo que produjo que este hombre nómada se vuelva sedentario y se vuelva agricultor, descubriendo así la riqueza de la tierra y todo lo que ella podía prodigarle.

El clima y suelos ecuatorianos coadyuvaron para que existan asentamientos humanos ya que al no tener estaciones climáticas marcadas se consigue toda la variedad de productos los 365 días del año; sin embargo, ciertos productos son originarios de algunas zonas específicas, por ejemplo la papa que la de mejor calidad se consigue en ciudades de altura influenciadas por las bajas temperaturas.

Así, el hombre dio un vuelco a su forma de vida, empezó la creación de instrumentos especializados para diferentes tareas, lanzas para cazar, cuchillos de piedra para cortar y sobre todo, muchas vasijas para cocinar, piedras para moler los granos, tiestos para asar, ralladores

rústicos, cedazos, platos, platillos, compoteras, en fin, todo lo que fue útil para la subsistencia de estos pueblos ancestrales.

La alimentación serrana en la época prehispánica se basó en el consumo de tubérculos, granos y animales andinos, la gran variedad de estos productos dio origen a una extensa gastronomía ancestral, los pueblos nativos supieron aprovechar al máximo lo que la madre tierra les ofrecía no solo para la alimentación sino también para el consumo espiritual. Hoy en día es reconocido el adelanto de los pueblos ancestrales del Ecuador en medicina y otras disciplinas.

Puede decirse con mucha certeza, que el primer grano que estuvo al alcance del hombre fue el maíz, con él lograron hacer infinidad de platos, cuando estaba tierno, lo comían cocinado como choclo, a medio madurar lo que hoy conocemos como choclomote y cuando estaba seco, para tostado, harina para coladas o mazamoras, tortillas y todo lo que pudieran inventar. Este grano prodigioso empezó a tener diferentes variedades: canguil, mote, morocho, morochillo. De las cañas, utilizaban su jugo para hacer chicha o beberlo directamente, todo esto únicamente del maíz.

Las extensas llanuras andinas permitieron un desarrollo acelerado en la cacería ya que la geografía de estos terrenos eran lugares propicios para la existencia de una infinidad de especies animales como las liebres, conejos, llamas, cuyes, alpacas, entre otras. Las aves fueron también parte de la alimentación prehispánica, tórtolas y palomas se encontraban en su menú.

La vida y la cocina del indígena estaban reguladas por la naturaleza, por las estaciones climáticas y por los ritos a ellas vinculados. Normalmente era simple y dependía de la caza o de la temporada de los frutos. La ocasión más festiva de la cocina indígena era la época de

cosecha. Junto a la recolección de papas o mazorcas estaba el ají de cuy y los variados potajes de la quinua.

Contra lo que podríamos pensar, hubo varias bebidas de consumo común, destacándose entre todas la chicha de maíz, elaborada con un proceso parecido al de la cerveza. También se producía chicha de frutas como de molle y moras. Una bebida de valor especial era el chaguarmishqui.

Dentro de la cocina ancestral, también existieron los condimentos que lograban dar a los potajes, un sabor diferente. Así mismo, el ají fue el más noble condimento de la comida indígena, lo usaban entero o molido, crudo o cocinado, solo, relleno o mezclado con otros condimentos fue el condimento clave de las grandes y pequeñas comidas aborígenes. Este vegetal dio nombre a muchos platos como: ají de cuy, ají de queso, ají de chochos, tomate de ají, ajiaco.

Otro condimento utilizado fue el achiote para dar color a los diferentes platillos de la cocina ancestral. Los abuelos indígenas le destinaron además otros usos: amuleto contra enfermedades y brujerías, filtro de amor para obtener favores femeninos, elixir proveedor de fuerza y resistencia.

Dentro de estos sabores ancestrales se encuentran también las compotas de capulíes, moras, mortiños, caimitos, zapotes, granadillas; guanábana, aguacate, mamey, piña, además de alimentos insospechados como los churos y los catzos.

“Comen papas y unos gusanos que se crían en la tierra, gruesos, que llaman cuzos”

(Rodríguez Docampo ,1965, p 75)

“algunas naciones de indios los comen. Los indios de Chachapoyas los comen cocidos”

(Cobo 1964, p 338)

Todos los cambios en su estilo de vida y costumbres permitió a cada cultura o asentamiento prehispánico dejar un legado cultural y gastronómico que persiste hasta la actualidad.

6.2 Marco conceptual

- Acllayapuna: Arado de indios.
- Ahumado: Exponer un alimento al humo para conservarlo y darle un sabor especial.
- Albarrada: Pared de piedra
- Alfarería: Arte de elaborar objetos de barro o arcilla.
- Aluvión: Sedimentos terrestres arrastrados por una corriente de agua.
- Aríbalos: Cerámica de cuerpo ancho y boca estrecha.
- Arracha: Zanahoria blanca
- Arrope: Jalea o jarabe hecho a base de mora.
- Asoleo: Secado de productos al sol antes de almacenarlos.
- Aspina: Raspador de metal con mango de madera.
- Barbecho: Superficie de terreno que se deja descansar 2 o 3 años.
- Batea: Bandeja de madera.
- Bohío: Cabaña construida con madera, cañas o paja.
- Botijuela: Vasija de barro con cuello estrecho.

- Callana. Vasija usada para tostar.
- Camellones: Camas de cultivo elevadas a unos 15 o 20 cm del suelo.
- Cántaro: Vasija grande de barro o metal, de boca angosta.
- Cao: Estado del maíz. Paso de tierno a maduro.
- Catzo: Escarabajo blanco.
- Chaguarmishqui: Bebida que se obtiene del penco maduro.
- Chamán: Hombre que en algunas culturas se considera que tiene el poder de comunicarse con los dioses y curar enfermedades, usando poderes mágicos y hierbas
- Champús: Colada de harina de maíz con mote..
- Chaquín: Pala de madera de punta delgada que se acciona con el pie, para sembrar maíz.
- Charqui: Carne salada y secada al sol.
- Chicha: Bebida alcohólica que en algunas partes, resulta de la fermentación del maíz en agua azucarada y en otras, de la del zumo de uva o manzana.
- Chuchuca: Maíz a medio madurar.
- Chumal: Humita.
- Chuño: Tubérculos deshidratados.
- Churo: Molusco gasterópodo pequeño (caracol)
- Cocción: Cocinar al fuego los alimentos.
- Collcas: Bodegas para guardar alimentos y otros objetos.
- Compotera: Taza de compota.
- Coquero: Persona que mastica coca.
- Corzas: Mamífero rumiante cérvido, algo mayor que la cabra, que vive en Europa; el macho tiene astas pequeñas, verrugosas y ahorquilladas hacia la punta.

- Cosmovisión: Percepción del universo.
- Cucayo: Refrigerio, comida ligera.
- Cuenco: Recipiente ancho y hondo sin asas ni borde.
- Cute. Asadón.
- Etnográfico: Método para describir las costumbres y tradiciones de un grupo humano.
- Escotadura: Cortadura en el borde de una cosa que altera su forma.
- Fécula: Almidón
- Gnomon: Instrumento astronómico para determinar la altura del sol y las horas del día.
- Gourmet: Refinado, exquisito.
- Guanacos: Mamífero rumiante andino de la familia de los camélidos, similar y algo mayor que la llama, de pelo largo y negruzco y patas delgadas aptas para la carrera.
- Huayunga: Colgar las mazorcas de una viga dentro de la casa para que se sequen.
- Hualmo: Palo puntiagudo en forma de lanza para sembrar maíz.
- Huashmo: Pala de madera angosta usada para cavar papas.
- Huaycuy camayoc: Cocinero.
- Iridiscentes: Que muestra o refleja los colores del arco iris.
- Jora: Bebida sagrada utilizada en actos ceremoniales.
- Jucho: Dulce preparado a base de capulíes, arroz de cebada, peras y duraznos.
- Kero: vaso de cerámica o madera decorado.
- Kuraka: Jefe de una llacta.
- Lascas: Fragmentos planos y delgados desprendidos de una piedra.
- Lítica: Relativo a la piedra.
- Llachu: Azada de madera.

- Llacta: Término que define a los antiguos poblados de los Andes centrales.
- Llullucha: Cierta tipo de alga consumido por los indígenas.
- Maceración: Echar un alimento en líquido y especias, dejarlo un tiempo para mejorar su sabor.
- Maguey: Agave, pita, maguey, cabuya, fique, mezcal.
- Mamey: Árbol americano de hojas perennes elípticas, flores blancas y olorosas, y fruto casi redondo, aromático.
- Mate: Pieza utilizada como cucharón.
- Maquitola: Tola de mano
- Mashua: Tubérculo andino.
- Mastuerzo: Planta ornamental utilizada como alimento, medicinal y para tintura.
- Mazamorra: Guiso a base de maíz hervido.
- Metate: Mortero de piedra tallada en forma rectangular.
- Mieses: cereal maduro (grano)
- Mindalae: Mercaderes especializados encargados de abastecer de productos al señorío.
- Mondar: Quitar la cáscara o la piel a tubérculos, hortalizas, frutas.
- Mortero: Utensilio utilizada para machacar.
- Muku: Grano triturado producto de la masticación.
- Palondra: Pala de madera.
- Poleada: Bebida caliente, colada.
- Potaje: Guiso o caldo hecho con legumbres, verduras y otros ingredientes.
- Puchuelo: Medida o vaso utilizado para tomar la chicha.
- Quichua: Lengua nativa de los indígenas andinos.

- Quipus: Soga anudada para llevar cuentas.
- Remojado: Reposar en agua los granos para eliminar las toxinas.
- Rucu: viejo (en quichua)
- Salado: Aplicación de sal para preservar la carne o pescado.
- Shyri: Nombre del gobernante de los Caras.
- Tambo: Especie de tienda donde los viajeros se proveían de provisiones.
- Tangán: Tablero suspendido en las viviendas para colocar comestibles.
- Tiesto: Pedazo de vasija de barro.
- Tipina: Instrumento de madera puntiagudo usado para deshojar la mazorca.
- Tolas: Tumba en forma de montículo, perteneciente a los antiguos aborígenes.
- Tubérculo: Parte del tallo o raíz gruesa que reserva sustancias como la papa.
- Tula: Estaca de madera terminada en bisel, que sirve para cavar.
- Tumi: Cuchillo de cobre
- Turmas: Patatas de monte.
- Tutricut: Representante directo del Inca para gobernar.
- Uchucuta: Mezcla de granos tiernos cocidos con ají y hierbas.
- Ushpacancha: Granos cocinados acompañados con tostado y ají.
- Uti: Palo encorvado donde se coloca la hoja del azadón.
- Vestigio. Monumento o ruina que se conserva de pueblos antiguos.
- Yanapa: Forma de pago a los trabajadores con el usufructo del terreno.
- Yavirac: Nombre de El Panecillo antes de la llegada de los españoles.
- Yuyuslluto: brote tiernos.
- Yumbos: Grupo de guerreros que controlaban el tráfico de bienes y alimentos.

- Zanja: Excavación alargada y estrecha para canalizar agua.

7. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

7.1 Métodos

- Exploratoria: Se necesita una investigación de campo, recolectando información de la gastronomía prehispánica por medio de entrevistas.

- Análisis: Se generará un análisis a fondo de la información recolectada sobre gastronomía prehispánica con el fin de distinguir los fundamentos de las mismas.

- Síntesis: Se utilizará para verificar la aceptación que tiene la información recopilada en la investigación de la gastronomía prehispánica en la provincia de Pichincha.

- Histórico: Se utilizará para conocer los antecedentes y eventos del pasado en la provincia de Pichincha.

7.2 Técnicas

- Entrevista

CAPÍTULO I:

1. ANTECEDENTES GENERALES

1.1. Antecedentes geográficos

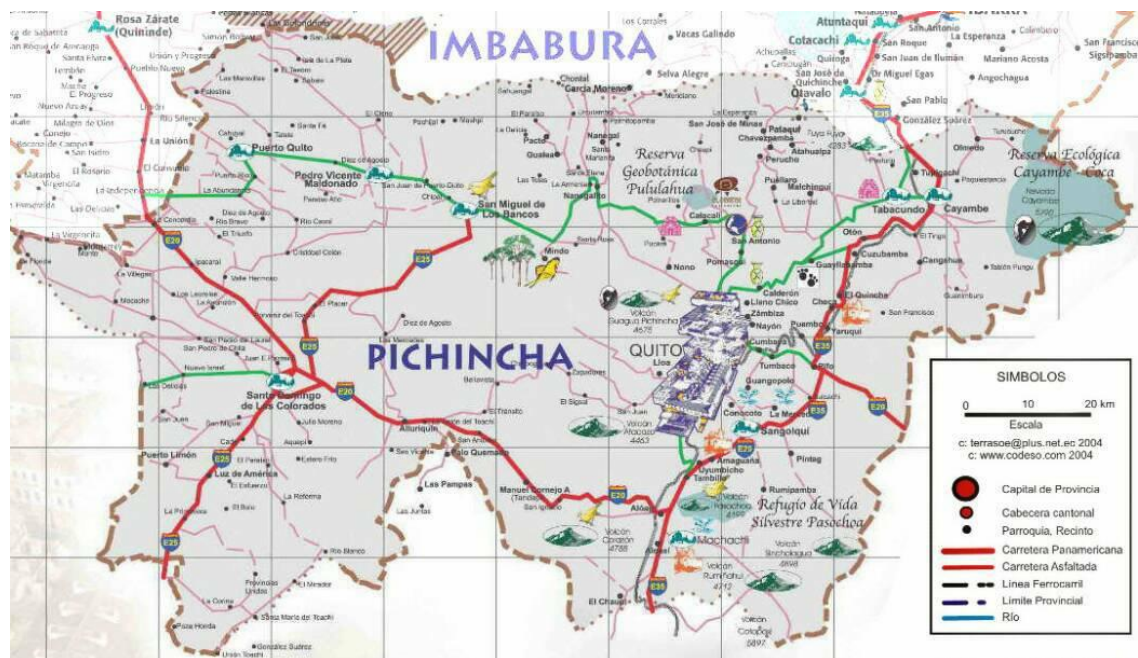


Imagen # 2 Provincia de Pichincha

(www.codeso.com/Mapas01.html, 2014)

La provincia de Pichincha cuya capital es Quito, está situada en la región central o sierra, hacia el norte del territorio. Esta ubicación geográfica le confiere las siguientes características: Es ecuatorial pues le atraviesa la línea equinoccial; es andina por encontrarse entre las dos cordilleras de los Andes, en la hoya del río Guayllabamba; es también volcánica por situarse cerca del macizo montañoso del Pichincha.

El relieve viene determinado por diversas estribaciones secundarias y valles, que pierden altura hacia la costa; la cordillera Occidental, el surco interandino y una pequeña zona de la cordillera Oriental, mantiene un clima tropical en los valles más abrigados y secos se produce una serie de frutas tropicales. (MENDOZA VELIZ, 1966, pág. 36)

La Provincia de Pichincha limita:

Norte: con las provincias de Imbabura y Sucumbíos;

Sur: con la Provincia de Cotopaxi;

Este: con la Provincia de Napo;

Oeste: con Santo Domingo de los Tsáchilas; y,

Noroeste: con la Provincia de Esmeraldas.

En extensión territorial es undécima, con 9.494 km².

En la provincia existen dos zonas diferenciadas: el este, un área dominada por los Andes orientales y occidentales; el oeste, un área que pertenece a la región Costa, que se encuentra poblada por ramificaciones subandinas.

La provincia se ubica principalmente sobre la Hoya de Guayllabamba, debido a estar en plena cordillera posee la falla geológica EC-31 (conocida como *Falla de Quito-Ilumbisi* o *Falla de Quito*). (MOLESTINA ZALDUMBIDE, 2006)

1.1.1. La hoya del Guayllabamba

La provincia se encuentra ubicada dentro de la hoya del río Guayllabamba, que abre una brecha en la cordillera para avanzar hasta el Pacífico. La hoya está rodeada de un imponente cinturón de volcanes como: Cotopaxi, Antisana, Sincholagua y Cayambe en la cordillera

oriental. En la occidental: el Iliniza, Atacazo, Pichincha y Pululagua, que fueron volcanes activos hasta no hace mucho.

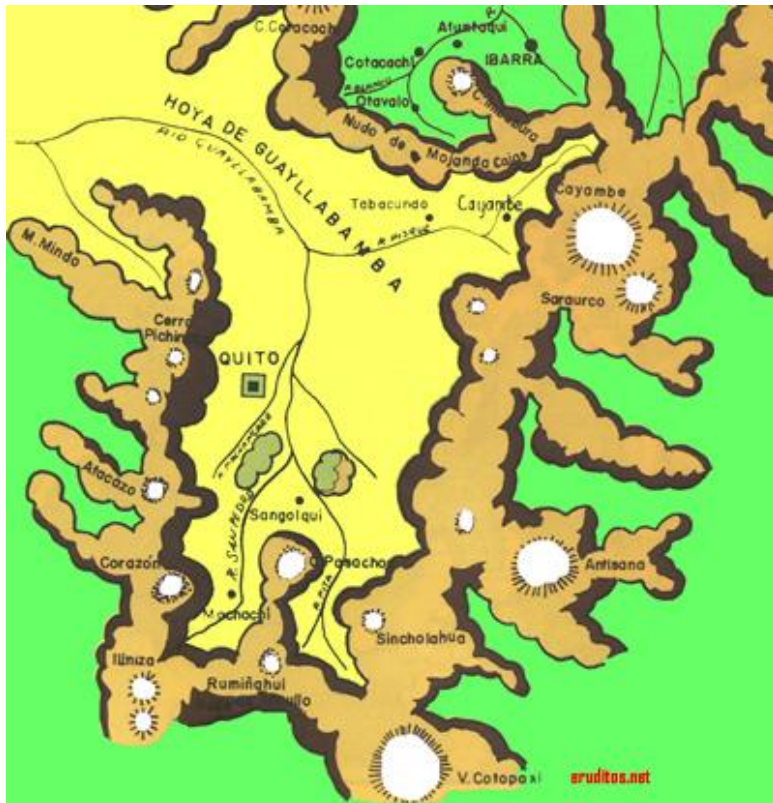


Imagen # 3 Hoya de Guayllabamba
(www.eruditos.net/mediawiki/index.php?title=Imagen:Hoyaguayllabamba.jpg, 2015)

El Guagua-Pichincha todavía presenta huellas de actividad post-eruptiva y se encuentra sometido a continúa investigación. Al sureste del Cayambe se levanta el Saraurco que no tiene caracteres volcánicos. Los nudos que encierran a la hoya por el norte y por el sur están formados por los volcanes apagados: Rumiñahui y Paschoa ubicados al sur, en el nudo de Tiopullo y el Fuya-Fuya y Colongal al norte, en el nudo de Mojanda.

En el centro de la hoya se levanta un montículo de formación volcánica, el Ilaló, en cuyas faldas se encuentran fuentes termales, que se han aprovechado para los balnearios de El Tingo, Alangasí y Cununyacu. (MENDOZA VELIZ, 1966, pág. 58)

1.1.2. Volcanes



Imagen # 4 Volcanes de la provincia de Pichincha
(www.google.com.ec, 2015)

• El soberbio Pichincha

Es un monte histórico, en sus faldas se selló definitivamente la Independencia con la célebre batalla del 24 de Mayo de 1822. Por esta razón, Juan León Mera lo menciona en la letra del himno nacional.

El Pichincha es un macizo volcánico, a cuyo pie oriental se asienta la ciudad de Quito. "El macizo está representado por el volcán doble de Rucu-Pichincha (4.698 mts.) y Guagua-Pichincha (4.784 mts.) de los cuales el primero es el más antiguo" (Prof. Francisco Terán).

Una de las estribaciones meridionales del Rucu es el cerro Ungüi y el volcán parásito de su pie oriental, el Panecillo o Yavirac. Desde el punto de vista turístico, la subida de este macizo constituye una grata experiencia para las personas que ya tienen cierto entrenamiento de montaña. Se aconseja no aventurarse en la montaña sin una persona conocedora.

Desde la primera elevación (Cruz-loma), se tiene una visión panorámica de la ciudad de Quito. Desde allí se puede escalar al Rucu-Pichincha. También es posible llegar al cráter del Guagua-Pichincha, por el sector de Lloa. (TERAN, pág. 48)

• **El Iliniza**

Es uno de los volcanes más singulares del mundo, debido a su forma característica de doble cima, es decir tiene dos picos piramidales empinados que pueden ser escalados. Está situado al occidente del nudo de Tiopullo. El meridional tiene 5.266 mts. de altura.

El geógrafo Manuel Villavicencio cree que las dos puntas piramidales, son producto de los restos de un volcán destruido.

Las puntas de esta montaña fueron medidas por Bouguer, uno de los académicos franceses. (TERAN, pág. 48)

• **El Antisana**

La cima más alta septentrional tiene 5.075 mts. y; la más baja forma la parte elevada de un cono. Ambas cimas están unidas por una ensillada poco profunda. En sus faldas están más de cuatro cráteres apagados.

El Antisana extiende sus faldas hacia la región oriental y, de sus deshielos nacen los ríos que van hacia el Napo.

En las faldas del Antisana existen sitios privilegiados para el paseo. Esta última se la encuentra en la laguna de la Mica, que está ubicada en una hacienda de propiedad particular. (TERAN, pág. 49)

• **El Cayambe**

Este volcán tiene 5.790 mts. de altura, un poco menos que el Chimborazo. De él escribió Humboldt: "Esta montaña es una de las más bellas que se puede ver y una de las más altas del mundo. Puede considerarse como uno de los monumentos eternos, con que la naturaleza ha marcado las grandes divisiones del globo terrestre".(Prof. Francisco Terán).

1.1.3. Valles y altiplanos

La hoya del Guayllabamba comprende numerosos valles como: El Cayambe (frío), Guayllabamba (cálido), Puéllaro, Puembo, el altiplano de Malchinguí, Tabacundo, situados al norte y , el Turubamba y Chillogallo al suroeste.

En la historia de la geografía es célebre la llanura de Yaruquí al noroeste de Quito, donde se levantaron las pirámides de Caraburo y Oyanbaro, que señalan los extremos de las mediciones efectuadas por la Misión Geodésica francesa, que vino en la Colonia para medir un arco de meridiano.

Del macizo de la cordillera occidental se desprenden estribaciones que descienden a la costa. Dentro de la provincia de Pichincha estas estribaciones son las montañas de Nanegal, Mindo, Saloya, Tandapi y al sur la cordillera de Chugchilán. (MENDOZA VELIZ, 1966, pág. 65)

1.1.4. El Noroccidente

Del macizo de la cordillera occidental se desprenden estribaciones que descienden a la costa. Dentro de la provincia de Pichincha estas estribaciones son las montañas de Nanegal, Mindo, Saloya, Tandapi y al sur la cordillera de Chugchilán. La de Mindo es quizás la de mayor

importancia que se proyecta hasta muy cerca del mar en Esmeraldas. Esta cordillera denominada también Piruasí-San Tadeo comienza en las alturas de Nono y desciende a la llanura donde confluyen los ríos Blanco, Caoní y Silanchi.

A partir de 1974 con la fundación de Puerto Quito, la zona del noroccidente se integra a la provincia. La zona de Puerto Quito es rica en la producción de café, arroz, cacao y es privilegiada para la ganadería. En el campo agrícola se ha producido el limón real que es un injerto con mandarina.

El sector del noroccidente más próximo a Quito es el de Nono región que se presta para el turismo ecológico (botánica, zoología, arqueología). (TERAN, pág. 51)

1.1.5. Ríos de la Provincia

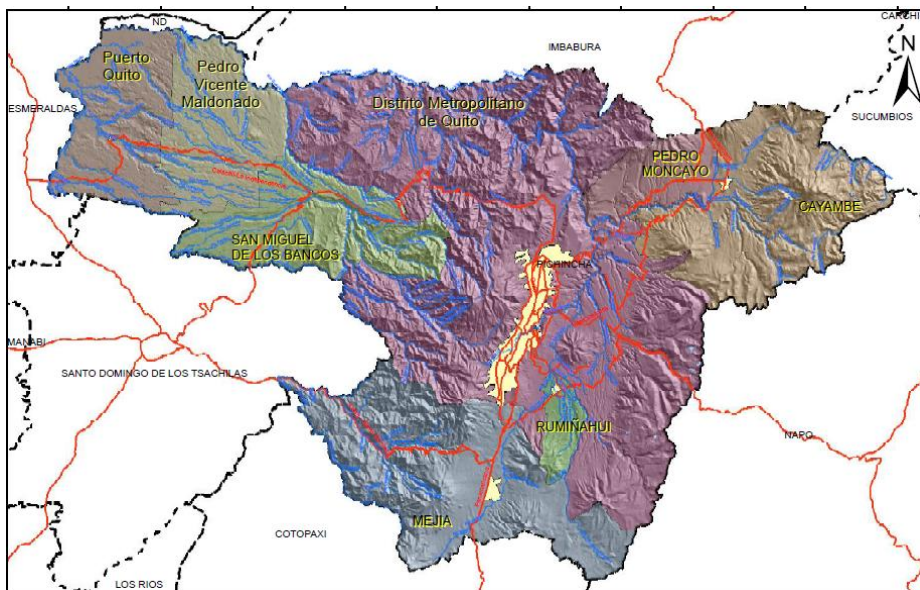


Imagen # 5 Ríos de la provincia de Pichincha
(www.pichincha.gob.ec, 2015)

• El Guayllabamba

Es el eje hidrográfico de la hoya con sus principales afluentes: San Pedro, Pita y Pisque. Desde el sur el río Guayllabamba recoge las aguas interiores de la hoya y, se estrecha en un gran

cañón que rompe la cordillera occidental precipitándose hacia la costa, para desaguar en el río Esmeraldas.

- **El San Pedro**

Nace al suroeste de la hoya, atraviesa el valle de Machachi, llega al valle de los Chillos, donde cerca de Sangolquí recibe pequeños afluentes; poco antes de Conocoto recoge las aguas del Capelo. Su principal afluente es el río Pita que nace al sureste de los deshielos del Cotopaxi, con el nombre de Pedregal. Este río atraviesa todo el valle de los Chillos y, casi al pie del Ilaló se une con el San Pedro.

- **El Pisque**

Este es el mayor afluente del Guayllabamba. Nace en el noreste de la hoya, avanza hacia el oeste y recibe las aguas de los ríos Granobles y Guachalá.

- **El Blanco**

Nace en los contrafuertes occidentales del Pichincha, recibe varios afluentes, (Mindo, Nambilla, Saloya, Cinto) y luego de coger el Yambi y el Malaule se une con el río Toachi, que nace en la cordillera de Chugchilán. (MENDOZA VELIZ, 1966, pág. 77)

1.2. Antecedentes cronológicos

1.2.1. Período Paleoindio

Los grupos humanos pertenecientes a este período fueron por excelencia cazadores y recolectores. En varios lugares del territorio del actual Ecuador, vivieron los primeros habitantes

de nuestro país: (Ilaló, Cubilán, Santa Elena, Chordeleg, Sigsig, Tabacundo, Cotocollao, Alangasí, etc.) los cazadores y recolectores fueron personas que vivían de forma colectiva, se movilizaban de acuerdo a sus necesidades.

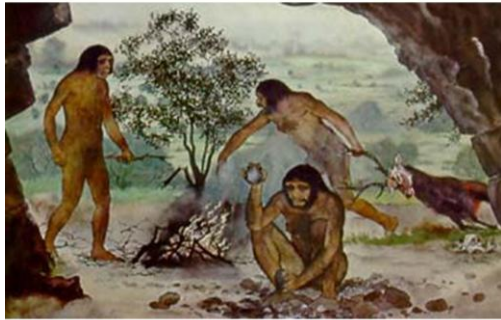


Imagen # 6 Período Paleoindio
(www.nuestrosrecursosnaturales.wordpress.com, 2015)

Estaban organizados, probablemente por “bandas”; compuesta por hombres y mujeres de todas las edades, donde el más fuerte o sabio (hombre o mujer), fueron sus guías tanto en la supervivencia como en la parte espiritual. El espíritu de grupo y convivencia que se originó en este tiempo, continuó con predominio hasta llegar a lo que hoy llamamos colectividad (comunidad) de varias nacionalidades indígenas.

El conocimiento y manejo respetuoso y religioso de la naturaleza, les permitió rotar cíclicamente en sus territorios, de acuerdo a la presencia de animales de caza o a las épocas de frutos. El largo tiempo que duró este período, es una muestra de que la humanidad fue conociendo el comportamiento de cada elemento de la naturaleza y su validez para la supervivencia humana.

Los vestigios de los cazadores-recolectores paleoindios, se han encontrado en los valles de clima templado del callejón interandino y en el bajo páramo. Subiendo esporádicamente a los

páramos en busca de materias primas (obsidiana y basalto, pedernal y orsteno) para la elaboración de herramientas y armas para la cacería de animales.

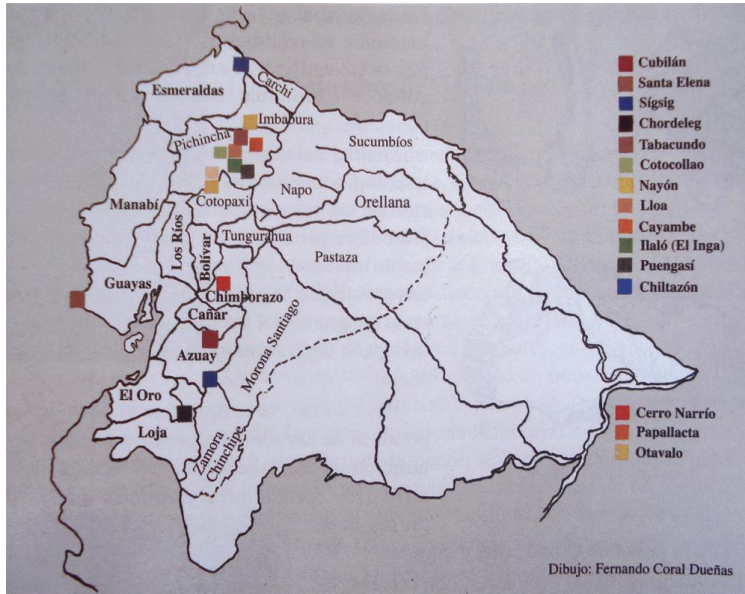


Imagen # 7 Culturas del Período Paleolítico
(BRAVOMALO, 1976) Ecuador Ancestral, p. 75

La subsistencia de los cazadores-recolectores se basó en la apropiación directa de recursos naturales, lo que significa que aprovechaban los animales y las plantas directamente en su medio natural.

Estos antepasados primigenios habitaban en cuevas que les protegían de las inclemencias del tiempo y se supone que la mayoría de las actividades lo realizaban al aire libre. Los campamentos eran de ocupación temporal por los especialistas en piedra.

Cazaron animales como: paleollama, osos, tigres dientes de sable, venados, zorros, conejos, cuyes, etc. La recolección de los frutos silvestres: moras, taxos, uvillas, gualicones, achupallas, etc., y quizá plantas comestibles. (QUINATOYA, pág. 16)

EL INGA (12.000 a 4.000 años a. C)



Imagen # 8 Ubicación geográfica de El Inga
(www.quito.gob.ec, 2015)

El Inga fue un campamento-taller, que fue ocupado por especialistas en el trabajo de lítica, de manera ininterrumpida, durante miles de años; está ubicado en el cerro Ilaló, entre los valles de Tumbaco y Los Chillos, al Este de la ciudad de Quito, a 2.520 metros sobre el nivel del mar.

De esta zona existen instrumentos de piedra que consisten en: puntas de lanza o proyectil, tajadores, cuchillos bifaciales, raspadores, perforadores, escotaduras.

En total, se han determinado alrededor de 50 diferentes tipos de artefactos de obsidiana y basalto (Bell, 1965).

Puntas de lanza de forma llamada "cola de pescado". Foliáceas (en forma de hojas alargadas) y las lanceoladas (menos anchas que las anteriores).

Las puntas eran colocadas en el extremo de un astil de madera, amarradas con fibras vegetales.



Imagen # 9 Restos arqueológicos de El Inga
 (www.quitoadventure.com, 2015)

Tendones de animal o cordones de cuero para, de este modo, obtener proyectiles utilizados en la caza. (QUINATOYA, pág. 17)

1.2.2. Período Formativo

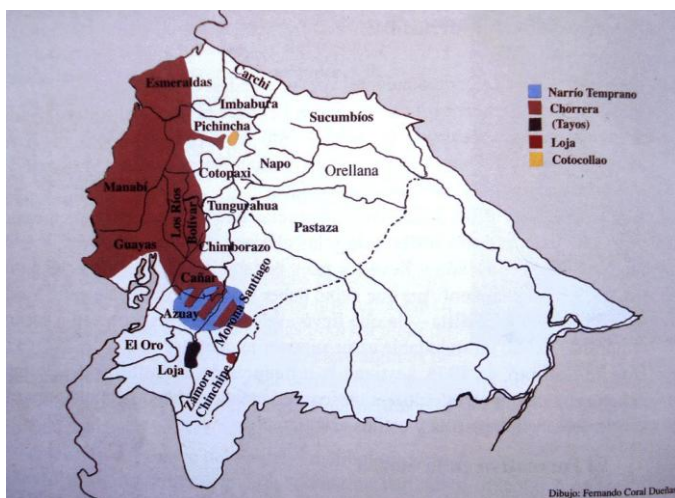


Imagen # 10 Mapa culturas del Período Formativo
 (BRAVOMALO, 1976) Ecuador Ancestral, p. 90

El período Formativo comprende la etapa entre los años 4000 al 300 a.C. es decir aproximadamente 6.000 años atrás. Aparecen las sociedades sedentarias en todo el país, con un nuevo estilo de vida marcado por la agricultura, es decir la producción de alimentos, no solo por la apropiación directa de los bienes que brinda la naturaleza, sino con una participación y esfuerzos humanos y tecnológicos; la actividad agrícola posibilita la consecución de alimentos de una manera estable, diversificada y en mayor volumen.

La agricultura les obligó a permanecer más tiempo en solo espacio donde estaban sus tierras cultivadas, para el cuidado de las chacras. Momento en que las familias coexisten en un solo territorio, permitiéndoles organizarse de mejor manera, con una jefatura posiblemente femenina, con roles específicos para hombres y mujeres. Se emplearon varias técnicas de cultivo, de acuerdo a las características del suelo. El sistema más utilizado fue el denominado de roza, que implica la tala total o parcial de la vegetación y, en algunos casos también, la quema de la maleza. Se cultivó la yuca o el maíz, se plantaron frijoles, calabazas (mate, zapallo o zambo), camote, ñame, papa china, maní, etc.



Imagen # 11 Modo de vida en el Período Formativo
(www.ecuadorprehispanico.blogspot.com, 2015)

se ubicó en territorios de las actuales provincias de Pichincha, Cotopaxi y Tungurahua y en las estribaciones exteriores de los Andes, al noroccidente de la provincia de Pichincha.

Cotocollao fue una cultura que realizó ceremonias funerarias, con conceptos de dualidad de vida y muerte, ejemplo claro de dicha ritualidad son los cuencos de piedra, característicos de esta cultura donde están incrustados cráneos humanos, como muestra de las ceremonias de los difuntos con las piedras, material eterno de la naturaleza.

Las piedras también fueron aparte de sus adornos corporales con significados religiosos, usaron el pedernal, el cuarzo, el basalto en objetos de portar; orejeras, cuentas estrelladas, pendientes, etc.



Imagen # 13 Lítica de la Cultura Cotocollao
(www.quitoadventure.com, 2015)

La cultura Cotocollao fue agricultora de maíz, fréjol, quinua, papa, oca y chochos, complementada con carne de venado, conejo, puma, lobo, cuy y tórtolas. Tuvieron también acceso al algodón, con el cual fabricaron prendas de vestir.

Estuvieron relacionadas cultural y estilísticamente con Machalilla, por la forma de sus objetos de cerámica como es el caso de las “botellas con asas”. (QUINATOYA, pág. 26)

1.2.3. Período de Desarrollo Regional

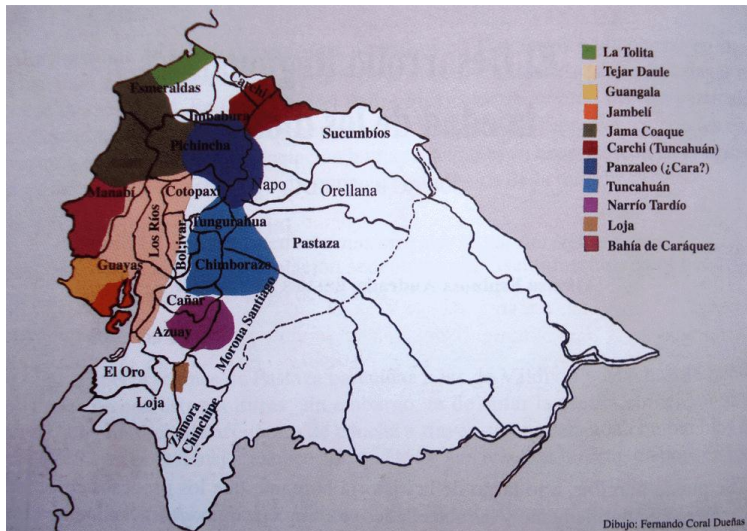


Imagen # 14 Período de Desarrollo Regional
(BRAVOMALO, 1976) Ecuador Ancestral, p. 110

Este período corresponde su nombre a que los distintos pueblos o culturas, lograron trascender por sus propios desarrollos y conocimientos, de acuerdo con su medio regional. La característica principal en el tiempo comprendido entre el 300 a.C. y el 400 d.C., es que se desarrollaron sociedades estratificadas, y dedicadas a lo político - religioso, donde una sola persona representaba las especialidades del conocimiento de la salud, oficiaba los ritos para obtener la armonía y protección de la Madre Tierra. A estos personajes hombres o mujeres las ciencias actuales las denominan “chamanes”.

Sus divinidades fueron los animales con poder simbólico y de curación como: el felino, el mono, el águila arpía, el caimán, la serpiente, etc., que representaban a las fuerzas de la

naturaleza: el aire, la tierra, el fuego y el agua. La religión se constituyó en el eje cohesionador que permitió la reproducción de la estructura social basada en una ideología común.

Debido a los conocimientos alcanzados, los sacerdotes poseían conocimientos astronómicos; las relaciones entre los fenómenos cósmicos (movimientos del Sol, la Luna y las estrellas) con los eventos climáticos y los movimientos del mar (lluvias, mareas); así desarrollaron un sistema de observación calendárico, que hacía posible la programación del trabajo agrícola y las demás actividades.



Imagen # 15 Período de Desarrollo Regional
(www.efemerides.ec, 2015)

La cosmovisión religiosa al servicio de la obtención de alimentos y mantener el equilibrio social, estuvo relacionada con los elementos de la naturaleza. Consideraron al ser humano como parte de un todo inseparable, en donde todos los seres del planeta –astros, animales, plantas, accidentes geográficos– tenían espíritu y estaban íntimamente relacionados.

Los sacerdotes y las sacerdotisas, fueron los guías espirituales, médicos, herbolarios, parteras, etc., que cumplían el papel de mantener la salud y equilibrio de las personas, constituyéndose así en mediadores entre sus dioses, los seres humanos y el medio ambiente. Por

ello la concepción de la salud-enfermedad está relacionada con las reglas de armonía y equilibrio en la naturaleza.

Los médicos tradicionales cuyos conocimientos y prácticas están presentes hasta nuestros días en los chamanes actuales que hacen medicina tradicional indígena, conocida como medicina alternativa, que sigue de algún modo las técnicas médicas milenarias heredadas y transmitidas de generación en generación. Esta actividad está representada en las innumerables estatuillas de hombres y mujeres médicos-sacerdotes en actitudes de meditación, plegaria y curación.

Los símbolos de poder eran los adornos (narigueras, orejeras, collares, pendientes, pulseras,...) elaborados en materiales como lapislázuli, turquesa, concha *Spondylus*, obsidiana, cristal de roca (cuarzo), esmeralda y otras piedras verdes, oro, plata y cobre. Estos constituían productos con significación espiritual, emblemas en la comunicación con el mundo de los dioses y los ancestros.

Hombres o mujeres, se adornaban profusamente. La mayor abundancia y riqueza de los adornos y vestimenta está marcada en los personajes masculinos; los femeninos muestran su importancia y jerarquía a través de su vestimenta cuidadosamente decorada, con tocados complejos y adornados, utilizando la decoración corporal con motivos simbólicos, tatuada o pintada”.

Fueron importantes, los mercaderes, los orfebres, los constructores de templos, de *tolas* y de las grandes obras de infraestructura agrícola, es decir aquellas personas que se ocupaban en dirigir o realizar los trabajos especializados y que estaban al servicio de los líderes políticos y religiosos. Por tanto, se trata de sociedades estratificadas sin que cuenten todavía con un poder central, sino compuestas por grupos de individuos de alta jerarquía que lograron tal estatus gracias al control personal de la producción del conjunto de la sociedad.

Los primeros grupos Cosanga se asentaron en el valle de Misahuallí. El tipo de asentamiento corresponde a unidades domésticas ubicadas sobre el sistema de colinas de Cotundo, y en las partes bajas, los cuales, una vez excavados, han evidenciado que contienen restos acumulados que forman una capa de más de 1.5 metros. Esto indica que los sitios fueron ocupados durante mucho tiempo.

En estos sitios se desarrollaron actividades de tipo ritual, social y político. Tal organización indica una especialización de actividades y funciones específicas de los sitios con mayor variabilidad de recipientes cerámicos con respecto a las otras zonas.

La existencia de sitios grandes que se pueden clasificar como “urbanos”, cuentan con construcciones de piedra y con estructuras asociadas a terrazas de cultivo. “Los sitios de habitación estaban compuestos por 15 ó 20 casas construidas sobre plataformas rectangulares de piedras lajas; éstas rodeaban una plaza central y contaban con calles de losas y senderos que conducían a las chacras, formadas por terrazas agrícolas, en donde cultivaban maíz, yuca y camote” (PORRAS, 1961)

La cerámica tiene una variedad de formas y se caracteriza por el fino espesor de sus paredes. Las grandes ollas esféricas con representaciones de caras humanas, es la representación de personajes “coqueros”. Las figuras cuentan con protuberancias en ambas mejillas por la masticación de estas hojas.

Objetos de cerámica con estilo Panzaleo se han hallado en las provincias de la Sierra norte y Sierra central, desde Carchi hasta Chimborazo y en la provincia de Los Ríos. La alfarería Cosanga se encuentra junto a la cerámica propia de cada zona. Por esto se puede decir que fue considerada como bienes especiales, reservada para ceremonias festivas y rituales. La presencia

de esta cerámica fina en los sitios serranos, se debe a contactos comerciales con los pueblos amazónicos.



Imagen # 17 Cultura Cosanga
(www.alabado.org/culturas-precolombinas/cultura-cosanga, 2015)

En esta cerámica se ha realizado investigaciones de la composición química y mineralógica de la pasta con que están elaboradas estas piezas, las mismas que resaltan la presencia de materiales ricos en mica, que es un elemento que encuentra solo en la vertiente oriental de la cordillera Real. Desde el período de Desarrollo Regional hasta Integración, los grupos de la Sierra importaron esta cerámica fina en Caranqui, La Chimba y Jardín del Este. (QUINATO, pág. 41)

1.2.4. Período de Integración

Etapa comprendida entre el 400 y el 1500/1532 d.C. donde se caracterizó por la presencia de numerosos pueblos en cada región, donde la organización política fue superior a la religiosa; La organización social y política, se complejizó, el apareamiento de guerras y alianzas en la

consecución de tierras y territorios para su existencia y desarrollo. En este período se organizan en confederaciones, es decir la unión voluntaria de varios pueblos vecinos que se aliaban al mando de un curaca o señorío étnico.

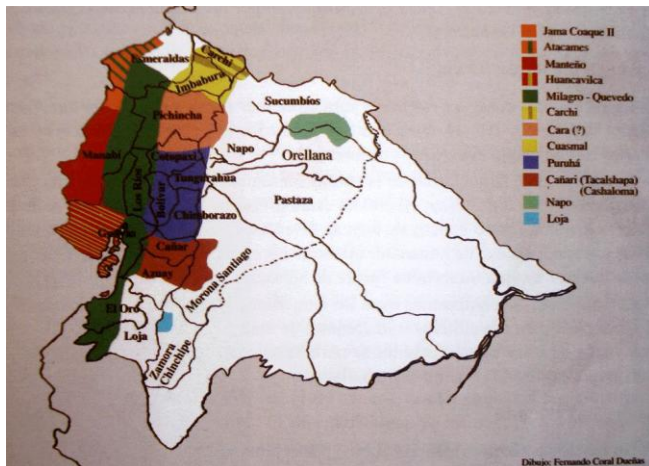


Imagen # 18 Período de Integración
(BRAVOMALO, 1976) Ecuador Ancestral, p. 130

Los trabajos colectivos de gran envergadura se realizaron en este tiempo, la numerosa mano de obra y una dirección apropiada, permitieron construir tolas, centros ceremoniales, palacios, plazas, caminos, etc. Obras de este tiempo son, Cochasquí, Ingapirca, etc.



Imagen # 19 Pirámides de Cochasquí
(www.quitoadventure.com, 2015)

Lo mismo ocurrió con el trabajo agrícola, se intensificó el manejo de suelos y las tecnologías para obtener mejores cosechas; el uso de los camellones, las terrazas agrícolas, las andenerías, el riego, la fertilización de los campos de cultivos, etc.

Se fortalecen las redes de intercambio, la organización óptima de mercaderes a corta y larga distancia, como es el caso de los Manteños.

En cada unidad territorial gobernaba un cacique supremo o señor étnico, En Integración se realizó un cambio social muy importante, en el que la fuerza política y guerrera. Surgió una nueva estructura en las relaciones sociales desiguales con un poder centralizado al mando de individuos, caciques o curacas, líderes de los linajes de mayor prestigio y riqueza.

Fue necesario crear un nuevo orden, con la existencia de obligaciones más complejas de unos seres humanos para con otros, en función de su derecho de participación en el proceso de producción y distribución de los bienes de consumo.

Al ir anexando nuevos territorios, fueron ocupando distintos pisos ecológicos, con diversas características según la altura a la que se encontraban con respecto al nivel del mar. Cada uno tenía una temperatura y humedad determinadas, a lo que les correspondía un tipo de vegetación y fauna particular. Denominado por los investigadores como la “verticalidad” en el manejo de los pisos climáticos.

Las comunidades vivían en caseríos, formando así una familia ampliada o núcleo familiar que tenía su líder. Estos grupos no estaban aislados, a más de participar en la satisfacción de sus necesidades, también colaboraban con otros grupos familiares emparentados que ocupaban zonas vecinas. Estos lazos les permitieron reconocerse entre sí, conformando lo que se llama un *ayllu* o parcialidad, con una persona principal o jefe, que tenía autoridad sobre los miembros del grupo quien organizaba el trabajo para atender las necesidades colectivas.

Para el estudio de este período a más de las investigaciones arqueológicas tenemos, la versión de los etnohistoriadores, quienes complementan los datos como pueblos coloniales de la etapa hispana, así se conoce el pueblo de los Pastos. (QUINATOYA, pág. 48)

QUITU-CARA(950-1550 dC)



Imagen # 20 Ubicación Geográfica Quito-Cara
(www.karta.-online.com, 2015)

Los Quitus fueron conquistados por los Caras, que habitaban por el año 1000 de la era cristiana, las costas de Manabí y que remontando la cordillera occidental de los Andes encabezados por Shyri Caran se establecieron a los pies del Pichincha.

Adoraban al sol y a la luna. En Quito construyeron un templo a la luna en lo que hoy es el barrio de San Juan y otro dedicado al sol en la elevación conocida como Panecillo. El templo al sol era cuadrada, todo de piedra labrada con bastante perfección, con cubierta piramidal, con una puerta abierta hacia el oriente acompañada de dos altas columnas que eran los observatorios de los solsticios para la regulación del año solar. Pusieron además 12 pilastras en contorno del templo, que eran otros tantos gnomones para señalar por su orden el primer día de cada mes.

A diferencia de los Quitus, que enterraban a sus muertos abriendo sepulturas en el suelo, los Shyris colocaban el cadáver en la superficie, en un lugar alejado de las poblaciones, y colocaban en su contorno las armas y alhajas de su mayor estimación. Concluida la ceremonia fúnebre, fabricaban a su alrededor un panel bajo de piedras brutas cubriéndolas en una especie de bóveda a modo de horno cargando encima piedra y tierra que se conocía como tola.



Imagen # 21 Cultura Quito-Cara
(www.google.com.ec, 2015)

Su gobierno, nombrado por la Junta de Señores del reino, estaba marcado por la ley de la sucesión, se nominaba como Shyris a los hijos varones con entera exclusión de las hijas, y a falta de hijos, los sobrinos hijos de hermanas. El Shyri, cuya insignia era una gran esmeralda colocada sobre la frente, se casaba con una sola mujer y podía tener el número que quisiese de concubinas. Los asuntos de guerra y materias graves de estado que resolvía el Shyri, no podían ponerse en ejercicio sin la aprobación de dicha Junta y la y a su vez ésta no podía resolver sin la aprobación del Shyri.

Usaban una especie de escritura similar a los quipus peruanos. Se reducía a ciertos archivos o depósitos hechos de madera, de piedra o de barro, con diversas separaciones en las cuales

colocaban piedrecillas de distintos tamaños, colores y figuras angulares. Con las diversas combinaciones registraban sus hechos y formaban cuentas de todo.

Fueron diestros en hacer tejidos de algodón y lana pero mucho más en curtir las pieles, y se supone son los inventores de labrar las piedras más duras, como las esmeraldas, por haberse establecido primeramente en la región de Manabí y Esmeraldas.

Mediante conquistas, los territorios de los Shyris se extendieron por el Norte hasta Cayambi, Otavalo, Dacha y Tusa (hoy provincias de Imbabura y Carchi) y por el Sur hasta las tierras de Llactacunga (hoy provincia de Cotopaxi) y más tarde, con el matrimonio de Toa y Duchicela, se anexa a los Puruhaes (hoy provincia del Chimborazo), y llegaron a dominar hasta la tierra de los Huancabambas.

En el reinado de Hualcopo Duchicela, Shyri 14, hacia 1450, el Reino de Quito empezó desmembrarse, el Inca Tupac Yupanqui emprendía su campaña de conquistas. El Reino de Quito fue conquistado por el inca no sin antes presentar una férrea defensa de los ejércitos comandados por Epiclachima.

A Hualcopo Duchicela le sucedió su primogénito Cacha, quien procuró recuperar los territorios perdidos por su padre y encontró obstinada resistencia por parte de los Cañaris adeptos a la dominación Inca. Cacha tuvo una sola hija, llamada Pacha, a quien casó con Huayna Capac, sellándose así la conquista del Reino de Quito y la extensión del Tahuantinsuyu.

Pacha y Huayna Capac tuvieron dos hijos: Atahualpa y Huáscar. A la muerte de Huayna Capac se dividió el territorio de los Incas mientras, desde el viejo continente, hombres barbados con la cruz y la espada se hacían a la mar. Empezaba la historia de esclavitud, genocidio y despojo que resultó ser la Conquista de los españoles. (YANCHAPAXI, 2007)

TULIPE, COMPLEJO ARQUEOLOGICO (800-1550 d.C.)



Imagen # 22 Mapa ubicación Tulipe
(<https://comunidadtulipe.wordpress.com/>, 2015)

El sitio monumental de las piscinas de Tulipe es el centro de un amplio contexto cultural que conserva los testimonios de un hombre pasado. Este aprovechó el medio ecológico para desarrollar un estilo de vida propio y generar una cosmovisión mítico-religiosa que guiaba su comportamiento, sin influencias externas, pese a sus buenas relaciones con otros pueblos circundantes.

El reconocimiento arqueológico realizado por el FONSAL determina que el territorio del subtrópico quiteño, ocupado actualmente por las parroquias rurales de Nanegal, Nanegalito, Gualea y Pacto, tiene una extraordinaria cantidad de vestigios arqueológicos que los sintetizaríamos en tolas, caminos, petroglifos, centros ceremoniales, pucarás y materiales culturales.

La construcción de todas esas estructuras por parte de los yumbos constituye una evidencia de su más alta expresión creativa, no sólo desde el punto de vista arquitectónico o de diseño, sino también de su desarrollo social, organizativo y religioso. El contenido simbólico, probablemente astronómico ritual es inherente al conjunto monumental, pues la arquitectura precolombina, en

general, se basaba en consideraciones míticas íntimamente vinculadas al conocimiento del universo celeste y los cánones de la religiosidad.

CULTURA YUMBO

La civilización Yumbo es anterior a la de los Incas. Los Yumbos fueron un pueblo amante de la paz, autónomo, independiente, personas maduras y abiertas a las relaciones exteriores. La civilización de los Yumbos al parecer fue aniquilada por las epidemias introducidas por los invasores europeos, las guerras locales y la erupción del volcán Pichincha en 1660 que cubrió Tulipe entre 20 y 25 cm de ceniza volcánica.



Imagen # 23 Sitio arqueológico cultura Yumbo
(www.turismo.gob.ec, 2015)

Los Yumbos dejaron un rico legado en la forma de restos arqueológicos excavados en la primera década de 1980. Incluyen tolas, piscinas, senderos y petroglifos. Las piscinas tienen formas redondas, cuadradas y rectangulares, en ellas los chamanes o “yachaks” realizaban ceremonias y cultos al Sol y la Luna. Además, los sabios las utilizaban como espejos y observaban el cielo reflejado en el agua para sus estudios astronómicos.

Fueron principalmente un pueblo agrícola y de comercio, cazaban y elaboraban artesanías, cultivaban plátano, aguacates, piñas, lúcuma, palmito, frutas cítricas, guayabas y criaban animales como pecaríes, pavos, guatusa. Plantas medicinales y la coca fueron cultivadas en terrazas. Los Yumbos intercambiaban maíz, yuca, ají, coca, papas, frutas, maní, coco, sal, algodón a cambio de obsidiana, conchas y pieles de animales. La red comercial se extendía desde la sierra hasta la costa. Sus rutas comerciales consistían en caminos escondidos en la densa vegetación de las laderas de las montañas, mucho después se convirtieron en caminos para los incas.

Estuvieron familiarizados con la astronomía, la geometría y la arquitectura. Las creencias se encontraban en medio de tres mundos: el de las deidades celestes, el mundo terrenal y por debajo del mundo. Es así que Tulipe se convierte en un centro ceremonial ritual y religioso. (CHAVEZ, 2007)

COCHASQUI COMPLEJO ARQUEOLOGICO (950-1550 dC)



Imagen # 24 Mapa ubicación Cochasquí
(www.turismo.gob.ec, 2015)

El complejo arqueológico Cochasquí consta de tolas cuadrangulares o pirámides truncas. De las quince pirámides, nueve de ellas tienen rampa, y seis no la tienen. En él área también se han encontrado 21 montículos funerarios o tolas de planta circular. Además de los hallazgos in situ, cuenta con museos arqueológicos, dos museos etnográficos, un jardín etno-botánico y un museo didáctico de instrumentos musicales, armas y elementos de juego.

Dentro de los estudios realizados, existen tres teorías acerca de la funcionalidad de las pirámides de Cochasquí. El arqueólogo alemán Max Uhle consideró a las pirámides como sitios ceremoniales-rituales ya que se encontraron 556 cráneos en una de ellas. Por otro lado, Udo Oberem y el 'Grupo Ecuador', conformado por científicos alemanes de la Universidad de Bonn, realizaron estudios y excavaciones en varios sitios de Cochasquí, tanto en las pirámides como en los montículos funerarios.

Dentro de su informe dicen que Cochasquí es un sitio habitacional sin descartar lo ceremonial-ritual. También ha sido considerado como un espacio de posible observación astronómica desde el cual se pueden visualizar astros y constelaciones así como fenómenos astronómicos que influyen en el calendario agrícola.

Las pirámides de Cochasquí tienen como elemento constructivo predominante la cangagua, siendo este material una toba volcánica de considerable resistencia que es usada en estas construcciones precolombinas a través de formas geométricas que presentan una base mayor y una base menor. Se crea entonces una pirámide trunca, sus cuatro lados en forma de trapecio completan el prisma cuadrangular. De las pirámides de Cochasquí, nueve de ellas tienen una rampa orientada de sur a norte o desde el lado más bajo, hasta la cima de la pirámide, con sus laterales en forma de trapecio igualmente.

Dentro de los estudios de la historia y prehistoria ecuatoriana el Parque de Cochasquí y sus restos arqueológicos han sido divididos en dos periodos: Cochasquí I: 950–1250 d.C.; Cochasquí II: 1250–1550 d.C.



Imagen # 25 Vasijas cultura Cochasquí
(www.paisturistico.com, 2015)

Dicha datación ha sido obtenida de acuerdo a los fechados radio carbónicos y a las características cerámicas de las excavaciones realizadas. Por su especial estructura constructiva y tomando como referencia la Historia del Reino de Quito, obra escrita por el padre Juan De Velasco, se ha considerado que Cochasquí fue construido y habitado por la Cultura Quito-Cara.

Otros elementos arquitectónicos encontrados en las pirámides incluyen: muros, terrazas, lagos artificiales, canales, caminos, etc. Además de las pirámides y montículos, a nivel arqueológico, el Parque Arqueológico de Cochasquí es una parte del recorrido del Qhapaq-Ñan (el Camino del Inca), así como vestigios de antiguas casas de adobe. En el sitio arqueológico existen llamas, animales domésticos y en forma silvestre se puede encontrar: zorrillos, lobos, conejos, perdices, tórtolas, cóndores, águilas y rara vez pumas. También puede observar la vegetación originaria que incluye árboles como el Puma Maqui, Arrayán, Sacha-Rosa, Capote,

Aliso, Orquídeas, otros. Recuerde que a 15 Km. se encuentran las Lagunas de Mojanda y la elevación Fuya Fuya.

CARANQUIS (700 a 1.430 años d C.)

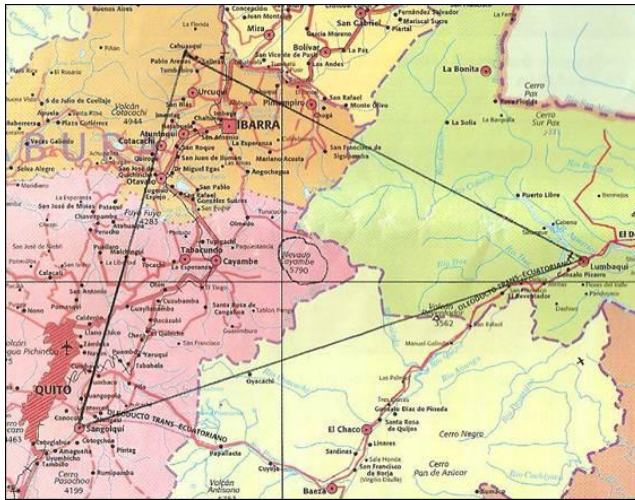


Imagen # 26 Territorio Cayambe-Caranqui
(www.scribd.com/CicayMuseo, 2015)

La confederación de los Caranquis se desarrolló, desde el 700 d.C. hasta 1430 asentados en las actuales provincias de Imbabura y norte de Pichincha, en la región interandina comprendida entre los ríos Chota-Mira al norte y Guayllabamba al sur.

Se trata de la gran confederación de los señoríos Otavalo-Cayambe-Caranqui que cuenta con una clase élite centralizadora, que va monopolizando el acceso a enclaves reducidos de producción de recursos estratégicos como la coca, el algodón y el ají. Esta numerosa población poseía, una producción agrícola intensa, por lo que incorporaron zonas antes no explotadas y de difícil productividad, gracias a la construcción de camellones, terrazas y canales de riego para el cultivo.



Imagen # 27 Cerámica Cultura Caranqui
(www.archive.clas.wayne.edu/Multimedia/IncaCaranqui, 2015)

Según Gondard y López, (1983), en la región existen 98 sitios con montículo, reconocidos a través de fotografía aérea.

También se han localizado extensos campos de camellones, terrazas y canales de riego que, junto a la similitud en el estilo cerámico y a la existencia de una lengua común conocida por datos etnohistóricos, atestiguan la unidad cultural de esta confederación en esta etapa.

Los principales conjuntos de tolas son: El Quinche, Guayllabamba, Cochasquí, Puntiachil, Paquiestancia, Zuleta (Cochicaranqui), Otavalo aborigen, Pinsaquí, Perugachi, Gualsaquí, Atuntaqui, Socapamba y Urcuquí.

Su cerámica, fundamentalmente de uso cotidiano es de pasta gruesa, de color amarillo: vasijas, botijuelas, compoteras, cuencos. Utilizaron además metates y morteros de piedras para la molienda de los granos. (QUINATO A, pág. 51)

CHAUPICRUZ - LA FLORIDA (100 a 1500 d C.)



Imagen # 28 Mapa de ubicación Culturas Chaupicruz-La Florida (www.karta-online.com, 2015)

La meseta de Quito, durante el período de Integración, es conocida arqueológicamente como Chaupicruz, debido a los primeros hallazgos en la antigua hacienda Chaupicruz, en el norte de Quito, que corresponde a lo que es hoy la parroquia del mismo nombre en la ciudad de Quito.

La ubicación geográfica de esta región, fue un sitio de confluencia para el intercambio de productos con la Costa y la Amazonia, a través de los pasos naturales de comunicación, denominados "bocas de montaña", como Calacalí, Nono, Lloa, Tandapi y Guamaní.

La Florida, sitio antecesor de Chaupicruz, está localizada en las faldas del Pichincha, en el barrio del mismo nombre al norte de la ciudad de Quito.

Ahí se encontraron tumbas formadas por pozos cilíndricos, con una profundidad de 15 metros aproximadamente, con una cámara central. Las tumbas contenían entierros múltiples, depositados en posición sedente. Con una cronología de 100 a 680 años d C.

La cerámica Chaupicruz, procedente de tumbas son principalmente compoteras, algunas decoradas con negativo, con diseños de cenefas geométricas y cuatriparticiones. (QUINATO, pág. 52)



Imagen # 29 Sitio Arqueológico La Florida
(www.quito.com.ec, 2015)

1.2.5. EL TAWANTINSUYO DEL ACTUAL TERRITORIO DEL ECUADOR (1430 a 1534 años d C.)

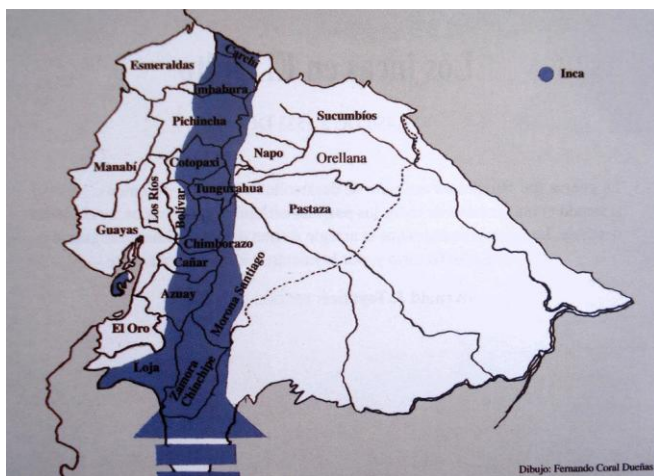


Imagen # 30 Mapa de ubicación de El Tahuantinsuyo
(BRAVOMALO, 1976) Ecuador Ancestral, p. 150

Los Incas fueron una cultura que duró hasta la llegada de los españoles. Su organización estuvo basada en incorporación de pueblos y territorios en un área muy grande de Sudamérica, Su organización social y política es conocida en términos actuales como un imperio. Su primera capital fue el Cusco, la segunda capital fue Tomebamba (actual Cuenca). (QUINATO A, pág. 54)

El dominio inca se extendió en los Andes, desde el Sur de Colombia hasta el centro de Chile, incluyendo gran parte de los territorios que hoy constituyen las repúblicas de Colombia, Ecuador, Perú, Bolivia, Chile y Argentina.

Los Incas se consideraban descendientes y herederos de la cultura Tiahuanaco, dominadores de gran parte del altiplano boliviano y del desierto de Atacama en el norte de Chile con su capital ubicada en la parte sur del lago Titicaca. Los Incas fueron extendiendo sus dominios en todas direcciones, en campañas militares dirigidas por el Inca Yupanqui, denominado también Pachacuti, el Reformador.

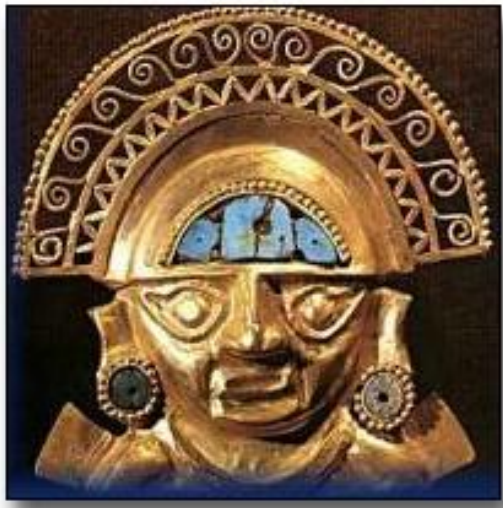


Imagen # 31 Inti, Dios del Sol
([www. machupicchuartistico.blogspot.com](http://www.machupicchuartistico.blogspot.com), 2015)

El inca más famoso fue Huayna Capac, quien nació en Tomebamba, fue quien organizó la conquista a los territorios del norte. A su muerte le heredaron sus hijos Huascar nacido en el

Cusco y Atahualpa que se dice que nació en Caranqui. Este fue el último Inca que murió en Cajamarca en manos de los españoles.

Las guerras y anexiones al Tawantinsuyo se dieron durante varios decenios. Primero Tupac Yupanqui conquistó el territorio Cañari, construyendo una ciudad Inca en la capital de los Cañaris Guapondelig; que más tarde se llamó Tumipamba o Tomebamba. Luego avanzó al norte al territorio Puruhá donde resistieron a la conquista por algunos años. En Quito, construyeron un centro administrativo, civil, religioso y luego conquistaron el territorio de los Caranqui.

Los incas entran al territorio de lo que actualmente es la República del Ecuador hacia el año de 1450; la invasión de la Sierra, comandada por Tupac Yupanqui quien enfrentó una dura resistencia y solo, años después, Huayna Capac completó la conquista del norte (Meyers 1998). La Costa no escapó al influjo económico y cultural del Imperio Incaico.

La dominación Inca desaparece con el arribo de los españoles y el desmembramiento del Tawantinsuyo entre 1532 a 1533 (Meyers 1998). Se trata, de un periodo muy corto, tan solo unos ochenta años que, no obstante, marcó definitivamente la vida y la cultura de las culturas del Ecuador prehispánico y que dejó una huella profunda en la cultura material, en la cerámica y en la metalurgia.

La influencia incaica en la metalurgia se pudo dejar sentir varias décadas antes de la invasión física del Ecuador. Los incas eran una fuerza cultural arrolladora en la Sierra Norte del Perú desde 1400 d.C. y es muy posible que sus objetos metálicos se conocieran en el Ecuador antes de que llegaran las tropas de Tupac Yupanqui.

Para designar un fenómeno cultural, visible en los vestigios materiales, se puede entender desde dos puntos de vista: una primera acepción indicaría que hay una integración de las sociedades en escalas regionales, desfigurando los límites estrechos de las aldeas e integrándolos

en unidades políticas y económicas mayores (Meggers 1966). Por otro lado, la integración puede entenderse como la configuración de horizontes culturales más amplios para lograr agrupar a los pueblos de los cuatro suyos.



Imagen # 32 Metalurgia Incaica:
(www.google.com.ec, 2015)

En cuanto a la cerámica inca se han encontrado en toda la sierra objetos incas del estilo imperial es decir, cerámica inca propiamente dicha en la forma de los objetos y en la pasta del Perú. También se han encontrado objetos llamados inca-local, es decir objetos híbridos con características locales e incas. (QUINATO A, pág. 56)

La gastronomía ecuatoriana desde sus orígenes siempre ha sido rica, abundante y variada, además de ser una auténtica mezcla de sabores y saberes ancestrales, algunos de ellos se conservan hasta hoy tales como las tortillas de tiesto y el tostado y muchas otras, perdidas en el tiempo.

El antropólogo dice que:

“solo la observación etnográfica puede precisar lo que cada una (cada cultura) entiende por crudo, cocido o podrido, y no hay razón de que sea lo mismo para todas”. (Lévi-Strauss, 1970,p 417).

El clima y suelos ecuatorianos coadyuvaron para que existan asentamientos humanos ya que al no tener estaciones climáticas marcadas se consigue toda la variedad de productos los 365 días del año; sin embargo, ciertos productos son originarios de algunas zonas específicas, por ejemplo la papa que la de mejor calidad se consigue en ciudades de altura influenciadas por las bajas temperaturas.



Imagen # 33 Gastronomía Inca
(www.gopixpic.com, 2015)

La alimentación serrana en la época pre hispana se basó en el consumo de tubérculos, granos y animales andinos, la gran variedad de estos productos dio origen a una extensa gastronomía ancestral, los pueblos nativos supieron aprovechar al máximo lo que la madre tierra les ofrecía no solo para la alimentación sino también para el consumo espiritual. Hoy en día es reconocido el adelanto de los pueblos ancestrales del Ecuador en medicina y otras disciplinas.

Puede decirse con mucha certeza, que el primer grano que estuvo al alcance del hombre fue el maíz, con él lograron hacer infinidad de platos, cuando estaba tierno, lo comían cocinado como choclo, a medio madurar lo que hoy conocemos como chochomote y cuando estaba seco, para tostado, harina para coladas o mazamorras, tortillas y todo lo que pudieran inventar. Este grano prodigioso empezó a tener diferentes variedades: canguil, mote, morocho, morochillo. De las cañas, utilizaban su jugo para hacer chicha o beberlo directamente, todo esto únicamente del maíz.

Las extensas llanuras andinas permitieron un desarrollo acelerado en la cacería ya que la geografía de estos terrenos eran lugares propicios para la existencia de una infinidad de especies animales como las liebres, conejos, llamas, cuyes, alpacas, entre otras. Las aves fueron también parte de la alimentación prehispánica, tórtolas y palomas se encontraban en su menú.

La vida y la cocina del indígena estaban reguladas por la naturaleza, por las estaciones climáticas y por los ritos a ellas vinculados. Normalmente era simple y dependía de la caza o de la temporada de los frutos.

1.3. Antecedentes políticos

La Historia del Ecuador es un conjunto de sucesos en el tiempo, en el cual los territorios que actualmente pertenecen a la República del Ecuador cambian en su aspecto físico y forma de gobierno. La historia de la República puede dividirse en cuatro etapas: Etapa Prehispánica, Etapa Hispánica (Conquista, colonización y Colonia), Independencia y República.

El comienzo de la Historia de Ecuador se da a partir de las organizaciones prehispánicas que terminan con la Invasión Incaica, luego de esto surge la Conquista Española para luego con

las fundaciones de San Francisco de Quito, San Gregorio de Portoviejo y Santiago de Guayaquil empezaron una nueva era político-administrativa española que duraría hasta la época de las independencias cuando surge la nación colombiana de Simón Bolívar y luego al dividirse formarían lo que hoy se llama *República del Ecuador*. (Creative Commons, pág. 1)

1.3.1. El Reino de Quito

La existencia del Reino de Quito ha sido cuestionada por muchos historiadores, pero no por ello deja de tener su propuesta una significación histórica.

En el año 700 d.C. la tribu de los Caras llegaron en balsas al norte de las costas del actual Ecuador (en la provincia de Manabí). En dicho lugar fundaron la ciudad de Carán (actual ciudad de Bahía de Caráquez), su líder o rey se denominaba Shyri. Durante dos siglos los Shyris fueron regidos por 8 o 10 rémulos, hasta que el Shyri llamado Carán decide partir a mejores tierras. Así pues la tribu Cara en un éxodo parte desde Carán hacia al norte, hasta que encontraron el río esmeraldas. Decidieron subir el río con balsas pero estas fueron incapaces de tal reto y los Caras se vieron obligados a seguir subiendo a pie. Mientras subían, los Caras vieron como por el río bajaban pedazos de telas y pequeños trozos de cerámica, por lo que supusieron que subiendo por el río debían encontrar algún pueblo.

En el año 980 d.C. los Caras comandados por el Shyri Carán finalmente llegaron al reino de los Quitus y procedieron a conquistarlos. Los Quitus eran muy adelantados respecto a estudios astronómicos, así ellos determinaron que se encontraban asentados en la mitad del mundo; pueden incluso ser comparados con culturas como la egipcia, además formaron una confederación relativamente pequeña y bien organizada.

Los Shyris dominaron por más de 700 años, y su dinastía más importante fue la de los Duchicela hasta "Hualcopo Shyri XIV", en cuyo reinado se produjo la invasión de los Incas.

1.3.2. La conquista Inca

A mediados del siglo XV el llamado Reino de Quito fue conquistado por el Inca Túpac Yupanqui, quien al mando de un gran ejército se encaminó desde el sur para ampliar sus dominios. Al principio la campaña le resultó relativamente fácil pero luego debió enfrentar a los Bracamoros a los que sólo pudo dominar tras largos meses de lucha.



Imagen # 35 La conquista Inca
(www.youtube.com, 2015)

Cuando el Inca empezó a avanzar sobre los Cañaris, fue aún más difícil para ejércitos incaicos, pues estos los rechazaron luchando con bravura, obligándolos a replegarse hacia tierras de lo que hoy es Saraguro, donde debieron esperar la llegada de refuerzos para poder iniciar la campaña. Esta vez considerando la inmensa superioridad de incas, los Cañaris prefirieron pactar

y someterse a las condiciones impuestas por estos. Después de esto Túpac Yupanqui fundó la ciudad de Tomebamba, actual ciudad de Cuenca, es en esta ciudad donde nacería Huayna Cápac su sucesor.(Creative Commons, pág. 3)

La influencia inca

En la cocina de los siglos XV y XVI de la hoya de Guayllabamba intervino el influjo inca, con la introducción de productos, artefactos y técnicas. Se sabe que los señoríos étnicos sureños se adhirieron a los conquistadores incas, no ocurrió lo mismo con los señoríos étnicos del norte. La presencia de pucaros o fortalezas defensivas en San Antonio de Pichincha, en El Quinche y en Quitopamba revelan la resistencia de los señoríos.

Inició la conquista el inca Tupac Yupanqui, pero fue su hijo Huaynacapac quien la consolidó. Este gobernante se impuso en Cochasquí y derrotó a los caras, acción que originó el cruento acontecimiento de Yahuarcocha o ‘lago de sangre’ (J. Echeverría, 2007: 9-10).



Imagen # 36 Batalla de Yaguarcocha
(www.tahuantinsuyo.activoforo.com, 2015)

De acuerdo con las prácticas de conquista de los incas, la consolidación de su dominio en la hoya se ejecutó mediante el sistema de mitma. Los cayambis fueron trasladados a Ancara, y fueron sustituidos por indígenas traídos de Collao. (Moreno, 1981: 108) Cerca de Cotocollao situaron grupos de cañaris y chachapoyas. En Uyumbicho y Achambo (Chambo, provincia de Chimborazo), se instalaron familias procedentes de la etnia huayacuntu, nativa del oriente de Piura (Moreno, 1981: 112). La movilización de los pueblos obedecía a una estrategia que consideraba factores como la experiencia agrícola, la ingeniería de riego y la militar.

Quienes fueron trasladados a Pomasqui, zona seca, conocían de riego; en cambio, los que ocuparon El Quinche, eran militares, puesto que los pobladores nativos de Cochasquí y Cayambe se resistieron a la ocupación. Los mitmas, además de reconocer como autoridad a su señor étnico, dependían del tutricut, representante directo del Inca (Moreno, 1981: 117).



Imagen # 37

Tema: Sitio Arqueológico Pucará de Rumicucho

ELABORADO POR: Quito adventure

Fuente: www.quitoadventure.com

El pucará de Rumicucho se levanta cerca de San Antonio de Pichincha, no lejos del cañón de Guayllabamba. Sobre un montículo se han trabajado cinco terrazas, en la última quedan los

muros de algunos aposentos. Los arqueólogos encontraron en la quinta terrazas que constituyen “evidencias de ocupación humana muy densa” (E. Almeida- H. Jara, 1984: 30).

Los artefactos relacionados con la cocina incluyen vasijas y tostadores parecidos a los de Cochasquí y Caranqui. De la cerámica inca constan pucus y aríbalos. También se encontraron metates “trabajados con piedra andesita color plomo azulado” (E. Almeida- H. Jara, 1984: 89) y morteros.

Los metates y morteros revelan el consumo de maíz. Restos óseos de llamas jóvenes señalan que se aprovechó la carne de estos animales –los huesos de crías de llamas, según los arqueólogos, sugieren alguna práctica ritual. Restos de caracoles indican que estos moluscos fueron muy comunes en la comida de los habitantes de Rumicucho, posiblemente soldados.(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 81)

Se puede decir, que la cocina ancestral de la provincia de Pichincha, estuvo influenciada a través del tiempo por los nuevos descubrimientos que realizaban sus habitantes en los diferentes períodos, así mismo, con la conquista Incásica se introdujeron igualmente cambios culturales importantes.

Como la mayoría de las cocinas de los diferentes países, la de Ecuador está formada por la influencia de otras culturas que llegaron a nuestro país en la época de la conquista y después durante el siglo XIX y XX.

Estas culturas en cuestión fueron para el siglo XVII y XVIII la indígena que habitaba el territorio, la española que llegó en los viajes de descubrimiento y la africana que trajeron los iberos como esclavos para trabajar en las minas y los cañaverales. Para el siglo XIX llegaron los franceses y los ingleses, los cuales nos enseñaron su gastronomía aplicada a toda clase de platillos e ingredientes.

1.4. Antecedentes culturales

La cultura, es decir la forma de vida de los pueblos no es estática, es dinámica y evolutiva, por eso tenemos también la posibilidad de conocer lo demás, sin embargo no sin antes haber, conocido, reconocido y comprendido lo nuestro.

Los pueblos que han vivido hace miles de años hasta la actualidad en estas regiones andinas tenemos nuestra propia forma de pensar, de reflexionar y enfrentar al mundo y a la vida que está relacionada por los elementos de la particular geografía y sus inherentes relaciones sagradas que definen su macro-cultura, así compartimos elementos andinos esenciales y códigos propios.



Imagen # 38 Identidad cultural
(www.clubpenguin235.blogspot.com, 2015)

Además es imprescindible la caracterización o la personalidad propia de cada pueblo andino; es decir que siendo de los Andes compartimos paradigmas fundamentales, pero cada pueblo tiene su propia identidad cultural que la diferencia de los demás y que le permite su reproducción como cultura y la interrelación con los demás.

Señoríos étnicos



Imagen # 39 Etnias del Ecuador
([www.es.wikipedia.org/wiki/Quechua_\(etnia\)](http://www.es.wikipedia.org/wiki/Quechua_(etnia)), 2015)

Ya en 1400 las noticias que llegaban del sur inquietaban a los habitantes de la hoya de Guayllabamba. La comunicación no fluía con facilidad porque en las hoyas que se suceden al sur del nudo de Tiopullo se hablaban diferentes lenguas. Jacinto Jijón y Caamaño hizo una primera aproximación al mapa lingüístico, a partir de los topónimos y patronímicos existentes.

Identificó el panzaleo y otras lenguas. Consta en documentos del siglo XVI que se buscaron traductores para comunicarse con algunos caciques cañaris. En todo caso, la posible comunicación, como en otras situaciones de interculturalidad, traía consigo el viaje de las palabras.

El quichua penetró de esta manera en los pueblos septentrionales andinos. Con las palabras se trasladaron algunas piezas de alfarería y ciertos textiles. Estos últimos, antes de la presencia de camélidos en la región de Quito, fueron siempre del algodón que los yumbos producían en el noroccidente, y de las fibras de la cabuya nativa. En cuanto a los alimentos, las papas llegaron mucho antes; pero, nadie sabe con seguridad si las llamas pacían en estos lugares al comienzo del Período de Integración o si llegaron con los incas. De las llamas se aprovechó su carne, además de su lana.

- 1 KALLTANJJA Arünwa, Arusti Diosampinwa, Arusti Diosänwa.
- 2 Kalitanjja ucadj Diosampinwa.
- 3 Take cunanacawa jupan lurata; jan jupampisti janiu cuna luratasa lurataquti.
- 4 Jacañajj jupancänwa, jacañasti jakenacan khanapänwa.
- 5 Khanasti ch'amacanac taypinjja khaniwa; ch'amacanacasti janiu ucjja catokapquti.

Juanan Khananchäwipa

- 6 Diosan qhitanita mä jakewa utjäna, ucasti Juan sutiünwa.
- 7 Ucawa khananchañataqui juti, khanata khananchañataqui, takeni jupa toke iyasapjjañataqui.
- 8 Janiu jupajj khanäcänti, ucatsipana khanata khananchiriu juti.

Imagen # 40 Lenguas del Ecuador
(www.proel.org, 2015)

No hubo mucha población en la hoya del Guayllabamba (Salomón, 1980: 85). Los poblados, de casas desperdigadas en mesetas, bajíos y declives, albergaban hasta 1500 habitantes y nunca superaron los 10000. Una visión general de localización demográfica sitúa a los habitantes en el valle de los Chillós; en la zona de Cumbayá se prolonga hasta El Quinche; en las inmediaciones de Guayllabamba, Cochasquí, Tabacundo, Cayambe y Otón; en las mesetas de Perucho y San José de Minas; en la zona de Quito que desde Chillogallo avanza hasta Zámiza y San Antonio de Pichincha. Los yumbos vivían en las estribaciones occidentales del Pichincha.



Imagen # 41 Llacta
(AYALA MORA, 1988) Historia del Ecuador, p. 197

El término quichua *llacta* fue adoptado por F. Salomón para referirse a la organización social de las comunidades. No encontró término equivalente –no se sabe qué lengua hablaban los habitantes de la hoya; un examen de ciertas partículas relacionó la lengua con el chibcha y el cachiuel. La *llacta* es:

Un grupo de personas que comparte derechos hereditarios sobre ciertos factores de producción (tierras, el trabajo de ciertos individuos, herramientas específicas e infraestructuras), y que reconocen como autoridad política a un miembro privilegiado del propio grupo. Tal autoridad es denominada *señor étnico* para distinguirlo de gobernantes que no fueron reconocidos como miembros del propio grupo (Salomon, 1980: 87-88).

Señor étnico se homologa con *kuraka*, *cacique* y *principal*, vocablos usados por los españoles.



Imagen # 42 Señorío étnico Cochasquí
(www.parquecochasqui.blogspot.com, 2015)

Chilibulo y Cochasquí pudieron ser señoríos étnicos tempranos. El primero, con un número menor de miembros; el segundo, como antes se vio, con una concentración mayor. Salomón identificó estos señoríos étnicos:

En Machachi: Panzaleo, Machachi, Aloasí y Alóag.

En el valle de los Chillos: El Inga, Urin Chillo, Alangasí, Píntag, Conocoto, Changalli, Anan Chillo y Uyumbicho.

En el altiplano de Quito: Chillogallo, Guahaló, Machángara, Machangarilla, Añaquito o Iñaquito, Cotocollao, Hípia.

Explanada de Cumbayá: Tumbaco, Puembo, Cumbayá, Guápulo, Pifo, Yaruquí, El Quinche, Apianda, Pingolquí.

Adyacentes al río Guayllabamba:

a) Zámbez, Lulunbamba, Pululagua, Posolquí, Pomasqui, Tanlagua, Carapungo.

b) Otón, Cayambe, Cangahua, Tabacundo, Guangüilquí, El Guanca.

c) Puéllaro, Perucho, Guayllabamba.(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 43)



Imagen # 43 Comida típica del Ecuador
(www.ecuatorianosenelmundo.wordpress.com, 2015)

Hoy, como ayer, nuestra cocina sigue entusiasmando a propios y extraños. Y es que sería imposible el no conmoverse con nuestras incontables exquisiteces. ¿Cómo no estremecerse ante una fanesca succulenta, océano de mieses tiernas y bacalao? ¿O ante una guatita dorada y

substanciosa? ¿Cómo quedarse impávidos ante un caldo de patas fulgurante o ante un luminoso ceviche elaborado con los jugos del mar? ¿Y qué decir de la temblorosa fritada que, tal que mujer espléndida, atrae las miradas, dilata las narices y estremece las fibras más profundas de todo transeúnte.

En estas palabras no hay sino orgullo legítimo y humilde reconocimiento de lo que el pueblo ecuatoriano adobó con sus manos y su ingenio. Ninguna mejor prueba de esa labor de siglos que el derroche de géneros y estilos o la profusión de detalles secretos que afluye diariamente a nuestra mesa.

1.5. Antecedentes socioculturales

El desarrollo histórico cultural de nuestro país se registra con una antigüedad de aproximadamente 12 a 15.000 años atrás con la presencia de los primeros habitantes localizados en varios lugares de la Costa, Sierra y Oriente.

Los Primeros pueblos compuestos por hombres, mujeres, ancianos, jóvenes y niños se organizaron para realizar múltiples actividades en bien del grupo como la cacería, la recolección de frutos silvestres, la recolección de moluscos tanto en el continente como en el mar, las relaciones con estos medios les permitió estructurar su religión en torno a la naturaleza, la misma que continuó vigente miles de años más tarde.

Este proceso cultural fue evolucionando, cambiando hasta llegar a la forma de vida actual que tenemos todos los pueblos, pasando por la corta etapa del Tawantinsuyo, como resultado o producto de todo el proceso local de los pueblos andinos.

Todos los ecuatorianos somos herederos de las ciencias, tecnologías y de la religión de estos antepasados milenarios.(QUINATOA, pág. 11)



Imagen # 44 Cazadores y recolectores
(<https://encrypted-tbn3.gstatic.com/images>, 2015)

CAPÍTULO II:

2. ANTECEDENTES GASTRONÓMICOS

2.1. Costumbres

La alimentación serrana en la época pre hispana se basó en el consumo de tubérculos, granos y animales andinos, la gran variedad de estos productos dio origen a una extensa gastronomía ancestral, los pueblos nativos supieron aprovechar al máximo lo que la madre tierra les ofrecía no solo para la alimentación sino también para el consumo espiritual.

Hoy en día es reconocido el adelanto de los pueblos ancestrales del Ecuador en medicina y otras disciplinas.



Imagen # 45 Gastronomía prehispánica
(www.kuainabaida.blogspot.com , 2015)

Puede decirse con mucha certeza, que el primer grano que estuvo al alcance del hombre fue el maíz, con él lograron hacer infinidad de platos, cuando estaba tierno, lo comían cocinado como choclo, a medio madurar lo que hoy conocemos como choclomote y cuando estaba seco,

para tostado, harina para coladas o mazamorras, tortillas y todo lo que pudieran inventar. Este grano prodigioso empezó a tener diferentes variedades: canguil, mote, morocho, morochillo. De las cañas, utilizaban su jugo para hacer chicha o beberlo directamente, todo esto únicamente del maíz.

Las extensas llanuras andinas permitieron un desarrollo acelerado en la cacería ya que la geografía de estos terrenos eran lugares propicios para la existencia de una infinidad de especies animales como las liebres, conejos, llamas, cuyes, alpacas, entre otras. Las aves fueron también parte de la alimentación prehispánica, tórtolas y palomas se encontraban en su menú.

La vida y la cocina del indígena estaban reguladas por la naturaleza, por las estaciones climáticas y por los ritos a ellas vinculados. Normalmente era simple y dependía de la caza o de la temporada de los frutos. La ocasión más festiva de la cocina indígena era la época de cosecha. Junto a la recolección de papas o mazorcas estaba el ají de cuy y los variados potajes de la quinua.

Contra lo que podríamos pensar, hubo varias bebidas de consumo común, destacándose entre todas la chicha de maíz, elaborada con un proceso parecido al de la cerveza. También se producía chicha de frutas como de molle y moras. Una bebida de valor especial era el chaguarmishqui.

Dentro de la cocina ancestral, también existieron los condimentos que lograban dar a los potajes, un sabor diferente. Así mismo, el ají fue el más noble condimento de la comida indígena, lo usaban entero o molido, crudo o cocinado, solo, relleno o mezclado con otros condimentos fue el condimento clave de las grandes y pequeñas comidas aborígenes. Este vegetal dio nombre a muchos platos como: ají de cuy, ají de queso, ají de chochos, tomate de ají, ajiaco.

Otro condimento utilizado fue el achiote para dar color a los diferentes platillos de la cocina ancestral. Los abuelos indígenas le destinaron además otros usos: amuleto contra enfermedades y brujerías, filtro de amor para obtener favores femeninos, elixir proveedor de fuerza y resistencia.



Imagen # 46 Condimentos en la gastronomía prehispánica
(http://www.sulabe.com/wp-content/themes/Sulabe/media/img/sdf_01.jpg, 2015)

Dentro de estos sabores ancestrales se encuentran también las compotas de capulíes, moras, mortíños, caimitos, zapotes, granadillas; guanábana, aguacate, mamey, piña, además de alimentos insospechados como los churos y los catzos.

“Comen papas y unos gusanos que se crían en la tierra, gruesos, que llaman cuzos”

(Rodríguez Docampo ,1965, p 75)

“algunas naciones de indios los comen. Los indios de Chachapoyas los comen cocidos”

(Cobo 1964, p 338)

2.2. Ritos y Tradiciones

2.2.1. El conocimiento del universo y la tradición oral.

En el Ecuador existen tradiciones chamánicas prehispánicas que se han mantenido y transmitido oralmente de padres a hijos. Con una seriedad y riqueza simbólicas que son prácticas de curación que han dado apoyo a las comunidades indígenas y no indígenas de todo el país, como medicina alternativa y ecológica.

En las culturas ancestrales y en los actuales pueblos indígenas, estos personajes fueron y continúan siendo los “pilares fundamentales”: “Ningún acto importante se efectuaba sin consultarlos primero. En el mundo andino de la época final (incario), existían diversos tipos de sacerdotes, cada uno con su especialidad: los Guacarimachic que hablaban con las huacas, los Ayatapuc se comunicaban con los muertos, los Huantuc, quienes después de beber un brebaje se trastornaban y emitían sus profecías, los Amurpa miraban las vísceras de los animales sacrificados.

La palabra chamán procede del lenguaje de la tribu Tungus de Siberia. Esta palabra ha sido elegida especialmente por los antropólogos y dotada de una definición técnica y específica, con el fin de describir con precisión a ciertos miembros especiales de dichas sociedades indígenas. Es un término para no confundir su significado que han sido cargadas de connotaciones negativas tales como brujo, hechicero, curandero, médium, vidente, etc.

Un chamán es un ser que viaja entre mundos y lo hace sin perder la conciencia de sí mismo, viaja a la realidad no ordinaria para ayudar al paciente, a la comunidad. Con fines adivinatorios y proféticos contacta al mundo de los “espíritus”, a los “animales de poder”, los “guardianes” en busca de consejos con fines curativos.

Un verdadero chamán nunca se llama así mismo chamán, es la comunidad que lo reconoce y lo hace cuando él como ser humano y curador ha demostrado conocimientos, sabiduría especialmente, integridad. “En el mundo del chamán todo tiene vida y espíritu.(QUINATOA, pág. 42)



Imagen # 47 Chamán
(<http://www.ecuadorliving.com/>, 2015)

La abundancia de alimento y bebida jugaban un papel importante en estas celebraciones. Dando énfasis al carácter social y ritual de la celebración o fiesta. En ella se invitaba a las comunidades vecinas para brindar e intercambiar generosamente el producto de su trabajo en la tierra.

Además la fiesta es una celebración en la que hasta nuestros días se manifiesta de la misma manera, el compartir con las amistades diversión, música, danza, vestimenta diferente y la abundancia de los mejores alimentos y en aquellos tiempos hasta el masticar las hojas de coca o la llipta que era la mezcla de hojas de coca con cal en recipientes llamados porta lliptas o

coqueos; usados para aumentar su poder alucinógeno con quien más se aprecia; todo esto ponía de manifiesto la alegría del festejo.

2.2.2. Calendario de celebraciones por mes:

- Enero.-** Cápac Raymi Quilla; el mayor festejo de los señores (mes de descanso, penitencias y ayunos del Yunga)
- Febrero.-** Paucar Uarai Quilla, Hatun Pucuy (mes de vestirse taparrabos vestimenta ceremonial, gran maduración) sacrificio con oro, plata, mullo y cuy.
- Marzo.-** Pacha Pacuy Quilla (mes de maduración de la tierra) sacrificio con carnero negro a ídolos y dioses.
- Abril.-** Camay Inca Raymi (descanso festejo del Inka) cantos y horadación de orejas. Convite banquete y yamur aca (chicha)
- Mayo.-** Hatun Cusqui, Aimoray Quilla (gran búsqueda, mes de cosecha (llevan al depósito las comidas)
- Junio.-** Hauncy Cusqui (descanso de la cosecha) bebe con el sol en la fiesta del sol.
- Julio.-** Chacra Ricuy Caca Cunacuy Chaua Uarcun Quilla (mes de la inspiración de tierras, de la distribución de tierras) ualla uiza (pontifice, sacrificio)
- Agosto.-** Chacra Yapuy Quilla (mes de romper tierras) tiempo de labranza) El Inka danza el haylli- cantos de triunfo)
- Septiembre.-** Coya Raymi Quilla (mes del festejo de la Reina)
- Octubre.-** Uma Raymi Quilla (mes del festejo principal) carnero negro ayuda a llorar y a pedir agua a dios / Runa Camag (creador del hombre)
- Noviembre.-** Aya Marçay Quilla (mes de llevar difuntos) la fiesta de los difuntos

Diciembre.- Capac Inti Raymi (mes de la festividad del señor sol) la gran pascua solemne del sol. (ALVAREZ, 2009, pág. 28)

2.2.3. Origen, Significado y Celebraciones del Inti Raymi:

El Inti Raymi es y significa “Festividad Sagrada del Sol”. Su origen histórico se remonta a los inicios del Imperio de los Incas en el Cusco, aunque también tuvo especial relevancia en el norte andino del actual Ecuador.

Desde sus orígenes, el fundamento básico de esta festividad, la más importante en el Calendario festivo de los pueblos indígenas de los Andes, es el Culto al Sol. Es el tiempo de agradecerle por su Luz, agradecer por las cosechas y exaltar la fecundidad de la tierra (La “Pacha Mama”) en lengua kichwa fue y sigue siendo una festividad de alta connotación espiritual también. Para los españoles, el Inti Raymi se tradujo como “Pascua Solemne del Sol”.



Imagen # 48 Inti Raymi
(<http://intiraymimystic.com>, 2015)

Elementos gravitantes de esta celebración son la posición geográfica y astronómica de los pueblos localizados en los altos Andes, cerca o en plena latitud cero del planeta; así como los ciclos agrícolas de siembra y cosecha que practicaron los pueblos nativos desde hace siglos, en base a sus estudios y conocimientos de los movimientos del Sol y la Luna.

En la actualidad el Inti Raymi se celebra con especial fuerza en las provincias del norte andino del Ecuador y consiste en varios días, a veces semanas y hasta meses de multicolores festividades, cargadas de simbolismos ancestrales, desde la cosmovisión indígena. Epicentros mayores de esta celebración son varias poblaciones de Imbabura como Otavalo, Peguche, Cotacachi, etc, así como las poblaciones de Cayambe y Zuleta, al norte de Quito, en la provincia de Pichincha.

Las celebraciones incluyen coloridas representaciones teatrales populares de enorme dinamismo, con personajes mitológicos como el Aya Uma, líder espiritual de los pueblos, protector de la naturaleza, administrador de las energías espirituales de las montañas y personaje principal de estas representaciones, quien lleva un vestuario multicolor donde cada elemento tiene un especial significado. Su rostro y cabeza están cubiertos por una gran careta que tiene dos lados de modo que de frente o de espaldas, se observan los elementos simbólicos de cada uno de sus rostros.

Se realizan grandes rituales de danza, música y un espectacular despliegue de color en los atuendos y trajes de los actores, a quienes se suma la mayoría de la propia población. Uno de los eventos más impresionantes del ritual es la masiva “toma” de la plaza principal del pueblo, donde se movilizan grandes grupos de danzantes organizados por las propias comunidades, quienes siguen un impecable libreto expresado en cantos, gritos y movimientos especiales. A la

toma de la plaza le sigue una “Pelea Ritual” y todo termina en una gran fiesta popular con bailes, música y abundante comida y bebida, incluida la “chicha” de maíz o “jora”. Parte del clímax de la fiesta son los “regalos sagrados” y en especial los castillos pirotécnicos que representan la fuerza de la luz, el fuego y el poder.

La música es rítmica, con períodos de gran intensidad que desembocan en ritmos alegres propicios para el baile. Se usan varios instrumentos autóctonos, con especial predominio de la flauta traversa. La comida también es parte del ritual y se preparan platos especiales en cuya elaboración tienen un rol fundamental las mujeres de la comunidad.

Los preparativos se hacen con meses de anticipación; se nombran “priostes” o padrinos de la fiesta en cada población que son quienes se encargan de los arreglos y los gastos que conllevan las celebraciones. Ser prioste es un gran honor para los pobladores de la zona. La festividad incluye también, en los días iniciales o previos a la celebración principal, un “Baño Ritual”, usualmente realizado en la noche en una de las cascadas sagradas, ríos o lagunas del sector.

En la actualidad, en el día mismo del Solsticio de Verano, el 22 de junio, se realizan especiales rituales de culto al Sol en el lugar donde, al mediodía, éste no proyecta sombra alguna: en la ciudad Mitad del Mundo y en los cercanos sitios arqueológicos y ruinas de Rumicucho y Cochasquí, antiguos centros ceremoniales y observatorios del Sol y el universo.

Estas ceremonias, si bien incluyen elementos de las tradiciones ancestrales, se han mezclado en parte con concepciones algo más mestizas de la festividad. Sin embargo, no dejan de ser un motivo de singular atracción para muchos visitantes, tanto nacionales como extranjeros. (Fiesta Inti Raymi CAPTUR)

2.2.4. Mushuc Nina



Imagen # 49 Mushuk Nina
(<http://web.international.ucla.edu/institute/event/8918>, 2015)

Una de las manifestaciones que se perdió en el tiempo fue la ceremonia del MUSHUC NINA (Fuego Nuevo) que marca el comienzo del nuevo año andino. Su recuperación se inició, en algunos lugares de los andes, en 1990 comunidades indígenas tomaron fuerza en el escenario nacional en busca del reconocimiento de sus derechos, identidades y culturas.

Desde hace tres años en el cantón Pedro Moncayo las organizaciones indígenas y campesinas, especialmente la UCCOPEM (Unión de Organizaciones Indígenas Campesinas de Cochasquí Pedro Moncayo), fueron participando paulatinamente y posicionando en su calendario agro-astronómico esta celebración. (Fiesta del Mushuc Nina CAPTUR)

2.2.5. El Pawkar Raymi

Es una de las cuatro importantes celebraciones del mundo andino. Es la época del florecimiento y tiempo para empezar a probar el fruto de la cosecha en el hemisferio Sur.

Pawkar, significa policromía, diversidad de colores, corresponde a la fiesta de la época del florecimiento en el que la ceremonia central es el juego ritual del Tumarina. Es el primer día del calendario agrícola indígena. Aquí inicia el ciclo de todo lo masculino.

Personaje principal: El SOL.



Imagen # 50 Pawkar Raymi
(www.eluniverso.com, 2015)

Esta festividad es un encuentro con la comunidad misma y el recuerdo a los antepasados.

La fiesta consta de dos ceremonias importantes:

El Tumarina: Las mujeres recolectan flores y recogen agua de las vertientes sagradas para ponerlas en los patios de cada una de las casas en actitud de invitar al juego ceremonial del Tumarina.

El ritual consiste en depositar un poco de agua y flores en la cabeza de la otra persona.

Simbología:

Florecimiento: el renacer del alma, renovarse.

Agua: purificación

Comunidad Junta: unión, familia

Cascada Sagrada: bautismo

Raymi CAPTUR)

2.2.6. Coya Raymi – Fiesta de la Jora (21 de septiembre)

Nuestros ancestros celebraban en septiembre el Coya Raymi Killa, era el mes de la Gran Fiesta de la Luna que representaba a la Coya, hermana del inca o señora del Sol.

Cada año el sol cruza el ecuador celeste del norte hacia el sur, es el equinoccio de primavera. Un día de equilibrio, donde la duración del día y la noche son iguales, es el cambio de estación. Al cabo del invierno, la naturaleza nos invita a renacer, a germinar las semillas de nuestros propósitos superiores. Este acontecimiento ha dado lugar a ceremonias y rituales en todas las culturas ancestrales, ha sido vinculado a la fecundidad y a la purificación.



Imagen # 51 Coya Raymi
(www.google.com, 2015)

Durante este mes los incas mandaban a expulsar las enfermedades de los pueblos y las pestes de todo el Tawantinsuyo, para ello, se vestían como para ir a la guerra a pelear, tiraban

con hondas de fuego y en voz alta echaban a las enfermedades y realizaban ceremonias en las cuales rociaban las casas y calles. (Coya Raymi CAPTUR)

2.2.7. Capac Raymi – La fiesta de la masculinidad - Diciembre 21

Celebración del rito de la iniciación o madurez de los adolescentes, también se celebraba en honor a los grandes líderes y apuks.

Es la Fiesta de la Vida Nueva, la festividad, dedicada especialmente a la juventud masculina, se llamaba “Fiesta de Fortalecimiento” y era “para los jóvenes entre los 15 y 21 años de edad”. En el Qhapaq Raymi se efectuaba el Warachikuy, o sea la medida o pruebas que pasaban la juventud masculina.



Imagen # 52 Capac Raymi
(<http://edicionimpresa.elcomercio.com>, 2015)

Aspecto esotérico: las pruebas eran ante todo para verificar las capacidades y potencialidades espirituales innatas de los muchachos.

Para recibir esta fecha andina se recomienda hacer una buena limpieza psico-física del hogar, así como de nuestras personas; y es ideal el ayuno pleno o parcial.

El día del Solsticio de Verano es propicio para una introspección psicológica profunda en silencio, auto-evaluar nuestras potencialidades internas que traemos desde el nacimiento, y en qué medida lo estamos acrecentando a través de una proceso de evolución consciente o Wiñay. (Caya Raymi CAPTUR)

2.2.8. Día de los difuntos: Colada morada y guaguas de pan

La colada morada tendría su origen en la mazamorra que preparaban los indios antes de la llegada de los españoles. Actualmente, una derivación de esta se ofrece el 2 de noviembre, Día de los Difuntos.



Imagen # 53 Día de los Difuntos
(www.religionincacate.blogspot.com, 2015)

En esta fecha, las familias se sirven diversos platos, entre ellos la colada morada, hecha con crema de maíz negro, clavos de olor, raspadura, babaco, mora, piña, canela, hojas de arrayán, entre otras especias, y para acompañar, las denominadas guaguas de pan.

La bebida está ligada al folclore serrano. “Probablemente los españoles trajeron algo similar durante la colonización, pero lo que sí se sabe es que los indígenas, en aquella época, adaptaron sus fechas celebratorias religiosas con las de los españoles y por supuesto inventaron también sus comidas”, refiere el chef Manolo Romero, de la Escuela de los Chefs.

Su origen estaría en el norte de la provincia de Pichincha, en Calderón, ubicada en las afueras de Quito. Se conoce que sobre las tumbas de los familiares, en este sitio, aún se pone la mesa y los visitantes pasan todo el día en esta degustación y en contacto con sus seres queridos. Además, la bebida está ligada a un producto andino que es el maíz negro.

Actualmente en la preparación no puede faltar el babaco, las pasas y el mortiño. En Pujilí y Quito, los indígenas aún mantienen la costumbre de colocar succulentos bocados en las tumbas de sus difuntos “para que el muerto se sirva”, según sus creencias.

Con respecto a las guaguas de pan existe la creencia de que estas aparecieron con el propósito de hacer una burla a las cabalgaduras de los españoles durante la colonización, aunque también representan a los fallecidos. (FIERRO, 2007)

2.3. Productos

La primera investigación dedicada a los alimentos prehispánicos corresponde al doctor Plutarco Naranjo Vargas. Su breve monografía se publicó en 1984 (Naranjo Vargas, 1984: 63). En 1988, el doctor Eduardo Estrella, en su libro *El Pan de América. Etnohistoria de los alimentos aborígenes en el Ecuador* propone, hasta la presente fecha, la información más completa sobre vegetales y cárnicos.

Abarca las tres regiones naturales del país y los datos que dan cuerpo a la investigación provienen de documentos del siglo XVI, de la botánica, de la zoología, y de los “aspectos nutricionales y de salud”.

Ofrece panoramas de la tecnología agrícola, la conservación de los alimentos, del almacenamiento y la preparación.

La siguiente lista solo registra plantas y animales de la provisión de la hoya. La mayor parte de ellos existen en la actualidad y su consumo es generalizado; aunque algunos se han excluido de la cocina vigente.

2.3.1. CEREALES

Cereal	
Maíz <i>Zea mays L.</i> POACEAE. Quichua: Zara, sara.	
Pseudocereales	
Quinua <i>Chenopodium quinoa Willd.</i> CHENOPODIACEAE. Quichua: quinua +	Ataco o sangorache <i>Amaranthus caudatus L. sin. Amaranthus quitensis var.</i> AMARANTHACEAE. Quichua: sangurachi.

Tabla No. 1 Cereales

(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 53)

El maíz (*Zea mays L.*) POACEAE.

El Ecuador comparte con los demás países hermanos del continente americano el haber otorgado el maíz al mundo entero; alimento actual de los seres humanos de muchos países. Representa el origen del sustento alimenticio y cultural de sus habitantes.



Imagen # 54

Tema: Maíz

ELABORADO POR: Turismo Municipio Loja

Fuente: www.loja.gob.ec

En el libro: “La verdadera historia del tiempo, de la explosión del Neolítico a los nudos y los agujeros negros”, propuesta para un reconocimiento justo para los cereales y gramíneas en la vida mismo de los seres humanos de todo el planeta; “El maíz es el logro más extraordinario que alcanzara jamás el ser humano en la mejora de plantas”, así lo ha reconocido George Beadle, famoso investigador de esta gramínea al también decir. “Es una monstruosidad biológica” (citado por Murgueytio y Guerrero, 1997).

Lo más extraordinario es su mazorca sustentada sobre tejido corchoso, infinidad de granos y de apariencia lechosa distribuidas con “sinuosa simetría en columnas en números múltiplos de cuatro. Cada planta conformada por un solo tallo, genera normalmente de una a tres mazorcas. Las flores separadas (órganos sexuales) permiten la reproducción cruzada, por lo tanto el maíz es excelente para el fitomejoramiento por hibridación.

La diversidad de razas maiceras comprensible a su riqueza adaptativa, producto de un milenario proceso de selección artificial llevada a cabo por nuestros antecesores a través de su paulatina colonización de ecosistemas que implicó un caudaloso acervo de conocimientos.

Origen del maíz ecuatoriano

Las “condiciones de articulación socioeconómico-ambientales apropiadas para un desarrollo hortícola temprano, basado en el manejo de las plantas tropicales, está demostrado que la cuenca del Guayas es donde se iniciaron los primeros cultivos en la costa septentrional andina” (Marcos, 1983).

La agricultura “sustentada en una base de milenios de experimentación y un largo proceso de domesticación de plantas” (Marcos, 1983) técnicas y la adaptación de las experiencias de otras regiones locales mejoramiento de su cultivo, recolección y almacenamiento de productos útiles generó importantes progresos agrícolas, hidráulicos, así como el conocimiento y manejo de la Astronomía ligada a los ciclos de siembra y cosecha.

La cultura Valdivia 6.000 años atrás aparece como un pueblo exclusivamente agricultor relacionado con el maíz y otros productos.

Técnicas ancestrales y actuales del cultivo del maíz



Imagen # 55 Técnicas ancestrales del cultivo del maíz
(www.toltecayotl.org , 2015)

Nuestros antepasados utilizaron diversas técnicas de cultivo en: tierras de aluvión, cerca de los ríos; cultivo en camellones en regiones sometidas a elevados regímenes de lluvia y humedad como la sierra norte; cultivo en tierras secas en base a sistemas de riego, cultivo de roza

y quema itinerante en tierras tropicales y subtropicales, talando y quemando la vegetación para sembrar en época de lluvia; técnicas de fertilización con ejemplos comprobados arqueológicamente como la asociación de una gramínea maíz con una leguminosa fréjol. “La gramínea es una planta exigente en nitrógeno, la leguminosa aporta ese elemento a la tierra fertilizándola. En la relación Anónima de Quito del año 1573, citado por Eduardo Estrella, se anota:

“el maíz se cultiva en camellones, habiendo poco más de un pie de uno a otro; hácese un agujero con el dedo, échase dos granos de maíz y uno de frisoles, cuando los quieren sembrar, los cuales, como van creciendo, se ciñen a abrazan con las cañas de maíz, y ANSI tiene fuerza para se levantar del suelo”.

(R.G.I 1965, II: 205-232) (Estrella, 1988).

Otras formas de fertilización fueron el barbecho y el majadeo (de llamas) en tierras pobres; cultivos asociados aprovechando mejor la forma del terreno sembrando y cosechando varios productos. Técnica utilizada hasta la actualidad; los agricultores siembran juntos maíz y fréjoles; papas, quinua, chochos, y calabazas, productos intercalados o asociados.

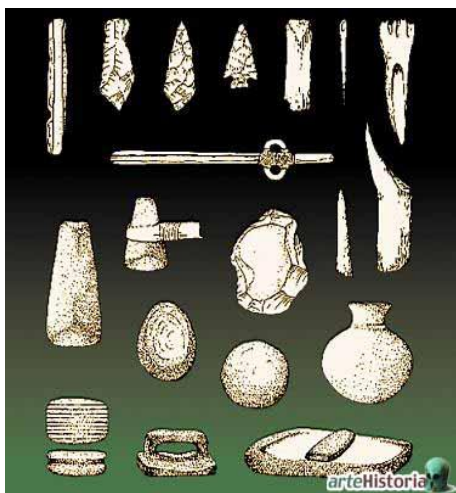


Imagen # 56 Herramientas prehispanicas
(<https://grupodehistoria.wordpress.com/>, 2015)

Las herramientas utilizadas para la agricultura desde los milenarios Vegas hasta la colonia, las herramientas de concha, piedra hueso, cobre y madera (chaquitakllas); instrumentos diseñados para talar árboles, limpiar hierbas y malezas, cavar la tierra, romper terrones , construir surcos y camellones, hacer orificios para introducir semillas o mugrones, romper la tierra para cosecha tubérculos, deshojar maíz, etc.

De la colonia el mismo autor Estrella cita lo siguiente:

“con unas palas de madera recia, de cinco a seis palmos de largo y como uno de ancho, y en medio tiene una muesca que hace empuñadura con el que se hace fuerza, para dar mayor golpe, y con ellas labran la tierra mas de placer que con azadones, ANSI por el uso de dellas tiene, como porque desmenuzan mejor la tierra”.

(R.G.I.1965, II: 205-232) (Estrella, 1983).

El maíz en la identidad alimenticia de los ecuatorianos



Imagen # 57 Tortillas de maíz en tiesto
(www.cocinaecuadorianacristinanandrade.blogspot.com, 2015)

La mayoría de los pobladores del Ecuador al igual que los demás de los países de nuestro continente dependemos para nuestra supervivencia exclusivamente de la presencia de esta gramínea. El Ecuador es un país plurinacional y multicultural. Pueblos ubicados en todas las

regiones naturales y todos los ellos perciben al maíz como suyo, incluso la gran mayoría urbana mestiza cuya alimentación ha sido condimentada y apropiada en su acervo culinario. Varias de las comidas rituales ecuatorianos están ligadas a las celebraciones religiosas de los pueblos, como es el caso de la “colada morada”, la “fanesca” que tiene como elementos indispensables el choclo, el fréjol, la calabaza entre otros.

2.3.2. PSEUDOCEREALES

Quinoa o quinoa (*Chenopodium quinoa Willd.*) CHENOPODIACEAE.



Imagen # 58 Quinoa
(www.fao.org , 2015)

Es una planta nativa de la región Andina, cuyo centro de domesticación parece ubicarse en los Andes Centrales. Crece a alturas superiores a los 3000 msnm, no exige terrenos especiales y se desarrolla inclusive en suelos abandonados. Es estado silvestre se localiza en zonas comprendidas entre los 2600 y 3700 msnm. Por su parecido con el arroz, los primeros españoles la denominaron “arrocillo americano o trigo de los incas”. Antes de consumirla, los indígenas la lavaban, el agua resultante la utilizaban para bañarse y lavar la ropa, ya que las saponinas se

constituían en un jabón líquido. Se preparaban cocidos, se hacía chincha con el mishque o líquido dulce del tallo. Sus raíces igualmente son comestibles.



Imagen # 59 Chicha de quinua
(www.recetascomidas.com, 2015)

Sus propiedades medicinales eran muy apreciadas por los antiguos pobladores andinos en el tratamiento de diversas dolencias y enfermedades. La utilizaban para afecciones hepáticas de diverso orden, como analgésico dental, contra la angina, antiinflamatorio, catarro de las vías urinarias, cáustico, cicatrizante.

Del tallo se obtenía una ceniza que agregaban a los alimentos para evitar la llenura. Formaba parte también de los sacrificios que se ofrecían a las huacas.

Según estudios bromatológicos realizados en Ecuador, Colombia y Perú, el contenido de proteína de la quinua es de valor superior a la de la leche, contiene además hierro, calcio, ácido ascórbico, aminoácidos esenciales.

Como en la preparación de la quinua y otros alimentos se utilizaban sales de calcio, se incrementaba con esta acción el contenido del mineral en la dieta alimenticia prehispánica. (RODRIGUEZ CUENCA, pág. 104)

Amaranto, ataco o sangorache (*Amaranthus caudatus* L. sin. / *Amaranthus quitensis* var).

AMARANTHACEAE.



Imagen # 60 Amaranto

ELABORADO POR: Wordpress

(www.recetariococina.net, 2015)

El kiwicha, icapachi, sangorache o ilmi es un grano diminuto muy apreciado en el nuevo mundo y considerado sagrado por incas, mayas y aztecas. Sus hojas fueron aprovechadas como hortalizas y sus semillas en calidad de cereal.

Por cocción o tostadas las hojas y granos de estas plantas se empleaban en las artes culinarias de las poblaciones andinas, como alimento, aromatizante y colorante de comidas rituales.

Cree en suelos pobres o ricos, en climas tropicales, fríos o calientes; se destacan por su crecimiento rápido y gran productividad. Su contenido proteínico superior al de cereales como el trigo, avena y al de la misma quinua, no en contenido sino en cuanto a la calidad. Infortunadamente, los españoles prohibieron esta “comida de indios” por sus efectos afrodisíacos o para desarraigar la idolatría. (RODRIGUEZ CUENCA, pág. 105) (PAZOS BARRERA, 2008, pág. 54)

2.3.3. LEGUMINOSAS

Leguminosas	
Fréjol <i>Phaseolus vulgaris L.</i> (LEGUMINOSAE). FABACEAE. Tortas o pallares <i>Phaseolus lunatus L.</i> (LEGUMINOSAE) FABACEAE. Quichua: pallar.	Maní <i>Arachis hipogaea L.</i> (LEGUMINOSAE) FABACEAE Quichua: inchic Chocho <i>Lupinus tricolor Sod./sin. Lupinus mutabilis</i> Sweet (LEGUMINOSAE) FABACEAE Quichua: tarhui

Tabla No. 2 Leguminosas

(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 54)

El fríjol o fréjol (*Phaseolus vulgaris L.*) LEGUMINOSAE

Es una de las primeras plantas domesticadas en América, cuya presencia se remonta a unos 6000-8000 años tanto en Mesoamérica como en los Andes Centrales. Su cultivo se extendía a casi la mayoría de poblaciones prehispánicas y constituía uno de los principales alimentos, conjuntamente con el maíz, la papa y la yuca. Los Incas lo llamaban “purutu”.



Imagen # 61 Fréjol
 (www.cnf-foods.com, 2015)

El fréjol crece en climas fríos y cálidos con variedades trepadoras y enanas, siendo la primera la más común. Existe una gran variedad de fréjoles: amarillos, blancos, negros, colorados, jaspeados, grandes, pequeños, etc.

Los aborígenes lo consumían a manera de hortaliza, con vaina y grano en estado tierno; el grano tierno era combinado con maíz en sopas y mazamoras; el grano maduro se secaba y se comía después de un adecuado remojo y cocción. También se utilizaba como preparado medicinas en cataplasmas y para restablecerse de la menstruación.

El fréjol es conocido como la “carne de los pobres” por sus cualidades nutricionales muy apreciadas, contiene alto valor de hierro, calcio, proteínas, riboflavina y niacina. Brinda un buen aporte de carbohidratos, minerales y vitaminas del complejo B. (RODRIGUEZ CUENCA, pág. 106)

El chocho, tarhui o altramuz (*Lupinus tricolor* Sod./sin. *Lupinus mutabilis* Sweet)

LEGUMINOSAE- FABACEAE



Imagen # 62 Chocho

(<http://www.unperiodico.unal.edu.co/>, 2015)

Leguminosa nativa de los Andes Centrales cultivada por los antiguos pobladores de la región andina central desde épocas pre-incaicas, habiéndose encontrado semillas en tumbas de la

cultura Nazca. Por otro lado se han encontrado hallazgos de otras especies de chocho en las culturas romanas y griegas.

Según estudios su cultivo comenzó aproximadamente en los años 2200 y 2500 años AC. En el 100- 500 AC se han encontrado restos de la semilla de chocho; algunas pinturas estilizadas de esta planta están representadas en cerámicas aborígenes 500- 1000 DC, encontrados en regiones alto- andinas. Se le utilizaba como alimento y como abono para los terrenos agrícolas. Su grano se trillaba como el trigo y se empleaba en la elaboración de salsas con ají y en la preparación de una leche vegetal. Sus elementos tóxicos se eliminan mediante cocción y remojo prolongado.

Su alto contenido proteínico (44 g) lo convierte en un excelente suplemento nutricional. Contiene un alto valor de lisina y minerales. En épocas prehispánicas se distribuía básicamente por las serranías del Perú y Ecuador. (RODRIGUEZ CUENCA, pág. 108)

Maní (*Arachis hypogaea* L). LEGUMINOSAE



Imagen # 63 Maní
(www.elsol.com.bo, 2015)

Se cree originario de las regiones tropicales de América del Sur, donde algunas especies crecen de modo silvestre. Su cultivo se viene realizando desde épocas remotas, así los pueblos

indígenas, lo cultivaron tal y como queda reflejado en los descubrimientos arqueológicos realizados en Pachacamac y otras regiones del Perú. Allí se hallaron representaciones del maní en piezas de alfarería y vasijas.. La palabra maní, muy empleada en Argentina, proviene del guaraní "manduví", mientras que el nombre cacahuete o cacahuete (usado en México), se originó en el azteca "cacahuatl". Se estima que su utilización se remonta a mas de 3000 años ya que se encontró en tumbas indígenas del Perú que datan de esa época, el cual que seguramente formaba parte del grupo de alimentos de consumo, y desde allí fue difundido en el continente por los indígenas americanos.

El maní ha sido cultivado para el aprovechamiento de sus semillas desde hace 8000 o 7000 años. Los conquistadores españoles observaron su consumo al llegar al continente americano, en un mercado de la capital azteca, México-Tenochtitlan El arqueólogo estadounidense Tom Dillehay descubrió los restos de maníes de 7840 años en Paiján y en el valle de Ñanchoc, Perú. Los incas extendieron su cultivo a otras regiones de Sudamérica.

2.3.4. TUBÉRCULOS

Tubérculos, raíces y rizomas	
<p>Papa <i>Solanum tuberosum</i> . SOLANACEAE. Quichua: Accsu</p> <p>Melloco <i>Ullucus tuberosus</i> Caldas. BASELLACEAE Quichua: ollucu</p> <p>Oca <i>Oxalis tuberosa</i> Mol. OXALIDACEAE Quichua: uca</p>	<p>Mashua <i>Tropaeolum tuberosum</i> R. et Pav. TROPAEOLACEAE Quichua: añu</p> <p>Miso o tazo <i>Mirabilis expanda</i> R. et. Pav. NYCTAGINACEAE Quichua : tazo</p>

Tabla No. 3 Tubérculos, raíces y rizomas

(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 57)

La papa (*Solanum tuberosum*.) SOLANACEAE.



Imagen # 64 Papa
(<http://www.revistafocus.pe/>, 2015)

Cuando los conquistadores españoles avistaron el altiplano, se sorprendieron no solamente por lo que ellos denominaron “hervir la tierra de indios” sino también por la cantidad de cultivos de “turmas”, que según los cronistas se extendían por numerosas sementeras.

“... son llamadas así por los españoles, por parecerse en su grandeza y color por fuera en las turmas de tierra que se hallan en España, aunque difieren en mucho; porque de éstas, unas son por dentro amarillas, otras moradas, otras blancas y las más arenosas. Siémbrense de semilla que echan y más de ordinario de las pequeñitas que cogen se vuelven a resembrar. Crecen en sus ramas hasta dos tercios más o menos, echan unas flores moradas y blancas, extienden sus raíces y en ellas se van criando estas turmas, de que hay grandes sementeras y cosechas, aunque ellas no tienen más gusto de aquello con que las guisan; llámanse papas”.

Durante la llegada de los españoles, la papa se consideró “comida de indios” y por tanto fue despreciada por ellos; su producción estaba relegada al consumo de la población nativa.

La papa contiene niveles muy bajos de proteínas, minerales y vitaminas; no obstante su contenido de carbohidratos es alto al igual que el de ácido ascórbico. (RODRIGUEZ CUENCA, pág. 109)

El melloco, ulluco, chuguas (*Ullucus tuberosus* Caldas). BASELLACEAE



Imagen # 65 Melloco
(<http://perudelights.com/>, 2015)

Es el más generalizado para su cultivo en localidades de la Sierra. Crece en zonas templadas y frías. La altitud de cultivo oscila entre 1.800 y 3.900 m.s.n.m, siendo la altitud óptima 3.500 m.s.n.m. Su nombre científico es *ullucu tuberosus*. Sus hojas tienen forma acorazonada y sus flores semejan estrellas, el tubérculo es redondo. Hay mellocos de color amarillo, blanco, rojo y el llamado "melloco de gallo" (rojo y blanco).

Tubérculo redondo, blancuzco, de diversos tamaños, simple y baboso; se consume cocido en ensaladas y mazamorras. Conocida como la papa lisa en el Ecuador. Su centro de domesticación parece ubicarse en los Andes Centrales. Crece en condiciones ecológicas diversas, en alturas medias que van desde los 1500 hasta los 4000 msnm; resiste las heladas y la

humedad. Al igual que la papa, su valor nutricional estriba en su alto contenido hídrico y moderado nivel de carbohidratos. (RODRIGUEZ CUENCA, pág. 110)

Oca o ibias (*Oxalis tuberosa* Mol.) OXALIDACEAE



Imagen # 66 Oca
(www.es.paperblog.com, 2015)

Su cultivo es bastante antiguo de al menos hace 8000 años: Se han encontrado restos en tumbas muy antiguas de la costa, lejos de sus lugares de cultivo y parece anteceder al de la papa. Después de la papa era uno de los cultivos más preciados por las poblaciones andinas. Se secan inicialmente al sol por varios días con el fin de eliminar su sabor amargo y endulzarlas, luego se cuecen para ser consumidas solas o en mazamoras. Proporcionan un moderado contenido de carbohidratos y algo de ácido ascórbico. También eran utilizadas en forma medicinal con un poderoso anti inflamatorio.

Mashua (*Tropaeolum tuberosum* R. et Pav) TROPAEOLACEAE

Es difícil establecer con exactitud del origen de la mashua. Se encuentra distribuida por toda la zona de los Andes en forma silvestre y en forma cultivada. Varios investigadores

aseguran que el tubérculo puede ser originario de la meseta peruano-boliviana o de los Andes colombianos ya que se han encontrado especies silvestres antiguas de mashua en estas zonas.



Imagen # 67 Mashua
(<http://www.limaeasy.com/m>, 2015)

Hoy en día es casi imposible determinar el punto exacto de iniciación desde donde se propagó su distribución al resto de los Andes. Es un tubérculo de origen nativo que generalmente se lo localiza en la zonas altas, entre los 3.000 a 3.900 m.s.n.m.

Existen mashuas de color amarillo, blanco y negro. Esta planta es considerada rústica, se la puede cultivar en suelos pobres, con poco cuidado, se la cultiva muy poco. La mayoría de tubérculos andinos se siembran juntos porque poseen similares características.

Tradicionalmente este tubérculo se consumen cocidos de manera directa o como parte de las mazamorras (coladas) o locros. Los brotes tiernos y las flores también se comen cocidos como verduras. La chicha con raspadura es otra forma de prepararla.

La mashua al igual que la papa, el melloco y la oca, están presentes en comidas festivas como el kariucho (plato con papas y carne) que se sirve junto a diferentes granos.

La mashua aporta vitaminas y nutrientes esenciales que fortalecen el organismo humano y estimulan el crecimiento. Por su alto contenido de carbohidratos tiene un importante valor calórico.

Este tubérculo en la medicina prehispánica se utilizó en forma medicinal el cocimiento de mashua, perejil y zumo de lima como bebida que ayudaba a eliminar cálculos al riñón y vejiga. Los Incas lo utilizaban además por sus propiedades para inhibir el apetito sexual cuando iban a la guerra.

Para su cocción se utilizaba la Huatia, que era una técnica culinaria que consiste en un hornillo de adobes, en su interior se prendía leña hasta que esté caliente, se retiraba la lumbre y se introducían las mashuas y se las cubría con tierra. Una vez listos, eran retirados, limpiados y consumidos. (OLIVAS, pág. 25)

Miso o tazo (*Mirabilis expansa R. et. Pav.*) NYCTAGINACEAE



Imagen # 68 Miso o Tazo
(<http://www.botanicalgarden.ubc.ca/>)

Mirabilis expansa conocida como “chago” en Cajamarca y como mauka en el sur del Perú o Bolivia. Es una Nyctaginaceae, planta promisoría distribuida desde el Ecuador, Perú hasta Bolivia; encontrándose parientes silvestres desde Venezuela hasta Chile (Seminario, 1993).

Su importancia radica en que posee raíces reservantes con mayor contenido de proteínas, calcio y fósforo con respecto a otras tuberosas (Franco & Uceda, 1996), pudiendo complementar las deficiencias nutricionales del poblador andino. En otros estudios se ha encontrado que plantas del género Mirabilis poseen proteínas inactivadoras de ribosomas (Ribosome Inactivating Proteins) con propiedades antivirales, que impiden la infección de virus y viroides transmitidos mecánicamente en cultivos como papa y tomate previamente aplicados con extractos crudos de tales plantas (Vivanco, 1999).

2.3.5. RAICES Y RIZOMAS

Raíces y rizomas de clima tropical, subtropical y temperado	
<p>Yuca <i>Manihot dulces Lax. M. esculenta Crantz / M. utilísima Pohl</i> EU. PHORBIACEAE Quichua: rumu</p> <p>Camote <i>Ipomoea batatas (L.) Poir</i> CONVOLVULACEAE Quichua: apichu</p> <p>Zanahoria blanca <i>Arracacia esculenta D. C. / Arracacia xanthorrhiza Bancr.</i> (UMBELLIFERAE) APIACEAE Quichua: racacha</p>	<p>Jícama <i>Polymnia edulis Weddell / Polymnia sonchifolia</i> (COMPOSITAE) ASTERACEAE Quichua: asipa.</p> <p>Achera o achira <i>Canna edulis Ker-Gawl</i> CANNACEAE Quichua: achira Papa china ARACEAE</p>

Tabla No. 4 Raíces y Rizomas

(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 59)

Camote (*Ipomoea batatas* L. Poir) CONVOLVULACEAE

El camote, conocido en otros países por los nombres de batata, boniato y papa dulce, es un tubérculo que crece en la región peruana desde hace diez mil años. En el departamento de Ayacucho se han encontrado representaciones icónicas del camote, que indican que las primeras civilizaciones precolombinas que conocemos ya lo cultivaban. La mayor cantidad de variedad de batatas se encuentra en Perú; el camote llegó al Ecuador con los Incas y rápidamente fue incluido en la dieta de la cocina prehispánica.



Imagen # 69 Camote
(www.sinarefi.org, 2015)

El camote, conocido en otros países por los nombres de batata, boniato y papa dulce, es un tubérculo que crece en la región peruana desde hace diez mil años. En el departamento de Ayacucho se han encontrado representaciones icónicas del camote, que indican que las primeras civilizaciones precolombinas que conocemos ya lo cultivaban. La mayor cantidad de variedad de batatas se encuentra en Perú; el camote llegó al Ecuador con los Incas y rápidamente fue incluido en la dieta de la cocina prehispánica.

En Tumbas Precolombinas han hallado raíces tuberosas secas y en la zona de Chilca se han excavado muestras fusiladas que tendrían una antigüedad de 10.000 años (Engel, citado por

Montalvo). En el Ecuador es posible que haya sido cultivada en el período formativo por la Cultura Valdivia 3.500 A.C. y en Otavalo en 1.582.

Zanahoria blanca, arracacha, racacha, raíces de apio (*Arracacia esculenta* D. C. / *Arracacia xanthorrhiza* Bancr.) UMBELLIFERAE



Imagen # 70 Zanahoria blanca
(<http://moonmentum.com/>, 2015)

Cultígeno originario de los Andes; es considerada una de las plantas domesticadas más antiguas de América en virtud de su gran variabilidad y la existencia de formas silvestres de la misma.

Las hay blancas, amarillas, moradas y otra blanca matizada de rosado; se produce en climas templados y fríos. En la medicina nativa se le utilizaba cocida y amasada en calidad de cataplasmas antiinflamatorios y antisépticos; también se le conocía como diurético y estimulante, anti diarreico, para expulsar la placenta y para las verrugas de la piel.

A más de ser una fuente muy buena de carbohidratos, contiene niveles adecuados de niacina, ácido ascórbico, vitamina A y fósforo. (RODRIGUEZ CUENCA, pág. 109)

Jícama (*Polymnia edulis Weddell / Polymnia sonchifolia*) COMPOSITAE ASTERACEAE



Imagen # 71 Jícama
(www.google.com.ec, 2015)

Existe evidencia sustancial de que una especie de jícama fue conocida y cultivada por los Incas (Sorensen 1990). De acuerdo con León (1964) esta especie fue sembrada por los indios de la costa del Perú desde las primeras culturas. Era un cultivo de importancia fielmente representado en pinturas y piezas de alfarería. Sus raíces han sido frecuentemente halladas en tumbas incas.

Es un tubérculo de origen nativo, comestible y medicinal; es una raíz muy gruesa, cuyo interior es de color blanco cremoso. Su nombre científico es *Polymnia edulis Weddell/ polymnia sonchifolia*.

La Sierra norte y central del Ecuador son las zonas con mayor tradición en su cultivo, aunque también se la encuentra en algunos sectores de las provincias sureñas de Loja, Cañar y Azuay.

Antiguamente se la comía como fruta y no era incluida en la preparación de algún plato especial. En las comunidades y pueblos interandinos, este tubérculo se consume crudo después de deshidratarlo exponiéndole al sol o agregándole azúcar.

Achera o Achira (*Canna edulis Ker-Gawl*) CANNACEAE



Imagen # 72 Achera o Achira
(<http://www.cincopinos.cl/>, 2015)

Proviene del término quechua *Achuy*, cuyo significado primario es “*estornudo*”. Conduce a la idea de “transportar algo entre los dientes o con la boca” y de aquí al concepto de lo que el alma humana emite o expresa con espontaneidad.

Por lo que achira es la palabra, el cuento, la historia, el relato que se comparte. Se vincula con la enseñanza y la transmisión de conocimientos orales.

Puede encontrarse en términos como Arachán una familia nativa extinta de la región Este del Uruguay y Río Grande del Sur en Brasil, así como en el nombre de la fronteriza ciudad de Chuy, entre estos dos países.

La achira también es conocida en Colombia como sagú o chisgua, en Venezuela como capacho o maraca(en la Costa de Paria "Zulú" o "Pericaguá"), en Perú y Ecuador como achera o atzera (o atcera), en Brasil como biri. Otras denominaciones son chui'o arawak imocoma. En México se le conoce como acaxochitl y papantla.

Es de origen sudamericano y los arqueólogos han encontrado que se cultivaba en Perú hace 4.500 años. En Colombia los chibchas la utilizaban en su alimentación. Hay evidencias que fue cultivada en la cultura Valdivia 3.500 A.C. Damp 1.981.

López expresa que el Sagú o Achira es una planta de origen Sudamericano y que el cultivo fue importante en la cultura Precolombina. Es una hierba perenne nativa de la región Andina.

2.3.6. HORTALIZAS Y VERDURAS

Hortalizas y verduras	
<p>Totora <i>Scirpus totora Scirpus riparius / S. triqueter</i> CIPERACEAE Quichua: tutura</p> <p>Penco negro <i>Agave americana L.</i> AGAVECEAE Quichua: chahuar</p> <p>Lengua de vaca <i>Rumex spcs.</i> POLYGONACEAE Quichua: guagracallo</p> <p>Paico <i>Chenopodium ambrosioides.</i> CHENOPODIACEAE</p> <p>Ashpa quinua Chenopodium album. CHENOPODIACEAE</p> <p>Verdolaga <i>Portulaca oleracea L.</i> PORTULACACEAE Quichua: llutu-yuyu, llutullutu</p> <p>Berro <i>Nasturtium officinale.</i> (CRUCIFERAE) BRASSICACEAE</p> <p>Chulco <i>Oxalis spp.</i> OXALIDACEAE Quichua: chulcu</p> <p>Mastuerzo o capuchina <i>Tropaelum majus L.</i> TROPAEOLACEAE</p> <p>Tomate <i>Lycopersicum esculentum Mill.</i> SOLANACEAE</p>	<p>Ají <i>Capsicum spp.</i> Quichua: uchu</p> <p>Cerraja <i>Sonchus oleraceus L.</i> (COMPOSITAE) ASTERACEAE Quichua: quinquin</p> <p>Achicoria <i>Achyrophorus quitensis Schultz.</i> Quichua: tañi</p> <p>Llullucha – murmunta <i>Nostoc sp.</i></p> <p>Huaca-mullo <i>Mimulus glabratus H.B.K Mimulus andicolus</i> H.B.K. SCROPHULARIACEAE. Quichua: jocko-ruru</p> <p>Zapallo <i>Cucurbita moschata Duch .</i> CUCURBITACEAE.</p> <p>Sambo <i>Cucurbita ficifolia Bouche / C. pepo.</i> CUCURBITACEAE Quichua: Sambu</p> <p>Achogcha <i>Cyclanthera pedata Schrad.</i> CUCURBITACEAE Quichua: Achoccha</p>

Tabla No. 5 Hortalizas y verduras

(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 61)

Las hortalizas son plantas herbáceas que cumplen una importante función nutricional mediante el suministro de cantidades variables de carotenoides, minerales, vitaminas, hidratos de carbono y proteínas. Además, en la tradición agrícola prehispánica se conocían sus propiedades medicinales bastante apreciadas por los aborígenes americanos. Los primeros conquistadores se sorprendieron por la gran variedad de tubérculos, raíces, rizomas, hortalizas y legumbres del mundo americano.

El aborígen americano consumió más verduras en la parte equinoccial que las que consume la población actual. No sólo era más considerable que ahora el número de las especies usadas como alimento verde, sino que aun plantas tenidas hoy como inadecuadas para esos fines se empleaban corrientemente.

Además de las que se cultivaban expresamente como hortalizas, se aprovecharon varias obtenidas en los montes, en los rastrojos o en los cultivos. En el primer caso se trataba de plantas silvestres en el segundo, de ruderales, en el tercero de mesícolas, según la clasificación de Augusto Chevalier (Martonne, 1927. III. 1268-1271).

Algunas de las que en la actualidad, con los cambios producidos por la extinción de los grupos indígenas, o por su asimilación a la cultura europea se consideran como malas yerbas fueron verduras estimadas en el pasado; proceso evolutivo que ha sido notado también en el Viejo Mundo (Maurizio. 1932, 107. 118- 119). La rehabilitación de ciertas verduras usadas por los pueblos aborígenes, enriquecería la dieta contemporánea, tan desbalanceada en los países tropicales.

Milenios de tanteos y experiencias sobre las propiedades de las plantas debieron insumir los pueblos primitivos americanos, antes de que se estableciera cuáles eran más aptas para el

consumo en calidad de verdura; qué partes de ellas eran mejores, y en qué forma debían prepararse. Así, unas se usaron por los bulbos o turiones, otras por las hojas y ramas tiernas, o por las flores, o por los frutos en distintos estados de desarrollo.

Varios nombres genéricos indígenas se han conservado como equivalentes a "verduras" u "hortalizas". Uno es el náhuatl «quelite» (Robelo, 3ª ed., 234-235; 306), el segundo es «iraca» o variantes, de la lengua cueva hablada al oriente del istmo de Panamá.

El tercer nombre para este grupo de plantas comestibles es el quechua «yuyu» o «yuyo». No se generalizó al norte del Ecuador, aunque no faltan menciones.

Los primeros cronistas e historiadores de cosas de Indias son unánimes en señalar la importancia y la difusión del uso de las "yerbas", como en general se las designa, en la alimentación de los pueblos indígenas.

En la región andina no fue menos importante que en los valles calientes el consumo de verduras. La relación de Quito de 1573 incluye los «yuyos» entre las comidas normales de los indígenas (Jiménez de la Espada, 1897, III, 94). Había legumbres o verduras de la tierra en Cuenca y Pueleusí (Ibid., 157; 175).

En la relación de Cañaribamba, se habla de una cebolleta que comen los indios, llamada «zarayuyu» (Ibid., 187). Esta palabra quiere decir "yerba de los maizales".

Asimismo la relación de Santo Domingo Chunchi es ilustrativa: "comen [los indios] de algunas yerbas que se crían entre maizales" (Ibid., 191). En la relación de Loja se dan informaciones de sumo interés sobre las "yerbas" (Ibid., 203, 204). (PATIÑO V. M., 2001)

El Ají o uchú (*Capsicum spp.*)



© Simon Feiertag

Imagen # 73 Ají

(www.ethno-botanik.org, 2015)

El ají forma parte de la familia de plantas llamadas las solanáceas y, como la gran mayoría de las plantas de este grupo, tuvo su origen en América del Sur. Los botánicos, especialistas en el tema, concuerdan en afirmar que el género *Capsicum* es una planta nativa de las zonas tropicales del Nuevo Mundo y que su centro de origen se localiza en el centro de Sud America, en los altos de Bolivia¹ o en una zona montañosa del sur de Brasil, en donde se encuentran once especies silvestres.

La botánica inglesa Barbara Pickersgill opina que las especies silvestres de *Capsicum* probablemente fueron domesticadas en diferentes épocas, en un periodo que comprende 8 000 años. No obstante hay restos arqueológicos de chiles domesticados con fechas anteriores al año 2000 a.C. Los especialistas especulan que cada una de las especies fueron domesticadas en forma independiente, en diferentes zonas geográficas, antes de la llegada de los europeos. (LONG TOWELL, pág. 81).

El ají fue el más noble condimento de la comida indígena. Entero o molido, crudo o cocinado, solo, relleno o mezclado con otros condimentos, fue el saborizante por antonomasia, el condimento clave de las grandes y pequeñas comidas aborígenes.

La cocina indígena estaba regulada por la naturaleza, las estaciones climáticas y por los ritos que con ellas se vinculaban, normalmente era simple, pero durante sus fiestas tenían la oportunidad de mostrar la esplendor de su gastronomía, en tiempos de abundante cosecha la diversidad de platos o preparados era inigualable. Estas preparaciones culinarias eran aderezadas con condimentos, yerbas, colorantes y esencias lujuriantes: albahaca, ají, culantro, perejil, malvarrosa, arrayán, laurel, vainilla, etc., despertaban los sentidos durante un ceremonial de comidas.

Por detrás del ají, y casi siempre próximo, se mantuvo el achiote. Y ahí donde el ají puso su sabor exultante, el achiote llegó con su color espléndido. Los abuelos indígenas le destinaron usos superiores: amuleto contra enfermedades y brujerías, filtro de amor para obtener favores femeninos, elixir proveedor de fuerza y resistencia. (RODRIGUEZ CUENCA, pág. cap 5)

Penco negro (*Agave americana*) L. AGAVECEAE



Imagen # 74 Penco negro
(www.worldofsucculents.com, 2015)

Su primer contacto con el hombre comenzó en la Mesoamérica hace 900 o 1000 años, junto con los asentamientos y la agricultura muchos afirman junto al poroto y el maíz, fueron las primeras plantas cultivadas en esta región dada la facilidad del cultivo y la diversidad de su aplicación.

En Ecuador es llamado cabuyo, cabuyo negro, penco o chaguar. Son plantas monocotiledóneas de la familia de las Agaváceas. Su historia taxonómica ha presentado problemas y hasta hoy existen discordancias entre los autores sobre los géneros que deben integrar la familia, así como dificultades para identificar y clasificar algunas especies. El nombre del género proviene del griego agavos que significa magnífico, admirable, hermoso o noble.

“Es una hierba perenne, con hojas suculentas, que alcanzan hasta cuatro metros de diámetro y dos de alto, con un tallo corto de donde nacen a modo de roseta, hojas sésiles, lanceoladas que pueden alcanzar dos metros, gruesas y suculentas, de hasta 25 cm. de ancho en la base, angostándose al extremo, planas, acanaladas, de color verde o gris pálido hasta fuerte, cubiertas de una cutícula lisa o levemente áspera, dentadas en el borde con espinas rectas, sinuosas o ligeramente curvadas, largas más de un cm. Las hojas terminan en un descollante aguijón apical, d

Entre los 7 y los 10 años, la planta emite desde el centro de la roseta una espectacular inflorescencia de hasta 10 m. de altura, recta, gruesa hasta 40 cm. que termina en una enorme panícula con 15 a 35 umbelas ascendentes que crecen lateralmente desde el eje central y en las que brotan flores pediceladas, alargadas de hasta 9 cm. de color blanco amarillento sobre un ovario verdoso”. El fruto es una cápsula oblonga de 4 a 5 cm. que contiene numerosas semillas alargadas de 6 por 8 mm. La floración del maguey es la culminación de un proceso de

crecimiento y acumulación del rosetón foliar, luego del cual la planta, completamente agotada muere, dejando una gran cantidad de hijuelos que retoñan libremente para proseguir el ciclo de reproducción asexual.

El uso alimentario antiguamente era muy frecuente se comía el tronco y los tallos tiernos asados y algunas flores de otras especies de agave. Además el *chaguarmishky* (agua miel) que es la savia de la planta era consumida como tal o concentrada como miel; también mediante una destilación o fermentación se obtenían bebidas estimulantes, como el pulque o la chicha, el corazón de la planta era asado y se obtenía un líquido el cual era destilado para obtener un aguardiente de alta graduación alcohólica.

Además de México y Mesoamérica en todo el arco andino desde Venezuela, Colombia, Ecuador, y Perú, se la usaba para la fabricación de bebidas fermentadas, consumida a su vez como aguamiel, miel o azúcar

El milenario Cabuyo Azul, conocido comúnmente como penco. Planta que en nuestro territorio ha existido desde hace cientos de años. Fue venerado antiguamente por su generosidad hacia el hombre, al proveerle de la materia prima para su vestimenta, comida, techo y bebida en tiempos de sequía.

Lo más común ha sido usar las hojas soasadas del Agave o de la cabuya para curación de traumatismos recientes, quemaduras y heridas. En el último caso obrarían como antibióticos:

"El zumo sirve de curar las llagas canceradas o inflamadas". El zumo de las hojas y raíces se considera adecuado para lavatorios, con el objeto de quitar el cansancio. El cocimiento de la raíz se tenía como diurético en Santa Marta en el siglo XVIII. En el Ecuador el penco o Agave

se habría usado como abortivo. El zumo, solo o con sal, se creyó apto para combatir la sarna y los gusanos de las llagas.

Así resume el médico colombiano Posada Arango los usos de la cabuya: Las raíces son medicinales, al modo de la zarzaparrilla, lo mismo que las flores y bulbillos, con los que se preparan jarabes depurativos y alterantes; los últimos se comen también en encurtidos"

Su jugo, el *chaguarmishky* constituía una importante fuente de alimento para nuestros ancestros. “todo lo que la naturaleza pudo dar para vivir y aprovechar al género humano, lo puso en esta planta, así para vestir y calzar, comer y beber, como para la salud de los hombres.

En 1590 lo llamaban “árbol de las maravillas porque se obtiene de él una bebida licorosa semejante al vino, aguardiente, vinagre, miel, arrope, aceite, agujas, hilos, cuerdas”. Escritos señalan “es muy útil y buena hierba, porque se hacen de ella muchas cosas, en tiempos de necesidad es manjar para suplir el hambre, y no de mal sabor.

El agave necesita tener entre 12 y 15 años, justo antes de que el tallo con su flor (chaguarquero) aparezca. Se le hace hoyo entre 4ta y 5ta hoja, se lo raspa, agrega agua, se tapa y se esperan 8 días.

Luego de esto, esta agua se bota, se lo vuelve a raspar y empieza a segregar un agua dulce, semejante a un jugo con bastante azúcar, esta savia dulce se la conoce como “*chaguarmishky*”; y se la recolecta únicamente por aproximadamente 40 días luego de lo cual la planta muere. Esta es una tradición milenaria, que data de mucho antes de la conquista española e Inca. (SAMPEDRO, 2009, pág. 2)

Paico (*Chenopodium ambrosioides*) CHENOPODIACEAE



Imagen # 75 Paico
(www.buenasalud.net, 2015)

El paico es una planta medicina y aromática desde tiempos prehispánicos utilizada por los indígenas americanos. Posee cualidades antiparasitarias para el tratamiento de áscaris y tenia. Esta planta tiene múltiples propiedades y es beneficiosa para un sinnúmero de enfermedades.

Crece de manera silvestre en la costa, sierra y amazonía hasta los 4000 msnm, en los bordes de las chacras. Es cultivado con gran facilidad en climas tropicales, subtropicales y templados y en suelos de cualquier tipo con abundante materia orgánica.

Las hojas de paico se usaban como especia en algunas comidas, colocando las hojas menudamente picadas. Nuestros antepasados la consumían mucho en sus potajes con papa y yuca. (ESTRELLA, 1990)

Tomate (*Lycopersicon esculentum* Mill.) SOLANACEAE

La historia del tomate comenzó en tierras sudamericanas, allá, en la zona costera de Perú, aunque otros plantean que surgió en el sur de México, con los Aztecas alrededor del año 700 A.C. Algunos estudios arqueológicos ubican sus primeros cultivos en el sur mexicano.

La palabra tomate, deriva de la palabra en nahuatlí (lenguaje que hablaban los aztecas de América Central) “*tomatl*” . Esta hortaliza viajó desde Perú en 1519 a España atravesando el Atlántico.



Imagen # 76 Tomate
(www.elgranchef.imujer.com, 2015)

En la primera mitad del siglo XVI, el farmacéutico y botánico Petrus Matthiolus catalogó al tomate como producto comestible y lo incluyó dentro de la misma familia de la mandrágora.

Su fruto era empleado en la preparación de guisados, asegurando que tenía un agridulce muy apetitoso. En el Ecuador fue cultivada muy tempranamente en el siglo XVIII se considera como una planta nativa del país, el tomate se usó en la elaboración de salsas y ensaladas, así como también sus aplicaciones medicinales como anti inflamatorio.

Con el nombre de “lengua de vaca” se conocen varias plantas del género rumex, que desde antes de la llegada de los españoles se comían como hortalizas.

La ensalada de lengua de vaca servía para ciertas afecciones hepáticas, vencía el estreñimiento, regularizaba la congestión biliar; además, el cocimiento de las hojas se tomaba como bebida ordinaria.



Imagen # 77 Lengua de vaca
(www.guiaremediosnaturales.com, 2015)

Esta planta es muy conocida en nuestro país y en la actualidad es aprovechada como hortaliza por muchas familias campesinas de las provincias de Pichincha e Imbabura. (ESTRELLA, 1990)

Ashpa quinua (*Chenopodium album.*) CHENOPODIACEAE



Imagen # 78 Ashpa quinua
(es.wikipedia.org , 2015)

En Norteamérica, los indios del Pie Negro ya usaban las semillas en el 1500 DC. A su vez, las hojas y semillas del cenizo estaban fuertemente incorporadas a las culturas y comidas de los

Navajos, el Pueblo, todas las tribus de Arizona, los Excavadores de California, y los Iroquois. En Sur América se domesticaron algunos cenizos silvestres: el *Chenopodium quinoa* y canahua por sus semillas nutritivas; el huazoutte, por sus hojas deliciosas.

Es una de las plantas más expandidas del mundo, que tolera los terrenos pobres, las altas altitudes, la escasez de lluvia. No le perjudica el calentamiento global. En lugares donde hay mayor cantidad de dióxido de carbono, crece casi el doble de su tamaño.

Esta planta vegeta rústica y abundante en los campos, tiene propiedades medicinales y tiene en menor grado todas las cualidades de la quinua. Hasta nuestros días los indígenas de Otavalo, comen ensaladas de este vegetal.

Berro (*Nasturtium officinale*) CRUCIFERAE



Imagen # 79Berro
(<http://mejorconsalud.com/>, 2015)

El berro es una planta herbácea universal que fue utilizada como alimento por los antiguos habitantes de América. Es una de las pocas hortalizas indígenas, cuyo uso no ha disminuido, se la puede adquirir en los mercados de las ciudades y pueblos serranos. Crece espontáneamente en los charcos y no se la cultiva.

La planta silvestre crece de una manera abundante en la mayoría de los riachuelos y corrientes poco profundas, prefiriendo zonas encharcadas. Es muy abundante en zonas que contienen grandes cantidades de residuos orgánicos desde forman una espesa capa cubriendo la superficie del agua.

Chulco (*Oxalis spp*) OXALIDACEAE



Imagen # 80 Chulco
(<http://es.wikipedia.org/>, 2015)

El género crece en muchos lugares, excepto los polos; la diversidad de especies es particularmente rica en las zonas tropicales de Brasil, México y Centroamérica. Son plantas anuales o perennes.. El fruto es una pequeña cápsula con muchas semillas. La raíz es frecuentemente tuberosa, y muchas especies también se reproducen vegetativamente produciendo bulbos.

Los tubérculos comestibles de la oca *Oxalis tuberosa*, algo similar al pequeño tomate, se ha cultivado para alimento en Colombia y otros lugares del noreste andinos. Las hojas comestibles de *Oxalis enneaphylla* las comían los marineros en el sudeste de Sudamérica como fuente de vitamina C para evitar el escorbuto.

Es característico de muchas especies de este género su contenido en ácido oxálico, que da a hojas y flores un gusto y aroma especial. Sin embargo, en cantidad es tóxico, e interfiere con una adecuada digestión. En el pasado, era práctico extraer cristales de oxalato de calcio para tratar enfermedades, y como una sal llamada "*sal acetosella*", o "sal sorrel" (también se la conoce como "sal de limón").

2.3.7. CONDIMENTOS Y COLORANTES

Condimentos y colorantes	
Ishpingo <i>Ocotea quixos Lam.</i> LAURACEAE Molle Schinus molle L. ANACARDIACEAE Quichua: mulli Achiote <i>Bixa Orellana L.</i> BIXACEAE Quichua: mantur	Poleo <i>Bystropogon mollis H.B.K. Mentha muña.</i> LAMIACEAE Quichua: muña, tipu Asnac yuyo <i>Tapetes terniflora H.B.K.</i> Quichua: asnal-yuyo; chilchil

Tabla No. 6 Condimentos y Colorantes

(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 66)

Ishpingo (*Ocotea quixos Lam*) LAURACEAE

Flor del canelo. También se lo llamaba canela, canela americana, canelo, canelero, canela de Quijos. Es un árbol de corteza olorosa, menos aromática que la canela de Ceilán, su cáliz tiene la forma de una pequeña copa o sombrerillo, que cuando está seca es bastante consistente y muy aromática; es utilizado como especería y en la época precolombina tuvo mucho aprecio.



Imagen # 81 Ishpingo
(<http://en.wikipedia.org/>, 2015)

Muchas tribus amazónicas conocieron las virtudes del ishpingo, especialmente como aromatizante de la chicha; los indios Quijos del Nororiente mantuvieron relaciones de intercambio con algunas poblaciones serranas, ofreciendo ishpingo por otros productos que necesitaban, llegando a utilizarlo incluso como una especie de moneda en sus granjerías.

Los Incas también conocieron el ishpingo, obteniéndolo por transacciones con los pueblos amazónicos. (ESTRELLA, 1990)

Molle (*Shinus molle* L.) ANACARDIACEAE

Es un árbol de rápido crecimiento, con un tronco grueso e irregular, que crece en los valles de la región interandina. El fruto es una ciruela que contiene una sola semilla; se propaga en forma natural. Servía en la agricultura para proteger los suelos erosionables y también, debido a su abundante follaje, como cortina rompevientos.

Su madera fue aprovechada como leña, también para la construcción de mangos de herramientas agrícolas y sus semillas en la preparación de alimentos y medicinas, así por

ejemplo, la resina que se obtenía del tronco se utilizaba para embalsamar cadáveres y para curar heridas. Así mismo, de la corteza y las hojas cocidas se obtenía un líquido de color amarillo intenso que servía para teñir tejidos. (PERU, 2014)



Imagen # 82 Molle
(<http://en.wikipedia.org/>, 2015)

Los Incas hacían bebidas con las semillas, o las ponían en la chicha de maíz para acelerar su fermentación y mejorar su sabor; igualmente se recomendó la elaboración de bebidas para combatir las enfermedades de vías urinarias. Se consideraba a este árbol como una de las plantas más indispensables para curar enfermedades. (ESTRELLA, 1990)

Poleo (*Bystropogon mollis* H.B.K. *Mentha muña*) LAMIACEAE

También conocido como: poleo del país, tipo, tifo, tipu, muña (quechua). Los antiguos aborígenes conocieron sus virtudes de esta planta, que se parece al orégano, por lo cual los españoles lo llamaban poleo silvestre. Esta es la mata de la más aguda y penetrativa fragancia que se encontró.



Imagen # 83 Poleo
(<http://www.herbotecnia.com.ar/>, 2015)

Se dice que esta planta crecía abundantemente en la Región Interandina y que los indios de ciertas localidades le llamaban “muña”. Sus hojas se usaban como condimentos en algunas preparaciones de carne. En medicina popular, la infusión de hojas y flores, se considera útil en el tratamiento de las enfermedades respiratorias.

Asnac-yuyo (*Tagetes terniflora* H.B.K.)



Imagen # 84 Asnac-yuyo
(www.flickr.com www.flickr.com, 2015)

Esta planta era utilizada como aromatizante por los campesinos de la Sierra. Sus hojas tienen un olor bastante fuerte, pero no desagradable y tanto en estas provincias del Cañar y Azuay como en las del Norte se usan para aromatizar ciertos potajes, a pesar de que en algunas partes se lo denominaba vegetal “asnagyuyo”, es decir “hierba hedionda”. Los campesinos de la Sierra Norte lo usan en la actualidad en el locro de papas. (ESTRELLA, 1990, pág. 212)

Achiote o mantur (*Bixa Orellana L.*) BIXACEAE



Imagen # 85 Achiote
([www. amazonecology.wordpress.com](http://www.amazonecology.wordpress.com) , 2015)

El achiote tuvo su origen en América Tropical, según varios autores, el achiote probablemente fue nativo de una zona del alto Amazonas en Brasil, a su vez se extendió por el Caribe, hasta México y por tratarse de una planta tropical se prolongó hasta África y Asia; principalmente en los países de India, Filipinas, pero posee mayor concentración en los países de América Latina y el Caribe.

Con el origen del achiote, indígenas y culturas antiguas, dieron uso de sus semillas como cosmético, colorante, alimento y medicina. El achiote se difundió gracias a los navegantes de aquellas épocas, ellos fueron los encargados de realizar el intercambio a territorios intercontinentales pasando por zonas principalmente tropicales donde aún no se obtenía esta planta.

Con el colorante obtenido de las semillas, los aborígenes solían pintarse el cuerpo, de ahí que surgió un proceso denominado “embijamiento”. El embijado se trataba de mezclar grasa caliente con las semillas de achiote, esto era muy utilizado en ritos religiosos y guerras, además de protegerse del sol y evitar picaduras de insectos. En otros sitios como la Amazonía de Perú, el achiote se cultivó desde épocas prehispánicas, aquí el manejo que daban al achiote era el de preservante para pieles, momificación y decoración de tumbas. En Bolivia, indígenas chiriguano se dedicaban al intercambio del achiote con indígenas del Chaco por tener otro tipo de sustancias.

En México el achiote fue muy utilizado por la cultura azteca, como tinte para la escritura, las hojas y semillas utilizadas para curar algunas enfermedades, además que por el contenido de grasa que posee la semilla de achiote los aztecas lo usaron para su bebida de chocolate. Los mayas por su parte dieron uso del achiote solo como colorante, ya que después del mestizaje empezó a emplearse como condimento, pues los españoles especialmente fueron los pioneros en dar uso al achiote en la comida.

En Ecuador el uso que se ha dado al achiote desde la historia ha variado también según las culturas o grupos étnicos que han existido. En las culturas Chorrera (1600-400 a.C) y Guangala (200 a. C. -1150 d.C) utilizaron la pasta de achiote para representar el color del cabello en sus cerámicas.

Hasta la actualidad existen poblaciones en Ecuador que dan uso al achiote con mayor importancia, entre estos se destacan los Shuar y Tsáchilas. Para estas culturas el achiote forma parte no solo de sus cultivos sino también de sus costumbres.

Pedro Vicente Maldonado, en uno de sus viajes que lo llevó a Esmeraldas, se refirió por primera vez a los habitantes de lo que hoy es Santo Domingo de los Tsáchilas y San Miguel, decía que “los llamaban colorados porque los indios se tiñen las caras de este color como también los yumbos con el zumo del achiote”

Los yumbos eran una cultura ancestral que se situaba al noroeste de Quito, a partir de ellos es que surgen los Tsáchilas. Entre las costumbres de los Tsáchilas se encuentra la fiesta de Kasama, que en el idioma tsafiqui significa nuevo día o nuevo año. Desde la antigüedad esta fiesta se la celebraba con el fin de pedir la mano de una mujer, pues aquí mientras las mujeres se dedican a preparar la comida, los hombres se pintan el cabello con el achiote, el cual es extraído del fruto y colocado sobre una hoja de plátano.

Ésta es una fiesta que todavía se realiza al ritmo de la marimba y coincide con el Sábado de Gloria, día conocido por los católicos.

Para los Tsáchilas el achiote ha representado vida y signo de protección e inteligencia al ser éste colocado en la frente de alguien por un maestro Tsáchila. (ARTIEDA, 2010, pág. 1)

2.3.8. PRINCIPALES FRUTAS NATIVAS

La fruta fue un alimento indispensable en la dieta cotidiana. Las frutas silvestres se llamaban sacha y su uso era común cuando procedían de terrenos de la comunidad, y cuando era de las autoridades el uso era restringido a ellos. La lúcuma era una de las frutas más fáciles de

deshidratar, por lo tanto fue de gran consumo, lo mismo que la guanábana, el caimito, la palta, la papaya, la ciruela, el pepino, la fresa y el tumbo.

Principales frutas nativas	
<p>Chontaduro <i>Guilielma speciosa</i> martes <i>Bactris Gasipaës</i> H.B.K. (PALMAE) ARECACEAE Quichua: chontarruru</p> <p>Piña <i>Ananas comosus (L.) Merrill A. sativus</i> Schult Quichua: achupalla</p> <p>Chirimoya <i>Anona Chrimolia</i> Mill. ANNONACEAE Quichua: masa.</p> <p>Guanábana <i>Anona muricata</i> L. ANNONACEAE Quichua: masasamba.</p> <p>Aguacate <i>Persea americana</i> Mill / <i>Persea drymifolia</i>. LAURACEAE. Quichua: palta.</p> <p>Mora <i>Rubus glaucus</i> Benth <i>Rubis</i> sp. ROSASEAE.</p> <p>Capulí <i>Prunas serotina</i> Ehrh. <i>Prunas salicifolia</i> H.B.K. Quichua: ussum.</p> <p>Guaba <i>Inga spp.</i> (LEGUMINOSAE) MIMOSACEAE Quichua: pacay.</p> <p>Soraca o aguacolla <i>Trichocereus Pachanoi</i> Brit. <i>Opuntia</i> sp. CACTACEAE.</p> <p>Guayaba <i>Psidium Guajava</i> L. MYRTACEAE. Quichua: savintu.</p> <p>Uvilla <i>Physalis peruviana</i> L. SOLANACEAE.</p> <p>Pepino <i>Solanum muricatum</i> Ait. SOLANACEAE. Quichua: cachun.</p>	<p>Hobo <i>Spondias Nombin</i> Jacq. <i>Spondias lutea</i> L. ANACARDIACEAE.</p> <p>Granadilla de Quijos <i>Pasiflora Popenovii</i> Killip. PASSIFLORACEAE.</p> <p>Granadilla <i>Pasiflora ligularis</i> Juss. PASSIFLORACEAE Quichua: tintin.</p> <p>Badea <i>Pasiflora cuadrangulares</i> L. PASSIFLORACEAE Quichua: tumbo.</p> <p>Tacso <i>Pasiflora mollisima</i> L. H. Bailey. PASSIFLORACEAE Quichua: tacsu.</p> <p>Papaya <i>Carica papaya</i> L. CARICACEAE.</p> <p>Chamburo <i>Carica chrysopetala</i> Heliborn . CARICACEAE.</p> <p>Chihualcan <i>Carica candamarcensis</i> Hook. CARICACEAE.</p> <p>Tuna <i>Opuntia Bonplandii</i> Hort. CACTACEAE.</p> <p>Pitahaya <i>Hylocereus polirhizus (Weber) Britt & Rose</i>. CACTACEAE</p> <p>Hualicon <i>Macleania ecuadoriensis</i> Horold. VACCINIACEAE.</p> <p>Mortiño <i>Vaccinium floribundum</i>. VACCINIACEAE</p> <p>Lucma <i>Lucuma obovata</i> H.B.K. SAPOTACEAE Quichua: lugma.</p> <p>Naranjilla <i>Solanum quitoense</i> Lam. SOLANACEAE. Quichua: pushsuc-lulun.</p> <p>Tomate de árbol <i>Cyphomandra betacea</i>. SOLANACEAE.</p>

Tabla No. 7 Frutas nativas

(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 67)

Chirimoya-chirimuya (*Anona Chrimolia Mill*) ANNONACEAE



Imagen # 86 Chirimoya
(www.carlosbua.com, 2015)

Los datos sobre esta especie son contradictorios. Dice González Suárez que en el territorio ecuatoriano se cultivaba en la época prehispánica, donde quiera que el clima lo permitía (González Suárez, 1890, 1, 158). Otro autor de la misma nacionalidad sugiere que la chirimoya podría haber sido nativa del valle de Loja (Jaramillo Alvarado, 1955, 23-24). Pero las relaciones geográficas de la parte interandina ecuatoriana al sur de Otavalo, ni mencionan esa fruta, ni en general Anonáceas. Las referencias seguras son de época más tardía.

Chirimoya: Los españoles la llamaron “manjar blanco” a varias especies de anonas, entre las cuales podía estar la chirimoya, este nombre es una palabra quichua que quiere decir “semilla o simiente fría”, es un árbol que crece especialmente en valles templados y abrigados de los Andes especialmente en Guayllabamba, también en la provincia de Loja. Antiguamente el nombre de la chirimoya era “masa” que significa “fruta blanca”, como muestra el fruto al partirlo. También era utilizado en la alimentación, ha tenido aplicaciones en la medicina popular y sus semillas o pipitas maceradas en agua se utilizaban como insecticida; con esta agua peinaban a los niños infestados con piojos. (ESTRELLA, 1990)

Aguacate-palta (*Persea americana* Mill) LAURACEAE



Imagen # 87 Aguacate
(www.pgrfa.org, 2015)

Es una planta cultivada desde la época precolombina en la Región Andina, la zona de producción más importante estuvo localizada al sur del Ecuador en la provincia de Loja, desde aquí fue exportada al Perú. En quechua el aguacate significa “palta” y los aborígenes que los Incas encontraron en Loja, eran los “Paltas”. En el tiempo de la conquista, el aguacate era un fruto muy bien distribuido y por su parecido con la pera, los españoles lo llamaban de igual forma. Ellos decían que en nuestro país existen peras que por dentro tienen un hueso o semilla muy grande. Se dice que se encontraron en los valles serranos con muchas condiciones alimenticias.

Su producción se daba en Otavalo y Pimampiro, en las calientes tierras de Cañar y en la provincia de Loja. Hasta finales del siglo XVIII el aguacate fue un fruto de consumo local, con poco valor comercial; pero a partir del siglo XIX, fue adquiriendo valor económico y poco a poco su cultivo fue aumentando.

El fruto una vez maduro se comía directamente en ensaladas o dulces. La pulpa se consideraba como “una comida sana, pero algo caliente y delicada”, algunos dicen que el

aguacate era una de las “mejores” y mas regaladas frutas de las Indias, se comía con azúcar o con sal, como se cogía del árbol.

En algunas partes preparaban el aguacate verde en pequeñas tajadas y con salmuera, servían para suplir la falta de aceitunas. En Quito lo más común era el aguacate con algo de sal y generalmente se los comía con cuchara.

En nuestro país el aguacate tiene la fama de afrodisíaco especialmente cuando se lo consume acompañado de algún dulce. El aceite de la parte comestible se recomienda para curar la calvicie, las hojas calentadas calman las neuralgias de la cabeza: el cocimiento de sus hojas regulariza la menstruación. (ESTRELLA, 1990)

Mora (*Rubus glaucus Benth Rubis sp.*) ROSACEAE



Imagen # 88 Mora
(<http://coldyurt.webnode.es/>, 2015)

Es una planta autóctona de los Andes Ecuatorianos y de otros países de América intertropical. Es una planta silvestre que los indígenas aprovechaban ocasionalmente. En Otavalo se hace una jalea o jarabe, muy popular que se llama “arrope”, otras especies de mora

crecen en forma abundante y en las estribaciones de los andes; tal es el caso de Ambato que por su cálido clima se da en grandes cantidades y de gran tamaño. (ESTRELLA, 1990)

Capulí (*Prunus serotina* Ehrh.) ROSACEAE



Imagen # 89 Capulí
(www.wikipedia.org, 2015)

El origen del capulí es muy discutido, ya que no se sabe si es nativo de México o de Sudamérica. En nuestro país se ha reivindicado el origen andino del capulí, utilizando datos de la lingüística, arqueología y la etnohistoria. El capulí se certifica también con las muestras arqueológicas de los “cuescos” de la madera de su árbol, obtenidas en las provincias del Chimborazo e Imbabura. Fue una planta económicamente estimada por los nativos andinos antes de la llegada de los españoles, no sólo aprovechaban su fruto, sino su madera; además entre los Cañaris adquirió un valor mágico-religioso.

En esta visión etnohistórica es clara la relación entre el vegetal y el hombre andino, es un árbol apreciado, utilizado por el indio y nunca falta en las cercanías de su casa. Antiguamente se

hacía vino de capulí, los campesinos también lo consumían como hasta hoy, junto con el chocho, la harina de cebada llamada “mashca”, o con arroz de cebada, que es una sopa que se hace con este cereal, siendo la papa y col fue la alimentación básica de los aborígenes.

El “jucho” es un dulce que se prepara a base de capulíes, arroz de cebada, panela, peras y duraznos; es un manjar muy apetecido en la cocina campesina. (ESTRELLA, 1990)

Guaba- Pacay (*Inga spp.*) MIMOSACEAE



Imagen # 90 Guaba
(<http://mec-s1-p.mlstatic.com/>, 2015)

Se da en Chunchi, Alausí y en los valles de Loja, este árbol fue igualmente observado en abundancia en la Región Amazónica. Se trata de un fruto nativo estimado por la población indígena. En el siglo XVI, su distribución fue muy amplia y abarcó todas las regiones naturales del país, condición que se mantiene hasta la actualidad.

La guaba es una planta andina utilizada por los indígenas precolombinos como vomitivo, y los tallos jóvenes como parte de su dieta. (ESTRELLA, 1990)

Ciruela verde-claudia (*Prunus doméstica.*) ROSACEAE



Imagen # 91 Ciruela-claudia
(www.google.com.ec, 2015)

El fruto es de color verde claro, de forma redonda, bajo una corteza delgada y suave se encuentra la pulpa de color crema y de sabor dulce empalagoso, que contiene una o dos semillas de tamaño grande. Esta planta indígena de la Región Andina creció en forma silvestre y fue cultivada en el Ecuador antiguo. (ESTRELLA, 1990)

Taxo - Tacsu (*Pasiflora mollisima*) PASSIFLORACEAE



Imagen # 92 Taxo
(www.ecuadortravelsite.org, 2015)

Es una planta trepadora, propia de la altiplanicie andina, crece entre 1.800 y 3.000 metros de altura, podemos decir que es un fruto muy común en los climas fríos, templados y benignos,

es redondo de corteza amarilla muy delicada que está llena de semillas chatas, cubiertas de carnosidad muy delicada, gustosa y agridulce.

Hobo (*Spondias Nombin Jacq. Spondias lutea L.*) ANACARDIACEAE



Imagen # 93 Hobo
(www.daleysfruit.com.au, 2015)

Fruto de cáscara muy fina y rojiza, su carne es de color amarillo con sabor muy dulce, tiene un hueso o pepa del tamaño de un durazno pero en forma ovalada y muy dura.

Este producto se produce en el Chota, es muy común ver a las mujeres de raza negra llevar con gran equilibrio las tinajas sobre sus cabezas, venden los hobos envueltos en hojas de achira secas.

Granadilla (*Pasiflora ligularis Juss.*) PASSIFLORACEAE

Esta es una fruta nativa de la región interandina, su flor se utilizaba como ofrenda religiosa y como medicina, ya que al hervir sus hojas podían curar las enfermedades del mal de sangre.

Su textura no es tan dura como la del coco, es de color amarillo y al romperla su carne es transparente un poco verde y sus semillas negras son muchas en cada fruta.



Imagen # 94 Granadilla
(es.wikipedia.org, 2015)

En el aspecto religioso los aborígenes rendían culto con sus flores ya que se dice que en ellas está graficado el vía crucis de la pasión de Cristo. En la provincia de Cotopaxi se distribuye mucho esta fruta que tiene un sabor muy agradable.

Mortiño (*Vaccinium floribundum*) VACCINIACEAE



Imagen # 95 Mortiño
(www.vidaysalud.com, 2015)

El mortiño es una planta que tiene su centro de origen en los Andes, las especies ecuatorianas de mortiño, se encuentran estrechamente relacionadas con las especies de Colombia y de Perú. (Luteyn, 1996).

En Ecuador se encuentran identificadas tres especies de mortiño, la especie más abundante es *Vaccinium floribundum* Kunt. Esta especie se encuentra propagada a lo largo de toda la Sierra, mientras que *Vaccinium distichum* y *Vaccinium crenatum* se encuentran en la Sierra Sur, principalmente en las provincias del Azuay y Loja. (Herbario PUCE, 2006).

Esta planta crece en el norte de Sudamérica, es especialmente difusa en el norte de los Andes, en Colombia, Bolivia y Venezuela, esta se encuentre principalmente en elevaciones desde los 1800 a los 3800 m. Estas plantas no son cultivadas, pero esta fruta es recolectada de los arbustos que crecen de manera silvestre para ser vendidos en mercados de pueblos y ciudades.

En el Ecuador *Vaccinium floribundum* se le considera una planta silvestre que crece en las partes altas de la cordillera desde los páramos del Ángel en el Carchi hasta Tambo en Cañar, además se conocen datos proporcionados por el Parque Nacional Cotopaxi que ubican a la zona de adaptación del mortiño desde los 1000 m.s.n.m hasta los 4500 m.s.n.m, XLIII pero la realidad es que son pocos los páramos que poseen un número considerable de plantas, debido a la extensión de las áreas agrícolas que ha relegado a esta especie a zonas de páramo comprendidas entre los 3400 a 3500 hasta los 4500 m.s.n.m. (MAG,1998).

Luteyn (1996), señala en base a colectas realizadas que *Vaccinium floribundum* se encuentra en la Región Sierra en las provincias de Carchi, Imbabura, Pichincha, Cotopaxi, Tungurahua, Bolívar, Chimborazo, Cañar, Azuay y Loja, de igual manera en base a colectas realizadas se indica que *Vaccinium distichum* y *Vaccinium crenatum* se encuentran localizados en las Provincias del Azuay y Loja.

Naranjilla-Pushuc lulun (*Solanum quitoense* Lam.) SOLANACEAE



Imagen # 96 Naranjilla
(es.wikipedia.org, 2015)

Solanum quitoense, conocido como naranjilla en Ecuador y Panamá, como lulo ([ˈlulo], del quechua) en Colombia y México, como chinchilegua en México, es una planta perenne subtropical del noroeste de América del Sur. El nombre específico *quitoense* significa "de Quito".

En la provincia de Pichincha se encontraron matas de tamaño pequeño parecidos a una higuera y un poco espinosas, su fruto es casi redondo, su cáscara es de color naranja y muy delgada, el interior es de color verde y con pepitas diminutas de muy buen sabor.

Los españoles en su llegada la denominaron antiguamente naranjita de Quito.

Pichinchilla: Se trata de una pequeña planta muy bella nativa del volcán Pichincha, su flor es roja y tiene una figura de trompeta, de ella sale el fruto que se parece a una uva alargada y muy jugoso. En la actualidad no se encuentra en el mercado. (ESTRELLA, 1990)

Piña- Achupalla (*Ananas comosus* (L.) Merrill *A. sativus* Schult) BROMELIACIAE



Imagen # 97 Piña

(<http://salud.kioskea.net/>, 2015)

En el Ecuador interandino se mencionan piñas en la relación de Caguasquí y Quífca, lugares del partido de Otavalo (1582) (Jiménez de la Espada, 1897, III, 126). Para la provincia de Yumbos, que demoraba al oeste de Quito, los datos son de mediados del siglo XVII (Ibíd., cí).

Velasco en 1789 señala dos variedades en jurisdicción de Quito: una era de carne amarilla; la más común en esos tiempos, blanca, jugosa, se llamaba "cambray" (Velasco, 1927, 1, 66). Una piña pequeña de ese nombre fue la más común y apreciada en el Valle del Cauca hasta hace unos 25 años; después ha sido suplantada por la "piña de agua", que predomina en la actualidad.

Cacao (*Theobroma leiocarpum* Bem.) MALVACEAE

No se sabe hasta ahora de ninguna tribu suramericana que en la época prehispánica usara una bebida semejante al chocolate, preparada con la parte cotiledonar de las semillas de árboles pertenecientes a los géneros *Theobroma* o *Herrania*. El aserto de Tulio Febres Cordero, sobre el uso del "chorote" en las provincias norteñas limítrofes de Venezuela y Colombia, antes de la

llegada de los españoles (Febres Cordero, T., 1892, 57), no está confirmado, sino más bien contradicho, por los documentos disponibles (véase adelante).



Imagen # 98 Cacao
(<http://www.proecuador.gob.ec/>, 2015)

Lo único realmente comprobado es la absorción del mucílago que rodea las semillas. Menos documentado, aunque probable, es el uso de la grasa o manteca de los granos, para fines rituales o religiosos y quizá medicinales, en un área restringida de América.

Varias especies de los géneros *Theobroma* y *Herrania* se usaron en Sur América por el arilo o sustancia mucilaginosa que reviste los granos y los aglutina dentro del fruto. Este indumento, de color blanquecino o violáceo, es casi siempre agridulce y perfumado, con aroma cuyos matices e intensidad varían en las diferentes especies. Después de chupada esa sustancia el indígena arrojaba o escupía las almendras amargas o insaboras.

Lima ácida-limón (*C. aurantifolia*)

En el Ecuador interandino el panorama era el siguiente en la segunda mitad del siglo XVI: en Quito había limas (J. de la Espada, 1897, 111, 3; 69); en Otavalo, limones, así como limos en el partido de Caguasqui-Quilca (Ibid., 113; 125); en Paute, limas en, tres o cuatro huertas (Ibid.,

168, 171); en Cañaribamba, limones (Ibid., 185, 186); en Santo Domingo Chunchi, limas y limones (Ibid., 191); en Alusí, limones (Ibid., 194); en Loja limas (Ibid., 203), y en Yumbos, jimas (Ibid., ci).



Imagen # 99 Lima
(es.wikipedia.org, 2015)

Limones reales y sutiles y limas tanto dulces como agrias eran comunes en Quito a mediados del XVIII (Juan y Ulloa, 1748, 1, 391). (PATIÑO V. M., 1963)

Nogal – tocte-togte (*Juglans neotropica*) JUGLANDACEAE



Imagen # 100 Tocte
(www.agrotterra.com, 2015)

Se denomina tocte o nogal a un árbol indígena que se cultiva en la región interandina, se siembra en la provincia de Imbabura, existen alisos y nogales silvestres.

Es un árbol notable por el gran tamaño que alcanzan hasta 30 metros de altura y más de 1 metro de diámetro en el tronco. Las hojas son compuestas y al machacarlas revelan un delicioso y dulzón.

Sus frutos son globosos y bastante grandes, la cáscara café y una pulpa oscura que ha sido empleada desde tiempos remotos por sus propiedades tintóreas, pues suelta un colorante café oscuro o negro que sirve para teñir telas y el cabello.

La almendra de los frutos del tocte es comestible y muy buscada como alimento tanto por los indígenas como los animales como las ardillas. Se distribuye geográficamente desde los Andes venezolanos hasta el Perú, presente en las 3 cordilleras entre 1400 y 2700 msnm. Es una especie en peligro de extinción debido a la deforestación y sobreexplotación para aprovechar su madera.

2.3.9. ANIMALES DOMESTICOS

La domesticación de animales comenzó seguramente ya en el séptimo o sexto milenio a.C., pero no alcanzó ni de lejos el nivel del cultivo vegetal indio. De la mayor importancia fueron solamente la llama y la alpaca, camélidos nacidos de especies silvestres, así como la cobaya, que se criaba como animal de carne, rico en proteínas.

La alpaca y la llama ofrecían en cambio múltiples posibilidades de aprovechamiento como suministradores de lana, pieles, huesos para los utensilios de uso y adornos. Incluso los excrementos se empleaban como abono y material combustible.

Animales Domésticos	
Llama <i>(Lama glama Linn).</i> Cuy (Cavia Porcellus). Fauna salvaje Venado <i>Odocoileus virginianus ustus</i> Quichua: taruga. Conejo <i>Sylvilagus brasiliensis</i> Quichua: tumlla. Paca <i>Coelegenes paca</i> Perdiz <i>Tinamidae</i> Quichua: yute. Tórtola <i>Columbiadae</i> Quichua: urpi.	Xuta o pato <i>(Carina moschata</i> Paloma <i>Columbidae spp.</i> Quichua: urpi. Escarabajo <i>Euchoroma gigantea</i> Quichua: catzo. Churo <i>Mollusco, Gastropoda</i> Cuzo <i>Scarabaeoidea-curculiomedae</i> Preñadilla <i>Astroblepus ubidiae</i> Quichua: imba.

Tabla No. 8 Animales domésticos

(PAZOS BARRERA, 2008, pág. 75)

Pinturas rupestres de caravanas de llamas testifican su importancia temprana como animal de carga. Debido a su resistencia frente a las austeras condiciones ecológicas y de los lugares de pastaje aún hoy se encuentran frecuentemente manadas de llamas a casi 5.000 metros de altura las llamas eran y son animales domésticos ideales e imprescindibles en las montañas andinas y disfrutaban todavía de una adoración casi mágico-religiosa.

Las llamas y alpacas no sirven como animales de tiro, por lo que los pueblos indios no conocieron los carros, arados, bueyes, caballos y asnos hasta la llegada de los europeos al Nuevo Mundo. (ALLKAMPER, 1996)

Llama (*Lama glama* Linn) CAMELIDAE



Imagen # 101 Llama
(www.comas.net16.net , 2015)

La llama es el pariente sudamericano del camello, aunque no tiene joroba. Es un animal muy fuerte que fue domesticado por los habitantes de los Andes. Sus parientes salvajes son los guanacos y las vicuñas.

Los indígenas las usaron durante siglos como animales de carga, pudiendo soportar entre 23 y 34 kilogramos y recorrer con ese peso hasta 32 kilómetros en un solo día. Un séquito de llamas, que puede estar formado por varios cientos de individuos, puede transportar un gran volumen de carga a lo largo de las duras cordilleras andinas.

Son complacientes animales de carga pero hasta cierto punto. Si una llama está sobrecargada, simplemente se negará a moverse. A menudo se tumba en el suelo y escupe, silba y da patadas a su dueño hasta que aligera el peso

Las llamas pastan en la hierba y, al igual que las vacas, regurgitan la comida y la rumian. Mastican la hierba durante un tiempo antes de tragarla para hacer la digestión completa. Pueden sobrevivir comiendo diferentes tipos de plantas y necesitan muy poca agua. Estas características las convierten en un animal fuerte y seguro incluso en terrenos montañosos poco densos.

Este animal era útil para el hombre prehispánico, no sólo en relación con el transporte, se puede elaborar cuero con su piel y su lana es utilizada para fabricar cuerdas, alfombras y otros tejidos.

El excremento de las llamas se seca y quema para hacer combustible. Incluso una vez muertas pueden ser de utilidad para sus dueños: su carne es comestible. (NATIONAL GEOGRAPHIC)

Cuy (*Cavia porcellus*) CAVIIDAE



Imagen # 102 Cuy
(www.la noticia.pe, 2015)

Recibe diversos nombres vulgares según el país. En su zona de origen (Perú) se le conoce como **cuy** (del quechua *quwi*), nombre que aún lleva en algunas regiones de América del Sur.

Principalmente en este subcontinente, aunque también en México y América Central, existen varias formas surgidas a partir del nombre quechua *quwi*: **cuye, cuyi, cuyo, cuilo, cuis**.

Su domesticación por parte del hombre para consumo humano se dio hace 7000 años en los Andes Centrales, específicamente en el departamento de Junín (Perú), en la misma región donde se produjo la domesticación de alpacas.³ A lo largo del tiempo, el hombre andino ha criado cuyes para consumir su carne e incluso en algunas zonas para hacer ropa con su piel; un claro ejemplo se da en la sierra ecuatoriana y en la zona andina del Departamento de Nariño en Colombia. (WIKIPEDIA)

Churo (*Mollusco*) GASTROPODA



Imagen # 103 Churo
(www.flickr.com, 2015)

El churo es un molusco gasterópodo formado por dos partes que son cuerpo y caparazón. Según Walter Benítez, biólogo que se encarga del análisis de los caracoles, afirma que pertenecen al grupo de los pulmonados y dentro de esta clasificación se encuentran los caracoles y las babosas.

Estos moluscos al ir habituándose a la tierra perdieron sus branquias y ganaron pulmones, logrando así la respiración aérea.

Tienen un caparazón o concha revuelta en espiral, que cumple la función de proteger el cuerpo contra cualquier agresión. La consistencia del caparazón le da protección en contra de animales o infecciones a su fibra, que sirve como alimento. Su caparazón está compuesto de carbonato de calcio, requiriendo en su alimentación bastante cantidad de calcio, que fortalece los huesos.

Este animal se desarrolla en zonas calizas y se alimenta solamente de vegetales. Es nocturno. Realiza sus actividades en ambientes húmedos y templados. Para reproducirse, el churo reproductor realiza un agujero donde coloca los huevos, dejándolos cubiertos unos centímetros bajo la superficie de la capa fértil. Aproximadamente cada puesta puede generar hasta 100 huevos y cada individuo poner huevos una vez por mes.

Benítez dice que su carne va del beige al gris-verdoso y es rica en minerales como azufre, calcio, magnesio, manganeso, zinc, yodo y cobre, además de contener vitamina C. Es pobre en grasa, comparada con las carnes que habitualmente consumimos, como la vacuna, pollo, cerdo etc. y por lo tanto baja en calorías, calculándose que cada 100 gramos de carne de caracol provee entre 60 y 80 calorías. (www.eltelegrafo.com.ec)

Catzos-cuzo (*Platycoelia lutescens*) CURCULIONIDAE

Para Castro et al. (1995), los catzos son sabrosos y nutritivos, acompañados con tostado. Son de color café, blanco. Tienen dos alas externas, dos alas de seda internas y seis patas. En tiempos precolombinos fue un alimento sagrado, sus alas se usaban como adornos o aretes de las mujeres.



Imagen # 104 Catzo
(<http://tvecuador.com>, 2015)

La vida del catzo se inicia a treinta o cuarenta centímetros bajo tierra, en sus inicios es un huevo, en ese óvalo aparece la larva y ésta pasa a gusano y el cuzo se metamorfosea en catzo o escarabajo, que brota a las 5H20 de la madrugada, a fines de octubre, vísperas del 2 de noviembre, y solo vuela durante 15 minutos. A esta hora hay que “cosecharlo”, en canastos. Los catzos de Oyacoto tienen fragancia, dicen sus moradores, pero en Pomasqui brotan a lo bestia, vociferan otros.

Venado (*Platycoelia lutescens*) CURCULIONIDAE



Imagen # 105 Venado
(<http://zoologia.puce.edu.ec/>, 2015)

Esta especie se distribuye desde el sur de Canadá, Estados Unidos y México hasta Sudamérica, incluyendo Perú, Ecuador, Perú, Bolivia, Colombia, Venezuela, Guyanas y el norte de Brasil. En Ecuador se distribuyen en la sierra y costa sur y se divide en dos poblaciones. La primera se encuentra en los páramos de todo el país entre 3000 y 4500 msnm mientras que la segunda se restringe a los bosques secos tropicales.

Este animal fue consumido por los habitantes prehispánicos del Ecuador que se dedicaban a la caza para subsistir.

Conejo andino (*Sylvilagus brasiliensis*) LEPORIDAE



Imagen # 106 Venado

Fuente: <http://www.opepa.org/>

Los conejos silvestres nativos, más pequeños que los conejos domesticados habitan en los páramos, en las orillas del bosque andino y en los campos cultivados vecinos a las zonas donde crecen matorrales nativos. Estos conejos tienen un pelaje bastante uniforme, café oscuro con algunas manchas café anaranjadas, diferente de los colores y patrones diversos que suelen mostrar los conejos domésticos.

Es más frecuente verlos en horas del amanecer y del atardecer, cuando son más activos. Normalmente se desplazan con unos pocos saltos, se sientan y ramonean sus hierbas favoritas que estén creciendo en ese lugar.

Pato (*Cairina Moschata*) ANATIDAE



Imagen # 107 Pato
(www.photaki.es/, 2015)

De la especie silvestre original, gracias al manejo por comunidades indígenas, se derivó desde tiempos precolombinos la subespecie doméstica conocida en toda Hispanoamérica como pato criollo (*Cairina moschata domestica* Donkin, 1989), la cual presenta importantes variaciones: por ejemplo, debido a la selección por el hombre y a la menor necesidad de volar para buscar su alimento, se han hecho más pesados, y por ello han perdido la capacidad de volar largas distancias como sus congéneres silvestres.

Su plumaje suele ser menos lustroso y más variable, siendo muy comunes los ejemplares con vientre, cuello y rostro blancuzcos. Los colores no son siempre uniformes en todos los individuos: hay ejemplares totalmente blancos o sólo negros, así como grises, marrones y con diferentes combinaciones de estos colores. A la subespecie doméstica también se le conoce popularmente en español como pato casero, pato mudo, pato de Berbería y pato almizclado.

2.4 Comercio

La norma general era el intercambio de productos, el trueque. Vamos a ir viendo los distintos niveles de intercambio: local, regional e interregional.

2.4.1. Intercambio local

Se trata de un comercio cotidiano, en el mercado de la misma aldea o a nivel personal. Es un intercambio esencialmente de productos alimenticios y por ello veremos qué tipos de alimentos de origen animal se comercializaban. La información se reduce exclusivamente a fuentes etnohistóricas.

Los mercados iban rotando a modo de ferias, en los distintos pueblos, según nos explica el Anónimo de Quito de 1573:

“Entre los indios hacen sus mercados en sus pueblos, de manera que hoy se hace en un pueblo y mañana en otro más cercano y así andan por su rueda. Entre ellos no tiene peso ni medida, sino su contratación es trocar una cosa por otra y estos es a ojo”

(Anónimo de Quito, (1573) 1991:208).

La carne podía adquirirse en los mercados, cruda, cocinada o seca en forma de charqui (Hartmann, 1971:222) y los animales de los que se hacían estos preparados eran principalmente los camélidos y cérvidos. Quienes se encargaban generalmente de proveer la mercancía eran los especialistas cazadores que se dedicaban, además del abastecimientos de carne de caza para el cacique, a comerciar con los productos en los mercados. Dice al respecto, Paz Ponce:

“También hay otros indios cazadores que cazan muchos venados y los venden hechos cecinas a otros indios y estos es otro género de granjerías entre ellos”

(Paz Ponce, 1583:240)

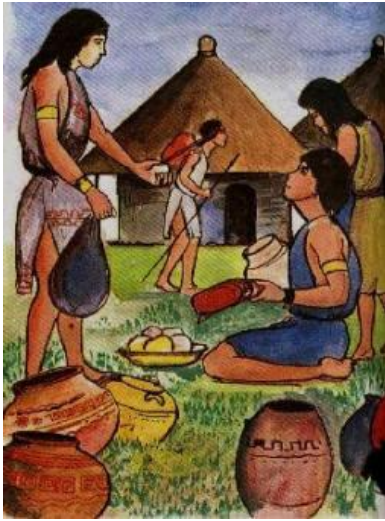


Imagen # 108 Intercambio de alimentos
(www.intercambia.net/, 2015)

A cambio de la carne, cada grupo ofrecía sus productos propios. Por ejemplo, los pobladores de Uyumbicho, en el Valle de los Chillos, se procuraban en el mercado o Tianguiz de Quito las proteínas necesarias a cambio de madera (Visita de 1559, en Landázuri, 1990:251)

Otro de los productos animales que eran llevados al mercado, para intercambiar de manera cotidiana, son los que podríamos considerar golosinas: los cusos. Se trata de unas larvas de escarabajo que crían bajo la tierra y que en la Sierra Norte recogen en la época de cosecha de las patatas. Según Bernabé Cobo (1956, libro IX, cap. XV:344) “...en algunas partes son sabroso manjar de los indios, como es en la provincia de Quito, a donde se suele vender en las plazas canastas de ellos y los indios de aquel país los comen así crudos y aún vivos, con mucho gusto”.

También según menciona B. Cobo (1964, libro VII, cap. VIII: 189-190) se comerciaba con otra larva de insecto (*Ephemera sp*), conocida como Chichi, que vive bajo las piedras cerca de los ríos, que sobre todo se cría en las fechas de Cuaresma, de forma alargada, color pardo y

muchos pies como los del camarón, que son consumidos frescos o en forma de salsa con mucho ají.

2.4.2. Intercambio Interregional

Algunos de esos mercados, que como se acaba de decir iban rotando periódicamente, por sus dimensiones e importancia reunían gentes procedentes de territorios distantes. Tal era el caso del mercado de Quito. Allí se podrían encontrar gran variedad de productos exóticos.

En el período prehispánico, en la Sierra Norte de Ecuador (Carchi, Imbabura, Pichincha) existían mercaderes especializados, los Mindalae, similares a los pochteca mesoamericanos. Estos trabajaban para un señor, al que abastecían de productos exóticos tropicales, que eran redistribuidos y utilizados como símbolos de poder por los señores. En parte componían un grupo hereditario.



Imagen # 109 Intercambio interregional
(www.google.com.ec/, 2015)

En 1582 Paz Ponce escribía al respecto que los únicos indios que estaban libres de tributación en trabajo al cacique eran los mercaderes, ya que “...*estos no servían a sus caciques*”

como los demás, sólo pagaban tributo de oro y mantas y chaquira de hueso blanco o colorado”
(Paz Ponce, (1583) 1991:236).

Frank Salomón (1976:153) realizó un estudio del intercambio regional, entre la sierra norte y el área de los Yumbos, en la vertiente o ceja de Montaña occidental. Este grupo lindaba con el de los Niguas, en la zona costera. Los Yumbos constituyeron un puente o un nexo de unión entre la sierra y la costa para el intercambio de productos.

La zona de los Yumbos fue un ámbito estratégico para la conexión de los valles interandinos con las regiones del litoral. Los Yumbos mantenían esas relaciones con grupos culturales que vimos para este período en la costa (Salomon y Erikson, 1983-84:60). Ellos abastecían de sal, ají y algodón a los del Valle de los Chillos, al sur de Quito. Según los autores mencionados, los yumbos, elemento clave en la economía de la verticalidad transregional, transportaban oro, pescado seco y sal. Cuando los españoles entraron en Quito, muchos de los incas se refugiaron en esta región.

Cieza (1984:193) menciona en su itinerario que, desde los Chillos y Alangasí, se toma el camino que va hacia “los montes de Yumbo”. Por otros documentos sabemos también que la tierra era *“áspera, húmeda y por eso montuosa...hay muchos pueblos y los más importantes son Gualea, Cachillacta, Nanical, Alanbí, MIndo, Jitán, Embitusa, Alosquí, Nappa, Cansacoto y Bilay Carapullo”* (Cabello Balboa, 1945: 62).

Entre los Yumbos y la costa aún habita otro grupo diferente, el de los Niguas, gentes guerreras e independentes *“no dan tributo a nadie”* (Cabello Balboa, 1945: 63).

El contacto de estos grupos con otros vecinos, queda atestiguado por la presencia de obsidiana en la Cueva de Chobsi, cuyo análisis (Burger, Asaro & Michel, 1989:34) reveló su procedencia de dos canteras de la Sierra Norte Ecuatoriana: Mullumica y Quiscatola-Yanahurco,

además de un tercero no identificado. Consideró más probable el intercambio de materias primas con los vecinos, en una red norte-sur, que el desplazamiento de los 300 Km que separan los sitios.

Posiblemente eran intercambiadas por otros preciados bienes: mujeres, otros útiles o materias primas e incluso ciertas especies animales, sus huesos o sus pieles.

2.4.3. Intercambio de productos a larga distancia

Numerosos autores han tratado este tema de las relaciones a larga distancia, procurando definir cuáles son los rasgos que pueden caracterizar el fenómeno de la difusión, buscando el origen y distribución de tales elementos.



Imagen # 110 Intercambio a larga distancia
(www.m.mexicodesconocido.com/, 2015)

Desde el período precerámico ecuatoriano, se han encontrado similitudes con otras áreas, quizá no fueran producto de un contacto directo, como las que establece Stothert (1977) y Zeidler (1986b) entre las Vegas y Cerro Mangote en Panamá.

La expansión de las rutas hasta México en la fase final de Valdivia y en Machalilla; en Perú también se encuentran elementos de procedencia ecuatoriana desde el formativo (Lathrap Amazonía peruana); la cultura Machalilla se relaciona con el complejo Dinarte en Nicaragua

(Lundberg 1877/78) y con los complejos Opeño y Capacha (Smith, 1977/78). (GUTIERREZ USILLOS, 1998, pág. 289)

2.5. Técnicas

2.5.1. Tecnologías relacionadas con la alimentación

La cultura andina se sustenta en una “agricultura plena” que implica un proceso de domesticación de plantas que duró miles de años, el cual alcanzó desarrollo original hacia el siglo XV. La agricultura comprendía el cultivo de las plantas, su mejoramiento, la recolección y el almacenamiento.

Paralelamente se desarrolló el regadío. La agricultura en lo que hoy es el Ecuador se inicia en Las Vegas, Santa Elena, hace unos 8.000 años.



Imagen # 111 Agricultura
(<http://nepohualtzintzin.blogspot.com/>)

Los Incas impusieron sus tradiciones productivas en todas las zonas de conquista, utilizando varias formas de control social a través de los *camayocs* o colonos y los *mitmajkunas*. A través de los *mitmas* o los *camayocs*, el Estado Inca impulsó la producción nativa y reforzó las vías de comunicación, la textilería, etc.

Las investigaciones de Murra en el Perú y las de Oerem (1978) y de Salomón (1976) en los Andes ecuatorianos han permitido la identificación de los siguientes mecanismos de producción:

- a) Dominio “vertical” de la ecología. En términos prácticos significa que una comunidad tenía acceso a campos productivos, situados en distintos pisos ecológicos diferenciados en altitud. En algunos casos este sistema extendía la presencia de una etnia desde el océano Pacífico hasta las alturas andinas, con lo que se aseguraba el uso complementario de los productos del mar, el trópico y el altiplano.
- b) Sistema de “archipiélago”, con el cual ciertos bienes como la sal, la coca o la madera, eran obtenidos a través de colonos o camayocs, que habitaban en el lugar de producción, “isla” y explotaban para su comunidad ese producto.
- c) “Intercambio” o “comercio”, que es una práctica social que incrementó las posibilidades de obtener alimentos, bienes suntuarios o ceremoniales de diversas regiones. Cabe recordar que la disposición de un sobreproducto o excedente habitual de una comunidad, da lugar al surgimiento del intercambio como una actividad constante. En las sociedades andinas avanzadas, el intercambio ya no se limita a un elemento raro o especial, sino que abarca los productos de toda una región, haciendo su aparición lo que se podría denominar un sistema de “mercados locales”. (Estrella, 1992, pág. 10). Cuando llegaron los españoles, la agricultura que encontraron era autosustentable y producía excedentes para la comercialización.

2.5.2. Formas de desarrollo agrícola

Las formas básicas de esta agricultura son:

Cultivo en tierras de aluvión: Se utilizó en Las vegas. Después del invierno quedaban tierras fértiles apropiadas para el cultivo. Antecedió y propició el riego. Se cultivó de esta forma en la cuenca del río Guayas.

Cultivo en albarradas y camellones: Se aplicó en tierras en las que llovía mucho y había mucha humedad. La cultura Milagro-Quevedo perfeccionó esta técnica. Los camellones son bancos construidos en terreno anegadizo que se van alternando con zanjas que los limitan.

Según la altura, en los camellones se sembraban maíz, fréjol , yuca, etc., mientras otras plantas crecían en la zanja, donde también vivían peces y otros animales. Una vez practicada la cosecha, se dejaba el camellón en barbecho y se limpiaban las zanjas. Con la tierra que se extraía, rica en limo, se colmaba el camellón. También se ha identificado esta técnica en la Sierra Norte. (PAZOS BARRERA, 2008, pág. 111)



Imagen # 112 Camellones incas
(<http://hidraulicainca.com/>, 2015)

Estos camellones se sitúan específicamente en San Pablo del Lago, Cayambe y Quito. El patrimonio se está destruyendo por la mecanización de la labranza y los nuevos sistemas de producción agrícola.

El “camellonaje” es una forma de moldear el suelo en zonas con mucha humedad, o, dicho de otra forma, ordenar las llanuras saturadas de agua. Se han descubierto camellones desde hace

40 años, y se espera inventariar más. La humedad de este tipo de terreno se debe a inundaciones o a un elevado régimen pluviométrico (lluvias) o fluviométrico.

El término “pigal” (o pijal) suele designar un grupo de camellones, como en el topónimo “Calipigal”, nombre de una comunidad cercana a San Pablo. “Pigal”, en cambio, se utiliza para referirse a un sitio plantado de pigüi, árbol de las zonas húmedas. En los camellones, no es seguro el objetivo del foso (que puede ser drenaje, riego o mantenimiento del agua en sequía), en tanto que se sabe con certeza que la elevación estaba destinada al aprovechamiento agropecuario.

Las zanjas podrían formar parte de un sistema hidráulico cuyo funcionamiento no se conoce a profundidad. Junto a las platabandas, o camellones largos, y otras formas de aterrazamiento (montículos y lomas) existen canales que pueden haberse utilizado para aprovechar la crecencia de los ríos andinos.

También hay muchos canales rectilíneos, paralelos al cauce del río, que surcan la llanura y pueden interpretarse como vías de comunicación. Es dudosa, aunque posible, su utilidad en piscicultura. En todo caso, los camellones constituyen un buen testimonio del alto nivel de conocimientos en el manejo del agua de las culturas prehispánicas.



Imagen # 113 Acueducto inca
(<http://es.wikipedia.org/>, 2015)

La llanura de Cayambe, al oeste de la ciudad del mismo nombre, se ubica entre los 2820 y 2750 metros de altitud. En ella desagua el río Granobles, que se forma de la confluencia del río San José, originado por el deshielo del nevado Cayambe, y el Upayacu. El régimen de precipitación es aparentemente de tipo tropical, con un período de lluvia que va de septiembre a mayo y un período seco, en junio, julio y agosto. En febrero, marzo y abril, las precipitaciones se incrementan por razones climatológicas.

Las temperaturas son variables. Por su altitud, la zona presenta mínimas diarias que pueden ser inferiores a 0 grados. La frecuencia y amplitud de estas heladas es fundamental para los fines agrícolas.

En las hondonadas de los valles, se producen inversiones térmicas matinales debidas a la acumulación de aire frío. Este fenómeno es perjudicial para la agricultura. Por razones técnicas, la información climatológica no refleja la baja temperatura que afrontan los cultivos. Se debe distinguir entre helada meteorológica y helada agrícola. Según informantes, en junio, julio y agosto no es posible realizar cultivos, porque el terreno se hiela y el pasto “se vuelve paja”. Las heladas pueden causar catástrofes agrícolas entre noviembre y marzo. Gondard y López proponen la hipótesis de que estas condiciones climáticas actuales son muy similares a las que afrontó la población prehispánica de esta zona.

Cayambe era sede de un cacicazgo cuando ocurrió la conquista inca. Era parte de una confederación que resistió férreamente la invasión. Además de camellones y albarradas, esta zona presenta otros sitios de interés arqueológico, como las tolas y terrazas en Paquiestancia, al este de Ayora y al norte de Cayambe. Parece que estas construcciones fueron emprendidas por los cayambis, y constituyen un indicio de la importancia del lugar. La región pasó a ser un pequeño centro incaico.

Cultivo en tierras secas, andenes y terrazas:



Imagen # 114 Terrazas incas
(<http://es.wikipedia.org/>, 2015)

Especialmente en Manabí y en valles de la Sierra, la agricultura tenía como base los sistemas de riego. Los andenes o terrazas de cultivo se encuentran en la región habitada por los caras. Estos logros de la agricultura precolombina fueron altamente desarrollados por los incas. Gondard y López han logrado determinar la existencia de andenes de cultivo en la Sierra Norte del Ecuador, mediante estudios aerofotogramétricos.

Roza y quema: Se empleaba en tierras tropicales y subtropicales. El proceso es siguiente: en el verano se tala la montaña, se deja secar el desmonte, luego se hace la quema y se siembra al llegar las primeras lluvias. El terreno tratado de esta manera sólo sirve para uno o dos siembras; luego hay que acudir a otro lugar (agricultura itinerante).

Técnicas de fertilización: Se conocieron varias técnicas de fertilización entre las que se destacan el *barbecho*, que consistía en abrir surcos profundos en una tierra de última cosecha, para dejarle descansar por uno o dos años; el *majadeo* o *majeo*, fue practicado desde muy antiguo; también se utilizaron las deyecciones de los hatos de llamas, cuyos corrales se

trasladaban sucesivamente en un campo de cultivo. Finalmente, conociendo que las leguminosas mejoraban las tierras agrícolas, sembraban fréjol o chochos –productores de nitrógeno-, en asociación con maíz –exigente en nitrógeno-, que tomaba ese elemento de los primeros. Siguiendo una milenaria tradición, los actuales campesinos andinos siembran maíz asociado a un fréjol de enrame, o siembran chochos dejando crecer la planta hasta un cierto tiempo, para después “voltear” el sembrío, permitiendo la utilización del nitrógeno.

También hay evidencias de que en época de los incas, sembraban leguminosas en las terrazas superiores de los suelos pobres, lo que permitía el almacenamiento de nitrógeno, que por los naturales procesos químicos producía nitrógeno orgánico soluble, que pasaba a las aguas de drenaje que lo transportaban a planos inferiores, donde se podía sembrar gramíneas u hortalizas. (Estrella, 1992, pág. 13)

Cultivos asociados: Consiste en patrones de cultivo para aprovechar la tierra, sembrando y cosechando productos diferentes. En un mismo espacio conviven vegetales diversos, como papas, quinua, maíz, curcubitáceas, etc. Este sistema se aplica aún en la actualidad. También se pueden intercalar los cultivos, como se registra en la *Relación de Quito* de 1573 y en los escritos de Cieza de León (Estrella, 1988: 54). (PAZOS BARRERA, 2008, pág. 113)

2.5.3. Conservación de los alimentos

Se desarrollaron varias técnicas, con el fin de facilitar el almacenamiento, transporte y consumo de alimentos. La deshidratación fue muy útil en tiempos de mala cosecha para la seguridad alimenticia de la población, y permitió el intercambio de productos. Sin embargo, a veces las técnicas de conservación disminuyen los componentes nutritivos del alimento (por

ejemplo, la vitamina C de la papa, que desaparece después de un tiempo de almacenamiento y se pierde parcialmente en la cocción). También se pierden minerales y vitaminas al moler los granos. Estrella se remite la clasificación de Hurtado (Estrella, 1988: 57) referente a las técnicas de deshidratación practicadas en la región andina desde épocas precolombinas, y que se utilizan en la actualidad:

Asoleo: Consiste en la exposición al sol para secar los productos antes de almacenarlos. Todas las variedades de maíz recibían este tratamiento. Con el maíz seco se hacían harinas. La quinua y las leguminosas se secaban mediante este método.



Imagen # 115 Asoleo
(www.bodegasroblesblog.com, 2015)

Algunos tubérculos se endulzaban al sol. El zapallo y el zambo se maduraban de esta manera. Los mates debían secarse por mucho tiempo antes de utilizarse como utensilios. Los Quijos llevaban a Pimampiro “hierbas secas” (Estrella, 1988: 57).

También secaban las hojas de coca.

Salado-Asoleo: Sirve para preservar la carne. Se aplica sal menuda sobre los trozos y luego se los deja al sol por unos días sobre unas cuerdas. Se obtiene así el charqui, que duraba varias

semanas o meses después del tratamiento. También se conservaban pescado y mariscos (Estrella, 1988: 58).



Imagen # 116 Salado-Asoleo
(www.google.com.ec, 2015)

Cocción-Asoleo: El mote pelado y la chuchuca son ejemplos de esta técnica.

Cocción, remojado, asoleo: Se emplea esta técnica para eliminar las toxinas del chocho: se cuecen o “sancochan” los granos, que se dejan a remojar unos días, y luego se los seca al sol . Los chochos se pueden comer luego del remojado. Esta técnica se conoce también como “desamargado”.

Putrefacción, asoleo: Este proceso fue practicado especialmente en las punas peruanas. En el Perú, las papas sometidas a esta técnica se conocían como “tocosh”, y en Colombia como “fute”. Consiste en lo siguiente: Se ponen papas o maíz en un hoyo excavado en la tierra, al que se hace llegar agua corriente. El hueco se tapa con piedras y paja y se deja por algunas semanas. Cuando hay signos de putrefacción, se extraen y se secan. Se obtiene así un ingrediente para preparar diversos potajes.

Salado-ahumado: sirve para conservar pescado y carnes de monte. El pescado ahumado se comerciaba en Quito hasta mediados del siglo XVII (Estrella, 1988: 59).



Imagen # 117 Salado-Ahumado
(www.comfortablejeans.com, 2015)

Congelación-remojo-asoleo: Es una forma de preservar la papa. El ejemplo es el chuño peruano, del que se tienen dudas como práctica de la región del actual Ecuador. Estrella afirma que en Loja se utiliza la palabra “chunu” para referirse al almidón o fécula, y que la técnica efectivamente se practicó, pero en menor escala que en Perú y Bolivia (Estrella, 1988: 60).

Maceración-asoleo: se emplea sobre todo en la región amazónica, en el tratamiento de la yuca para la elaboración de pan. Se dejan los trozos de yuca en un recipiente con agua durante dos o tres días, y luego se exponen al sol.

Tostado-molido: mediante este procedimiento se conservan granos como maíz, maní, fréjol, quinua. La harina de maíz tostado es la “mashca”, término con el que se designa también a la harina de cebada. (PAZOS BARRERA, 2008, pág. 115)

2.5.4. Almacenamiento de alimentos



Imagen # 118 Collcas o bodegas de alimentos
([www. History-peru.blogspot.com](http://www.History-peru.blogspot.com) , 2015)

Según Huamán Poma de Ayala ([1615] 1980) los almacenes o depósitos de los incas se llamaban *Collcas* y eran usados para la conservación de alimentos, pero también para guardar otros objetos estratégicos o ceremoniales, que permitían asegurar por una parte la alimentación de la comunidad y de las élites indígenas, y por otra, hacer evidente el poder centralizador y distribuidor del estado con finalidades políticas.

La Relación de Quito de 1573 (R.G.I. 1965): “en los caminos reales, como son desde la dicha ciudad (de Quito) hasta la de Pasto (en el norte) y por otra parte hasta Cuenca (en el sur), hay tambos en cada jornada, donde los naturales son compelidos a tener cada uno una tienda donde se venda y haga provisión de comida para los caminantes y lo hayan de vender conforme provisión que se les da (...). Los tambos son suyos, hailos a cinco, seis, siete leguas”.

A nivel de la vivienda familiar los alimentos se conservaban en recipientes de cerámica o de origen vegetal como el *puru* o *mati* (*Legendaria siceraria*), o el *pumuku* o calabaza

(*Crescentia cujete*); se hacían sacos de *cabuya* o *agave* (*Agave americana*). (Estrella, 1992, pág. 16)

. La *collca* es el troje de la región andina, y se utiliza como granero para las especies que deben preservarse de la humedad. Se conoce también el término *tangán*, que se refiere a un tablero suspendido del techo en las viviendas campesinas, cuyo objeto es colocar comestibles.

Mediante el procedimiento denominado *huayunga* que se observa en la región de Mojanda actualmente, se conservaba el maíz en su panoja, colgado de una viga dentro de la casa. (PAZOS BARRERA, 2008, pág. 118)

2.6. Herramientas

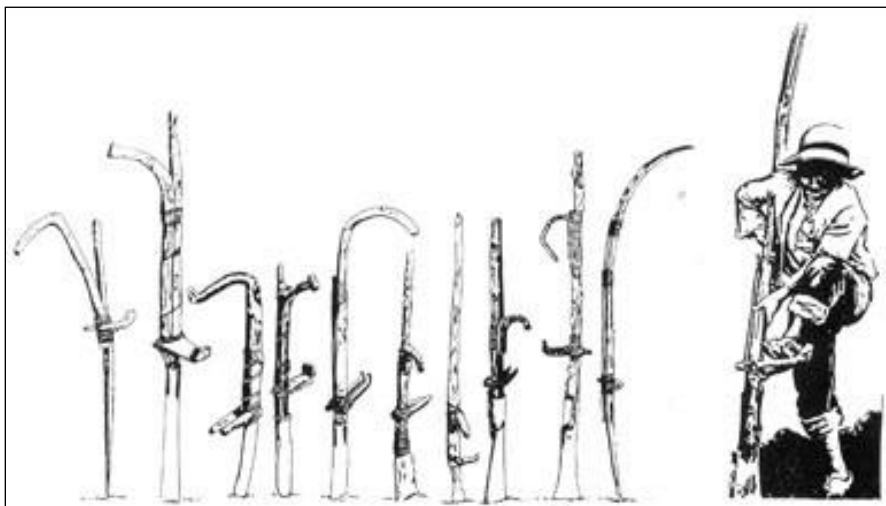


Imagen # 119 Herramientas de labranza
(<http://www.leisa-al.org/>, 2015)

Como no existían instrumentos como el arado, la rueda ni los animales adecuados para las labores del campo, la agricultura prehispánica se concentró en el trabajo humano.

Por esta razón eran necesarias herramientas fáciles de construir y manejar, directamente en relación con el aprovechamiento de la fuerza humana. Así, se desarrollaron herramientas

agrícolas de hueso, piedra, madera y cobre. Debían ser adecuadas para tallar árboles, limpiar maleza, cavar, romper terrones, construir surcos, practicar hoyos para introducir semillas y romper la tierra para cosechar tubérculos.

Juan de Velasco, en *Vocabulario de la Lengua Índica* (1964), habla de la *acllayapuna* para designar al “arado de indios”.

El *cute*, parecido a una azada, se utilizaba en el norte (Tulcán). En Perú se empleó la chaquitalla. Puga (Estrella, 1988: 56) ofrece un listado de los instrumentos agrícolas antiguos utilizados en la Sierra Norte. Lo resume Estrella de esta forma:

- Tula: estaca de madera terminada en bisel, que sirve para cavar.
- Maquitola: Tola de mano.
- Palondra: pala de madera.
- Llachu: azada de madera.
- Uti: Palo encorvado, palancón o palo estrecho. Palo encorvado donde se coloca la hoja del azadón.
- Arma: escardador.
- Hualmo: Palo puntiagudo o en forma de lanza que se usa para sembrar maíz.
- Huashmo: Pala de madera angosta, que se usa para cavar papas.
- Chaquín: Pala de madera de punta delgada, que se acciona con el pie. Se usa para sembrar maíz.
- Tipina: pequeño instrumento de madera puntiagudo, que se usa para deshojar la mazorca de maíz (PAZOS BARRERA, 2008, pág. 114)

2.7 Utensilios de cocina

Es posible que en los aposentos incas de Quito la actividad de la cocina estuviera al cuidado de un *huaycuy camayoc* o cocinero (Olivas, 2006: 81), porque en ellos vivía el representante personal del Inca y su alta condición exigía un trato preferencial. En los bohíos de los señores étnicos y en las viviendas de la gente común, la cocina era responsabilidad de las mujeres.



Imagen # 120 Utensilios de cocina
(www.diariodelnorte.net, 2015)

Los utensilios que, en general, se manejaban en la cocina, se pueden agrupar en los que entraban en contacto con el fuego y en los que facilitan el trabajo de la cocina.

Los que se ponían en el fuego:

- a) Ollas esféricas pequeñas y grandes. Algunas ollas de base plana.
- b) Ollas trípode y ollas zapatiformes; ollas cilíndricas de borde revertido.
- c) Ollas de borde revertido, con pedestal y asas, de estilo inca.

d) Cuencos hondos de cerámica, pequeños y grandes.

e) Tiestos redondos grandes y pequeños.



Imagen # 121 Ollas que se ponían al fuego
(www.rafaelcondill.blogspot.com , 2015)

Los que no entraban en contacto con el fuego:



Imagen # 122 Utensilios que no se ponen al fuego
(www.soryelena.wordpress.com, 2015)

- a) Cántaros grandes y pequeños o pondos.
- b) Cántaros para almacenar de base plana.
- c) Aríbalos incas con asas.
- d) Botellas incas ahusadas con o sin asas.
- e) Mates grandes y pequeños usados como cucharones.
- f) Cuencos de madera grandes y pequeños.
- g) Ralladores de cerámica.
- h) Piedra de moler ají.
- i) Piedra de moler morocho.
- j) Lascas de obsidiana para cortar.
- k) Bateas grandes y pequeñas de madera.
- l) Tela de algodón para tamizar.
- m) Manta de algodón para obtener flor de harina de maíz. Esta harina servía para preparar mazamorra y tamales para los caciques.

Luego de moler el maíz seco con la ayuda de la piedra, el molido pasaba a la manta de algodón: “en una manta de algodón, en la cual se pegaba la harina floreada o flor de harina y se apartaba lo grueso de ella con el afrecho” (Cobo (1653), 1964: 161).

Se entiende que el procedimiento se realiza con la participación de dos personas, porque la manta con su contenido debía agitarse en el aire; lo fino se adhería al centro de la manta y el afrecho quedaba en los bordes. Luego se retiraba la flor de harina.

Cabe anotar que no se decoraban ollas y tiestos en general destinados a la cocción de los alimentos.

Cuando más, por la técnica de elaboración de los artefactos, estos presentaban un color rojo y los interiores eran lisos y brillantes. Los utensilios más usados fueron los de la tradición de los habitantes de la hoya del Guayllabamba, es decir de quitus, caras y panzaleos que en siglo XVI conformaban señoríos étnicos. Para entonces los incas ya se encontraban en el territorio y habían aplicado ya su estrategia demográfica, lo que significó la introducción de artefactos nuevos, tales como el *tumi* o cuchillo de cobre, instrumento mencionado por Diego González Holguín, en su *Vocabulario de la Lengua General de todo el Perú llamada lengua quichua o del Inca*, escrito en 1608 y citado por Rosario Olivas (Olivas, 2006: 82). La historiadora peruana cita también el libro de Martín de Morúa *Historia de los Incas, reyes del Perú* (1590).

No tenían necesidad estos incas de trinchantes, porque cuando se guisaba el manjar le picaban tanto y lo hacían tan menudo que ni aun el cuchillo que ellos usaban no hacía el oficio en la mesa (Olivas, 2006:82).

Se han conservado keros de cerámica y de madera decorados con primor, así como vasos rituales con formas de animales. (PAZOS BARRERA, 2008, pág. 107)

2.8 Preparaciones

Afirma el oidor que los habitantes de la hoya “echan en sus guisados cocidos que llaman *logro*, con mucho ají” (Salazar de Villasante, (1564) 1965: 132-133). Añade que se ponía carne de conejo secada al sol en la preparación. No se anota de qué era el locro, pero se puede entender, por el uso de la palabra *guiso* en plural, que era un término general para denominar preparados de alimentos que, con agua, se sometían al fuego. El DRAE dice que la palabra proviene de quichua *ruqru*.

González Holguín (1608), citado por Rosario Olivas, define el locro (ruqhru), como “un potaje o guisado de ají con papas”; también cita a Bernabé Cobo, quien escribe:

Desta cecina que ellos llaman charqui, y de la carne fresca, no sabían hacer más que una suerte de olla o guisado, llamado locro, con mucho ají, chuño, papas y otras legumbres. El mismo guiso hacían de pescado seco, que también usaban mucho

(Olivas, 2006: 145).

2.8.1. Locro de papas (Cobo (1653), 1964: 169)



Imagen #123 Locro-ruqru
(<http://www.taringa.net/>, 2015)

Papas mondadas y cocidas con agua, sal y posiblemente con ají. Este último ingrediente pudo prepararse aparte, en una piedra de moler ají (uchu cutana rumi, en quichua quiteño), como se observa en la actualidad. Si la comida con ají no se ofrecía a los niños, es probable que se hubiese tratado este producto como salsa.

2.8.2. Locro con carne de conejo (Salazar de Villasante (1564), 1965: 132-133)

Esta variedad de locro, que introduce la carne de conejo secada al sol, deja abierta la posibilidad de la elaboración de locro con cuy, muy frecuente en las comunidades indias y

mestizas de la Sierra del Ecuador; aunque en este caso el cuy, una vez limpio de pelo y sin vísceras, no se somete al sol. Se atribuye a este locro gran poder nutritivo, razón por la que integra la dieta del posparto, aunque también se ha dicho que este uso se vincula con el culto andino a la fertilidad, que toma en cuenta la abundante reproducción del animal.



Imagen #124 Locro-con carne de conejo
(<http://www.blog.alamaula.com/>, 2015)

Por cierto, en la preparación anotada por Salazar de Villasante, no se trató del conejo europeo, sino de la especie *Sylvilagus brasiliensis* (en quichua, *tumlla*) que todavía se encuentra en los páramos de la hoya, y que en el mercado de Machachi se vende con el nombre de ‘liebre’.

No es improbable la elaboración del locro con otras carnes secas o frescas de llama, de venado o de aves.

2.8.3. Locro de fréjol (Salazar de Villasante, [1564], 1965: 226)

Papas mondadas, cocidas con agua y sal. En este caso la cantidad de agua debió ser mayor, porque la cocción del fréjol fresco tarda más que la cocción de las papas. Sin embargo, la apariencia no fue de sopa, es decir de caldo con papas y fréjol.



Imagen #125 Locro-de fréjol
(www.laylita.com, 2015)

2.8.4. Locro de ocas (Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 75)

Bien pudo ser un guiso de ocas frescas con sal. La fécula de las ocas debió contribuir a la textura espesa de la preparación, característica que se ha observado en la cocina de las comunidades de altura en la actualidad.



Imagen #126 Locro-de ocas
(<http://licethortega.blogspot.com/>, 2015)

En la década de 1950, Irene Paredes recogió la receta de un locro de ocas. Se observa la presencia de alimentos introducidos y de la técnica española del refrito:

2.8.5. Locro de mellocos (Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 75)



Imagen #127 Locro-de mellocos
(<http://cocinaecuorianacristinanadreade.blogspot.com/>, 2015)

Se utilizó la variedad de mellocos no gelatinosa. Otros ingredientes fueron agua, sal y ají. Si no se los comió de este modo, pudieron ofrecerlos –como en la actualidad- cocidos y aderezados con sal .

2.8.6. Locro de mashuas (Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 75)

La mashua, entre los aborígenes de la Sierra Centro Norte, se utiliza en el locro (Paredes, 1986:41).

Según esta investigadora, para eliminar su olor algo desagradable, se la cocina y escurre antes de añadirla a la preparación.



Imagen #128 Locro-de mashua
(<http://www.revistahogar.com/>, 2015)

Eduardo Estrella trae una cita del Inca Garcilaso de la Vega, quien dice que sus antepasados

“decían que la mashua era comida contraria a la potencia generativa; [y] para que no les hiciera daño, los que se preciaban de galanes, tomaban en una mano una varilla o un palillo mientras la comían; decían que comida en esta forma perdía su virtud y no dañaba”
(Estrella,1988: 136).

2.8.7. Locro de arracachas o zanahoria blanca (Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 75)



Imagen #129 Locro-de arracachas
(www.elpuntogdesasa.com, 2015)

Mondadas, cocidas con agua y sal componían el loco. Su textura debió ser suave y espesa.

2.8.8. **Locro de zapallo** (Rodríguez Docampo, [1650], 1975: 75)



Imagen #130 Locro-de zapallo
(www.culturaamericataller.blogspot.com, 2015)

Descortezado y troceado se cocina el zapallo en poco agua con sal. Pudo llevar carne y choclo. En la *Relación* no se menciona al sambo. Es posible que los españoles incluyeran las dos cucurbitáceas en la clase denominada con el vocablo *calabaza* (Estrella, 1988: 203).

2.8.9. **Locro de paico** (Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 75)



Imagen #131 Locro-de paico
(www.voces.huffingtonpost.com , 2015)

Estrella anota que “las familias campesinas de Mojanda todavía usan las hojas tiernas del paico en ensaladas, o las ponen en el locro o las coladas”. Pero en el siglo XVI, solo se las debió añadir, picadas, al locro de papas.

2.8.10. Locro de yuyuslluto (Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 75)



Imagen #132 Locro-de yuyuslluto
(www.eltelegrafo.com.ec, 2015)

Rodríguez Docampo menciona el yuyuslluto, término que según él debe escribirse *llullusllutto*, que significa *llullu* = retoño, brote, cogollo, hoja tierna, y *lluto* o *lluttu* = hojas de ulluco o melloco. Si se comían estas hojas, solo se podía hacerlo picadas y cocidas en el locro de papas.

El locro de yuyuslluto data de la época prehispánica y está elaborado con papas y hojas de melloco tierno.

2.8.11. Locro de yuca (Cobo, [1653], 1964: 165)

La yuca debió ser un producto de intercambio por parte del pueblo Yumbo. Entre sus usos y como consta en la Relación de Rodríguez Docampo y en el libro de Cobo, se la comió,

previamente desaguada, cocida con agua y sal. Este fue el antecedente del *sancocho*. Además, se la consumía asada o rallada para hacer tortillas en tiesto.



Imagen #133 Locro-de yuca
(<http://www.sathyasai.org.ec/>, 2015)

2.8.12 Locro con hojas tiernas de quinua (Cobo, [1653], 1964: 164)



Imagen #134 Locro-de quinua
(www.lahora.com.ec, 2015)

Como en el caso de las hojas tiernas del melloco, de igual modo, se las picaría y añadiría al locro.

2.8.13 Locro de camote (Cobo, [1653], 1964: 166)



Imagen #135 Locro-de camote
(www.elborgo.com/, 2015)

La variedad menos dulce y de masa morada pudo cocinarse con agua, sal y ají. Según Cobo, con los camotes se hacían “regalados potajes”.

2.8.14 Locro con tomate (Cobo, [1653], 1964: 174)

Cobo escribe: “Nacen los tomates en unos pequeños racimos, no se comen crudos, sino que se echan en los guisados, y son de buen gusto, por un agrillo que tienen, apetitoso”. Se refiere al tomate riñón. Y el guiso apetitoso contenía tomate troceado, sal, ají, agua, y papas mondadas.



Imagen #136 Locro-con tomate
(www.recetasparamishijos.blogspot.com, 2015)

2.8.15. Locro de achogchas (Cobo, [1653], 1964: 176)



Imagen #137 Locro-de achogchas
(www.recetaecuatoriana.com, 2015)

Previamente se parten las achogchas y se extraen sus semillas negras, luego se las corta en pequeños trozos y se incorporan al locro de papas. Se conocen dos variedades.

2.8.16. Locro de llullucha (cochayuyo, murmuntu) (Cobo, [1653], 1964: 179)



Imagen #138 Locro-de llullucha
(www.agroingeniero.blogspot.com , 2015)

Estas algas constan en la *Crónica* de Huamán Poma de Ayala y en el libro de Bernabé Cobo. Las usaron los habitantes de la hoya con frecuencia, puesto que lleva el nombre de *Llullucha*, un lugar situado en la falda del monte Rumiñahui. (Estrella, 1988: 194) Como afirma

Cobo, las cocinaban en su guisado llamado locro, es decir, debieron mezclarla con la base de papas, ají, sal y agua.

2.8.17 Locro de yerbas



Imagen #139 Locro-de yerbas
(www.elmarquezhuancayo.com/, 2015)

(Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 75), berro, mastuerzo, verdolaga, hojas de sangorache, hucamullo, achicoria (Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 75)

Rodríguez Docampo, en Quito, y Bernabé Cobo, en el Perú, mencionan estas plantas como alimentos de los indios. Usaban las hojas tiernas en sus guisados, palabra con la que identifican al locro.

Menos probable es su ingestión en forma de “ensaladas”, tratamiento que exige la presencia de un aderezo.

Quizá las comían directamente de la planta respectiva, cuando la encontraban entre sus sementeras de maíz, fréjol y papas. Lo más probable es la ingestión de las hojas cocidas en locros con papas, tal como en la actualidad se aprovecha de las hojas de berro, que se las añade al término de la cocción.

2.8.18 Mazamorra de maíz (Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 61)



Imagen #140 Mazamorra de maíz
(www.recetasdelujo.com, 2015)

El caldo inicial se hace con agua, sal y papas troceadas. Aparte y para que la textura resulte uniforme, se diluye la harina de maíz en un poco de agua fría y se la echa al caldo.

Con la asistencia de una cuchara de madera se revuelve constantemente para evitar que se aglutine y asiente en el fondo de la olla. Estas mazamorras incluyen carne seca o fresca.

2.8.19. Mazamorra de quinua (Cobo, [1653], 1964: 164)



Imagen #141 Mazamorra de quinua
(www.radio.rpp.com.pe, 2015)

Cobo informa que se molía la quinua y que se la consumía en poleadas, que no es otra cosa que mazamorra o colada.

Debió procederse de modo similar al de la mazamorra de harina de maíz.

2.8.20. Colada de Churos (TESIS CALDERON, pág. 23)



Imagen #142 Colada de churos
(www.flickr.com, 2015)

Los chureros, quienes recogen churos (caracoles) existen desde hace mucho tiempo atrás, los “churos” son recolectados, para este sector muchas veces, en la quebrada del río Guayllabamba, pero la diversificación de climas en la Cordillera de Los Andes, los diversos pisos climáticos y las selvas tropicales se han complementado para crear una serie de microclimas que permiten tener gran variedad de productos y hasta de moluscos comestibles. Este plato típico es cocido con harina de maíz, haba o arveja, un poquito de leche y las típicas especias de toda sopa y “churos” o caracoles, sal y limón (Castro et al. 1995).

Por lo general la colada de churo “pequeño caracol” se consume en el mes de noviembre; el motivo principal es el día de los difuntos, además se consume indistintamente pero no de manera frecuente. Adicionalmente es churo complementa muy bien esta comida, por su aporte en nutrientes, como las proteínas que favorecen el crecimiento, de tal modo que la preparación podría decirse que es una combinación de alimentos y nutrientes bien equilibrada y es de alto valor biológico.

2.8.21. Chuchuca (Cobo, [1653], 1964: 160-161)



Imagen #143 Chuchuca
(www.youtube.com, 2015)

González Holguín y Cobo hablan de la chuchuca, guiso que toma el nombre de un procedimiento para conservar el maíz. Se escogen las mazorcas de maíz medio maduras –en la actualidad para designar este estado del maíz se usa el término *cao*–; se las desgrana y se cocina el grano durante 5 ó 10 minutos. Se escurre y desparraman los granos sobre una estera para secarlos al sol. Una vez secos, se los guarda hasta por un año.

Para preparar el guiso se remoja el grano durante 2 ó 3 horas. Se muele. Para eliminar la corteza se refriega el molido y se decanta: las cortezas flotan y pueden retirarse. La chuchuca se cocina a fuego lento con agua. Una vez blanda se añaden sal, papas y trozos de carne (Echeverría-Muñoz, 1988: 141).

2.8.22. Uchucuta o Fanesca

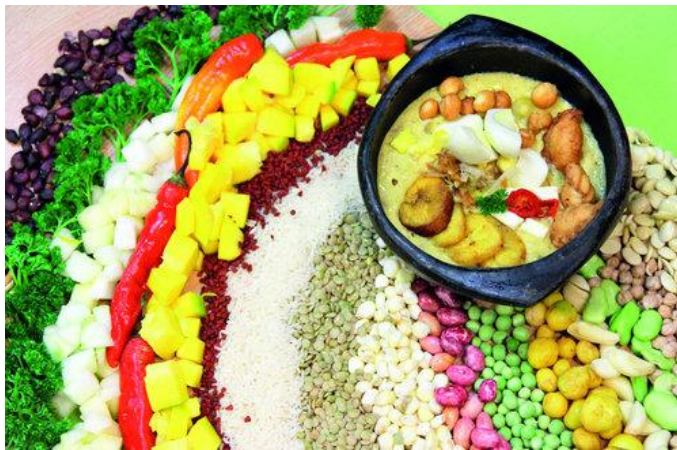


Imagen #144 Fanesca
(www.elmarquezhuancayo.com, 2015)

“Hace no muchos años entendíamos que la fanesca venía de la cocina evangelizadora que tuvo América a partir del siglo XVI, ahora entendemos que hace más de 4000 años existieron tradiciones culturales en las fiestas del sol con granos típicos. Estos son el inicio de una fanesca que se complementó con productos que vinieron de la cocina colonial”; expresó Carlos Gallardo, Director ejecutivo de Rescate de los sabores tradicionales del Ecuador.

Los indígenas que habitaban la región (que ahora es Ecuador) celebraban la temporada que actualmente corresponde a marzo el Mushuc Nina (Fuego Nuevo) donde cocinaban granos tiernos con calabazas andinas aprovechando el inicio de la cosecha joven, indica el estudio.

La preparación culinaria con granos tiernos y calabazas andinas que realizaban los indígenas en este día después fue conocida como Uchucuta, término quichua que significa granos tiernos cocidos con ají y hierbas, posiblemente éste era acompañado con carne de cuy silvestre. (La Fanesca, historia, cultura y tradición en el Ecuador, 2014)

2.8.23. Cuy Asado



Imagen #145 Cuy asado
(www.googlesite.com, 2015)

Este exótico plato ecuatoriano es visto de manera extraña para muchos, por tratarse de un roedor, pero para la serranía del Ecuador es uno de los más proteínicos incluso la grasa. Hecho, del cuy adobado y asado al carbón, que es acompañado con papas cocinadas, salsa de maní, ensalada de lechuga y tomate y en ocasiones con mote.

Plato que es servido en ocasiones especiales, fiestas familiares como matrimonios, bautizos o cumpleaños, o fiestas tradicionales y de santos, en otros casos para venta en varios negocios.

En las fiestas tradicionales, en las comunidades indígenas, es ley que los sacerdotes lleven el Cuy Asado, llevado también a las personas importantes de las comunidades como agradecimiento.

2.8.24. Ushpacancha



Imagen #146 Ushpacancha
(www.pepekitchen.com, 2015)

Comida muy antigua que se acompaña con granos cocinados y se consume como “Cucayo” –refrigerio- durante las faenas en el campo.

Contiene maíz, ají y sal, el que se elabora tostando el maíz en una callana o tiesto de barro.

Una vez tostado el maíz, cuando está bien amarillo se lo saca de la callana y se lo coloca aparte en un plato, mate o taza, se lo revuelve con agua y sal está listo para comer, se lo puede acompañar con fréjol, arveja o habilla (Benítez et al. 2006).

2.8.25. Quinua cocida como arroz (Cobo, [1653], 1964: 164)



Imagen #147 Quinua cocida como arroz
(www.delokos.wordpress.com, 2015)

Se cocina la quinua. Se escurre. Luego se la esparce sobre chala u hojas de achira colocadas en el fondo de la olla. Se tapa con un plato o pucu, para que se abra. Pedro Cieza de León escribe sobre la quinua: “[...] y también la comen guisada como nosotros el arroz” (Cieza de León, [1553], 1962: 130).

2.8.26. Enteras



Imagen #148 Enteras
(blog.olgasofiaperez.com, 2015)

Se refiere, con un modismo rural ecuatoriano, a papas, camotes, zanahorias blancas, y raíces de la china –malanga– (Rodríguez Docampo, [1650], 1965: 61), productos que se cocinan

pelados. Ocasionalmente se cocinan las papas con su corteza. La yuca descortezada y troceada se prepara del mismo modo.

En el siglo XVI, la salsa que acompañó a las enteras era de ají molido con sal. Estos platos son los antecedentes del ají de queso, del cariucho y de otros guisos. Ocas y achiras se cocinan con sus cortezas. Su sabor es ligeramente dulce.

2.8.27. Asados



Imagen #149 Asados
(www.laprensa.com.bo, 2015)

Papas (Cobo, [1653], 1964: 169), yuca (Cobo, [1653], 1964: 165), camote dulce, mashua y oca, se comieron asados a la brasa, pelados o con corteza.

Estos productos, sin descortezarlos, también se metieron en el rescoldo. En este caso, la masa cocida no necesita de condimento.

El choclo se asó a la brasa, tal como se ofrece en las actuales plazas y calles.

2.8.28. Tostado



Imagen #150 Tostado
(www.youtube.com, 2015)

Cobo vio tostar en tiesto maíz, maní y fréjol. El maíz seco y tostado se denominó *cancha*, término que se usa en la actualidad. Una variedad de fréjol tostado se conoció con el nombre de *chuvi*, (Cobo, [1650], 1964: 175)

Con el maíz seco, tostado y molido se hacía el sango, del quichua *sankhu*. En el Cusco fue un bollo de maíz roseado con sangre de llama blanca, alimento que el Inca ofrecía en la ceremonia destinada a expulsar las enfermedades, un rito que se celebraba entre los meses de agosto y septiembre (Olivas, 2006: 153).

Según el Inca Garcilaso, el sango era la humita. Como fuere, el sango fue maíz seco, tostado, molido y cocido con agua y sal. Su textura debió ser fibrosa.

2.8.29. Chichas

La palabra define a una bebida fermentada de baja graduación alcohólica, generalmente alrededor de 3 a 7 grados, que se obtiene por la fermentación de azúcares o almidones que se

transforman en alcohol gracias a la acción de levaduras del género *Saccharomyces*. El grado alcohólico de la bebida varía según la mezcla de base, las levaduras presentes y el tiempo de fermentación. En las chichas el rendimiento en alcohol era bajo por la fermentación espontánea.



Imagen #151 Chichas
(www.actividadesculturales.bogspot.com, 2015)

La palabra define a una bebida fermentada de baja graduación alcohólica, generalmente alrededor de 3 a 7 grados, que se obtiene por la fermentación de azúcares o almidones que se transforman en alcohol gracias a la acción de levaduras del género *Saccharomyces*. El grado alcohólico de la bebida varía según la mezcla de base, las levaduras presentes y el tiempo de fermentación. En las chichas el rendimiento en alcohol era bajo por la fermentación espontánea.

En el caso de los almidones, se produce primero su desdoblamiento en azúcares simples por la acción de enzimas a través del proceso de maltaje, necesario para la obtención de las sustancias fermentables. Para la chicha de maíz y otros cereales, el procedimiento se iniciaba en líneas generales, remojando los granos por algunos días, para luego dejarlo en reposo en un local húmedo y oscuro hasta que empezara a germinar. Cuando aparecía la raíz se sabía que las transformaciones químicas de los almidones del grano habían formado las enzimas necesarias

para la fermentación, al cabo de lo cual se colocaban al sol y se dejaba secar. Así tostado y seco el producto se molía constituyendo la base farinácea y fermento de la chicha. En el momento en que se requería, este producto era hervido en agua y dejado fermentar por algunos días, se obtenía la bebida (Madeiros 1988:19; Estrella, 1988:86).

El proceso de preparación tradicional partía a menudo de harina de maíz masticada, pues la ptialina de la saliva inicia la degradación de los almidones. Así se formaba el *muku* (grano triturado) con lo que se obtenía una bebida con especiales propiedades de fermentación y gusto característico Mendoza, (1957:81).

Un procedimiento similar es mencionado también para la yuca (Raimondi, 1929:59) y para la quínoa (Vásquez, 1967:268).

Según Cobo (1964:162) la chicha más ordinaria: “...es la que se hace de maíz mascado[...] hechos corrillos en las plazas de indias viejas y muchachos sentados mascando maíz [...] No mascan todo el maíz de que se hace la chicha, sino parte de él, que, mezclado con los demás sirve de levadura. La cual tienen los indios por tan necesaria para darle el punto a la chicha”.

Un documento **Anónimo** atribuido a Blas Valera de aproximadamente 1594, señala que:

“...para que el vino tuviese los efectos que se pretendía [...] se lindase el maíz con la saliva del hombre”. De esta manera: “habría nacido la costumbre de mascar los niños y las doncellas el grano de maíz, y lo mascado ponerlo en vasos para que después se cociese y pasase por diversos coladores de lienzo de algodón y agua limpia y el agua que de todo esto se exprime, sea el vino del cual usaron mucho tiempo” (Anónimo, 1968:174).

La chicha como alimento

No hay dudas que desde el punto de vista nutricional la chicha cumplía un rol importante en la alimentación, por las calorías que aportaba a la dieta y por una cantidad no despreciable de otros nutrientes (vitaminas, sales minerales, aminoácidos), considerando la globalidad del consumo. Garcilazo (1609) estimaba que los indígenas incaicos consumían diariamente más de un litro y medio de chicha (citado por Guerra, 1980:80), lo que aplicado al valor nutritivo de una cerveza moderna, permite estimar la contribución de la chicha a la dieta diaria.) Desde este punto de vista, la chicha de quínoa jugaba un rol importante, por su aporte en aminoácidos esenciales (glicina, metionina y fenilalanina) limitante en cereales como el maíz. Como dato comparativo, se señala que una cerveza corriente de 2,4° alcohólicas aporta unas 35 calorías y 0,3 grs. de proteínas por cada 100 gr, además de un contenido importante de vitaminas del complejo B y sales minerales (Randoín et al,1976).



Imagen #152 Chicha de yuca
(www.elmercurio.com.ec, 2015)

No hay dudas que desde el punto de vista nutricional la chicha cumplía un rol importante en la alimentación, por las calorías que aportaba a la dieta y por una cantidad no despreciable de otros nutrientes (vitaminas, sales minerales, aminoácidos), considerando la globalidad del consumo. Garcilazo (1609) estimaba que los indígenas incaicos consumían diariamente más de un litro y medio de chicha (citado por Guerra, 1980:80), lo que aplicado al valor nutritivo de una cerveza moderna, permite estimar la contribución de la chicha a la dieta diaria.) Desde este punto de vista, la chicha de quínoa jugaba un rol importante, por su aporte en aminoácidos esenciales (glicina, metionina y fenilalanina) limitante en cereales como el maíz. Como dato comparativo, se señala que una cerveza corriente de 2,4° alcohólicas aporta unas 35 calorías y 0,3 grs. de proteínas por cada 100 gr, además de un contenido importante de vitaminas del complejo B y sales minerales (Randoin et al,1976).

Esta situación está frecuentemente documentada por los cronistas. Santillán (1968:129) indica: *“su mantenimiento es maíz, ají y cosas de legumbres, nunca comen carne ni cosas de sustancia, salvo algún pescado los que están cerca de la costa, y por eso son tan amigos de beber chicha, porque les hincha la barriga y les da mantenimiento...”*.

En Anónimo (1968:175): *“...el beber era extremado; porque fuera de que la chicha es poción verdadera, da también nutrimento como si fuese comida”*. Oviedo (en Nicolau D’Olwer, 1963:377) señala: *“Este vino es sano y templado, y tienenle los indios por preciado y gentil mantenimiento, y tienenlos gordos”*. Propiedades reconocidas también en Poma de Ayala (1980:189) cuando escribe:

“...Que tengan medida de chicha los caciques principales y demás indios en las fiestas y pascuas y en la minga de las sementeras, cada día por la mañana dos puchuelos

[para] almorzar, y a comer otros dos puchuelos, y a cenar otros dos puchuelos y no han de pasar más”.

Entre los cronistas chilenos, Ovalle (1978:30) señala que la chicha: “...*más usual era la preparada a base de maíz, que es común pan y sustento de los indios*”.

La mezcla de chicha con harina tostada se llamaba *kupilka* o *cupilca* según Augusta (1966:106), preparación también citada por Baeza (1936:185) para la chicha de *huingán* (*Schinus polygama*). Es una combinación altamente calórica, cuyo hábito de consumo perdura hasta nuestros días, indicado por Coña (1984:143) en el caso de las mingas.

El valor que se le concedía a la chicha como alimento queda también de manifiesto en las diferencias que establecía Poma de Ayala (1980:242) entre:

“...los indios Chinchaisuyos, aunque son indios pequeños de cuerpo, animosos, porque les sustenta maíz y beben chicha de maíz que es de fuerza; y de los Collasuyos los indios tienen muy poca fuerza y ánimo, y gran cuerpo y gordo, seboso, para poco, porque comen todo chuño y beben chicha de chuño...”.

El chuño al que se alude, es un producto alimentario obtenido de la deshidratación de las papas (*Solanum tuberosum*).

Todos estos aspectos se contrastan con el consumo excesivo que ha sido señalado por los cronistas y reprimido por las autoridades administrativas y religiosas, lo que se reconoce en el Código de la Política Indiana que señala: “...*la embriaguez tan dañosa, y casi perpetua entre muchos de ellos*”. Esta costumbre fue muy criticada y se trató de extirparla porque se la tenía

como responsable de las idolatrías (Solórzano, 1972:93). Las prohibiciones que las autoridades civiles y religiosas trataron imponer a los conquistados, no dieron grandes frutos. (PARDO, 2004)

2.8.30. Colada de mashua



Imagen #153 Colada de Mashua
(www.materiniciativa.com, 2015)

Al ser un tubérculo rústico, los indígenas de la serranía ecuatoriana lo consumían en sus diferentes formas. Una de ellas era, una vez cosechadas, dejarlas secar al sol para que se tornen más dulces y maduras, luego se pelaban y cocinaban hasta que se forme una colada.

2.8.1. Champús



Imagen #154 Champús
(www.elpoderdelcucharon.com, 2015)

Se toma a mediados de año, en las fiestas de Corpus Cristi. En esta fiesta se celebran, paralelamente, la eucaristía y las cosechas.

En el día de los Finado o Difuntos y Fiestas del Corpus Christi es común servirse un plato de Champús, preparado con colada de harina de maíz, mote panela, hojas verdes de limón y piña, acompañado con pan hecho en casa o guaguas de pan (Benítez et al. 2006).

2.8.32. Chicha de Jora



Imagen #155 Chicha de jora
(www.lahora.com.ec, 2015)

Bebida elaborada principalmente en épocas de fiesta de toda la provincia, hecha de harina de maíz, luego se lo cocina con panela; canela, pimienta, clavo de olor, hierbas y naranja, mezcla que es fermentada en un recipiente de barro por unas horas hasta quedar lista para el consumo.

Su origen viene de tiempo de los Incas, por lo que varias zonas de Sudamérica elaboran esta bebida, en esta época lo graneros donde se guardaba el maíz, que era para los viajeros, se encontraba a grandes distancias, por lo que lo que granos como el maíz solían fermentarse y es así que para evitar la pérdida del producto se lo mandaba a cocinar para ser consumido. Existían quienes por la falta de alimento tomaban el maíz fermentado.

Para otros, en la época prehispánica, y hasta a actualidad para ciertas culturas americanas, el maíz es un símbolo de fertilidad y sus ciclos productivos rigen el calendario de fiestas (es.scribd.com, 2012).

2.8.33. Tzawar Mishki - Chaguarmishqui



Imagen #156 Chaguarmishqui
(www.lagacetaecuatoriana.com, 2015)

El significado de Tzawar Mishki o chaguarmishqui es cabuya dulce, bebida que viene de la etnia Salasaca y ha logrado posesionarse en la Parroquia de Calderón para ocasiones especiales como el Día de Difuntos. Bebida hecha del penco para uso medicinal, hacer dulce y cuando se fermenta es utilizado como licor (salasaka-runakuna.blogspot.com, 2009). (TESIS CALDERON, pág. 30)

Según Benítez et al. (2006) Los pobladores de El Común venían a hacer las “yanapas” en las haciendas del sector, porque los dueños les permitían “huequear” las pencas y sacar el

mishki. La “yanapa” era una forma de trabajo de la época de las haciendas (hasta la década de los 70) en la que se pagaba a los trabajadores con el usufructo del terreno.

La jola del penco cortada es raspada con una aspina, que es un raspador de metal con mango de madera, se obtiene el líquido que sale del penco que a los 3 o 4 días está listo para ser preparado si se quiere con harina de maíz crudo. Se lo puede consumir como refresco y también fermentado como trago.

CAPÍTULO III

3. Investigación de campo

3.1. Parque Arqueológico Rumipamba

Se encuentra ubicado entre las avenidas Occidental y Mariana de Jesús esquina, cantón Quito, Provincia de Pichincha. Tiene una extensión de 32 hectáreas y abarca desde el período Formativo Tardío de 1500 AC a 500 AC hasta el período de Desarrollo Regional de 500 AC a 500 DC.

La visita se realizó con la finalidad de hacer un levantamiento de información sobre la vida y costumbres de las culturas prehispánicas que se asentaron en este sector de Quito. Para ello, se utilizó la técnica de observación y registro fotográfico.

Reseña

Rumipamba significa Valle de Piedra. El Parque Arqueológico y Ecológico Rumipamba nos muestra una pequeña fracción de lo que fue la ocupación de Quito antes de la llegada de los Incas.



Imagen #157 Forma de vida
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

Entre los múltiples hallazgos realizados a lo largo de los cerca de 15 años de investigación arqueológica, destacan importantes muros de piedra, restos de casas, hornos y fogones, y un buen número de tumbas así como una enorme cantidad de artefactos de cerámica y lítica. (PARQUE ARQUEOLÓGICO RUMIPAMBA, 2014)

3.1.1. Vivienda

Pese a la continua alteración por las sucesivas ocupaciones en este sector y los embates de los aluviones, es posible distinguir un conjunto de bohíos o habitaciones domésticas de forma elipsoidal con dimensiones variables.



Imagen #158 Huecos de poste de una vivienda.
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2015)

Al parecer las actividades comunales se concentraron en esta zona, en donde se destaca la evidencia completa de una planta arquitectónica delimitada por una secuencia de huecos de poste que forman una estructura ovoidal de aproximadamente 7 x 12 metros con techo a dos aguas y cubierta de paja. Esta estructura habría funcionado como un taller textil y de curtiembre, según una de las hipótesis planteadas.



Imagen #159 y 160 Vivienda circular con techo de paja
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

Un muro que actualmente está restaurado y que corre en sentido Norte-sur, fue construido con bloques de andesita, piedras laja y también con fragmentos grandes y pequeños de mortero y metates distribuidos esporádicamente.



Imagen #161n Muros de piedra
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

No existe consenso sobre la funcionalidad de estos muros en particular, pero se han propuesto las hipótesis de que son muros de contención, muros que separan un recinto ceremonial o alineamientos con significado astronómico.

Esta costumbre parece ser propia del sitio arqueológico de Rumipamba.



Imagen #162 Muro formado por dos hileras de piedra
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

Así mismo, se puede apreciar en las excavaciones, construcciones completas propias de un asentamiento. (PARQUE ARQUEOLÓGICO RUMIPAMBA, 2014)



Imagen #163 Excavaciones dentro del parque arqueológico Rumipamba
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2015)

3.1.2. Cocina

La actividad de cocinar se realizaba dentro de las casas ovaladas o redondas en las que el calor de un fogón abrigaba y servía para cocinar los alimentos.



Imagen #164 y 165 Fogón circular y cocina
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)



Imagen #166 y 167 Vasijas, cuencos y morteros utilizadas en la cocina
Fuente: Parque Arqueológico Rumipamba



Imagen #168 y 169 Secado del maíz y cabuya
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

Esta estaba ubicada estratégicamente y contenía los utensilios y equipamiento necesario para esa época.

Piso de barro cocido asociado a un fogón circular grande y una pared de tierra que denota un alto nivel de combustión. (PARQUE ARQUEOLÓGICO RUMIPAMBA, 2014)

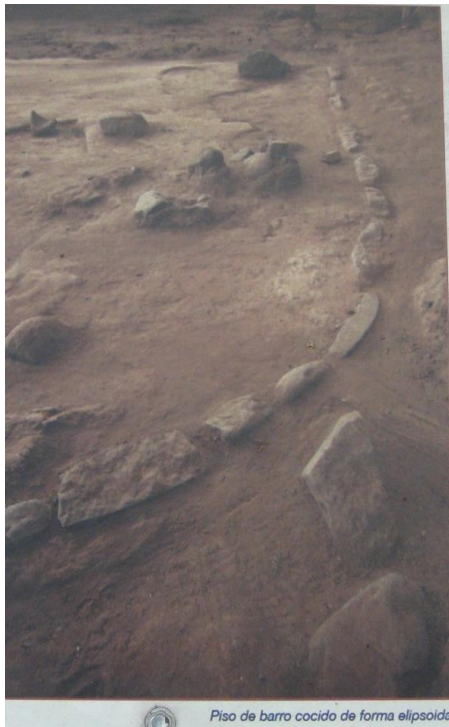


Imagen #170 Piso de barro cocido en forma elipsoidal
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

3.1.3. Cerámica

En este parque arqueológico se encontraron 4 acumulaciones muy compactas de cerámica asociada a la cultura Jama Coaque II (400-1250 d.C.) muestran los contactos con la costa ecuatoriana.

Es estas acumulaciones intencionales se destaca la presencia de cuencos polípodos de borde plano y técnica esmerada en el acabado de superficie, con un engobe rojo pulido y muy brillante.



Imagen #171 y 172 Acumulaciones de cerámica de la cultura Jama Coaque II (Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

La materia prima con que están confeccionados difiere de la cerámica local, lo que refuerza la hipótesis de que en esos momentos, y quizás unos siglos antes, existía un contacto comercial y cultural muy fluido con la región costanera.

Estas concentraciones de cerámica posiblemente representan ofrendas mortuorias, son las únicas hasta el momento en todo el sitio. (PARQUE ARQUEOLÓGICO RUMIPAMBA, 2014)

3.1.4. Tumbas mortuorias

Se han descubierto hasta el momento 25 tumbas pertenecientes al período de Integración. La mayoría corresponden a pozos poco profundos con restos humanos en desorden anatómico y tan solo 4 presentan enterramientos primarios, es decir que aparecen en la misma posición en que fueron enterrados.

También existen tumbas de pozo profundo con cámara lateral. La orientación de los cuerpos, al ser depositados, varía hacia el Este, Oeste y Sur.

En algunas tumbas se encuentra un revestimiento de piedras con la intención de forrar la tumba, aunque podría tratarse de un hecho casual.



Imagen #173 Tumbas Parque Arqueológico Rumipamba
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

Dentro de las tumbas, colocaban recipientes y compoteras de color rojo dependiendo del grado de importancia de la persona. Las ofrendas de cerámica fueron depositadas para ser utilizadas en el otro mundo según sus creencias. (PARQUE ARQUEOLÓGICO RUMIPAMBA, 2014)



Imagen #174 y 175 Tumbas Parque Arqueológico Rumipamba
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

3.1.5. Flora y Fauna

El parque arqueológico alberga una gran diversidad de aves, entre ellas el colibrí, ave emblemática del Distrito Metropolitano de Quito, gorriones, tórtolas y aves migratorias que acuden al parque por tratarse de uno de los refugios ecológicos dentro de la urbe.



Imagen #176 y 177 Aves endémicas de la zona
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

Se podrían encontrar también venados de páramo, conejos de monte, zorrillos, raposas, quilicos, lobos, zorros. (PARQUE ARQUEOLÓGICO RUMIPAMBA, 2014)



Imagen #178 y 179 Fauna asociada: conejos y venados
(Parque Arqueológico Rumipamba, 2014)

3.2. Museo Casa del Alabado

Se encuentra ubicado entre la calle Cuenca N1-41 y Bolívar, centro histórico, a media cuadra de la Plaza San Francisco, cantón Quito, Provincia de Pichincha. La visita se realizó con la finalidad de hacer un levantamiento de información sobre la vida y costumbres de las culturas prehispánicas que se asentaron en este sector de Quito. Para ello, se utilizó la técnica de observación y registro fotográfico.

Reseña

El museo de Arte Precolombino Casa del Alabado abrió sus puertas al público en el año 2010. Se ha convertido en un punto de paso obligado para todos los que transitan por este emblemático sector de la ciudad.

Instalado en una casa construida en el siglo XVII, el museo custodia un patrimonio arqueológico de aproximadamente 5000 piezas, de las cuales 500 se exhiben permanentemente.

(MUSEO CASA DEL ALABADO (ARTE PRECOLOMBINO), 2014)



Imagen #180 y 181 Exposición permanente
(Museo Casa del Alabado, 2015)

3.2.1. Cocina

Dentro del Museo del Alabado no pudimos encontrar mayor evidencia de las costumbres de nuestras culturas ancestrales; sin embargo, a continuación se exhibe parte de la historia de nuestra cocina ancestral y los cambios sufridos luego de la conquista. (MUSEO CASA DEL ALABADO (ARTE PRECOLOMBINO), 2014)

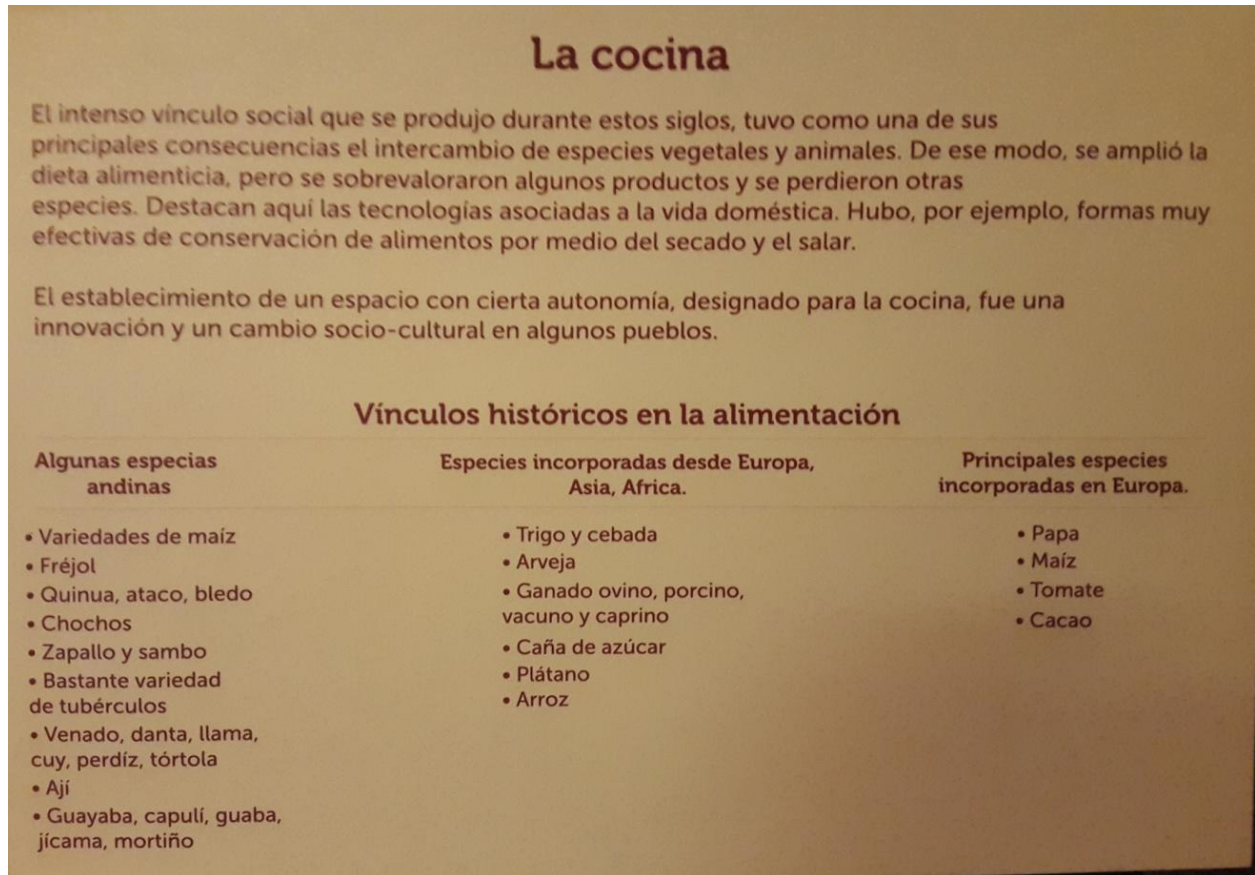


Imagen #182 Vínculos históricos en la alimentación (Museo Casa del Alabado, 2014)

3.2.2. Cerámica

Cultura Cosanga

La cerámica que elaboraron se caracterizó por una pasta tan delgada y fina como una “cáscara de huevo”, con variedad de formas entre las que sobresalen grandes vasijas globulares

decoradas con rostros humanos pintados con rojo sobre blanco, a veces que dos cabezas de gemelos, llamas y caras sonrientes o gritando.



Imagen #183 y 184 Piezas de oro
(Museo Casa del Alabado, 2014)

Trabajaron el oro utilizando técnicas como el martillado y el repujado y comerciaron dicho trabajo con los habitantes de las costas del Pacífico y los grupos indígenas del oriente.



Imagen #185 y 186 Cerámica cultura Cosanga
(Museo Casa del Alabado, 2014)

Los Incas

El imperio Inca se asentó en Ecuador, principalmente en la sierra. Bajo el mando incaico se construyeron fortalezas de piedra y grandes centros poblados en los que se desarrollaban actividades cotidianas y comerciales.

Las sociedades locales adoptaron el estilo cerámico introducido por los incas, caracterizado particularmente por los vasos conocidos como keros y las vasijas con decoración policromada llamadas aríbalos. (MUSEO CASA DEL ALABADO (ARTE PRECOLOMBINO), 2014)



Imagen #187 Kero ceremonial Inca
(Museo Casa del Alabado, 29014)

3.2.3. Producción textil

Durante el primer siglo de la colonización, tuvo bastante importancia la antigua producción de tejidos de algodón y cabuya, luego se impulsó la lana.

Habían variedades de algodón que otorgaban tonalidades diferentes a las prendas; además, se preparaban tintes naturales, lo que implicaba: cocinas hojas, frutos o semillas del bosque, previamente machacadas; hervir las prendas en esta mezcla, enjuagarlas y secarlas a la sombra. (MUSEO CASA DEL ALABADO (ARTE PRECOLOMBINO), 2014)

<u>Con las hojas de:</u>	<u>Se preparaban tintes de color:</u>
Roble	Café
Cedro	Amarillo verdoso
Ciprés	Tomate
Hiedra	Verde
Acacia	Amarillo y café claro
Añil	Azul
<u>Con las frutas de:</u>	<u>Se preparaban tintes de color:</u>
Mora	Rojo
Tocte	Café
Capulí	Morado
<u>Con las semillas de:</u>	<u>Se preparaban tintes de color:</u>
Achiote	Tomate

Imagen #188 Preparación de tintes para los tejidos
(Museo Casa del Alabado, 2014)

3.3. Museo de la Ciudad

Se encuentra ubicado en la calle García Moreno S1-47 y Rocafuerte, centro histórico, cantón Quito, Provincia de Pichincha.

La visita se realizó con la finalidad de hacer un levantamiento de información sobre la vida y costumbres de las culturas prehispánicas que se asentaron en este sector de Quito. Para ello, se utilizó la técnica de observación y registro fotográfico.

Reseña

Hace 450 años, abrió sus puertas el hospital que formó parte de la historia de Quito y cuya infraestructura hoy acoge al Museo de la Ciudad.

Dentro del museo existe un lugar donde se expone acerca de las sociedades antiguas de Quito. Abarca dos momentos diferenciados: Desde hace 10000 años hasta hace 3500 años: los hombres y mujeres conseguían sus provisiones directamente de la naturaleza, mediante la recolección de frutos y la caza de animales menores.

Además contaban con una serie de artefactos tallados en piedra y mantenían una organización social bastante igualitaria. A este período lo denominamos “Las más antiguas formas de organización social” y se inserta dentro de los períodos que la arqueología conoce como Paleoindio y Arcaico.



Imagen #189 Forma de vida precolombina
(Museo de la Ciudad, 2014)

Desde hace 3500 años hasta hace 500 años aproximadamente, luego de un largo proceso de experimentación con semillas y de intentar domesticar las plantas, los habitantes desarrollaron la agricultura. Esto incentivó el establecimiento de un orden social más complejo, pues la población crecía progresivamente y se formaron asentamientos y llagtas o llactas que a su vez

estaban bajo el mando de jefes locales o caciques. Esta fase se inserta en los períodos llamados Formativo, Desarrollo Regional, Integración e Inca. (MUSEO DE LA CIUDAD, 2014)

3.3.1. Vivienda

Podemos apreciar como los antiguos habitantes de la provincia de Pichincha, vivían en chozas circulares con techo de paja, dentro de ellas realizaban todas las labores como cocinar, crianza de animales domésticos y producción de tejidos.



Imagen #190 Vivienda
(Museo de la Ciudad, 2014)

3.3.2. Cocina

Se puede ver claramente que la cocina era un lugar importante en la vida de nuestros indígenas prehispánicos en ella tenían todo lo necesario para la subsistencia diaria. Vasijas, morteros, cocina de leña, carne, cereales y utensilios necesarios para esta labor.

Dentro de la cocina, disponían de cuerdas hechas de cabuya para colgar el maíz y las carnes que se secaban y ahumaban con el humo que producía la cocina de leña.



Imagen #191 y 192 Cocina prehispánica (Museo de la Ciudad, 2014)



Imagen #193 y 194 Mazorcas y carne colgadas en cuerdas de cabuya (Museo de la Ciudad, 2015)



Imagen #195 y 196 Mortero y batea (Museo de la Ciudad, 2014)

3.3.3. Cerámica

Nuestros indígenas utilizaban técnicas diversas para la confección de cerámica, unas que servían para la cocina y otras que eran decorativas y cuentan sobre la historia de los pueblos. Para decorar las vasijas extraían las pinturas de diferentes semillas u hojas y procedían a pintarlas, donde predomina el color rojo.



Imagen #197 y 198 Tintes y cerámica
(Museo de la Ciudad, 2014)

3.3.4. Fauna y flora



Imagen #199 Fauna y Flora
(Museo de la Ciudad, 2014)

3.4. Museo de Sitio Intiñán (Mitad del Mundo)

Se encuentra ubicado en la avenida Manuel Córdova Galarza, Mitad del Mundo, vía a Calacalí, cantón Quito, Provincia de Pichincha.

La visita se realizó con la finalidad de hacer un levantamiento de información sobre la vida y costumbres de las culturas prehispánicas que se asentaron

en este sector de Quito. Para ello, se utilizó la técnica de observación y registro fotográfico.

Reseña

San Antonio de Pichincha, es un lugar que está escrito con letras de oro en la historia, tanto de Ecuador como del mundo, porque por estos caminos pasaban los Yumbos siguiendo el Inti Ñan, así como también los Quito Caras; muchos años después, por aquí pasó la Misión Geodésica Francesa.

El objetivo principal del Museo es rescatar la imagen de la existencia de un centro geográfico de la cosmovisión ancestral y un hábitat etnoecológico en la Mitad o Centro del Mundo. (MUSEO DE SITIO INTIÑAN, 2014)



Imagen #200 Museo de Sitio Intiñán Camino del Sol
(Museo de Sitio Intiñán, 2015)

Al pie del volcán Cayambe, se encontraron vestigios de un posible cilindro solar, que habría sido un centro de observación solar y astronómico, punto de reuniones solares ancestrales.



Imagen #201 y 202 Cilindro y reloj solar
(Museo de Sitio Intiñán, 2014)

Encontramos además un reloj solar que tiene dos caras donde están grabadas las horas. El sol aparece seis meses en la cara sur y seis meses en la cara norte. Sólo en los equinoccios la sombra aparece en las dos caras.

3.4.1. Vivienda

Como en la generalidad de los asentamientos de la provincia de Pichincha, tenían chozas redondas de barro con techo de paja. Dentro de ella podemos ver una cama rústica de madera con pieles.

Esta choza era el centro donde confluían todas las actividades de los pobladores prehispánicos: cocina, crianza de animales, textiles, cerámica entre otras.

La adecuación de la vivienda se daba de acuerdo a las actividades de las familias que habitaban en ellas, inclusive compartían con animales como los cuyes.



Imagen #203 y 204 Choza y cama rústica
(Museo de Sitio Intiñán, 2014)

3.4.2. Cocina

En el Museo de Sitio Intiñán, pudimos encontrar una variedad de vasijas, cuencos, morteros, cucharas de madera y demás utensilios para la elaboración de los alimentos.

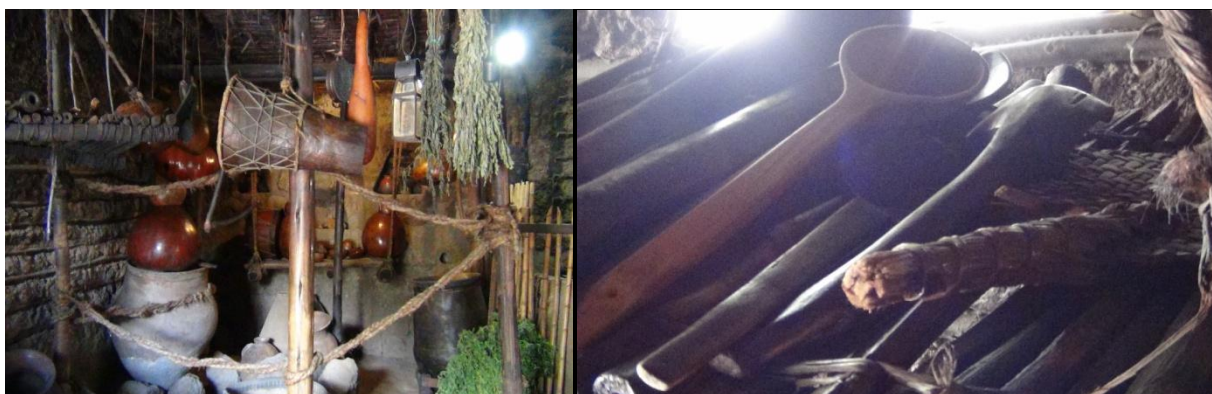


Imagen #205 y 206 Cocina prehispánica
(Museo de Sitio Intiñán, 2014)



Imagen #207 y 208 Vasijas, tamices, mates.
(Museo de Sitio Intiñán, 2014)

Dentro de este museo, existen en exposición los diferentes materiales utilizados en la gastronomía prehispánica, así mismo, los diferentes granos consumidos diariamente.



Imagen #209 y 210 Mortero y cuyes criados dentro de la choza
(Museo de Sitio Intiñán, 2014)

3.4.3. Cerámica

Cuencos, vasijas, platos decorados fueron encontrados en este sitio, lo que habla sobre la rica cultura que se vivía en esa época.



Imagen #211 Cerámica
(Museo de Sitio Intiñán, 2014)

3.4.4. Tumbas mortuorias

Las tolas funerarias tenían dos segmentos, uno vertical tubular y otro inferior horizontal donde se halla una vasija y copas ceremoniales de barro junto a restos de osamentas.



Imagen #212 y 213 Tola funeraria y momia con los labios cosidos
(Museo de Sitio Intiñán, 2015)

3.5. Museo de Sitio Tulipe

Se encuentra ubicado en el Noroccidente de la provincia de Pichincha, a 70 Km de la ciudad de Quito, entre Nanegalito y Gualea..

La visita se realizó con la finalidad de hacer un levantamiento de información sobre la vida y costumbres de las culturas prehispánicas que se asentaron en este sector de Quito. Para ello, se utilizó la técnica de observación y registro fotográfico.

Reseña

El sitio monumental de las piscinas de Tulipe es el centro de un amplio contexto cultural que conserva los testimonios de un hombre pasado.

Este aprovechó el medio ecológico para desarrollar un estilo de vida propio y generar una cosmovisión mítico-religiosa que guiaba su comportamiento, sin influencias externas, pese a sus buenas relaciones con otros pueblos. (MUSEO DE SITIO TULIPE, 2014)



Imagen #214 y 215 Piscinas ceremoniales pueblo Yumbo y Petroglifos
(Museo de Sitio Tulipe, 2014)

El reconocimiento arqueológico realizado por el FONSAL determina que el territorio del subtrópico quiteño, ocupado actualmente por las parroquias rurales de Nanegal, Nanegalito, Gualea y Pacto, tiene una extraordinaria cantidad de vestigios arqueológicos que los sintetizaríamos en tolas, caminos, petroglifos, centros ceremoniales, pucarás y materiales culturales.

La construcción de todas esas estructuras por parte de los yumbos constituye una evidencia de su más alta expresión creativa, no sólo desde el punto de vista arquitectónico o de diseño, sino también de su desarrollo social, organizativo y religioso.

El contenido simbólico, probablemente astronómico ritual es inherente al conjunto monumental, pues la arquitectura precolombina, en general, se basaba en consideraciones míticas íntimamente vinculadas al conocimiento del universo celeste y los cánones de la religiosidad.
(MUSEO DE SITIO TULIPE, 2014)



Imagen #216 Yumbada
(Museo de Sitio Tulipe, 2014)

3.5.1. Vivienda

Al estar el pueblo Yumbo ubicado en una zona subtropical, su vivienda fue construída con materiales propios de la zona, como caña guadúa y su techo cubierto con hojas de palmeras, para así obtener una sitio que los proteja del clima y de los animales.



Imagen #217 Choza Yumbo
(Museo de Sitio Tulipe, 2014)

3.5.2. Cocina

Al igual que todos los pueblos, los Yumbos tenían piezas de cerámica como vasijas, cuencos, morteros y demás utensilios para cocinas; así mismo, su gastronomía fue influenciada

por los animales y frutas del sector, diferentes a los encontrados en la sierra ecuatoriana y por el intercambio realizado con las culturas de la costa ecuatoriana.

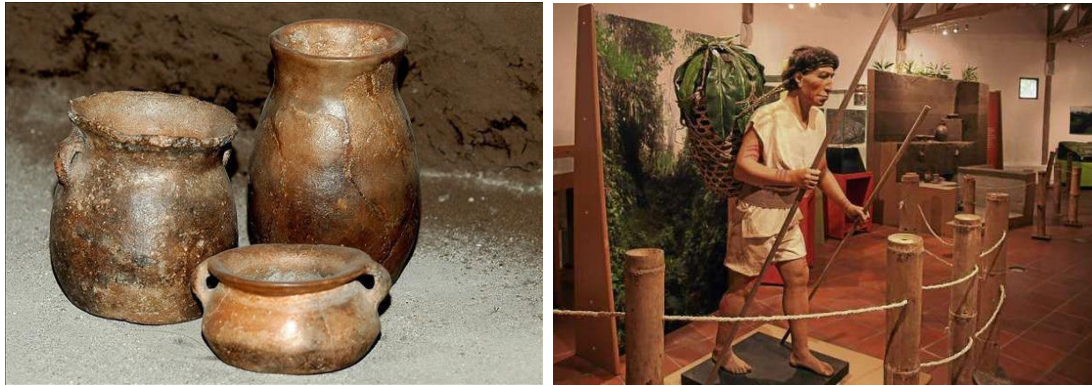


Imagen #218 y 219 Vasijas y cesta de transporte
(Museo de Sitio Tulipe, 2014)

Así mismo, los Yumbos transportaban sus alimentos y todo aquello que querían intercambiar con los pueblos vecinos en unas cestas que cargaban sobre su espalda sujetada con una cinta que llevaban colocada en la frente. (MUSEO DE SITIO TULIPE, 2014)

3.5.3. Cerámica



Imagen #220 y 221 Cerámica de la cultura Yumbo
(Museo de Sitio Tulipe, 2014)

Los vestigios recuperados con parte importante de un conjunto de compoteras, vasijas zoomorfas, ollas globulares, hachas de piedra, sellos arcaicos elaborados en cerámica y piedra, que pertenecieron a esta cultura precolombina que habitó en esta zona.

3.6. Museo de sitio Cotocollao

Se encuentra ubicado en la calle Santa Teresa y Loyola, parroquia de Cotocollao, cantón Quito, Provincia de Pichincha.

Tiene una colección perteneciente al período Formativo de 1500 AC a 1500 DC. Tiene una exposición de 178 piezas arqueológicas, un enterramiento, esqueletos y herramientas.

La visita se realizó con la finalidad de hacer un levantamiento de información sobre la vida y costumbres de las culturas prehispánicas que se asentaron en este sector de Quito. Para ello, se utilizó la técnica de observación y registro fotográfico, mismo que se detalla a continuación.



Imagen #222 Asentamiento cultura Cotocollao
(Museo de Sitio Cotocollao, 2014)

Reseña

El Museo relata la historia de la cultura Cotocollao era una aldea con casas rectangulares, en el interior con camas, repisas, fogones y huecos grandes de almacenamiento, Como parte de su forma de vida eran agricultores con gran experiencia en el cultivo de maíz, poroto, quinua, papa, oca y chochos, también algodón para la fabricación de prendas y su dieta la complementaron con la carne de venado, conejo, guanta, puma, lobo, cuy y tórtolas.

También se destacaron en el trabajo de la piedra para elaborar hachas para tareas agrícolas, piedras de moler, metates y morteros para tareas domesticas, y se puede apreciar este tipo de cerámicas cabe rescatar los recipientes minuciosamente trabajados por su forma y decoración únicas en el Ecuador antiguo.

El Museo cuenta con exposiciones de piezas arqueológicas y representaciones de forma de vida de la cultura, además vestigios de los hallazgos encontrados en el sitio con una retrospección de cómo inicio el hombre hasta nuestros días. (MUSEO DE SITIO COTOCOLLAO, 2014)

3.6.1. Vivienda

Los agujeros encontrados en las excavaciones sugieren el uso de postes para armar las paredes de las casas que tuvieron plantas rectangulares de 5m por 8 m orientadas siempre al este, con paredes de bahareque y techo de paja a dos aguas, construidas sobre pequeñas gradas cortadas en la cangahua para nivelar el terreno.

En su interior había camas y repisas levantadas del suelo, fogones y un hogar propiamente dicho en el centro. Existían también huecos grandes para almacenamiento, ubicados dentro y fuera de las casas de los sitios de elaboración de cerámica.

3.6.2. Cocina

Los pobladores de Cotocollao fueron, ante todo, agricultores con amplia experiencia en el cultivo de maíz, poroto, quinua, papa, oca y chochos. Consumieron también plantas y frutos silvestres.

La dieta se complementó con la caza de venado, conejo, guanta, puma y lobo (esto es evidencia por los huesos recuperados en los basurales).

Así mismo se han encontrado restos de cuy, de pequeños reptiles, llama, tórtola y otras aves. 38 Además, los churos terrestres, y seguramente los catzos y cuzos fueron recolectados en ciertas épocas del año. (MUSEO DE SITIO COTOCOLLAO, 2014)



Imagen #223 y 224 Piedra de moler y vasija de asa
(Museo de Sitio Cotocollao, 2014)

3.6.3. Cerámica

La cerámica se caracteriza por una variedad de formas de vasijas con decoraciones únicas y exclusivas. Conocieron 21 técnicas decorativas y 60 motivos o diseños básicos. El color que predomina es el rojo. También se especializaron en artefactos y utensilios elaborados en piedra con diferentes estilos y motivos.



Imagen #225 Cerámica de la cultura Cotocollao
(Museo de Sitio Cotocollao, 2014)



Imagen #226 y 227 Mortero y Vasija con asa
(Museo de Sitio Cotocollao, 2014)

La Cultura Cotocollao se destaca por su gran desarrollo técnico en el trabajo en piedra, merecen especial atención los recipientes de piedra minuciosamente trabajados y decorados. Su forma y tamaño los hacen únicos en el Ecuador, y es evidente que fueron elaborados por especialistas para fines ceremoniales. Hay botellas ovoides, ollas, compoteras de base anular, botellas de asa de estribo, cuencos de bordes curvos y carenados, botellas esféricas con pico de

asa puente y unos agujeros al pie del asa junto al cuerpo para la entrada y salida del airea demás de figurines en poca cantidad. (MUSEO DE SITIO COTOCOLLAO, 2014)

3.6.4. Tumbas mortuorias



Imagen #228 Tumba individual
(Museo de Sitio Cotocollao, 2014)

Las excavaciones pusieron al descubierto un cementerio con más de 200 esqueletos en perfecto estado de conservación. En la fase temprana del poblado (1.500 – 1.100 A.C.) enterraban a sus muertos en tumbas individuales. El cadáver era colocado en posición flexionada, rodeado de piedras y cubierto con hojas de maíz. Aparentemente fueron personas que recibieron un trato preferencial por su rango privilegiado dentro del poblado.



Imagen #229 Enterramiento en posición flexionada
(Museo de Sitio Cotocollao, 2014)

Por encima de estos enterramientos se hallaron otros que constituían la parte tardía del cementerio y fueron depositados en diversas posiciones y direcciones, formando una especie de “fosa común”. El tipo de enterramiento más generalizado es en posición flexionada. Algunos se hallaban sentados con los brazos fuertemente atados alrededor de las piernas. Existen entierros secundarios, o conjuntos de huesos vueltos a enterrar formando “paquetes”. Pocas ofrendas fueron depositadas junto a los muertos. Los recipientes de cerámica y piedra se hallaron fracturados intencionalmente, seguramente por efecto de algún rito funerario. (MUSEO DE SITIO COTOCOLLAO, 2014)

3.7. Entrevistas

Los documentos constan en los anexos. Página 265

CAPÍTULO IV:

4. Mapas y Fichas Gastronómicas

Los mapas permiten conocer la ubicación exacta de las culturas prehispánicas y las fichas gastronómicas dan a conocer los ingredientes, utensilios y materiales utilizados para las diferentes preparaciones de la cocina ancestral ecuatoriana.

4.1. Fichas gastronómicas

4.1.1. EL INGA (12.000 a 4.000 años a. C)

La información completa se encuentra en el Capítulo 1, 1.2.1 Período Paleoindio, El Inga, Página 12.

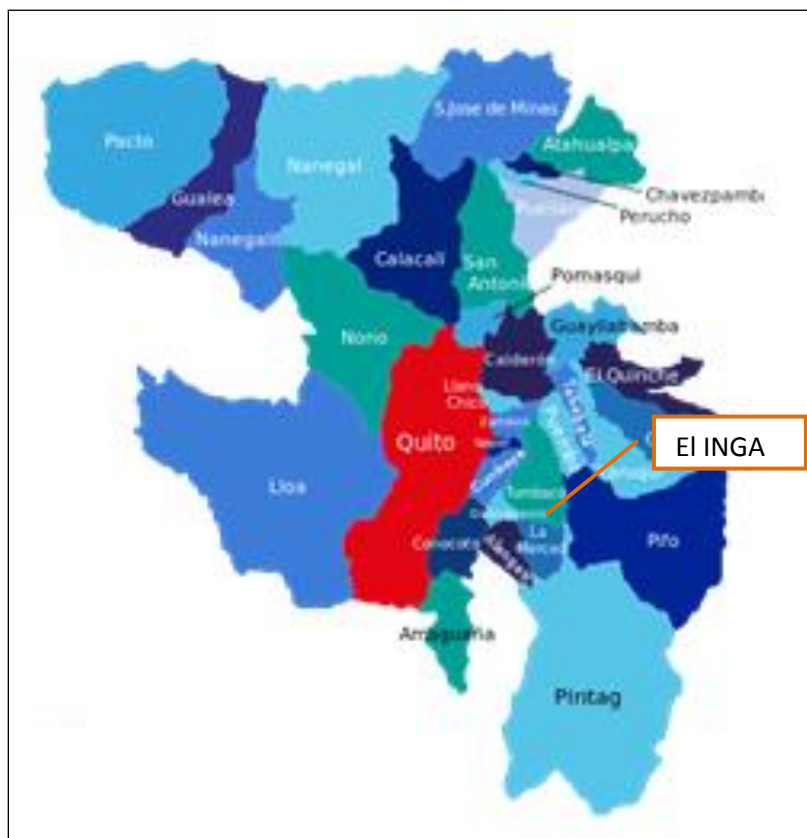


Imagen #230 Mapa de ubicación cultura de El Inga (www.lagacetaecuatorial.com, 2015)

La cultura del Inga perteneciente al Periodo Paleoindio tuvo como estilo de vida la cacería y recolección de alimentos de las zonas en las que se asentaron.

Las investigaciones indican que probablemente fueron nómadas y se movilizaban de acuerdo a donde encontraban alimento. Sus utensilios fueron elaborados a base de los materiales encontrados en cuevas ya que eran especialistas en el tallado de piedra y otros minerales. No existen evidencias de cómo preparaban sus alimentos.

PRODUCTOS	MATERIALES	UTENSILIOS	TECNICAS
PALEOLLAMA	OBSIDIANA	LANZAS	CACERIA
OSOS	BASALTO	TAJADORES	CORTE
VENADOS	PEDERNAL	CUCHILLOS BIFACIALES	DESOLLADO
ZORROS	ORSTENO	RASPADORES	RASPADO
CONEJOS		PERFORADORES	PERFORADO
CUYES		ESCOTADURAS	SECADO
MORAS			
TAXOS			
UVILLAS			
GUALICONES			
ACHUPALLAS			
HIERBAS COMESTIBLES			

Tabla No. 9 Ficha gastronómica de la cultura El Inga
Martínez E. (2014) (PAZOS BARRERA, 2008) (QUINATOVA, 2014)

4.1.2. Locro, ruqru o luqru

Este mapa gastronómico indica los lugares de los asentamientos indígenas prehispánicos que realizaban este tipo de preparación.

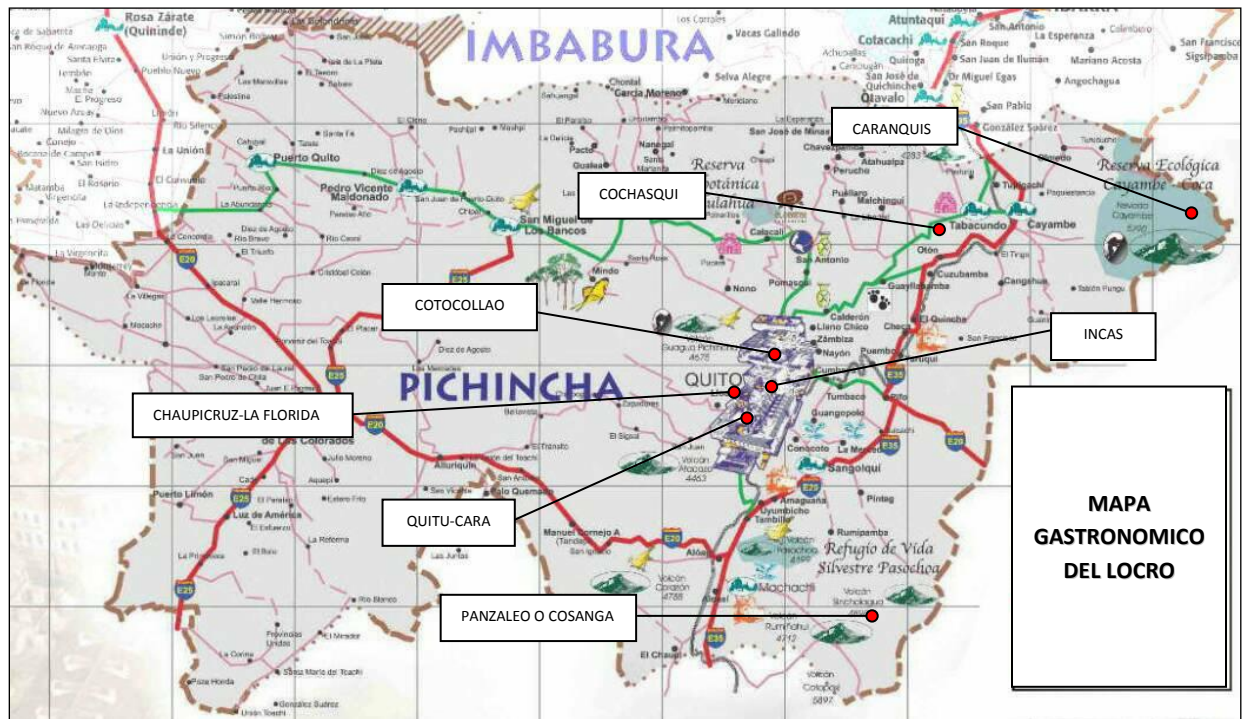


Imagen #231 Mapa gastronómico del locro (http://www.codeso.com/Mapa_Pich01.html, 2015)

El locro o ruqru (en quechua) fue elaborado por las diferentes culturas asentadas en la provincia de Pichincha y serranía andina, ya que los tubérculos formaban parte importante de su dieta.

Para su preparación debía previamente prenderse el fogón, que no son más que piedras ubicadas estratégicamente formando un círculo, donde colocaban la leña, sobre este fogón se apoyaban las vasijas u ollas esféricas donde colocaban agua, los tubérculos, sean papas, mashua, yuca u ocas peladas y cortadas, sal, mucho ají previamente molido en los morteros de piedra y la

carne que tuvieran al alcance en ese momento, podía ser de conejo, venado o tórtola, misma que era previamente cortada, salada y secada al sol.

El locro o ruqrú dentro de la gastronomía prehispánica tuvo sus variantes en cuanto a sus ingredientes, ya que dependía mucho de la época de cosecha tanto de los tubérculos como de los animales y hortalizas y verduras. Este alimento era servido en pequeños platos de barro.

PRODUCTOS	EQUIPAMIENTO	UTENSILIOS	TECNICAS
TUBERCULOS	FOGON	CUCHILLO BIFACIAL	SECADO
PAPA/YUCA		OLLA ESFERICA	ASOLEO
MELLOCO		CUENCO	SALADO
MISO O TAZO		MORTERO DE PIEDRA	CORTE
OCA/MASHUA		MAMA CUCHARA	REMOJADO
ZANAHORIA BLANCA		CANTAROS	COCCION
CAMOTE		PLATO DE BARRO	
ANIMALES			
CUY/TORTOLA			
CONEJO/VENADO			
LEGUMBRES			
FREJOL			
HORTALIZAS Y VERDURAS			
PAICO			
BERRO			
CHULCO			
TOMATE			
AJI			
LLULLUCHA			
CONDIMENTOS			
SAL			



Tabla No. 10 Fichas gastronómica del Locro

Martínez E. (2014) (PAZOS BARRERA, 2008) (COBO, 1964)

La mazamorra, puede servirse además con churos, que son unos pequeños caracoles, comida ancestral que se sirve hasta la actualidad.

PRODUCTOS	EQUIPAMIENTO	UTENSILIOS	TECNICAS
TUBERCULOS	FOGON	CUCHILLO BIFACIAL	SECADO
PAPA		OLLA ESFERICA	ASOLEO
YUCA		CUENCO	SALADO
ANIMALES		MORTERO DE PIEDRA	CORTE
CUY		MAMA CUCHARA	REMOJADO
TORTOLA		CANTAROS	COCCION
CONEJO		PLATO DE BARRO	MOLIENDA
VENADO		TAMIZ	TAMIZADO
CHUROS O CARACOLES			
CEREALES			
MAIZ			
QUINUA			
HORTALIZAS Y VERDURAS			
AJI			
CONDIMENTOS			
SAL			



Tabla No. 11 Ficha gastronómica de la mazamorra o colada

Martínez E. (2014) (PAZOS BARRERA, 2008) (COBO, 1964)

4.1.4. Guisos

Este mapa gastronómico indica los lugares de los asentamientos indígenas prehispánicos que realizaban este tipo de preparación.

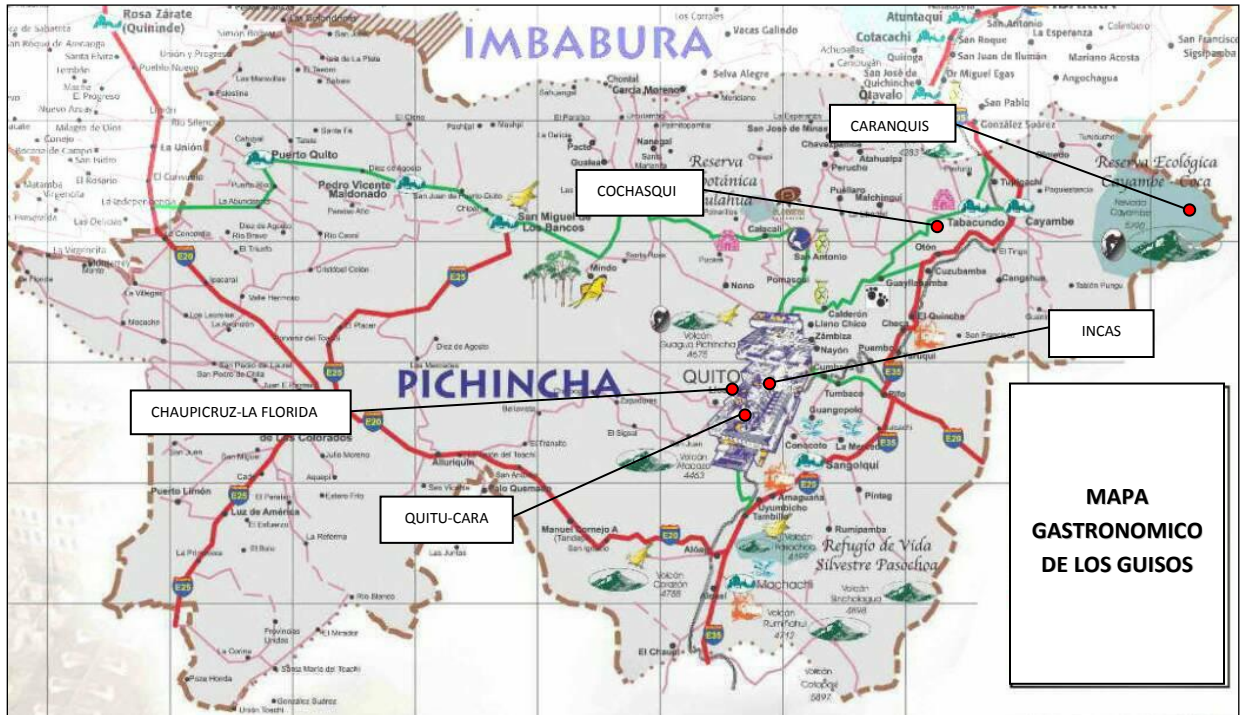


Imagen #233 Mapa gastronómico de los guisos (http://www.codeso.com/Mapa_Pich01.html, 2015)

Los guisos comprenden diferentes platos preparados en la cocina prehispánica, donde se varían los ingredientes de acuerdo a la época de cultivo o cosecha y de cacería, teniendo así platos diferentes y exquisitos para el paladar indígena.

Dentro de los guisos encontramos una mezcla de granos cocinados en poco líquido y sazonados con yerbas aromáticas y mucho ají.

Este tipo de preparaciones se encuentran en las culturas del período de Integración.

PRODUCTOS	EQUIPAMIENTO	UTENSILIOS	TECNICAS
TUBERCULOS	FOGON	CUCHILLO BIFACIAL	SECADO
PAPA		OLLA ESFERICA	ASOLEO
YUCA		CUENCO	SALADO
MELLOCO		MORTERO DE PIEDRA	CORTE
ANIMALES		MAMA CUCHARA	REMOJADO
CUY		CANTAROS	COCCION
TORTOLA		PLATO DE BARRO	MOLIENDA
CONEJO		TAMIZ	TAMIZADO
VENADO			
CEREALES			
MAIZ			
QUINUA			
HORTALIZAS, VERDURAS Y LEGUMINOSAS			
FREJOL			
PAICO			
BERRO			
CHOCHO			
TOMATE			
ACHOGCHA			
SAMBO			
ZAPALLO			
CONDIMENTOS			
SAL			



Tabla No. 12 Ficha gastronómica de los guisos

Martínez E. (2014) (PAZOS BARRERA, 2008) (COBO, 1964)

4.1.5. Tubérculos cocidos

Este mapa gastronómico indica los lugares de los asentamientos indígenas prehispánicos que realizaban este tipo de preparación.

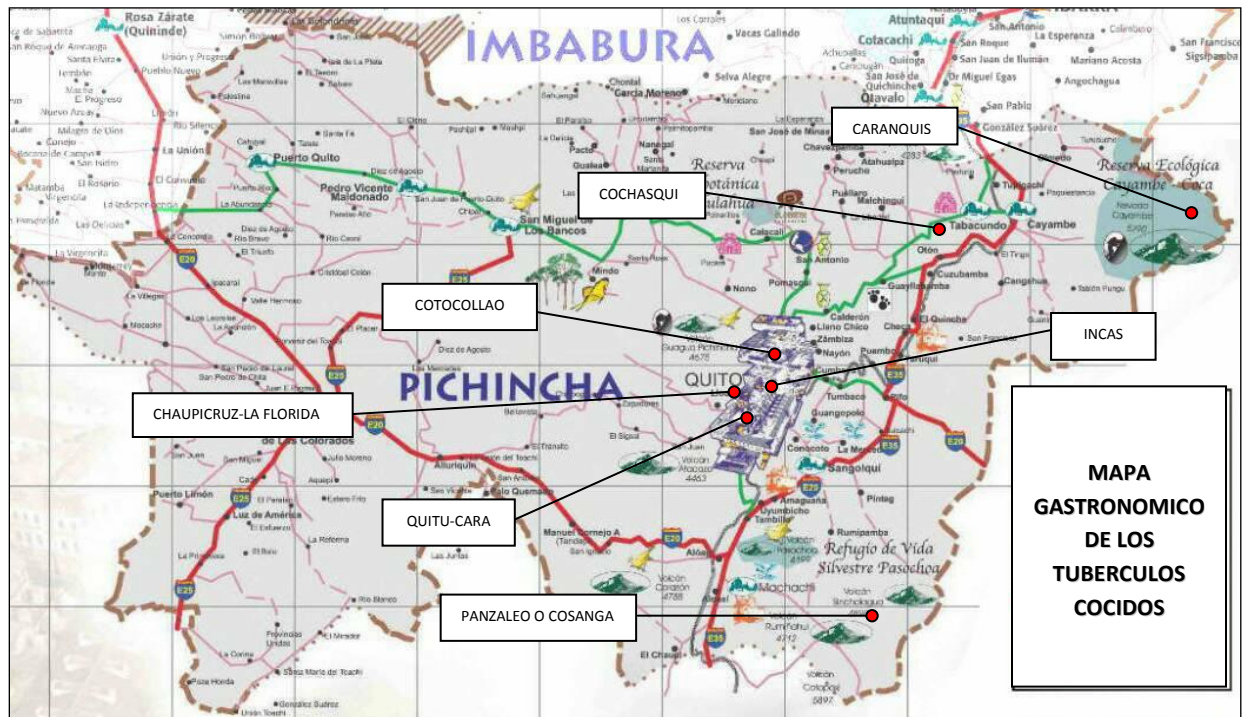


Imagen #234 Mapa gastronómico de los tubérculos cocidos (http://www.codeso.com/Mapa_Pich01.html, 2015)

Este plato es conocido como enteras, que no es sino una mezcla de todos los tubérculos cocinados con ají y sal.

Esta era una preparación rápida y sencilla. Se ponía una vasija en el fogón, cuando el agua hervía, se colocaban todos los tubérculos hasta que estén bien cocinados. Se tamizaba para eliminar el agua y se servía.

PRODUCTOS	EQUIPAMIENTO	UTENSILIOS	TECNICAS
TUBERCULOS	FOGON	CUCHILLO BIFACIAL	ASOLEO
PAPA		OLLA ESFERICA	CORTE
YUCA		CUENCO	COCCION
OCA		CANTAROS	TAMIZADO
MASHUA		MAMA CUCHARA	
CAMOTE		TAMIZ	
MELLOCO		PLATO DE BARRO	
MISO OTAZO			
ZANAHORIA BLANCA			
CONDIMENTOS			
SAL			
AJI			

Tabla No. 13 Ficha gastronómica de los tubérculos cocidos

Martínez E. (2014) (PAZOS BARRERA, 2008) (COBO, 1964)

PRODUCTOS	EQUIPAMIENTO	UTENSILIOS	TECNICAS	
TUBERCULOS	FOGON	CUCHILLO BIFACIAL	ASOLEO	
PAPA		CUENCO	CORTE	
YUCA		TUESTO	ASADO	
OCA		PLATO DE BARRO		
MASHUA				
CAMOTE				
ANIMALES				
VENADO				
CONEJO				
TORTOLA				
CUY				
LLAMA				
CONDIMENTOS				
SAL				
AJI				

Tabla No. 14 Ficha gastronómica de los asados

Martínez E. (2014) (PAZOS BARRERA, 2008) (COBO, 1964)

4.1.6. Tostado

Este mapa gastronómico indica los lugares de los asentamientos indígenas prehispánicos que realizaban este tipo de preparación.

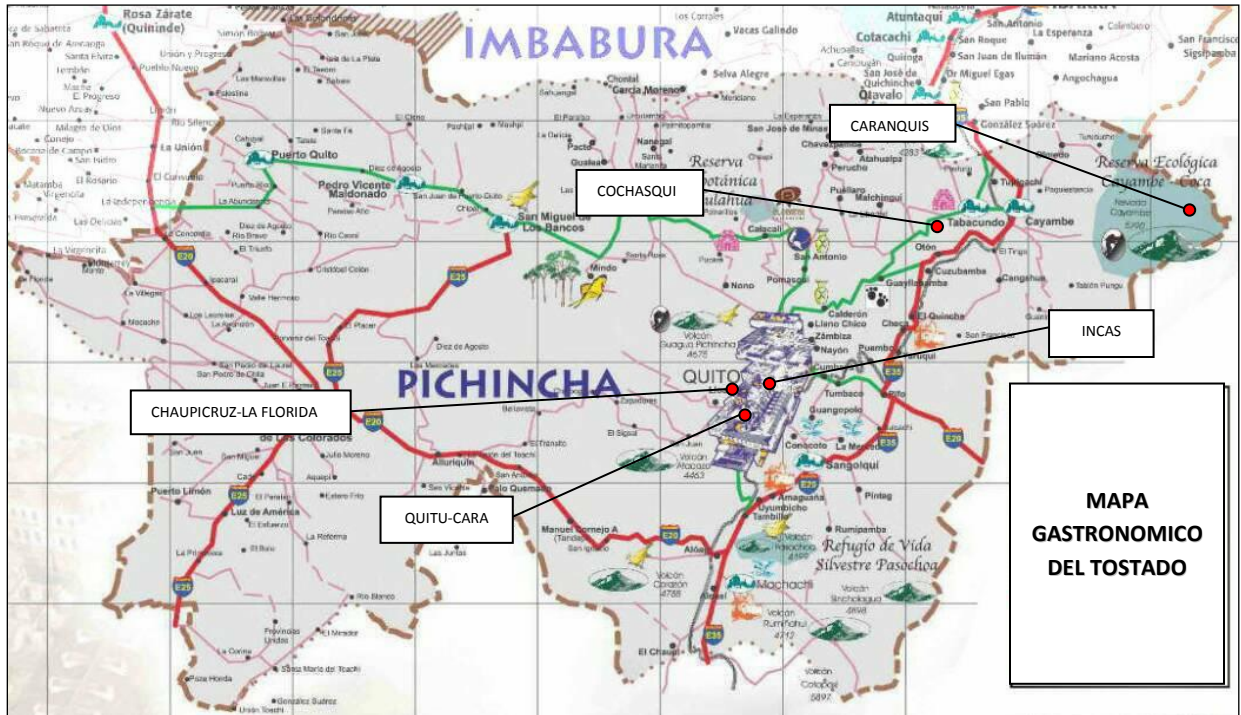


Imagen #236 Mapa gastronómico del tostado (http://www.codeso.com/Mapa_Pich01.html, 2015)

El tostado no es sino la preparación del maíz seco colocado en un cuenco o tiesto para que se tueste con el calor del fogón. Cuando el tostado ha adquirido su color característico, se retira del fuego y se sirve. Los indígenas suelen en época de catzos, recoger estos pequeños animales, retirarles patas, cabeza y alas para luego ser parte del tostado como un aporte de proteínas.

Hay evidencias de que además del maíz, también tostaban una variedad de fréjol y maní.

PRODUCTOS	EQUIPAMIENTO	UTENSILIOS	TECNICAS
CEREAL	FOGON	CUCHILLO BIFACIAL	TOSTADO
MAIZ		CUENCO	
FREJOL		MAMA CUCHARA	
MANI		PLATO DE BARRO	
ANIMALES		TIESTO	
CATZOS			
CONDIMENTOS			
SAL			
AJI			



Tabla No. 14 Ficha gastronómica del tostado

Martínez E. (2014) (PAZOS BARRERA, 2008) (COBO, 1964) (OLIVAS, 2006)

4.1.7. CHICHA

Este mapa gastronómico indica los lugares de los asentamientos indígenas prehispánicos que realizaban este tipo de preparación.

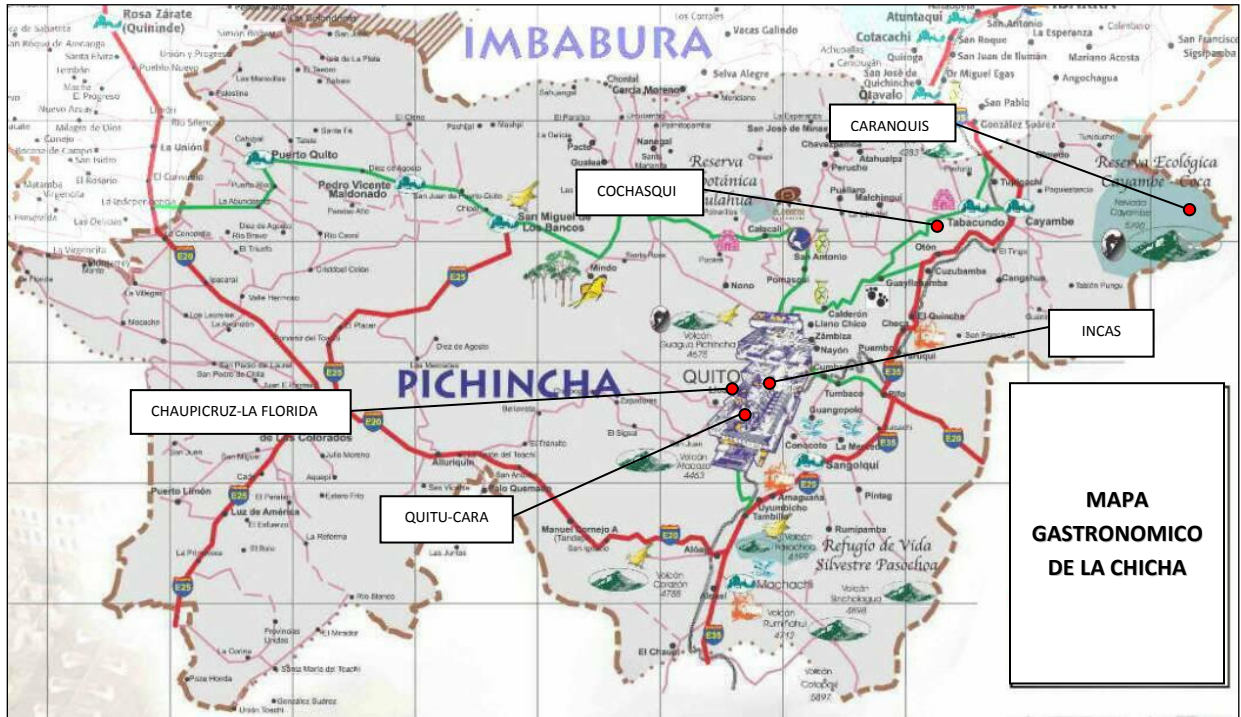


Imagen #237 Mapa gastronómico de la chicha (http://www.codeso.com/Mapa_Pich01.html, 2015)

La cultura ancestral indígena preparaba la chicha dejando los granos en remojo por algunos días, luego se dejaba en reposos en un lugar húmedo y oscuro hasta que comience a germinar, finalmente se iniciaba el masticado de una parte del maíz o la yuca, para luego escupirla en una vasija grande donde era mezclada con el resto de estos ingredientes. Se deja macerar o madurar hasta que alcance el punto deseado de fermentación. Se dice que la mejor chicha es la que proviene de este tipo de preparación. La chicha era un alimento para los indígenas ya que además de provocarles llenura, les proveía de ánimos y fuerza para trabajar.

PRODUCTOS	EQUIPAMIENTO	UTENSILIOS	TECNICAS
CEREAL		VASIJAS GRANDES	MASTICADO
MAIZ		MAMA CUCHARA	FERMENTADO
QUINUA		MATE	
TUBERCULOS			
YUCA			



Tabla No. 15 Ficha gastronómica de la chicha
 Martínez E. (2014) (COBO, 1964) (ESTRELLA, 1990)

CAPITULO V

5.1. ANÁLISIS DE IMPACTOS

5.1.1. INTRODUCCIÓN

Al ser este un proyecto de factibilidad es necesario realizar un análisis y que según Posso (2011): “...los impactos son las huellas, señales y aspectos positivos o negativos que la ejecución del proyecto provocó o provocará en un grupo, área o ámbito determinado” (p. 235).

A continuación se ha seleccionado una tabla con la cual se podrán medir los niveles de impacto (Posso, 2011, p. 236):

-3	Impacto alto negativo
-2	Impacto medio negativo
-1	Impacto bajo negativo
0	y impacto
1	Impacto bajo positivo
2	Impacto medio positivo
3	Impacto alto positivo

Tabla No. 16 Análisis de impactos

Miguel Posso (2011) p. 236

Para poder cuantificar los niveles de impacto se utilizará también la siguiente fórmula (Posso, 2011, p. 237):

$$\text{Nivel de impacto} = \frac{\Sigma}{\text{numero de indicadores}}$$

5.1.2. Impacto cultural

NIVELES DE IMPACTO	-3	-2	-1	0	1	2	3
INDICADOR							
Religiosidad						x	
Costumbres heredadas					x		
Técnicas utilizadas							x
Aplicación cotidiana en la gastronomía actual					x		
Proyección en la comunidad						x	
TOTAL							9

Tabla No. 17 Impacto cultural

Miguel Posso (2011) p.237

$$Impacto\ cultural = \frac{\Sigma}{número\ de\ indicadores}$$

$$Impacto\ cultural = \frac{9}{5}$$

$$Impacto\ cultural = 1.8$$

Análisis

El impacto en la religiosidad es medio alto ya que los ancestros de la época prehispánica regían su vida en sus dioses (sol, luna, etc.).

El impacto en las costumbres será bajo positivo por lo que implica el cambio generacional, las costumbres se van perdiendo y la memoria se deteriora llevándose información imposible de recuperar.

En las preparaciones la aplicación de técnicas mantienen un impacto alto positivo por su función y utilización gracias al aporte que generan.

En la actualidad es difícil hablar de elementos prehispánicos que representan tradiciones, son preparaciones con siglos de antigüedad, por lo que el impacto es bajo positivo ya que aún siguen vivas varias de estas herencias gastronómicas.

La falta de interés en la cultura actual por redescubrir elementos de épocas pasadas genera un impacto medio alto ya que muy pocos son lo que se dedican a investigar y dar a conocer esta información.

5.1.3. Impacto educativo

NIVELES DE IMPACTO	-3	-2	-1	0	1	2	3
INDICADOR							
Proyección como materia especializada							x
Integración maestros-sociedad						x	
Calidad de información							x
Aplicación practica							x
Generación de nuevas investigaciones							x
TOTAL							14

Tabla No. 18 Impacto educativo

Miguel Posso (2011) p.237

$$Impacto\ cultural = \frac{\Sigma}{número\ de\ indicadores}$$

$$Impacto\ cultural = \frac{14}{5}$$

$$Impacto\ cultural = 2.8$$

Análisis

El impacto educativo es alto positivo por la importancia del conocimiento de las raíces gastronómicas y punto de partida para entender la cocina actual.

La vinculación entre los educadores y el público también es de gran valor ya que depende de éstos la difusión de los conocimientos sobre el tema.

La calidad y cantidad de información tiene un alto impacto ya que depende de esto el interés que se tendrá sobre el tema de investigación.

El impacto de la aplicación práctica a nivel educativo es alto positivo, ya que sin esto la información se queda sin sustento tangible y es éste el que afianza la asimilación del conocimiento.

La orientación que tiene esta investigación posee la capacidad de generar curiosidad y motiva a los lectores que quieren ampliar sus conocimientos promoviendo en muchos casos el origen a nuevos proyectos de desarrollo práctico o investigaciones futuras.

5.1.4. Impacto general

Tabla 64							
NIVELES DE IMPACTO	-3	-2	-1	0	1	2	3
INDICADOR							
Cultural						x	
Educativo							x
TOTAL							5

Tsbla No. 19 Impacto general

Miguel Posso (2011) p.237

$$\text{Impacto General} = \frac{\Sigma}{\text{número de indicadores}}$$

$$\text{Impacto General} = \frac{4.6}{2}$$

$$\text{Impacto General} = 2.3$$

5.1.5 Conclusión

El impacto que genera esta investigación es medio positivo y demuestra que tiene un alto potencial y aplicación en el ámbito cultural y gastronómico por su gran importancia e información recopilada, ya que permite ampliar su desarrollo con nuevas investigaciones y su difusión generando un gran interés en el público.

CONCLUSIONES

- De esta investigación histórica sobre la gastronomía prehispánica, se puede concluir que las costumbres fueron evolucionando a través del tiempo, tanto por nuevas formas de vida, cuanto por influencias externas causadas por las conquistas de los diferentes pueblos ancestrales.
- Muchos de los platos que en la actualidad se sirven en la cocina tradicional ecuatoriana son herencia directa de nuestros pueblos ancestrales; sin embargo, existe una total falta de conocimiento respecto de ellos.
- La falta de inversión estatal en las investigaciones arqueológicas, ha dado como resultado tener muy poca información sobre las distintas culturas que vivieron en la provincia de Pichincha. Este rico patrimonio inmaterial ha sido olvidado por mucho tiempo, lo que ha provocado que muchísima información se pierda en cuanto a los ingredientes y preparación originales.
- Todas las culturas asentadas en la provincia de Pichincha, por estar en la sierra ecuatoriana, tuvieron poca influencia de productos traídos de otras localidades, por lo que sus preparaciones fueron similares y se concentran en los mismos vegetales y animales.
- El impacto social, cultural y gastronómico es inconmensurable, pues se ha generado una corriente activa y continua que busca traer a tiempo presente toda la gastronomía, ritos y costumbres ancestrales.

RECOMENDACIONES

- Incentivar a nivel general, el amor a nuestro país y nuestra cultura, promocionando y dando a conocer nuestra rica gastronomía ancestral.
- Promover a nivel de colegios y universidades el conocimiento más profundo de nuestras raíces e identidad cultural y gastronómica.
- Gestionar a nivel estatal, es decir, Ministerio de Turismo, Quito Turismo y demás entidades encargadas para que posicionen y fomenten el valor de la gastronomía ancestral de la provincia de Pichincha.
- Utilizar este trabajo de investigación como una base y referencia en el estudio de la cocina prehispánica.
- Realizar una guía culinaria que trascienda a nivel nacional e internacional, dando a conocer el rico folklore y gastronomía ecuatorianos, especialmente de la provincia de Pichincha.
- Convertir a muchos de nuestras recetas ancestrales en platillos gourmet, sin perder su esencia ni ingredientes.
- Elaborar programas de capacitación turística y gastronómica para que se difunda apropiadamente nuestra cultura ancestral.
- Posicionar al Ecuador y es especial a la provincia de Pichincha en los mercados nacionales e internacionales como una potencia gastronómica para atraer al turista extranjero.
- Concientizar al estado ecuatoriano para que impulse las investigaciones arqueológicas en los diferentes asentamientos prehispánicos.

BIBLIOGRAFÍA

Agencia Pública de Noticias del Ecuador y Suramérica. (13 de 04 de 2014). Recuperado el 28 de 02 de 2015, de <http://www.andes.info.ec/es/noticias/fanesca-historia-cultura-tradicion-ecuador.html>

ALIANZA TAHUANTINSUYO. (s.f.). Obtenido de <http://tahuantinsuyo.activoforo.com/f2-aqui-opiniones-sobre-la-alianza>

ALLKAMPER, D. (1996). *LAS CULTURAS PRECOLONIALES ANDINAS*. (S. D. BANCO DE LA REPUBLICA, Ed.) BOGOTA, COLOMBIA.

ALVAREZ, A. K. (2009). *REPOSITORIO.EDU.EC*. Recuperado el 12 de 11 de 2014, de http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/9408/1/37310_1.pdf

ARTIEDA, D. (2010). *ESTUDIO INVESTIGATIVO DEL ACHIOTE, CULTIVO, PRODUCCION, USOS Y APLICACION EN LA GASTRONOMIA*. Obtenido de http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/9597/1/40848_1.pdf

AYALA MORA, E. (1988). *Nueva historia del Ecuador* (Vol. 9). Quito: Corporación Editoria Nacional Grijalvo.

CARRERA COLIN, J. (1984). el complejo cerámico Cotocollao. Interpretación estilística de un sitio formativo al norte de Quito. Quito, Ecuador.

Coya Raymi CAPTUR. (s.f.). Obtenido de (Coya Raymi CAPTUR)

CAZADORES Y RECOLECTORES. (s.f.). Recuperado el 03 de 02 de 2015, de <https://encrypted-tbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcT8ripXOfFBtOijH6K3Zfll0eL1oMaghZti6Y-8nc4COrDQPGGjqt9B9Q>

CHAVEZ, H. (2007). TULIPE Y LA CULTURA YUMBO. ARQUEOLOGIA COMPRENSIVA DEL SUBTROPICO QUITEÑO. En H. CHAVEZ, *TULIPE Y LA CULTURA YUMBO. ARQUEOLOGIA COMPRENSIVA DEL SUBTROPICO QUITEÑO*. QUITO: FONSA.

COBO, B. (1964). *Historia del nuevo mundo, notas de Marcos Jiménez de la Espada*. Madrid, España.

COCINA PERUANA PATRIMONIO NACIONAL DE LA NACION. (07 de 09 de 2009). Recuperado el 03 de 02 de 2015, de https://alarblog.files.wordpress.com/2009/06/comida_arequipa_gde.jpg

Coya Raymi CAPTUR. (s.f.). Obtenido de <http://www.visitecuador.travel/contenidos.php?menu=4&submenu1=21&id=177&tipo=1&idiom=1>

Creative Commons, A.-S. A. (s.f.). *HISTORIA DEL ECUADOR - EDUCAR EC*. Recuperado el 13 de 11 de 2014, de <http://www.educar.ec/noticias/his-ecuador.pdf>.

DOCAMPO, R. (s.f.). Descripción y relación del estdo eclesiástico del obispado de San Francisco de Quito, en Marcos Jiménes de la Espada, Relaciones geográficas de Indias. Madrid, España.

EL REINO DE QUITO. (s.f.). Recuperado el 03 de 02 de 2015, de webnacionalistaecuador.4mg.com

EL REINO DE QUITO - Los Shiris y Los Incas. (15 de 11 de 2013). Recuperado el 03 de 02 de 2015, de <https://www.youtube.com/watch?v=wA-a3X9BII8>

ESCOBAR PEREZ. (23 de 08 de 2012). *GASTRONOMIA ECUATORIANA*. Recuperado el 03 de 11 de 2014, de <http://es.scribd.com/doc/104654337/GASTRONOMIA-ECUATORIANA-Monografia-Escobar-Perez>

ESTRELLA, E. (1990). *EL PAN DE AMERICA, ETNOHISTORIA DE LOS ALIMENTOS ABORIGENES EN EL ECUADOR* (TERCERA ed., Vol. 29). QUITO, ECUADOR: ABYA YALA.

Estrella, E. (1992). *HISTORIA DE LA CIENCIA Y DE LA TECNICA LAS CULTURAS PRECOLOMBINAS* (Vol. 10). Madrid: Ediciones Akal, S.A.

FIERRO, M. (31 de 10 de 2007). *GASTRONOMIA, TRADICIONES Y COSTUMBRES*. Recuperado el 15 de 09 de 2014, de <https://ecuatur.wordpress.com/category/tradiciones-y-costumbres/page/5/>

Fiesta del Mushuc Nina CAPTUR. (s.f.). Obtenido de <http://www.visitecuador.travel/contenidos.php?menu=4&submenu1=21&id=177&tipo=1&idiom=1>

Fiesta Inti Raymi CAPTUR. (s.f.). Obtenido de <http://www.visitecuador.travel/contenidos.php?menu=4&submenu1=21&id=177&tipo=1&idiom=1>

GUTIERREZ USILLOS, A. (1998). *DIOSES, SIMBOLOS Y ALIMENTACION EN LOS ANDES: INTERRELACION HOMBRE-FAUNA EN EL ECUADOR PREHISPANICO* (PRIMERA ed.). QUITO, ECUADOR: ABYA YALA.

<http://www.quitoadventure.com/>. (s.f.). Recuperado el 25 de 01 de 2015, de <http://www.quitoadventure.com/espanol/cultura-gente-ecuador/arqueologia-ecuador/andes-ecuador/inga-pichincha.html#>

Hungry Mouth: Camel: A Tasty Treat. (30 de 06 de 2004). Recuperado el 03 de 02 de 2015, de http://images.travelpod.com/tw_slides/ta00/d48/872/alpacas-or-llamas--arica.jpg

INFLUENCIA DE LA LLEGADA ESPAÑOLA EN LA GASTRONOMIA ECUATORIANA. (s.f.). Recuperado el 28 de 10 de 2014, de <http://www.buenastareas.com/ensayos/Influencia-De-La-Llegada-Espa%C3%B1ola-En/38861608.html>

INPC, 2. (2010). *GUIA DE BIENES CULTURALES DEL ECUADOR*. (I. N. Cultural, Ed.) Recuperado el 12 de 11 de 2014, de <http://downloads.arqueo-ecuadoriana.ec/ayhpwxgv/noticias/publicaciones/INPC-X-GuiaPichincha.pdf>

LONG TOWELL, J. (s.f.). *LOS SENDEROS PREHISPANICOS DEL CAPSICUM*. Recuperado el 16 de 11 de 2014, de <http://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/caminosymercados/cm006.pdf>

MENDOZA VELIZ, A. (1966). *Geografía del Ecuador*. Guayaquil, Ecuador: ARIEL, primera edición.

MOLESTINA ZALDUMBIDE, M. D. (2006). Ubicación Geográfica de Quito. *Boletín del Instituto Francés de Estudios Andinos* .

MUSEO CASA DEL ALABADO. (2014) Quito, Ecuador

MUSEO DE LA CIUDAD. (2014) Quito, Ecuador

MUSEO DE SITIO COTOCOLLAO. (2014) Quito, Ecuador

MUSEO DE SITIO INTIÑAN. MITAD DEL MUNDO (2014) Quito, Ecuador

MUSEO DE SITIO TULIPE. (2014) Nanegalito, Ecuador

PARQUE ARQUEOLOGICO RUMIPAMBA. (2014) Quito, Ecuador

NATIONAL GEOGRAPHIC. (s.f.). Recuperado el 18 de 11 de 2014, de <http://nationalgeographic.es/animales/mamiferos/llama>

OLIVAS, R. *LA COCINA DE LOS INCAS. COSTUMBRES GASTRONOMICAS Y TECNICAS CULINARIAS*. Editorial Universidad de San Martín de Porres.

PARDO, O. (2004). *LAS CHICHAS EN EL CHILE PRECOLOMBINO*. Recuperado el 28 de 11 de 2014, de <http://www.chlorischile.cl/chichas/chichas.htm>

PATIÑO, V. M. (1963). *PLANTAS CULTIVADAS Y ANIMALES DOMESTICOS EN AMERICA EQUINOCCIAL I: FRUTALES* (Vol. TOMO 1). CALI, COLOMBIA: IMPRENTA DEPARTAMENTAL CALI.

PATIÑO, V. M. (2001). *Verduras, hortalizas, legumbres* | banrepcultural.org. Recuperado el 12 de 11 de 2014, de <http://www.banrepcultural.org/blaavirtual/historia/putiles2/putil4.htm>

Pawkar Raymi CAPTUR. (s.f.). Obtenido de <http://www.visitecuador.travel/contenidos.php?menu=4&submenu1=21&id=177&tipo=1&idiom=1>

PAZOS BARRERA, J. (2008). *EL SABOR DE LA MEMORIA HISTORIA DE LA COCINA QUITEÑA* (PRIMERA ed.). (A. O. CRESPO, Ed.) QUITO, PICHINCHA, ECUADOR: FONSA.

PERU, E. (2014). *MOLLE (Schinus molle) EN MEDICINA TRADICIONAL*. Recuperado el 06 de 12 de 2014, de http://www.peruecologico.com.pe/flo_molle_1.htm

PORRAS, P. (1961). *Arqueología e Historia de los Valles de Quijos y Misaguallí (Alto Napo)*. Quito: Fénix.

QUINATO A, E. (s.f.). *Culturas ancestrales ecuatorianas*. Recuperado el 15 de 10 de 2014, de <http://app.ute.edu.ec/content/3298-369-9-1-18-10/HISTORIA%20ABORIGEN%20Y%20FOLKLORE%20ECUATORIANO.pdf>

RODRIGUEZ CUENCA, J. V. (s.f.). *CAPITULO 5, LA ALIMENTACION PREHISPANICA*. Recuperado el 14 de 11 de 2014, de <http://www.bdigital.unal.edu.co/1453/7/06CAPI05.pdf>

Rumicucho | Arqueología en Ecuador. (s.f.). (Q. A. ©, Productor) Recuperado el 03 de 02 de 2015, de <http://www.quitoadventure.com/espanol/cultura-gente-ecuador/arqueologia-ecuador/andes-ecuador/rumicucho-pichincha-01.html>

SALOMON, F. (1980). *Los señores étnicos de Quito en la época de los Incas*. Otavalo: Editorial Gallo Capitán.

SAMPEDRO, M. (2009). *ESTUDIO E INVESTIGACION DEL SHAWARMISHKI*. Recuperado el 04 de 12 de 2014, de http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/9605/1/37366_1.pdf

Sulabe. (2010). Recuperado el 03 de 02 de 2015, de http://www.sulabe.com/wp-content/themes/Sulabe/media/img/sdf_01.jpg

Suquilanda, M. (Ed.). (06 de 06 de 2011). *RED DE CULTIVOS ANDINOS*. Recuperado el 02 de 03 de 2015, de <http://redtematica.concytec.gob.pe/cultivos-andinos/>

TERAN, F. *Geografía del Ecuador* (Octava Edición ed.). Quito, Ecuador.

TESIS CALDERON, 2. (s.f.). *TESIS CALDERÓN 06-03-2013.pdf*. Recuperado el 10 de 11 de 2014, de <https://www.google.com.ec/webhp?sourceid=chrome-instant&ion=1&espv=2&ie=UTF-8#q=gastronomica+ecuatoriana+ancestral+antecedentes+politicos>

WIKIPEDIA. (s.f.). Obtenido de http://es.wikipedia.org/wiki/Cavia_porcellus

www.andes.info.ec. (s.f.). *LA FANESCA, HISTORIA CULTURA Y TRADICION EN ECUADOR*. Recuperado el 03 de 02 de 2015, de https://www.google.com.ec/search?q=gastronomia+de+la+sierra+del+ecuador+en+la+epoca+prehispanica&espv=2&biw=1600&bih=799&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ei=cg7RVMbzPMmzggT_sIK4Bg&ved=0CAYQ_AUoAQ#tbn=isch&q=cocina+ancestral+ecuatoriana&imgdii=WNcTUZVgwp sdfM%3A%3

www.ecuadorprehispanico.blogspot.com. (s.f.). Recuperado el 25 de 01 de 2015, de <http://ecuadorprehispanico.blogspot.com/>

www.eltelegrafo.com.ec. (s.f.). Recuperado el 28 de 11 de 2014

www.google.com.ec/. (s.f.). Recuperado el 25 de 01 de 2015, de https://www.google.com.ec/search?q=paleolitico&biw=931&bih=567&tbn=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=AjFVOWECYe9ggT-uYKgAg&sqi=2&ved=0CCOQsAQ#tbn=isch&q=chaupicruz+&imgdii=_&imgsrc=vRJuI2MP20ZQ0M%253A%3Br2EBXqp2O_Y-vM%3Bhttps%253A%252F%252Fwww.turismo.gob.ec

www.gruposetnicosecu.blogspot.com/. (s.f.). Recuperado el 25 de 01 de 2015, de <http://gruposetnicosecu.blogspot.com/>

www.nuestrosrecursosnaturales.wordpress.com. (s.f.). Obtenido de <https://nuestrosrecursosnaturales.wordpress.com/2012/09/09/sociedades-de-cazadores-recolectores-del-paleolitico-aprovechamiento-de-los-rr-nn/>

www.pichincha.gob.ec. (s.f.). Recuperado el 25 de 01 de 2015, de <http://www.pichincha.gob.ec/pichincha/mapas.html#>

www.quitoadventure.com/. (s.f.). Recuperado el 25 de 01 de 2015, de <http://www.quitoadventure.com/espanol/informacion-ecuador/historia/historia-ecuador/aborigen-historia-ecuador.html>

www.turismo.gob.ec. (s.f.). Recuperado el 25 de 01 de 2015, de <https://www.turismo.gob.ec/los-rituales-funerarios-de-los-quitus-se-exponen-en-el-museo-la-florida/>

YANCHAPAXI, J. V. (11 de 12 de 2007). *VOLTAIRENET.ORG*. Recuperado el 01 de 02 de 2015, de <http://www.voltairenet.org/article153604.html>

ANEXOS

Entrevista

Tema de la entrevista: Gastronomía prehispánica

Entrevistador: Eduardo Martinez

Entrevistado: Nera López Danilo Javier

Cuestionario:

1. Cuáles considera que son los ingredientes más representativos del período prehispánico?

- a) Sal b) Maíz c) Oca
d) Aji e) Papa f) Comote

Por qué?

Productos naturales que dan mejor sabor a los alimentos y no tienen preservantes artificiales.

2. Qué importancia cree que tuvo el maíz como producto y moneda para los ancestros prehispánicos?

Como producto alimenticio excelente para la salud y como moneda para el cambio y trueque.

3. Los granos, cuy y ajíes. Qué es lo primero que se le viene a la mente al escuchar esta combinación?

Comida tradicional y rica en la nutrición.

4. Qué granos cree que son los de mayor importancia?

- a) Frijol b) Maiz c) arveja.
d) Quinoa e) Chocho f) Habas.

Para investigadores y administradores gastronómicos

5. Cuáles son los impactos que ha generado la cultura y gastronomía prehispánica en nuestros días?

- a) Para conocer la riqueza gastronómica de las regiones
b) Mejorar la alimentación con respecto a la nutrición
c) Mejorar la capacidad de almacenamiento y rotación de productos

6. Cree que los llamados hoy por hoy platos típicos son derivados de preparaciones ancestrales?

SI ()

NO ()

Por qué?

Por el producto cosechado y procesado por nuestros indígenas y que se han conservado hasta nuestros días. lo que genera riqueza tradicional.

7. Los granos y animales andinos se consumían por zonas o por sectores?

Por zonas como en la costa sus productos tradicionales en sierra y oriente la diversidad cambia de acuerdo a la región.

Entrevista

Tema de la entrevista: Gastronomía prehispánica

Entrevistador: Eduardo Martínez

Entrevistado: Marcelo Peraltz

Cuestionario:

1. Cuáles considera que son los ingredientes más representativos del período prehispánico?

a) Quinoa b) Gallinas c) Maíz

d) Amaranto e) Cuy f) Papas

Por qué?

Son ingredientes que no trajeron los españoles en su momento

2. Qué importancia cree que tuvo el maíz como producto y moneda para los ancestros prehispánicos?

frucos

3. Los granos, cuy y ajíes. Qué es lo primero que se le viene a la mente al escuchar esta combinación?

Aji de cuy

4. Qué granos cree que son los de mayor importancia?

- a) maíz b) cebada c) _____
d) quinua e) amaranto f) _____

Para investigadores y administradores gastronómicos

5. Cuáles son los impactos que ha generado la cultura y gastronomía prehispánica en nuestros días?

- a) Globalización de los productos andinos
b) _____
c) _____

6. Cree que los llamados hoy por hoy platos típicos son derivados de preparaciones ancestrales?

SI ()

NO ()

Por qué?

Son platos transformados a las
nuevas generaciones y han perdido mucho de
su originalidad

7. Los granos y animales andinos se consumían por zonas o por sectores?

Si antes de las migraciones se
consumían en costa / sierra / oriente y se
mantienen en esos sectores

Entrevista

Tema de la entrevista: Gastronomía prehispánica

Entrevistador: Eduardo Martinez

Entrevistado: Sebastián Valencia

Cuestionario:

1. Cuáles considera que son los ingredientes más representativos del período prehispánico?

- a) Papa b) Cacao c) meluco
d) maíz e) Oca f) chuchus

Por qué?

Porque son los ingredientes que tenían nuestros ancestros

2. Qué importancia cree que tuvo el maíz como producto y moneda para los ancestros prehispánicos?

Como alimento, para el comercio. Se podían intercambiar productos de diferentes regiones Costa, Sierra, Oriente

3. Los granos, cuy y ajíes. Qué es lo primero que se le viene a la mente al escuchar esta combinación?

Ají de Cuy.

4. Qué granos cree que son los de mayor importancia?

- a) Maíz b) frijol c) Chia
d) Quinoa e) habeja f) Amaranto

Para investigadores y administradores gastronómicos

5. Cuáles son los impactos que ha generado la cultura y gastronomía prehispánica en nuestros días?

- a) Es base de nuestros platos del día de hoy.
b) Es nuestra identidad gastronómica.
c) Es el pilar para la creación de nuevos platos

6. Cree que los llamados hoy por hoy platos típicos son derivados de preparaciones ancestrales?

SI (X) NO ()

Por qué?

Por los ingredientes y métodos de conservación
que se aplica

7. Los granos y animales andinos se consumían por zonas o por sectores?

Sureste: Cuy, Oves, Achuychos, maíz, quinoa, cerdo
Oriente: Tilapia, huesos de plátano, plátano verde,
Costa: Variedad de pescados, crustáceos, frutas exóticas

Entrevista

Tema de la entrevista: Gastronomía prehispánica

Entrevistador: Eduardo Martinez

Entrevistado: Francisco Sellán

Cuestionario:

1. Cuáles considera que son los ingredientes más representativos del período prehispánico?

- a) Granos b) Ajo c) Maíz
d) Oca e) Tuberculos f) Avez

Por qué?

Porque era lo que había en aquella época

2. Qué importancia cree que tuvo el maíz como producto y moneda para los ancestros prehispánicos?

Bueno era el grano que mas garantizaba la energía en el cuerpo. por eso era muy relevante.

3. Los granos, cuy y ajíes. Qué es lo primero que se le viene a la mente al escuchar esta combinación?

Platos típicos

4. Qué granos cree que son los de mayor importancia?

- a) Maíz b) CHOCHO c) HABOS
d) Frijol Rojo e) Lenteja f) ARVEJA

Para investigadores y administradores gastronómicos

5. Cuáles son los impactos que ha generado la cultura y gastronomía prehispánica en nuestros días?

- a) Se ha mantenido con pequeños cambios los platos y su preparación
b) Se realizan proyectos para mantener esta cultura
c) con ayuda de la tecnología se conservan los platos de la época

6. Cree que los llamados hoy por hoy platos típicos son derivados de preparaciones ancestrales?

SI (✓) NO ()

Por qué?

Porque venimos de una cultura muy tradicionalista
y está en nosotros no perder estas costumbres

7. Los granos y animales andinos se consumían por zonas o por sectores?

Si ya que por el difícil acceso a otras ciudades
tocaba consumir lo que había.

4. Qué granos cree que son los de mayor importancia?

- a) Maíz b) frijol c) Chia
d) Quinoa e) habeza f) Amaranto

Para investigadores y administradores gastronómicos

5. Cuáles son los impactos que ha generado la cultura y gastronomía prehispánica en nuestros días?

- a) Es base de nuestros platos del día de hoy.
b) Es nuestra identidad gastronómica.
c) Es el pilar para la creación de nuevos platos

6. Cree que los llamados hoy por hoy platos típicos son derivados de preparaciones ancestrales?

SI (X) NO ()

Por qué?

Por los ingredientes y métodos de conservación
que se aplica

7. Los granos y animales andinos se consumían por zonas o por sectores?

Sierra: Cuy, Oves, Achuychos, maíz, quinoa, cerdo
Oriente: Tilapia, arroz de plátano, plátano verde,
Costa: Variedad de pescados, crustáceos, frutas exóticas

Entrevista

Tema de la entrevista: Gastronomía prehispánica

Entrevistador: Eduardo Martinez

Entrevistado: IGOR BURLITSNIX

Cuestionario:

1. Cuáles considera que son los ingredientes más representativos del período prehispánico?

- a) PAPA b) MAIZ c) CACAO
d) PASTINAO e) CUY f) LLAMA

Por qué?

PORQUE APORTABAN VALOR NUTRICIONAL MUY IMPORTANTE
PARA EL PUEBLO

2. Qué importancia cree que tuvo el maíz como producto y moneda para los ancestros prehispánicos?

LA BASE DE LA PIRAMIDE NUTRICIONAL Y EL TRUEQUE

3. Los granos, cuy y ajíes. Qué es lo primero que se le viene a la mente al escuchar esta combinación?

UN GUISO DE CUY CON CILINDRO DE AJÍ

4. Qué granos cree que son los de mayor importancia?

- a) FREJOL b) LENTIJA c) GRANIZO
d) CHOCHO e) ARVEJA f) MAIZ

Para investigadores y administradores gastronómicos

5. Cuáles son los impactos que ha generado la cultura y gastronomía prehispánica en nuestros días?

- a) USO DE LA PAPA
b) CHOCOLATE (CACAO)
c) USO DEL MAIZ

6. Cree que los llamados hoy por hoy platos típicos son derivados de preparaciones ancestrales?

SI () NO ()

Por qué?

POR TÉCNICAS DE COCCIÓN, GUARNICIONES SON SERVIDAS Y
USADAS A LA MISMA MANERA

7. Los granos y animales andinos se consumían por zonas o por sectores?

CIERTO QUE SI POR LA DIVISION GEOGRAFICA DEL PAIS

Entrevista

Tema de la entrevista: Gastronomía prehispánica

Entrevistador: Eduardo Martinez

Entrevistado: CEBAR GUADAJUANA

Cuestionario:

1. Cuáles considera que son los ingredientes más representativos del período prehispánico?

- a) PAPA b) YUCS c) CAÑA DE AZUCAR
d) MAIZ e) CACAO f) TRIGO

Por qué?

ERAN ALIMENTOS PARA LA SOBREVIVENCIA DE LAS TRIBUS

2. Qué importancia cree que tuvo el maíz como producto y moneda para los ancestros prehispánicos?

EL INICIO DE EL COMERCIO DE DIFERENTES CULTURAS Y APRENDER A INTERCAMBIAR PRODUCTOS Y ELABORAR

3. Los granos, cuy y ajíes. Qué es lo primero que se le viene a la mente al escuchar esta combinación?

DE UNA COMIDA TÍPICA COMO LAS PAPAS CON CUY Y LA SALSA DE MANI

4. Qué granos cree que son los de mayor importancia?

- a) TRIGO b) ARROL DE CEBADA c) CHOCLO
d) HABAS e) PRVEJA f) MOTE

Para investigadores y administradores gastronómicos

5. Cuáles son los impactos que ha generado la cultura y gastronomía prehispánica en nuestros días?

- a) LA GENERACION QUE SE A MANTENIDO EN LOS ALIMENTOS
b) LA COMBINACION DE GRANOS VEGETALES Y VERDURAS
c) LA FORMA DE VIVIR DE NUESTROS ANSESTROS

6. Cree que los llamados hoy por hoy platos típicos son derivados de preparaciones ancestrales?

SI (X) NO ()

Por qué?

PORQUE HAY MUCHAS Y VARIADAS COMIDAS QUE YA SE PREPARARON EN LA EPOCA PREHISPANICA Y HOY SE COMBINA Y SE FUCIONA CON NUEVOS PRODUCTOS

7. Los granos y animales andinos se consumían por zonas o por sectores?

SI DEVIDO A LAS FARMAS Y TRADICIONE DELAS DIFERENTES CULTURAS EN AQUEL TIEMPO